**Escuela Normal de Educación Preescolar**

Licenciatura en educación preescolar

CICLO ESCOLAR 2020 - 2021



**Curso**

Tutoría Grupal

**Maestra**

Karla Griselda García Pimentel

**Alumna**

Yamile Margarita Mercado Esquivel N.L. 9

4° “A”

 **Línea de Acción 3 “Orientación profesional. Programa para generar raíces con su alma mater”**

Saltillo, Coahuila a 01 de noviembre del 2021

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

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aspectos del yo** | **Fortalezas** | **Debilidades** |
| **Yo físico** |  |  |
| Salud y conducta física. | Ejercicio diario y dieta balanceada | Cuidado de la cara y personal  |
| Deportes. | Habilidad, destreza y ganas de aprender  | Jugar en algún equipo  |
| Dieta y nutrición. | Perseverancia, ganas y metas  | Aburrimiento o desmotivación  |
| Apariencia. | Sentido del humor y versatilidad  | Cuidado de la cara y cuerpo  |
| Otros. | Curiosidad y disposición para aprender  | Pensamientos negativos  |
| **Yo social** |  |  |
| Amigo | Disposición, escucha activa y amistad | Toxicidad  |
| Hijo/hija | Apoyo incondicional y amor  | Liderazgo y libertad  |
| Novia (o)/esposa (o) | Trabajo en equipo y amor  | Toxicidad, celos y libertinaje  |
| Ciudadano/miembro de la comunidad | Liderazgo, justicia y empatía  | Responsabilidad social  |
| Empleado | Compromiso y responsabilidad  | Impuntualidad y organización desequilibrada  |
| Estudiante | Inteligencia, responsabilidad y organización  | Trabajo en equipo, impuntualidad y malentendidos  |
| Compañero de cuarto | Liderazgo y amistad  | Organización de actividades  |
| Compañero de clase | Amistad, compañerismo y lealtad  | Libertad y organización  |
| Miembro de un equipo o grupo (porejemplo: deportes, banda, club, etc.) | Liderazgo, amistad, justicia y responsabilidad  | Impuntualidad y organización  |
| Otros. | Amor propio y corresponsabilidad  | Desacuerdos |
| **Yo personal** |  |  |
| Experiencias personales | Aventurera, cuidadosa y perseverante  | Tomar malas decisiones  |
| Rasgos únicos | Sentido del humor y personalidad única  | Pensamientos e ideas directas  |
| Personalidad | Alegría, empatía y comunicación  | La forma de hablar  |
| Yo espiritual | Amor al prójimo y enseñanza de Dios a los demás  | Dejar de ir a la iglesia y alejarme de Dios  |
| Hábitos | Ejercicio diario y organización de actividades  | Desorganización por temporadas o tiempos cortos  |
| Actitudes/opiniones | Comentarios constructivos y directos  | Malentendidos y peleas  |
| Ideas/pensamientos | Libertad, amor y congruencia  | Ideas únicas o mal vistas por los demás  |
| Otros | Trabajo, responsabilidad y solidaridad.  | Desacuerdos  |