



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

Mtra. María Araceli Vázquez González.

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

Al desarrollar las actividades de este módulo respecto a los pensamientos y emociones tanto de mis alumnos como en lo personal fueron positivas y de aprendizaje. Trabajar y expresar los sentimientos y emociones como la felicidad, la calma, la tristeza, la ira, etc. como necesidad para la comunicación. El tener conciencia que a través de la comunicación verbal y no verbal podemos transmitir esas emociones y que depende de ellas para lograr una comunicación o mensajes efectivos.

Por lo que se logró con la comunicación emocional trabajada en esta semana, transmitir nuestras emociones entre alumnos, docente y viceversa.

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

La comunicación asertiva se promovió al desarrollar y trabajar precisamente con las diferentes estrategias y actividades sugeridas, como el explicar a mis alumnos que hay 2 tipos de comunicación la verbal y no verbal y que a través de ellas damos a conocer o entender un mensaje negativo o positivo. Además, los alumnos participaron haciendo diferencias entre los tipos de comunicación agresiva, pasiva y asertiva a través de las ejemplificaciones desarrolladas (Act. El dragón y la tortuga), que la comunicación asertiva es una habilidad de las personas para poder expresar nuestros sentimientos y pensamientos de forma positiva. Sobre la importancia de saber escuchar y ponerse en los zapatos de otros para poder trabajar la empatía, logrando así el manejo y la solución de conflictos llegando a acuerdos benéficos para todos.

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

Mis alumnos hoy conocen la importancia de la comunicación asertiva porque se involucraron en la estrategias y actividades llevadas a cabo durante la semana y al escuchar sus conclusiones al término de estas, expresaban sus emociones, pensamientos, ideas y daban solución adecuada ante los conflictos. Ejemplificaban posibles soluciones a diferentes problemáticas, destacando en si el rol de las emociones positivas para poder logra dar un mensaje adecuado al expresarse de forma verbal y no verba. La mayoría pueden identificar que hay situaciones injustas, de obstáculos y cómo llegar a una solución pacífica evitando la comunicación dragón o tortuga.

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

Las actividades más significativas para mí fueron el trabajar los ejemplos de la clasificación de frases según el tipo de comunicación, también el reflexionar las situaciones de comunicación agresiva y pasiva para dar solución o transformarlas en una comunicación asertiva (El dragón, la tortuga y el pulgar arriba). También fueron significativas las actividades “El aula de las palabras amables y Veo y siento ¿qué es?”.

Pongo en práctica las actividades mencionadas como actividades de retroalimentando en la jornada escolar, ya que los conflictos que se presentan en clase por pequeños que sean, me permite poner en práctica las actividades del módulo. Además, en lo personal pongo en práctica estos aprendizajes en mis emociones al comunicarme de forma más asertiva con mis alumnos de una forma más apropiada, aprovechando así, el trabajar a la par con los contenidos, valores del mes (la humildad, la empatía).

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

ACTIVIDADES

1. El aula de las palabras amables.

En las fotografías se muestra la realización de esta actividad sugerida. Explicué primeramente el objetivo de la actividad, di las indicaciones (escribir palabras positivas a sus compañeros) y finalmente pedí expresar sus emociones, pensamientos y cómo se sentían.



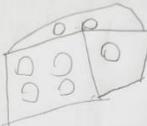
2. Veo y siento, ¿Qué es?

Esta estrategia la realicé primero explicando las indicaciones (dibujar el objeto que el compañero describe) y después el propósito. Los alumnos estuvieron muy entusiasmados al desarrollarse la actividad por lo que se extendió hasta que todo participaron.





Veoy siento, ¿qué es?



Nombre: Sarah Angie Garcia Muy bien
 ¿Fue fácil o difícil cumplir con el objetivo de este juego? ¡Eres muy inteligente!
 Fue fácil ✓
 ¿Para quién fue más sencillo el juego, para quien describió o quien dibujo?
La quien describió ✓
 ¿Qué emociones experimentaron ambas personas mientras realizaban el juego?
tristes y angustia ✓

Veoy siento, ¿qué es?



Dulce Sofia Montalvo Anaya
 ¿Fue fácil o difícil cumplir con el objetivo de este juego? ¡Excelente trabajo!
Semejante difícil ✓
hizo
 ¿Para quién fue más sencillo el juego, para quien describió o quien dibujo?
para el que describió ✓
 ¿Qué emociones experimentaron ambas personas mientras realizaban el juego?
emocionada y feliz ✓

3. El dragón, la tortuga y el pulgar arriba.

La actividad la llevé a cabo primero explicando al grupo en qué consistía la comunicación pasiva, agresiva y asertiva, se trabajaron situaciones para ejemplificar estas comunicaciones. Posteriormente algunos alumnos actuaron situaciones los 3 tipos de comunicación y los demás tenía que identificar qué tipo de comunicación se trataba.



PRACTICANDO RESPIRACIÓN EN CALMA.

Las actividades practicando respiración en calma, se sintiente, practicando las afirmaciones, la gratitud, etc., las desarrollo durante la jornada de día a día.

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 | |
| 2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2. | | | | x | |
| 3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2. | | | | x | |
| 4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo. | | | | x | |