



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

La importancia de estas estrategias radica en varios aspectos clave como, generar una comunicación asertiva, crea espacios de confianza, apertura y seguridad, poder hacer preguntas, demostrar ideas propias, desacuerdos, el desarrollo de argumentos a sus propios pensamientos, que a demás de fortalecer su aprendizaje genera en ellos confianza, una mejor autoestima, validación de su opinión, motivación a aprender de los errores, especialmente del manejo de sus emociones.

En lo personal el desarrollo de estas estrategias es más que transmitir información aislada o que conceptualizaran los tipos de comunicación, es poder generar experiencias enriquecedoras vinculadas con las emociones, situaciones reales y aspectos personales de cada uno de ellos, por lo que en el desarrollo de las actividades pude identificar alegría y sorpresa, al poder descubrir los vínculos afectivos que hay entre mis alumnos, lo que me deja momentos de reflexión sobre las actitudes, formas de reaccionar y comportamientos con los que puedo seguir apoyando a mis pequeños; admiración de la capacidad de abrirse al dialogo asertivo fuera de las actividades que es lo más importante, que no solo se quede en esos minutos sino que se concierta en un estilo de vida para relacionarse de mejor manera en cualquier circunstancia.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo?

La comunicación se promovió mediante estas estrategias a partir de poder identificar los diversos tipos de comunicación agresiva, pasiva y asertiva, para llegar a esta última como medio de entendimiento de los demás y desarrollar la empatía, el respeto, la amistad y solidaridad, principalmente por medio del reconocimiento de las fortalezas y aspectos positivos de sus compañeros. Las estrategias cuatro a la vez y el aula de las palabras amables, me resultaron las más apropiadas siguiendo esta dinámica de cordialidad,

empatizar y reconocer las fortalezas de los demás compañeros, pudieron expresar de manera positiva características propias de sus compañeros, lo que rara vez procuran hacer, fue sorpresivo, gozoso pero sobre todo satisfactorio ver cómo algunos de los niños que son poco sociables recibían palabras de afecto o leían con mucha alegría las palabras que les dijeron o escribieron sus compañeros, pues considero que pensaban que no recibirían algún reconocimiento.

*Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva
¿por qué?*

Si bien aun existen situaciones donde no es posible tener en todo momento una comunicación asertiva, se ha procurado que los alumnos sean más conscientes del tipo de comunicación que están empleando, una frase que me ha gustado emplear con ellos para que se dejen de hacer comentarios negativos hacia otras personas es “si no hay nada bueno que decir de los demás, mejor no lo digo”, se reconoce por lo tanto un avance, pero es preciso seguir trabajando en el tono y modo de decir las cosas, porque si bien en muchas ocasiones no pretenden herir a los demás, la forma en que se expresan hace sentir incómodos a sus compañeros. Cuando los alumnos comprenden y valoran esta habilidad, están mejor preparados para expresar sus ideas, sentimientos, opiniones, incluso el conocimiento, tanto en el ámbito escolar como en la vida cotidiana, así mismo los empodera para solucionar conflictos de una manera asertiva y sobre todo a aquellos que predomina una comunicación pasiva desarrollan la capacidad de poner límites, exigir justicia y desarrollar un pensamiento crítico sobre diversas situaciones en las que no se sienten cómodos.

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

La actividad que más me gusta es la de practicar afirmaciones, aunque es una actividad que se repite durante los diferentes módulos y no tiene una carga intelectual, considero que me da mucha paz en mi corazón practicarla, me da la sensación de valor sobre lo que hago cada



día y mis esfuerzos por construir una sociedad a través de mis alumnos con valores, con amor al prójimo, que busca cada día la superación no en el sentido económico, sino en el espiritual y sobre todo en el intelectual. Muchas veces soy muy dura conmigo misma, tiendo a castigarme por no poder dar más de lo que soy, muchas veces siento que no es suficiente, por lo que estos momentos me llenan de nostalgia y me doy cuenta de que hago todo lo que me es posible hacer.

La primera actividad que me pareció un reto e interesante fue la actividad 4 análisis de mi comunicación con los demás, por el título consideraba que iba a analizar qué aspectos destacaban de la comunicación de otros, por lo que me resultaba muy sencillo, pues considero que soy muy observadora sobre estos elementos en los demás, se me facilita reconocer por su comunicación no verbal cuando están nerviosos, cuando dicen alguna mentira, cuando están emocionados, hay interés, entre otros aspectos; sin embargo, en la tabla dice: Elementos de la comunicación que uso frecuentemente, es decir los que yo empleo con ellos, por lo que me resultó un reto, debido a que generalmente no pongo atención en mi forma de comunicarme con los demás, siempre he considerado que trato de ser lo más asertiva y entendible, pero plasmarlo de manera escrita fue complicado, considero que es algo a lo que tengo que prestar más atención especialmente al comunicarme con mis alumnos y mantener esta cordialidad también de mi parte.

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



Rúbrica PTP 2

Instrumento para evaluar PTP del módulo 2					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.				x	Explico de manera clara más de tres sentimiento o emociones que me generan las actividades realizadas como la alegría, satisfacción, admiración y sorpresa que me genera ver a mis alumnos sentirse felices de los comentarios que les hacen.
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.				x	Se explicó los tipos de comunicación, se realizaron ejemplos, los alumnos desarrollaron la actividad 4 a la vez Y el aula de las palabras amables, se trabajó sobre una frase base para las actividades, que dio el eje a los que se quería lograr, reconocer los aspectos positivos de sus compañeros y hablarse con cordialidad.
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.				x	Describo como las actividades del módulo me ayudan a ir construyendo también una paz interior conmigo misma, sanar aquellas heridas emocionales, mediante la actividad de afirmaciones, cómo es importante

					también reconocer mi forma de comunicarme con los demás, mi lenguaje verbal y no verbal.
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	Se agregan 4 fotografías de mis alumnos realizando las actividades mencionadas.