

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

En la primera actividad carta al futuro me sentí un poco estresada porque es difícil conectarse con uno mismo reconocer los errores, las personas que están en mi vida son mis hijos y mi esposo, mis logros son una carrera más, mis metas tener ya trabajo, mis preocupaciones tener estabilidad económica.

Algo muy importante que me causó conflicto es el aspecto que tengo no puedo creer que necesite de la autorización de la aprobación para pensar que estoy bien.

En la escala le doy mucha importancia al dinero, mucha importancia en la familia, poca al amor prácticamente todo está en mi desarrollo personal, medio en el ocio y muy poca los amigos.

En la actividad cuatro trabajando en mi autoestima emocional, era lo que comentaba antes necesité de aprobación para entender si merezco o no merezco ser amada, cuando debería de ser que tengo que ser amada aunque sea solo por mí, con esto lo que yo le pueda ofrecer a los demás es inmenso, respecto a si me considera valiosa claro que sí, he llegado en un punto donde lo que piensen de mí las demás personas no me interesa, el trato hacia mi persona es mi meta es tratarme mejor.

Las 5 cualidades que me hacen sentir especial son

Positiva, trabajadora, aspiracionista, empática y comprensiva.

El tipo de líder que soy, el formal ya que tengo autoridad y el poder que tengo me lo he ganado, para ello tengo humildad me gusta ser servicial trato de poner ejemplo y soy muy disciplinada.

La retroalimentación del docente líder; que observo, que planeo y realizo actividades acordes a lo que se tiene necesidad.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?

La manera en la que se llevo acabo la actividad fue con los personajes de intensamente, donde se les asigno por parejas y deberían ponderar las emociones mas predominantes en ellos, después compartirían con su pareja lo elegido y reflexionarían si ellos tienen la misma perspectiva del otro como de si mismo. La actividad fue muy productiva, ya que los alumnos se comunicaron, e incluso lograron entender y comprender que no es lo mismo lo que uno piensa de si, como lo que los otros lo hacen, sin embargo, la proyección solo en algunos era equivocada y lo dedujeron porque a pesar de estar ya dos años juntos por lo regular no se hablaban, no trabajaban juntos y por consecuencia solo se conocían superficialmente.

3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?

Hoy sí saben que es la autoestima, conocer cómo utilizarla les cuesta trabajo porque son adolescentes y la empatía hoy no es fundamental para ellos, para ellos la autoestima era parte incluso de soberbia, en una de las actividades mencionaban que no les importaba lo que los otros opinaran de ellos, pero al realizar esta actividad final pudieron darse cuenta de la crueldad con la que a veces se dirigían a unos, lo que opinaban unos de otros y muy importante de la importancia del control de sus emociones para tener una cultura de paz.

4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

Las actividades mas significativas fueron donde me doy valor, algo que comúnmente hago, ya que se lo que valgo, pero volver a trabajar eso en mi persona me hace delegar para no sentir estrés.

La carta al futuro me hizo llorar, ya que acabo de pasar por una perdida muy importante, y pensar que esas palabras yo se las dije en su final, la situación en la que se dio su muerte y que desde ese primero de enero me repito a mi misma no quejarse de la vida, no se vale renegar ya que tienes vida, y me ha hecho pensar que el futuro es tan impreciso que he dejado de disfrutar el presente.

La ruda de la vida me hizo entender las prioridades, las cuales las tengo muy marcadas no por mi deseo de ser, si no por los deseos de ser de mi pareja, lo cual he decidido cambiar, soy yo y después el.

Trabajar mi autonomía emocional es complicado ya que soy muy tradicionalista, sin embargo, una de las metas es ya tener trabajo estable, tener independencia económica, dejar de sufrir esa violencia económica y delegar mis hijos son grandes ya debo ver por mí. Siento soy un docente líder, pero quiero ser ese líder capaz de alcanzar y lograr las metas junto a mis alumnos.

Me gustó mucho el botiquín emocional ya que lo compartí en clase y hasta lloramos porque ver la perspectiva que tienen de cada uno de nosotros y la que tenemos de nosotros mismos fue impactante, ya que sanamos incluso con alumnos que no acostumbran a trabajar. Fue muy productivo este proyecto del cual se seguirá trabajando otras dos sesiones.

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



Organización en parejas, mientras pensaban las emociones individuales, me decían que pensaban como expresarlos, porque tenían miedo de lo que pensarían su compañero.



Las emociones que los caracterizan y el trabajo en equipo, ya que era por parejas, y expresaron cada emoción que ellos creen tener.



Aquí mis alumnos que comúnmente no expresan sus emociones estaban interesados tanto en expresarlas como en que dieran sus opiniones.



La interacción creada entre parejas y su compromiso para la actividad así como su maneja de compartir resultado muy productiva.



Esta foto me impacto ya que este alumno en todo el ciclo no trabajo, se escudo en su conducta para no estar muchas veces en mi clase, el día de la entrega de calificación final del tercer parcial, lloraba diciendo que no era su culpa ya que el estaba reportado con la sub y por eso no entregaba, cabe resaltar que subdirección esta al lado del salón y muchas veces este alumno hacia ademanes de burla a su compañeros por estar dentro y el fuera, en esta actividad reconoció que la calificación el se la gano por sus emociones que no logro controlar, y expresarlas fue un gran reto y por supuesto un gran logro.



Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar PTP del módulo 3					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.				+	
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.				+	
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.				+	
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.				+	