**EJERCICIO DE AUTOCONOCIMIENTO Y DESARROLLO PERSONAL**

José María Fernández Saavedra 1DAW

# 1. Definición breve

Me considero una persona ambiciosa y tranquila, con un enfoque freelance y gran facilidad para aprender. Mi pasión por las tecnologías me llevó al campo del Diseño UX, donde me destaco por mi talento natural y empatía para entender las necesidades de las personas. Disfruto trabajando de manera autónoma y soy capaz de mantener la calma ante cualquier situación.

# 2. Análisis cronológico de tu vida

• Infancia y educación: Recibí una educación adelantada gracias a mis abuelos y a estar siempre al nivel de mi hermana mayor. Aprendí el valor del trato hacia los demás.

• Años adolescentes: Pasé de querer ser jugador profesional de videojuegos a dedicarme a la informática, aprendiendo por mi cuenta a montar ordenadores y a hacerles mantenimiento en la oficina de mi madre.

• Estudios y carrera profesional: A pesar de mis dificultades personales y la falta de costumbre para estudiar, encontré mi camino en el diseño UX/UI, lo que me permitió seguir desarrollando mis habilidades.

• Visión futura: Me imagino trabajando en una empresa que valore mi talento como diseñador y desarrollador UX, creciendo profesionalmente y alcanzando una posición destacada donde pueda decir “esa interfaz la diseñé yo”.

# 3. Análisis DAFO personal

## • Fortalezas:

- Capacidad de aprendizaje rápido y autónomo.

- Facilidad para comprender a las personas.

- Buena visión espacial y empatía para entender las necesidades de los demás.

## • Debilidades:

- A veces soy excesivamente confiado y mi gestión del tiempo puede fallar.

- Dificultad para expresar ideas de diseño claramente en equipo.

## • Oportunidades:

- Trabajar de manera autónoma y tener responsabilidad en proyectos, lo que mejora mi desempeño.

- Aprovechar el entorno digital para formarme y expandir mi red profesional.

## • Amenazas:

- Dificultades para comunicarme en equipos, especialmente en diseño.

- La presión de equilibrar el trabajo y la formación puede afectar mi rendimiento.

# 4. CAME (basado en DAFO)

## • Corregir:

- Dedicar más tiempo a mejorar la gestión del tiempo y trabajar en la confianza de mis habilidades para evitar la sobrecarga.

## • Afrontar:

- Mantener la calma y utilizar mi capacidad de resiliencia para afrontar los desafíos en equipo, gestionando las dificultades de comunicación.

## • Mantener:

- Seguir trabajando en mi comunicación interpersonal y en la capacidad de ser un líder en proyectos autónomos.

## • Explotar:

- Aprovechar mis oportunidades para crear una red de contactos sólida, mejorar mi visibilidad y posicionarme como un referente en el campo del Diseño UX/UI.