



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

En la explicación de las actividades a los alumnos, en un primer momento, observe en alguno de ellos un poco de temor, porque pensaban que no iban a recibir palabras amables. Seleccioné la actividad “**El aula de las palabras amables**”, le pedí a cada alumno que se colocaran en la espalda una hoja para que sus compañeras o compañeros le escriban palabras positivas o amables. Al terminar la actividad vi sus caritas de sorpresa, una gran sonrisa y felicidad. Me comentaron que no pensaron que les fueran a decir esas palabras tan bonitas, expresaron que sentían felices por lo que recibieron. En la actividad “**Cuatro a la vez**” los alumnos reconocieron la importancia de la comunicación no verbal y como es tan importante para la persona que observa los gestos, señas, ademanes y aproximaciones. En esta actividad al principio les costo trabajo permanecer en silencio y comunicarse solo lenguaje no verbal, pero después entendieron muy bien lograron reflexionar y concluir sobre el trabajo en equipo.

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

Al explicarles las actividades fui clara y concreta, también establecimos las reglas.

Se dio un espacio para resolver dudas o comentarios antes de la actividad. Escuchamos respetuosamente lo que sintieron y las emociones que experimentaron al finalizar la actividad, destacando la empatía, la escucha activa y la comunicación verbal y no verbal.

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

Los alumnos pudieron experimentar consciente, clara, abierta y respetuosamente la comunicación de ideas, emociones, pensamientos y sentimientos sin el temor de ser juzgados. Identificaron y valoraron la magia que tiene el decir y escuchar palabras amables

y positivas. Escucharon con interés y empatizaron con sus compañeros al compartir las experiencias de estas actividades.

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

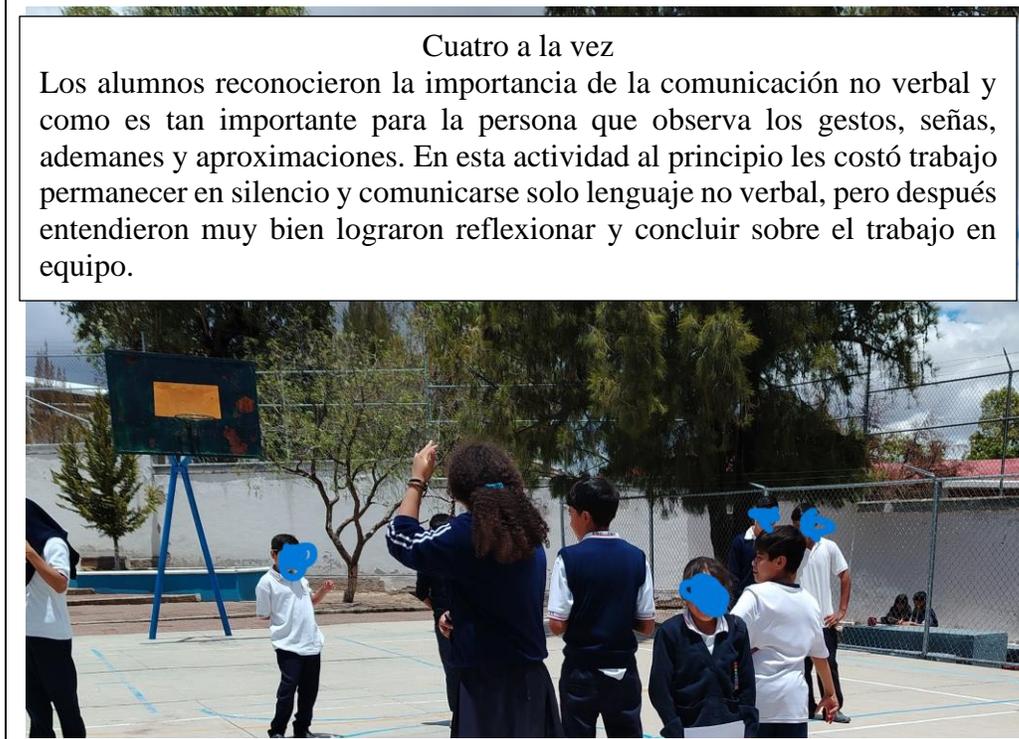
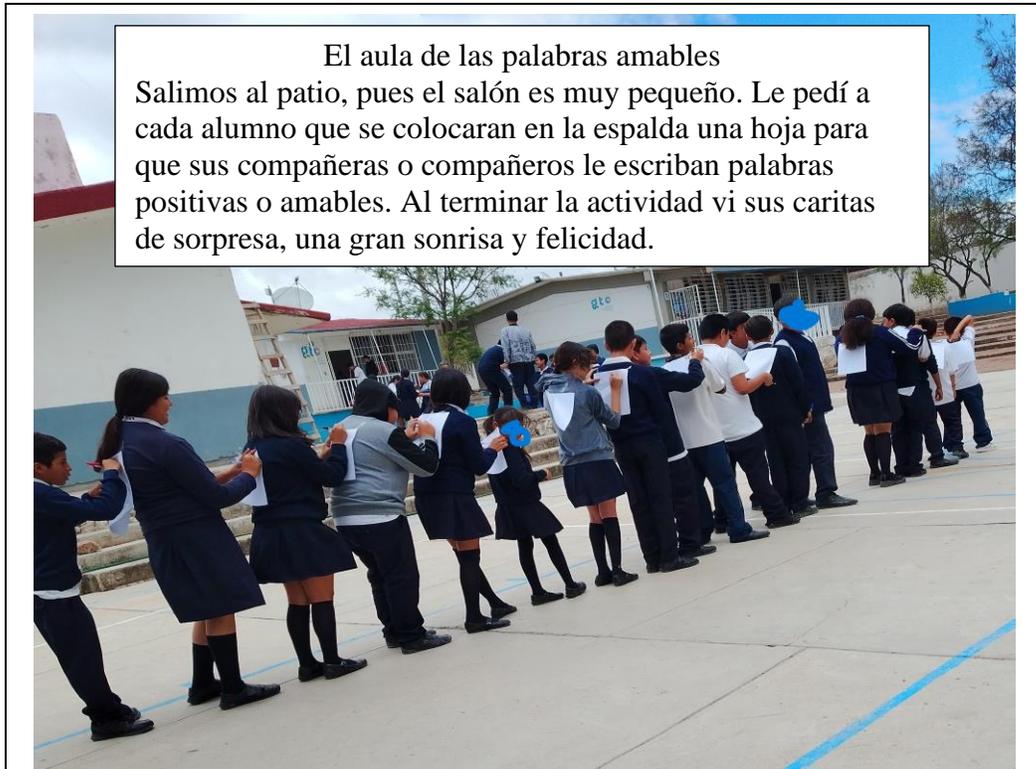
Para mis las actividades más significativas fueron:

Los rostros que comunican. Esta actividad me hizo reflexionar sobre la importancia de observar a los alumnos, a las personas que me rodean, para reconocer las emociones o situaciones que están viviendo y que quizás se les dificulte expresar con palabras. Poder preguntar ¿Te pasa algo? ¿Cómo te sientes? ¿Puedo ayudar? Sea un paso para poder escuchar y ayudar a que exprese sus emociones o pensamientos.

El dragón y la tortuga: Clasificar cada frase con el tipo de comunicación me permitió identificar como me comunico comúnmente según la situación que se presente. Pude comprobar, que la mayoría de las veces, en el ámbito laboral tengo una comunicación pasiva, la cual no me gusta y desde este momento me prometo y comprometo a trabajar en cambiar a una comunicación asertiva.

¿Por qué es tan importante aprender a escuchar?: Porque yo me dirijo con las personas con la regla de oro que menciono Victor Küppers “Trata a los demás como te gustaría que te trataran a ti”. Siempre trato a las personas con respeto, tranquilidad, claridad, empatía. Escuchando conscientemente lo que me dice la otra persona, mostrarle interés por lo que me platica o expresa, y no tener prejuicios.

5. 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	
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	