



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

La comunicación asertiva es un estilo de comunicación en el cual una persona expresa sus pensamientos, sentimientos y necesidades de manera clara, directa y respetuosa, sin agredir ni someterse a los deseos de los demás. Es una habilidad crucial para las interacciones efectivas y saludables, tanto en el ámbito personal como profesional. La comunicación asertiva ayuda a mejorar las relaciones interpersonales, resolver conflictos de manera constructiva y aumentar la autoestima y la confianza en uno mismo.

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

La comunicación asertiva se promueve a través de varias estrategias y prácticas que ayudan a expresar pensamientos, sentimientos y necesidades de manera clara y respetuosa. Promover la comunicación asertiva requiere práctica y compromiso, pero sus beneficios incluyen relaciones más saludables y efectivas, así como una mejor resolución de conflictos.

1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué? Mejora las relaciones interpersonales: Permite expresar pensamientos, sentimientos y necesidades de manera clara y respetuosa, lo que fomenta la comprensión y el respeto mutuo. Reduce conflictos: Al comunicarte de manera asertiva, se minimizan los malentendidos y se manejan las diferencias de opinión de manera constructiva, evitando escaladas de conflicto. Aumenta la autoestima y la confianza: Expresar tus necesidades y opiniones de manera asertiva te ayuda a sentirte más seguro de ti mismo y a respetarte, lo que refuerza tu autoconfianza.

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

Las comunicaciones pueden clasificarse de diversas maneras, dependiendo del contexto, del canal utilizado, del propósito y del número de participantes.

1.- Según el canal utilizado:

Comunicación verbal: Utiliza el lenguaje hablado o escrito.

Oral: Conversaciones, llamadas telefónicas, discursos, reuniones.

Escrita: Correos electrónicos, cartas, informes, mensajes de texto.

Comunicación no verbal: Incluye gestos, lenguaje corporal, expresiones faciales, postura y tono de voz.

2.- Según el número de participantes:

Comunicación intrapersonal: Ocurre dentro de una misma persona, es decir, el proceso de pensar o reflexionar.

Comunicación interpersonal: Entre dos personas. Ejemplos: conversaciones cara a cara, llamadas telefónicas.

Comunicación grupal: Entre tres o más personas. Ejemplos: reuniones de equipo, discusiones en grupo.

Comunicación de masas: Dirigida a un gran público a través de medios como la televisión, la radio, internet, prensa.

3.- Según el propósito o intención:

Comunicación informativa: Transmitir datos o información. Ejemplos: noticias, informes.

Comunicación persuasiva: Intentar influir en las creencias, actitudes o comportamientos de otros. Ejemplos: publicidad, discursos políticos.

Comunicación expresiva: Expresar sentimientos, emociones o pensamientos. Ejemplos: arte, literatura, música.

Comunicación instructiva: Dar instrucciones o enseñar algo. Ejemplos: manuales, clases, tutoriales.

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		

NOTA: ES UNA POSIBILIDAD DE RESULTADO, YA QUE NO ESTOY CON GRUPO.