

## **TALLER No.02 IDENTIFICACION DEL PERFIL EMOCIONAL**

|                  |
|------------------|
| <b>NOMBRES</b> : |
| <b>FECHA</b> :   |

### **TRABAJO INDIVIDUAL**

- A. Analiza tu conducta y evalúa en forma objetiva las siguientes características marcando con una "X" en el nivel que consideras se ajusta a tu caso particular.

| <b>CARACTERISTICAS</b>             | <b>BAJO</b> | <b>MEDIO</b> | <b>ALTO</b> |
|------------------------------------|-------------|--------------|-------------|
| 1. Confianza en sí mismo           |             |              |             |
| 2. Perseverancia                   |             |              |             |
| 3. Resistencia a las frustraciones |             |              |             |
| 4. Comunicación positiva           |             |              |             |
| 5. Control de impulsos             |             |              |             |
| 6. Empatía                         |             |              |             |
| 7. Cooperación, trabajo en equipo  |             |              |             |
| 8. Optimismo                       |             |              |             |

- B. Selecciona una característica en la que hayas obtenido bajo nivel y que consideres mejorar tu desempeño cuanto antes. A continuación explica el beneficio que obtendrías al mejorar tu desempeño en ese aspecto.

|                              |
|------------------------------|
| <b>CARACTERÍSTICA:</b>       |
| <b>MODO DE MEJORARLA:</b>    |
| <b>BENEFICIO DEL CAMBIO:</b> |