

Las
flores
del
jardín



Yo en esta evaluación me he quedado con los videos de Mario, porque decía cosas que me gustaban y que tenían sentido y además tenía razón.

Con nuestra persona sobresaliente (porque queremos poderlos y nos lo merecemos)

Con las emociones, negativas y positivas, que no te tienes que infravalorar porque nadie es perfecto, todo el mundo tiene algún que otro defecto y errores y los defectos y errores están para corregirlos. Que las palabras no se oas eleva el viento ~~se~~ crean realidades, que tengamos cuidado a quién y como decimos las cosas.

Con lo de las hojas últimas que diste de como se sentirían esas personas por haber hecho lo que hicieron (mal, bien, ...)

Y por último yo nunca había pensado en lo de nuestra persona sobresaliente, nunca antes había "hablado" con ella, y ahora que lo hago ~~veo~~ veo las cosas desde otro punto de vista. Porque aunque parezca una tontería si sacas lo mejor de ti y de las cosas que te pasan viviras con una mente positiva. Porque no puedes tener una vida positiva con una mente negativa.



En la segunda evaluación he aprendido a saber cual es la parte sobresaliente de mi y me he quedado con las mociones positivas y menos negativas.

De la 2ª evaluación he aprendido a saber vivir con los inconvenientes que pone la vida.

A pesar de que yo nunca me he valorado, ahora sé lo importante que es, por eso poco a poco he ido meditando que cada día aunque no lo crea, siempre hay emociones positivas.

No hay que ser duras con nosotros, sino con los problemas. Las frases que decía Mario Puig tienen poder de hacer recapacitar a cualquier persona.

Todos somos capaces de encontrar nuestra parte sobresaliente, debería escucharme a mí misma y tratar de cambiar mi manera de llevar los problemas, por que los pensamientos negativos a mi propia identidad solo consigo aferrarme a emociones, pensamientos y hechos negativos.

Hay que proponerse crecer cada día más como personas, realizar una lista de propósitos y llevarlos a cabo. Siempre intentando que el final sea positivo.

Onessa Pérez Simón.

12/02/13

CH AL: me e quedado como sacar mi parte sobre
suficiente, y expresar mis emociones sin errores.

FATHI MALKI

12/2/013

He quedado con los consejos de Masio Alonso Ruiz
En el video que nos puso usted. ~~pero~~.

Que las personas pensemos de manera diferente, y
también hay quien se valora y quien no.

Pero Mario, dijo que por un ~~un~~ esfuerzo que
hacemos nos tenemos que valorar y querernos y no
culparnos a nosotros mismos siempre.

y también las palabras que empiezan por Soy hay
que tacharlas, o decir las pero con buena intención.

Yo en esta evaluación de FEL me he quedado sobretodo con la manera de sacar mi lado sobresaliente, ya que nunca había pensado en hacer eso. He hablado conmigo misma y me he sentido bien, ya que no solo lo he experimentado en clase sino también en momentos en los que me he sentido frustrada o con emociones negativas y he sabido salir de ellas pensando y reaccionando de distinta manera a la que lo hacía antes y no funcionaban tan bien las cosas. He experimentado emociones positivas durante este trimestre, tanto en clase como fuera de ella, he sabido sacar mi lado sobresaliente y aprovecharlo.

¿ Con qué nos hemos quedado en la 2ª evaluación de FEL?

- con la parte sobresaliente
- con los videos de Mario Alonso y sus libros
- con las emociones positivas.
- con las frases de "tenemos que"
- con las expresiones de la casa (tristesa, alegría...)
- con lo mejor de nosotros mismos.
- con el contacto de palabra (esquema diseñado por nosotros)
- el dibujo de la casa que yo hice y compartí en clase
- compartir las emociones positivas con el resto de la clase.

Con que me te quedado en el 2 trimestre / evaluación de FEL.

Me te quedado con el video de Mario Puig.

Me te quedado con las frases que habia que hacer / Hay que, tenemos que.
Con las emociones.

Te aprendido sacar mi parte sobresaliente.

Las expresiones faciales.

La mejor versión sobre mi.

Patricia Martínez

12.02.2013

Me he quedado ^{con} muchas ^{cosas}, entre las cuales es conocerme muchísimo mejor a mí misma, ha tener más confianza, ha saberme valorar, ha querirme más y ha ser mejor persona con mí misma. He aprendido a sacar mi parte sobresaliente.

He experimentado sensaciones que nunca había sentido, como saber como se siente la otra persona, o sea la EMPATIA.

Me ha ayudado mucho esto, ha reflexionar sobre lo que hago y las consecuencias que conllevarán mis actos para bien o para mal.

Actos positivos que he echo y las consecuencias para bien que me han salido gracias al acto que he ido haciendo. (también los negativos)

también sobre "la culpa" que nadie es culpable de lo que ha echo sino responsable, aunque, pensando bien, yo no opino lo mismo, si alguien hace algo que luego se arrepiente es culpable y también responsable, claro esta.

Una de las cosas que me hicieron mucho recapacitar fueron los videos de Mario, que me han demostrado mucho y a ver cosas que antes no sabía ver, por cualquier motivo. Ha que uno no es mejor que otro que somos iguales pero ^{a veces diferentes}.

A ver las expresiones de la cara, ha que cada uno piensa de una forma distinta y hay que respetar su opinión aunque no sea igual que la tuya.

Yo pensaba que todo esto no tenía nada que ver con esta asignatura, pero al final me di cuenta que sí, que sirve mucho todo lo que nos ha ido enseñando Luno. también he aprendido ha ser más responsable.

Me ha gustado mucho este trimestre, me ha enseñado muchas cosas que no sabía y eso me gusta. Ha sido todo muy interesante.