

Nombre: _____ Fecha: _____

CONÓCETE A TI MISMO PARA CRECER

Evalúese en las 5 competencias SEL a continuación y escriba una oración para explicar su calificación.

AUTOCONCIENCIA



¿Por qué te diste esa clasificación?

CONCIENCIA SOCIAL



¿Por qué te diste esa clasificación?

(continúa en la página siguiente)

CONÓCETE A TI MISMO PARA CRECER

AUTOGESTIÓN



¿Por qué te diste esa clasificación?

HABILIDADES DE RELACIÓN



¿Por qué te diste esa clasificación?

TOMA DE DECISIONES RESPONSABLE



¿Por qué te diste esa clasificación?

(continúa en la página siguiente)

CONÓCETE A TI MISMO PARA CRECER

Elija una competencia SEL en la que centrarse

- Autoconciencia
- Autogestión
- Conciencia Social
- Habilidades Relacionales
- Toma de Decisiones Responsable

Establezca una meta de crecimiento personal vinculada a esa habilidad.

¿Con qué frecuencia revisarás tu objetivo?