|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **DIMENSIÓN DEL SER HUMANO** | **DEBILIDADES** | **OPORTUNIDADES** | **FORTALEZAS** | **AMENAZAS** |
| ***FISICA*** | Acumulación de estrés por sobrellevar cargas que no son propias | Pensar y proyectar mi propio bienestar. Primero yo dentro de todas las posibilidades que me ofrece el contexto en el que me desenvuelvo | Manejo de buenos hábitos y rutinas en cuanto al cuidado del cuerpo (alimentación, ejercicio)  | Somatizar cada una de las cosas que me suceden y siempre involucrar mis sentimientos. |
| ***ESPIRITUAL*** | Ser pesimista y negativa frente a la realización personal y los logros a obtener | Creer en las capacidades personales y hacerlas propias de tal manera que actué con convicción y relacione pensamientos, sentimientos y acciones con el entorno | Ver la vida como una posibilidad de realización personal, que lo que se quiere se logra con fe, amor, perseverancia y buena actitud. Tengo una buena moral inculcada desde la niñez. | Alejarme de personas que siempre me están apoyando y que con sus consejos y comentarios buscan mejorar mi percepción acerca de algunos aspectos en mi vida |
| ***COGNITIVA*** | El manejo de mi tiempo a veces no es el mejor. Soy psico-rigida y demasiado exigente consigo misma. | Estar a la vanguardia de los cambios y transformaciones con respecto a la tecnología y el manejo de las TICS. | Soy muy buena para el manejo de la información y redacción. Se me facilita bastante el análisis, comprensión y memorización.  | No conocer o manejar las plataformas virtuales actuales para los procesos educativos o de comunicación.  |
| ***SOCIAL*** | Entre mis debilidades es que soy muy confiada y creo en la buena fe de los demás.  | Soy una persona que está rodeada de buenas personas que me brindan una amistad sincera y honesta.  | Soy buena haciendo amigas y siendo sincera. Escucho a los demás y siempre estoy dispuesta a la ayuda y colaboración. | Que en ocasiones antepongo los deseos de los demás y los míos los dejo en último plano. |
| ***EMOCIONAL*** | Me dejo afectar por las cosas que a veces son hasta superficiales. Mi autoestima es vulnerable a los comentarios de otros. | Buscar personas que me orienten en mejorar mi autoestima y el apego hacia otros. | Soy buena motivando y guiando a otros. Busco siempre que los demás estén bien y que cuenten con mi apoyo. | El apego que tengo hacía la parte afectiva y que en ocasiones me lleva a permitir actitudes de otros que me lastiman. |