##### 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 (por  ejemplo: 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 |  |  |