



INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL
ESCUELA SUPERIOR DE CÓMPUTO



-----Liderazgo y Desarrollo Profesional-----

ACTIVIDAD

Video de autoestima

PROFESOR:

Sandra Mercedes Pérez Vera

ALUMNO:

Meza Vargas Brandon David - 2020630288

GRUPO:

4CM11

Mi descripción

Referente al plano físico me considero una persona **atractiva+**, una **estatura un poco mayor al promedio+**, aproximadamente 1.73m, soy alguien con **complexión atlética+**. Mi rostro es algo **ovalado-**, **ojos rasgados-** y con cabello color negro. Tengo una tez **morena clara+**, **cejas un poco pobladas**, **labios delgados** y **una nariz grande.** +

Tengo una personalidad bastante **relajada+**, soy una persona **amable+** y **educado+** sin importar la persona con la que me este dirigiendo. Considero que tengo un carácter fuerte, pues me mantengo firme en todas las decisiones que tengo. De igual forma soy alguien **abierto+**, siempre estoy dispuesto a aprender y experimentar nuevas cosas, eso sí, en algunos aspectos soy algo **reservado-**, principalmente cuando estoy conviviendo con gente que no conozco bien o con quien no tengo mucha confianza.

Me considero alguien **introvertido-**, aunque poco a poco voy sacando mi lado extrovertido, pero aun así sigo siendo más introvertido, a pesar de esto me considero alguien seguro de sí mismo.

Soy un hijo que siempre está al **pendiente+** de sus padres y siempre busca tener la mejor relación y confianza con ellos acercándome a platicar con ellos o simplemente pasar tiempo con mis padres realizando cualquier actividad, por otra parte, considero que soy un **hermano distante-**, pues muchas veces no convivo mucho con mi hermano. Con mis amistades de igual forma soy alguien que **no suele hablarles- mucho-** pero siempre les hace saber que cualquier cosa estaré para apoyarlos.

Actualmente estoy estudiando el sexto semestre de mi carrera en la universidad, me considero una persona muy **responsable+** y **dedicada+** a lo que hace, siempre pongo mi mayor empeño en los trabajos o proyectos que tengo que entregar, cuando se trata de hacer equipos soy quien lleva la **iniciativa+** de proponer soluciones o comenzar con el trabajo, lo que me lleva a ser elegido líder del equipo, aunque hay veces que me **sobrecargo-** con el trabajo porque el equipo no es responsable.

Socialmente, prefiero convivir con pocas personas, personas con las que me sienta cómodo y sean cercanas a mi como mi familia, pareja o amigos, si se trata de algún evento donde no están presentes personas con las que me agrade pasar tiempo, prefiero **aislarme- quedándome en casa.**

Soy una persona que se **preocupa de su estado de salud+** por lo que realizo ejercicio 6 o 5 días a la semana además de **llevar una excelente alimentación+** y **cuidados personales referentes a la higiene pues+** de igual forma me gusta ser una persona limpia en todos los aspectos.

Como toda persona tengo mis defectos, entre los que destacan es que soy una persona altamente **planeadora-**, no esta mal, pero hay veces que tengo todo el día planeado meticulosamente y **si los planes cambian me estreso-** por ese cambio, también soy una persona que no sabe decir que no y la mayoría de las veces **asume- responsabilidades que no le corresponden.**