

DEBILIDADES:

- Podría mejorar mis habilidades sociales comunicativas ya que tengo una buena base comunicativa pero siempre se puede mejorar.
- Debería de evitar distracciones ya que me afectan los “falsos” estímulos que te dan las redes sociales entre otros.
- Creo que debería de hacer hincapié en el ejercicio físico ya que indirectamente afecta a mi salud mental y podría ser algo beneficioso.
- Debería de mejorar el máximo posible mi nivel de habla inglesa.

AMENAZAS:

- I.A, es algo muy cómodo y por lo tanto fácil de acostumbrarse, pero no afecta a mi trabajo si no a mi propio aprendizaje ya que indirectamente sustituyes algunos conceptos que deberías aprender con la facilidad de preguntarlo a la I.A.
- Tiempo, siento que el tiempo es la mayor amenaza ya que esa prisa nos hace enfocarnos en lo más importante, pero nos olvidamos de cosas vitales.
- Las malas costumbres que se toman por moda y no son beneficiosas, pero se utilizan por el efecto wow o por la misma novedad.
- La enseñanza anticuada es una gran amenaza, el hecho de no renovar los conceptos a conceptos actuales es una gran amenaza en cualquier ámbito.

PUNTOS DEBILES:

- Demasiada ambición.
- Querer hacerlo todo lo mejor posible.
- Que mi tiempo de aprendizaje afecta a mi tiempo personal de ocio.
- Falta de empatía en ciertas situaciones.

OPORTUNIDADES:

- Identifico las oportunidades siguiendo las tendencias profesionales.
- Cojo las oportunidades basándome en el tiempo aproximado que me puede llevar y viendo a futuro que beneficios me puede dar.
- Observo analíticamente el uso de las tecnologías que se emplean para ver nuevas tecnologías que puedo aprender.
- Me ayudo de personas de mi mismo sector para encontrarlas y explotarlas.

PLAN DE ACCIÓN:

Propósitos:

- **Mejorar el inglés:** Para conseguir esto utilizare aplicaciones con IA integrada las cuales te ayudan a normalizar el inglés y poder mantener conversaciones.
- **Habilidades sociales:** Creo que este es un objetivo que podemos tener todos ya que mejorar las habilidades sociales es fundamental porque siempre se pueden mejorar y siento que es necesario, para hacerlo intentare mantener más conversaciones con gente de mi entorno y gente que no conozco.
- **Autocontrol:** Es muy importante mantener el control de las situaciones en todo momento, hasta en las mas estresantes, para ello va bien trabajar el autocontrol y la paz, para conseguir esto se puede aplicar una serie de técnicas como llevar un estilo de vida más relajado, meditar y practicar simulando situaciones estresantes.