**ESCUELA NORMAL DE EDUCACION PREESCOLAR**

**Licenciatura en Educación Preescolar**

**CICLO ESCOLAR 2021-2022**



**LINEA DE ACCION 3. ORIENTACION PROFESIONAL. PROGRAMA PARA GENERAR RAÍCES CON SU ALMA MATER.**

**CURSO: TUTORIA GRUPAL**

**MAESTRA: KARLA GRISELDA GARCIA PIMENTEL**

**ALUMNA: EVA CAMILA FONG GONZALEZ**

**N° DE LISTA: 4**

**4°”B”**

**SEPTIMO SEMESTRE**

**SALTILLO, COAHUILA 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. | Me cuido y evito enfermarme para cumplir en todas las posibilidades con mis actividades. | Cuando me enfermo, mis defensas bajan y me debilito mucho. |
| Deportes. | Me gustan los deportes. | No practico alguno ya que no tengo tiempo para realizarlos. |
| Dieta y nutrición. | Reconozco una buena alimentación. | Los tiempos de comida en ocasiones suelen ser a destiempo. |
| Apariencia. | Me gusta como soy físicamente. | Aunque me gusta como soy puede haber ciertas inseguridades. |
| Otros. |  |  |
| **Yo social** |  |  |
| Amigo | Soy muy empática, soy como me gustaría fueran conmigo. | Suelo tomar mucha confianza rápidamente y no siempre es bueno. |
| Hijo/hija | Soy amorosa y muy agradecida. | Tengo un apego muy fuerte con ellos. |
| Novia (o)/esposa (o) | Reconozco la importancia de una buena comunicación. | Puedo ser poco emotiva |
| Ciudadano/miembro de la comunidad | Soy coherente con mis acciones y palabras. | Existe mucha injusticia y eso me decepciona mucho. |
| Estudiante | Soy cumplida y responsable | Me exijo mucho y en ocasiones me frustro. |
| Compañero de cuarto | Soy organizada | No me considero perfeccionista, pero me gusta que las cosas se hagan bien y en ocasiones la gente no comparte los mismos intereses. |
| Compañero de clase | Me gusta trabajar en equipo. | No siempre se trabaja equitativamente. |
| Miembro de un equipo o grupo (por  ejemplo: deportes, banda, club, etc.) | Soy respetuosa. | Me gusta ayudar mucho y no siempre recibo lo mismo. |
| Otros. |  |  |
| **Yo personal** |  |  |
| Experiencias personales | Soy una persona fuerte y con objetivos claros. | Soy muy exigente conmigo misa. |
| Rasgos únicos | Empeño a lo que quiero. | Soy dudosa. |
| Personalidad | Soy alegre y amigable. | Demasiada empatía y dejar de pensar en mi en ocasiones. |
| Yo espiritual | Tengo clara mi religión. | Suelo tener miedos. |
| Hábitos | Tengo horarios establecidos para mis actividades. | Me distraigo fácilmente. |
| Actitudes/opiniones | Tengo carácter | Puedo desesperarme rápido. |
| Ideas/pensamientos | Soy creativa | Soy terca y definido mucho mis ideas. |
| Otros |  |  |