**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 (por  ejemplo: 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 |