

Actividad:

### FODA personal

Dimensión de trabajo: **Autoconocimiento**



#### 1 Objetivo:

Realizar una auto evaluación.

#### 2 Materiales:

Formato del FODA personal (a continuación) y lápiz

#### 3 Tiempo:

40 minutos

#### 4 Participantes:

- Estudiantes
- Docente o profesional del DECE

#### 5 Descripción:

- Uno de los requisitos para construir el Proyecto de Vida, es tener claridad acerca de los aspectos internos de la vida (fortalezas y debilidades) y un análisis contextualizado acerca de los factores externos, pueden potenciar o frenar el crecimiento de cada persona.
- Por esto, el análisis FODA es una herramienta muy efectiva que permite realizar un análisis minucioso.

- Indique a sus estudiantes que escriban en el siguiente cuadro cuáles son sus principales Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas (FODA).

#### 6 Cierre y reflexión:

Oriente a sus estudiantes en su proceso de autoconocimiento, para que puedan potenciar sus fortalezas y trabajar en sus debilidades.

“De vez en cuando es bueno hacer una pausa. Contemplarse a sí mismo sin la fruición cotidiana. Examinar el pasado rubro por rubro, etapa por etapa, baldosa por baldosa. Y no llorarse las mentiras, sino cantarse las verdades”. (Mario Benedetti)

Facilite el diálogo a partir de estas preguntas:

- ¿Cuáles son tus áreas de fortaleza?
- ¿Cómo se relacionan con todo lo trabajado en las actividades anteriores: principios personales, bosquejo de misión personal y experiencias significativas?

#### 7 Reto:

Defina qué acciones realizará cada estudiante para superar una de sus “debilidades”, y establecer un cronograma de cumplimiento.



### Recomendaciones metodológicas para estudiantes con NEE

Realce un acompañamiento directo con sus estudiantes con necesidades educativas especiales para plasmar e identificar los diferentes aspectos internos y externos que influyen en la vida. Es importante que esta población identifique los apoyos y recursos que necesita para desenvolverse en su proceso educativo y que son parte de su vida. Utilice imágenes o fotografías con estudiantes con discapacidad intelectual para una mejor comprensión del FODA y dé ejemplos concretos.



## FODA Personal

### FACTORES INTERNOS

**DEBILIDADES**  
Puntos débiles internos que restan para lograr objetivos

**FORTALEZAS**  
Puntos fuertes internos que ayudan a lograr los objetivos

### FACTORES EXTERNOS

**AMENAZAS**  
Factores externos que dificultan el logro de las metas

**OPORTUNIDADES**  
Coyunturas externas que podrían potenciar el logro de las metas



