

Nombre _____ Fecha _____

Resumen guiado del autoconocimiento y las habilidades personales

| | |
|-------------------------|--|
| Autoconocimiento | |
| | |
| | |

| | |
|---------------------|--|
| Autoconcepto | |
| | |
| | |

| | | |
|-------------------|------------|--|
| Autoestima | | |
| | | |
| | | |
| | Puede ser: | |
| | | |
| | | |
| | | |
| | Caras: | |
| | | |
| | | |
| | | |

| | |
|-----------------------|--|
| Autopercepción | |
| | |
| | |

Un buen **autoconocimiento** nos ayuda a _____

| | | | |
|-----------------------------------|-------------------------|------------------|--|
| Habilidades y competencias | Habilidades personales | | |
| | Competencias personales | | |
| | Autonomía | | |
| | Responsabilidad | | |
| | Competencias sociales | Ejemplos: | |
| | Creatividad | Características: | |
| | | Tipos: | |
| | | | |
| | | | |
| | | | |
| | Confianza | | |
| | Seguridad | | |
| | Perseverancia | | |
| | | | |
| | | | |
| Resiliencia | | | |
| Iniciativa personal | | | |

Nombre _____ Fecha _____

| | | |
|----------------|---|--|
| Fracaso | Ocurre... | |
| | No tiene por qué... | |
| | Podemos considerarlo... | |
| | Nos da la oportunidad... | |
| | Técnicas para enfrentar el fracaso y desarrollar la resiliencia | |
| | | |
| | | |
| | | |

| | | |
|--------------------------|-----------------------|--|
| Análisis personal | Capacidades | |
| | Aptitudes | |
| | Actitudes | |
| | Potencial profesional | |
| | Intereses personales | |
| | Fortalezas | |
| | Debilidades | |

| | | | |
|-----------------------------|---|--|--|
| Análisis DAFO (FODA) | D | | |
| | A | | |
| | F | | |
| | O | | |

| | | | |
|----------------------|---|--|--|
| Análisis CAME | C | | |
| | A | | |
| | M | | |
| | E | | |