Escuela Normal De Educación Preescolar

CICLO ESCOLAR

2022-2023



**TUTORIA GRUPAL**

ALUMNA:

ALESSANDRA ESCOLASTIO RUIZ

#7

GRUPO: C

SEMESTRE: 3

DOCENTE:

CELIA OLIVIA CHAPA MONTALVO

UNIDAD 1

SALTILLO, COAHUILA.

12/09/22

**Ejercicio no. 1 Mi autoconcepto.
Para el estudiante.**

 **Instrucción:** Elabora un inventario honesto de tus fortalezas y debilidades. Como una ayuda para organizar tus pensamientos, utiliza la tabla siguiente.

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Aspectos del yo**  | **Fortalezas** | **Debilidades** |
| **Yo físico** | Estoy sana y me gusta como me veo | A veces no me queda la ropa como quiero |
| Salud y condición física | Tengo condición y salud | A veces me duele la rodilla |
| Deportes | Me gusta mucho la natación y soy muy fuerte y resistente  | No me gusta correr y me agito mucho cuando lo hago |
| Dieta y nutrición | Me alimento sanamente | Todo bien |
| Apariencia | Me gusta mucho mi cara | No me gusta mi físico  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| **Yo social** |  |  |
| Amigo | Soy una buena amiga, siempre apoyando e impulsando a mis amigos | A veces me pierdo por días y no suelo responder algunos mensajes |
| Hijo / hija | Procuro siempre ser una buena hija y enorgullecer a mis padres, ser reciproca con lo que recibo de ellos | A veces hago las cosas que yo creo que son mejor para mi y no tomo en cuenta lo que me dicen/aconsejan |
| Novia (o) / esposa (o) | Doy lo mejor de mi con las personas que amo | Me da miedo salir herida y no soy constante, a veces me aburro y dejo de contestar  |
| Ciudadano / miembrode la comunidad | Soy una persona con principios y valores, procuro ser un buen miembro de la comunidad |  |
| Empleado | Las veces que he trabajado doy lo mejor de mi en lo que hago | Soy un poco lenta |
| Estudiante | Tengo mucha hambre de aprender  | A veces soy muy irresponsable con mis tareas |
| Compañero de clase | En ese aspecto me considero una buena compañera, buscando impulsar y aprender en el proceso |  |
| Miembro de un equipo o grupo (por ejemplo: deportes, banda, club) | Me comporto de muy buena manera con mis compañeros, busco que todos contribuyamos y poder tener un dialogo abierto en donde todos compartan sus pensamientos y opiniones para sacer lo mejor de cada uno | Me siento rechazada y que no encajo y por eso yo me alejo |
|  |  |  |
| **Yo personal** |  |  |
| Experiencias personales | Disfruto cada cosa de mi vida | Soy melancólica y muy pocos lo logran entender |
| Rasgos únicos | No se si sea único pero no me da miedo equivocarme y soy muy apasionada en lo que me gusta | Me culpabilizan por equivocarme y volverlo a intentar, a otras personas es desespera eso  |
| Personalidad | Amo la energía que transmito:Esperanza, pasión, amor, libertad, resiliencia y empatía  | A veces me siento como un fracaso por no ser lo suficiente en las cosas que hago |
| Yo espiritual | Me siento en paz sobre el nivel de introspección que manejo, poder analizar todo desde mi misma perspectiva y ponerme en el lugar de los demás  | A veces soy muy dura conmigo |
| Hábitos | Mis hábitos no atentan contra mi salud | Soy muy desordenada y poco constante |
| Actitudes / opiniones | Procuro tener una buena actitud  |  A veces soy mala expresándome |
| Ideas / pensamientos | Soy buena dando nuevas ideas, factibles, coherentes y responsables, mis pensamientos están abiertos a cambiar, pero guardando siempre mis principios | A veces soy indecisa con mis ideas |
| Otros |  |  |