

Nombre: _____

Fecha: **30 de septiembre 2020**

Aprendizaje esperado: **Aprendiendo sobre mi persona**

ACTIVIDAD: *Comprender la importancia de las habilidades de autoconocimiento, autorregulación y resiliencia en el contexto de la pandemia*

Observa el vídeo que se te envió, toma nota de los aspectos más relevantes y posteriormente responde lo que se te solicita:

¿Qué es el autoconocimiento?

¿Qué es la identidad personal?

¿Qué es la brújula interna según Jenny Nagaoka?

Según las características que nos hacen únicos, existen algunas con las que ya nacemos y no se pueden elegir, ¿Cuáles son?

¿Qué son las metas personales?

¿Qué impacto ha tenido la pandemia en tu persona?