



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

Con el grupo de niños y niñas de 3ro de primaria que trabaje, es un grupo que ya con anterioridad había estado trabajando la importancia del manejo conductual lo cual ayudo a que fueran más receptivos hacia las actividades.

El escuchar su sentir y pensamientos me hizo comprender como desde el ambiente que se genera en el aula se puede propiciar el que los alumnos manifiesten una comunicación asertiva y efectiva, esto dependiendo de la actitud del docente, debido a que comentaron que algunos niños que no tienen la confianza de poder solicitar ayuda a su docente titular debido a que se enoja, esto genero en mi una emoción de frustración y enojo porque creo que se debe de estar abierto a la comunicación con los alumnos.

Para mi en mi trabajo como psicóloga en el aula, la principal herramienta de trabajo para que aquello que yo planeo sea exitoso depende en gran medida del ambiente que genere en el aula, por lo que por lo regular inicio mis actividades de manera respetuosa y empática para generar en mis estudiantes emociones como alegría, felicidad y sobre todo me preocupo por aquellos niños que son tímidos y retraídos que por lo regular son quienes no comunican sus ideas y pensamientos mucho menos su sentir.

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

Respetando las opiniones de cada uno de los niños y niñas, no menospreciándolas ni haciendo desacreditándolos, la mayoría de las ocasiones me gusta que los niños analicen todo aquello que comunican en función no solo de que emoción experimentan ellos, sino que también tengan en cuenta la emoción que sus palabras genera en los demás.

Por lo que la mayoría de las ocasiones uso el “parafraseo” para que ellos reflexionen sobre su comunicación. Asimismo, cierro las actividades dando las gracias por trabajar conmigo y ser participativos, lo que genera tanto en mis estudiantes como en mi emociones de agradecimiento, alegría y ganas de volver a trabajar juntos.

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

Al realizar el cierre de la actividad “veo y siento que es” se dieron cuenta que en ocasiones no tenemos las palabras correctas para definir algún objeto o comunicar alguna idea lo cual tiene como consecuencia que los demás comprendan otra cosa totalmente diferente.

Reconocen que antes de poder emitir un mensaje tenemos no solo que encontrar las palabras correctas sino que también la forma en la que las emitimos (tono, intensidad, gestos, proximidad hacia el otro) para que el receptor del mensaje comprenda exactamente lo que nosotros queremos comunicar.

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

Una de las actividades que me generó o movió ciertas concepciones sobre mi persona es la relacionada con la comunicación no verbal, por lo regular al comunicar mis ideas, pensamientos o emociones utilizo un lenguaje claro, preciso acorde con mi interlocutor esta habilidad la he ido puliendo al relacionarme con distintas personas (diversas en sus formas de ser, educación, valores, etc.) sin embargo, cuando las emociones que me genera el comunicarme con ciertas personas, tratar ciertos temas o en ciertos contextos son desagradables mi comunicación no verbal sale a flote de manera negativa, por lo que mi cuerpo con mi postura y mis expresiones faciales no son las adecuadas.



Esta es un área de oportunidad para mí y creo que una forma de comenzar es reconocer en el momento las emociones que me bloquean (enojo, desagrado, indiferencia, ansiedad, etc) con el objetivo de autorregularlas o incluso de poder comunicar al otro que en ese momento no estoy en la mejor disposición para atenderlo.

Con esto ya tengo tiempo trabajando, me defino como una persona que le gusta ayudar, escuchar, pero en ocasiones pongo a los demás por encima de mis sentir y es algo que estoy trabajando y ahora con este taller reafirmo mi pensar y sentir en relación a mi autoconocimiento.

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





## Rúbrica PTP 2

<b>Instrumento para evaluar PTP del módulo 2</b>					
<b>Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión</b>					
	<b>Insuficiente</b>	<b>Suficiente</b>	<b>Satisfactorio</b>	<b>Destacado</b>	
<b>Indicadores</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>Observaciones</b>
1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.					
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.					
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.					
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					