



TALLER: LA AUTONOMIA
EMOCIONAL PARA LA
PROFESIONALIZACION DEL
DOCENTE

PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL 3ERA PARTE

**NOMBRE: Gely Yesenia
Estañol Mezeta**

Asesora: Angelica
Hurtado



Formato de PTP 3

Módulo 3

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

Durante el recorrido de todas las actividades en general se han emergido emociones placenteras y no tan placenteras, desde desespero por lograr terminar las actividades a tiempo, frustración, hasta felicidad y calma, mucha calma; se hicieron presentes pensamientos de reflexión, autoevaluación, reconstruirnos tanto en lo personal como en lo profesional, desde mi opinión considero que este taller ha sido uno de los más enriquecedores que he tomado, sobre todo la importancia que tienen por trabajar desde la persona antes que el docente, pues como bien mencionan antes que ser docentes como seres humanos con mil pensamientos, diferentes sentimientos y diversas emociones.

Las estrategias, los conceptos, las definiciones, los ejemplos, los ejercicios y las actividades son los adecuados para hacer este aprendizaje significativo sin duda las considero retomar en mis próximas planeaciones es uno de mis objetivos.

Mencionando a grandes rasgos el módulo tres, te genera una perspectiva de como estas llevando tu vida, una actividad que permitió visualizarla es en la rueda de la vida, dando un panorama de las prioridades y como imaginas tu vida futura, otro punto a mencionar es el desarrollo correcto del liderazgo en todas las áreas que te encuentras, las preguntas generadoras para trabajar y reflexionar sobre la autonomía emocional, entre otros temas, todo esto nos deja este módulo.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?

En el autoconocimiento y la autocomprensión al utilizar frases y actividades motivadoras, así como retadoras. Este taller además de favorecer el aprendizaje permita aprender a querernos, respetarnos y cuidar de nosotros mismos, este apreciado autorreconocimiento se construye a través de reconocer las emociones y los sentimientos como principal herramienta.

3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?

Para ellos fue una concepto un poco complejo ya que no buscaban como explicarlo, pero a través de las actividades fue mejorando la comprensión del tema, sobre todo con la actividad de Mi trébol de cuatro donde se percataron lo extenso que es hablar de la autoestima y todo lo que converge en ella, en la actividad el Regalo pudieron observar y escuchar lo importante que son y que a pesar que hay cosas que mejorar tienen muchas cosas a su favor para tener una buena autoestima, en la última actividad que fue un paseo por el bosque entendieron mucho mejor todo lo que significa la autoestima, al momento de pensar en lo que pondrían en las raíces, ramas y frutos se fueron percatando todo lo bueno y bonito que es la autoestima, el cuidarla, respetarla y mejorar cada días les dio mayo significado el tema, sin embargo este tema debería de reforzarse tanto con nosotros como padres como en la escuela con maestros y compañeros.

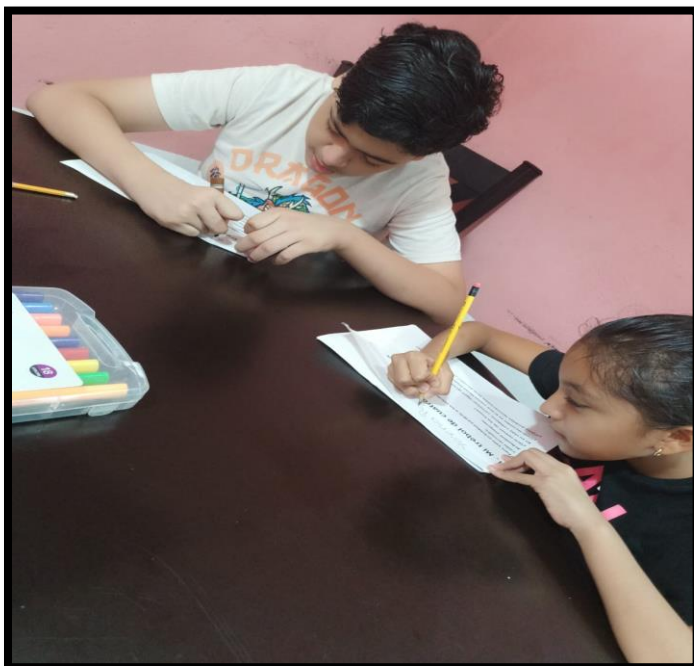
4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

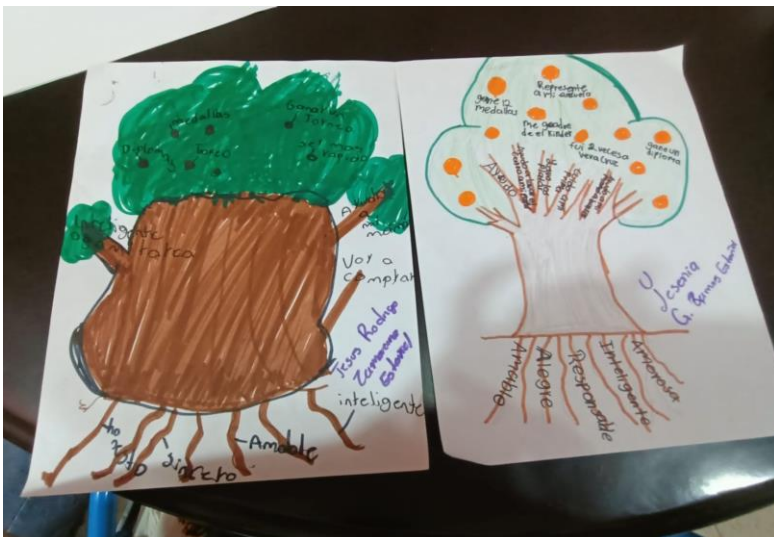
Considero la rueda de la vida y trabajando mi autonomía emocional, el reflexionar y detenerte un momento para observar el nivel de equilibrio que tenemos en nuestras vidas, que estamos priorizando es necesaria y de importancia, contestar las preguntas; ¿qué puedo mejorar?, ¿cómo cambiarlo? o ¿qué pasos debo llevar a cabo?, son la guía a un cambio verdadero. Autoanalizarte para cuidarte, respetarte, escuchar esas necesidades tanto físicas como emocionales, ser consciente de tus cualidades y áreas de oportunidad realmente te dan un panorama del rumbo que debes seguir para estar bien y si estas bien se refleja en tu trabajo, familia y sociedad.

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



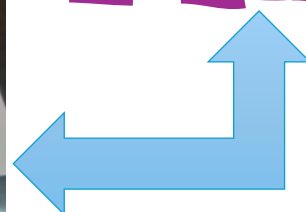
Actividad 1 Mi trébol de cuatro
En esta actividad los estudiantes se les indican que lean y que repitan las frases de cada recuadro, después dieron respuesta a las preguntas.





Actividad 2 Un paseo por el bosque

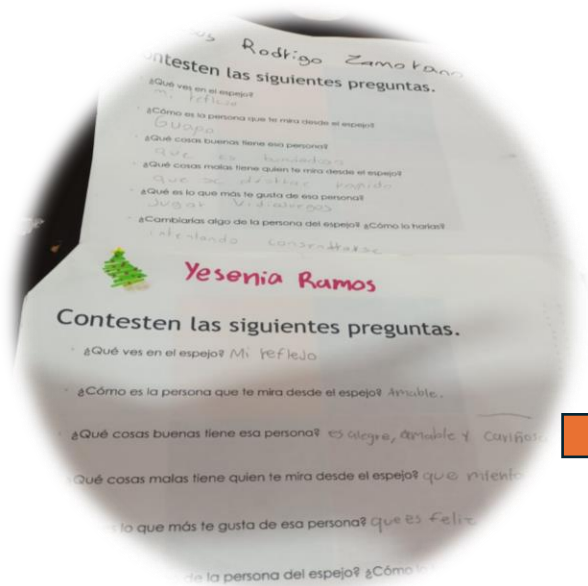
Los alumnos realizaron el dibujo de un árbol donde escribieron en las raíces las cualidades positivas que cada uno considera tener, en las ramas, las cosas positivas que hacen y en los frutos, los éxitos o triunfos que hayan logrado.





Actividad 3 El regalo

Los alumnos se les indicara lo siguiente: En esta bolsa de regalo se encuentra el contenido más hermoso y valioso que puedan imaginar. Qué imaginan que contenga la caja o qué les gustaría que fuera.



Después que los alumnos descúbrano el regalo del abolsa, contestaran unas preguntas sobre su reflejo

Instrumento para evaluar el PTP 3

EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.				
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.				
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.				
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.				