

MIS CUALIDADES PERSONALES

Una forma de conocer cómo es tu personalidad, es realizar un cuestionario cruzado con alguna persona de tu confianza que esté dispuesta a ayudarte. El cuestionario tenéis que realizarlo (la persona elegida y tú) individualmente y por separado, después contrastáis los datos, explicando las razones de cada rasgo.

Señala, poniendo una cruz en el lugar que corresponda, si te encuentras más cerca de la característica de la derecha o de la izquierda. (Cuestionario a rellenar por el interesado)

¿CÓMO ME VEO A MÍ MISMO NORMALMENTE?

- Ejemplo:* CALLADO/A HABLADOR/A
1. RESERVADO/A ABIERTO/A
2. CARIÑOSO/A FRIO/FRIA
3. TRANQUILO/A NERVIOSO/A
4. DOMINANTE OBEDIENTE
5. DESGANADO/A ENTUSIASTA
6. DESPREOCUPADO/A CONSCIENTE
7. TIMIDO/A DESENVUELTO/A
8. DURO/A BLANDO/A
9. DEPENDIENTE INDEPENDIENTE
10. ATREVIDO/A MIEDOSO/A
11. TENGO INICIATIVA NO TENGO INICIATIVA
12. PASIVO/A COLABORADOR/A
13. CONSTANTE INCONSTANTE
14. IRRESPONSABLE RESPONSABLE
15. TRABAJO MUCHO NO TRABAJO MUCHO
16. IMPUNTUAL PUNTUAL
17. SOCIABLE SOLITARIO/A
18. IMPULSIVO/A REFLEXIVO/A
19. SEGURO/A INSEGURO/A
20. EXTROVERTIDO INTROVERTIDO

MIS CUALIDADES PERSONALES

NOMBRE: CURSO: FECHA:

Este cuestionario debe realizarlo la persona elegida por ti después contrastarás las respuestas dadas en cada cuestionario

Señala, poniendo una cruz en el lugar que corresponda, si se encuentra más cerca de la característica de la derecha o de la izquierda. (Cuestionario para la otra persona)

¿CÓMO ME VES NORMALMENTE?

Ejemplo: CALLADO/A HABLADOR/A

1.RESERVADO/A ABIERTO/A

2.CARIÑOSO/A FRIO/FRIA

3.TRANQUILO/A NERVIOSO/A

4.DOMINANTE OBEDIENTE

5.DESGANADO/A ENTUSIASTA

6.DESPREOCUPADO/A CONSCIENTE

7.TIMIDO/A DESENVUELTO/A

8.DURO/A BLANDO/A

9.DEPENDIENTE INDEPENDIENTE

10.ATREVIDO/A MIEDOSO/A

11.TENGO INICIATIVA NO TENGO INICIATIVA

12.PASIVO/A COLABORADOR/A

13.CONSTANTE INCONSTANTE

14.IRRESPONSABLE RESPONSABLE

15.TRABAJO MUCHO NO TRABAJO MUCHO

16.IMPUNTUAL PUNTUAL

17.SOCIABLE SOLITARIO/A

18.IMPULSIVO/A REFLEXIVO/A

19.SEGURO/A INSEGURO/A

20.EXTROVERTIDO INTROVERTIDO

VALORACION

Una vez rellenos los dos cuestionarios anteriores, realiza una pequeña redacción, cuyo título puede ser: «¿COMO SOY?».

Para ello debes tener en cuenta tus propias opiniones así como las de la persona que te ha ayudado. Di si estás de acuerdo con estas opiniones y si te han servido para conocerte más. Cuenta también cómo podrías mejorar los aspectos más negativos que hayas encontrado.

¿ COMO SOY ?

Esto es lo que prefiero

Vamos a reflexionar sobre tus preferencias. Cada persona tiene unas preferencias, unos gustos, quizás por ello, nos hacemos tan amigos de unas personas y no tanto de otras.

A algunas personas les gusta la música, a otras los deportes, a otras las actividades con gente, a otras las actividades individuales...

Vamos a ver lo que prefieres tú.

Cuando termines el cuestionario, podríamos contarnos lo que cada uno/a prefiere.

4.- Esto es lo que prefiero.

Puntúa de uno a cuatro, cada una de estas actividades.

1.- Jugar con amigos/as juegos de mesa.	1.....2.....3.....4
2.- Oír música.	1.....2.....3.....4
3.- Ir de excursión.	1.....2.....3.....4
4.- Dibujar.	1.....2.....3.....4
5.- Leer mis lecturas preferidas.	1.....2.....3.....4
6.- Jugar al fútbol.	1.....2.....3.....4
7.- Ir al cine con amigos/as	1.....2.....3.....4
8.- Aprender idiomas.	1.....2.....3.....4
9.- Pasear a mi perro.	1.....2.....3.....4
10.- Tocar la guitarra.	1.....2.....3.....4
11.- Bailar	1.....2.....3.....4
12.- Jugar al baloncesto.	1.....2.....3.....4
13.- Leer comics.	1.....2.....3.....4

14.- Practicar judo.	1.....2.....3.....4
15.- Pintar paisajes.	1.....2.....3.....4
16.- Nadar.	1.....2.....3.....4
17.- Leer el periódico.	1.....2.....3.....4
18.- Estudiar los animales.	1.....2.....3.....4
19.- Cuidar de mi pájaro.	1.....2.....3.....4
20.- Cuidar las plantas.	1.....2.....3.....4
21.- Ir de acampada.	1.....2.....3.....4
22.- Cantar.	1.....2.....3.....4
23.- Ir a museos.	1.....2.....3.....4
24.- Colorear.	1.....2.....3.....4

Suma las puntuaciones que se indican.

MÚSICA	2	10	11	22	SUMA
					Total:
DEPORTES	6	12	14	16	SUMA
					Total:
ACTIVIDADES SOCIALES	1	3	7	21	SUMA
					Total:
LECTURA Y ESCRITURA	5	8	13	17	SUMA
					Total:
INTERÉS POR LA NATURALEZA	9	18	19	20	SUMA
					Total:
DIBUJO	4	15	23	24	SUMA
					Total:

¿En qué dos campos obtienes las más altas puntuaciones?

1º _____

2º _____

¿Por qué son estos los campos que prefieres?

Campo 1º

Campo 2º

