

PTP 1RA PARTE



DOCUMENTO ENTREGABLE Proyecto de transformación personal (PTP) 1ERA parte

1. Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Las utilizadas en la actividad termómetro de emociones que fueron, feliz, _____
calmado, triste, preocupado, frustrado, enfadado.

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

De manera consiente con mis alumnos, empática, poniéndome en el lugar de ellos, dándoles seguridad para realizar la actividad.

3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

manteniendo un estado de clama de conciencia, respiración consiente, para poder conectar con nosotros mismos.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Me gusta trabajar con este tipo de trabajos de forma emocional, ya que les sirve para que ellos aprendan y sean consientes de sus emociones, de lo que sienten en cada una de esa emoción y que puedan dominarla.

5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

