

GOBIERNO DEL ESTADO DE COAHUILA
SECRETARIA DE EDUCACIÓN
ESCUELA NORMAL DE EDUCACIÓN PREESCOLAR



Evidencia Global

PRESENTADO POR:
MAYRA ALEJANDRA GAONA NAVEJAR

Tutoría Grupal

Karla Griselda García Pimentel



Reflexión

A lo largo de este curso pude aprender una de las cosas más importantes. Tener un plan de vida y carrera para ayudarme a tomar el control de mi vida y mi futuro. Al crearlo, me di cuenta de los valores con los que más me identifico, es decir, lo que es más importante para mí y cómo quiero que aparezcan en mi vida. Así como también me ayudo a identificar mis prioridades.

También uno de los aspectos importantes que no dejo atrás es el saber manejar mis emociones. Aprendí a controlar mis emociones y a pensar antes de actuar, ya que esto nos ayuda a evitar los conflictos o enfrentamientos innecesarios, nos facilita la expresión de nuestras emociones y genera empatía con los demás, y nos ayuda a orientarnos hacia los objetivos que nos planteamos. También, permite que aprendamos de los errores propios y ajenos. Aprendí a tomarme mi tiempo para mí misma y pensar mis acciones y que aspectos puedo mejorar para ser mejor persona.

Gracias a la maestra Karla, aprendí a ser mejor persona. Aprendí a escucharme y a escuchar la opinión de los demás sin juzgar. Ya que todos y todas las personas tienen opiniones diferentes y todo es válido.

La importancia de tener un tutor grupal nos ayuda y brinda una asesoría completa y nos mantiene alertas a lo que podamos estar haciendo bien o mal.