##### Escuela Normal De Educación Preescolar

##### Licenciatura En Educación Preescolar

##### Ciclo Escolar 2021-2022

##### Tutoría

##### Maestra: Karla Griselda García Pimentel

##### Alumna: Montserrat Rodriguez Rivera. #15

##### Línea de acción 3. Orientación profesional. Programa para generar raíces con su alma mater

##### Ejercicio no. 1. Inventario final de fortalezas y debilidades.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aspectos del yo.** | **Fortalezas** | **Debilidades** |
| **Yo físico.** |  |  |
| Salud y conducta física. | Tengo un buen estado de salud. | No cuido mucho de ella.  |
| Deportes. | Me propongo a hacer ejercicio.  | Por falta de organización no lo logro.  |
| Dieta y nutrición. | Me gusta comer saludable. | No me gustan muchas comidas.  |
| Apariencia. | Me gusta mucho arreglarme, verme bien.  | Solo lo hago cuando tengo ganas.  |
| Otros. |  |  |
| **Yo social** |  |  |
| Amigo | Trato de ayudar a mis amigos siempre.  | Puedo ser ausente en ocasiones.  |
| Hijo/hija | Atiendo todo lo que se me pide.  | No soy muy afectuosa. |
| Novia (o)/esposa (o) | Estoy en el momento que me necesiten.  | Soy desconfiada.  |
| Ciudadano/miembro de la comunidad | Trato de ser amable en todo momento.  | No me gusta rodearme de muchas personas.  |
| Empleado | Cumplir con lo que se ordena.  | Soy impuntual.  |
| Estudiante | Cumplo con lo que se me indica.  | Soy muy desorganizada.  |
| Compañero de cuarto |  |  |
| Compañero de clase | Trabajo con las compañeras.  | Soy distraída.  |
| Miembro de un equipo o grupo (porejemplo: deportes, banda, club, etc.) | Atender indicaciones.  | Me gusta mucho hablar.  |
| Otros. |  |  |
| **Yo personal** |  |  |
| Experiencias personales | Me gusta aprender cosas nuevas.  | Me falta arriesgarme y dejar de tener miedo. |
| Rasgos únicos | Cuando quiero mucho a las personas doy un apoyo incondicional y me preocupo.  | Me aisló de las personas por temor a ser juzgada.  |
| Personalidad | Trato de ver lo positivo de las cosas.  |  |
| Yo espiritual | Buscar la fortaleza que necesito en dios.  | Dudar de el cuándo hay situaciones que me generan dolor. |
| Hábitos | No tengo hábitos.  | Soy una persona que deja todo al final y es desorganizada.  |
| Actitudes/opiniones | Soy responsable, honesta. | No me gusta que otras personas me den opiniones públicamente.  |
| Ideas/pensamientos | Soy buena con ideas nuevas.  | No las expongo por temor a equivocarme.  |
| Otros |  |  |