



## Análisis personal acerca de mis habilidades y mis aspectos por mejorar

### INDICADORES

**Conceptual:** conozco la matriz DOFA y su correcto diligenciamiento.

**Procedimental:** diligencio mi propia matriz DOFA, teniendo en cuenta mi perfil profesional y personal.

**Actitudinal:** poseo la capacidad de diagnosticar mi perfil profesional y mis valores como ser humano.

# A VIVENCIA

## TRABAJO INDIVIDUAL

1. Reflexiono sobre lo que conozco sobre la matriz DOFA, su concepto, su utilidad en el mundo empresarial y la utilidad para el desarrollo personal.
2. Analizo cuáles son mis fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas. Para ello diligencio la siguiente matriz.

FORTALEZAS	OPORTUNIDADES	DEBILIDADES	AMENAZAS

# B FUNDAMENTACIÓN

## EN EQUIPO

1. Leemos el significado de fortalezas, debilidades, oportunidades y amenazas en el ámbito personal, y la empleabilidad de la matriz DOFA a la hora de comprender la realidad y emprender estrategias.

### Matriz DOFA

La matriz DOFA se basa en la exploración de cuatro componentes que a su vez se clasifican en dos grupos: los componentes de análisis interno y los componentes de análisis externo.

El análisis interno se refiere a las características personales que determinan el éxito de un individuo. En éste se incluyen los aspectos negativos representados en las Debilidades y los aspectos positivos representados en las Fortalezas.

El análisis externo observa las cuestiones externas que pueden incidir en el éxito o fracaso de una persona.

En éste se abordan los aspectos negativos representados en las Amenazas y los aspectos positivos representados en las Oportunidades.

Elaborado por Equipo de Padrinos. Área de Educación  
Alianza Educación Rural



El primer paso en la elaboración de la matriz DOFA personal, es el establecimiento de un objetivo específico. De lo contrario, el resultado de la matriz puede ser bastante general y no ayudará en la toma de decisiones.

Una vez que se ha establecido la meta personal, el paso a seguir es el análisis de los cuatro componentes de la matriz:

**Fortalezas:** El análisis de las fortalezas se enfoca en las características internas que pueden contribuir con el logro de los objetivos propuestos. En este caso se tienen en cuenta las cualidades de la personalidad al igual que los conocimientos y las habilidades técnicas.

**Debilidades:** El análisis de las debilidades se enfoca en todas aquellas características internas que alejan a la persona de alcanzar sus metas. Se deben tener en cuenta los defectos, los temores y los conocimientos o habilidades que el individuo necesita desarrollar. En coherencia con este análisis, cada individuo estará en capacidad de proponer acciones y estrategias orientadas a transformar sus debilidades en beneficio de sus objetivos.

**Oportunidades:** Son las condiciones del entorno que actúan como facilitadores para llegar a la meta propuesta. Mediante ellas podemos sacar provecho y lograr acercarnos de forma rápida hacia nuestro objetivo.

**Amenazas:** Representan las características del entorno que pueden dificultar el proceso para conseguir llegar a la meta. Son condiciones externas a

nosotros, como la política, problemas sociales o dinámicas familiares, que nos pueden influir negativamente.

La matriz DOFA personal presenta varias ventajas para el desarrollo individual de los seres humanos. Principalmente, estas ventajas están relacionadas con la posibilidad de sistematizar el análisis individual.

Todas las personas conocen de forma general sus defectos y cualidades, al igual que las amenazas y oportunidades que les plantea el entorno. Sin embargo, normalmente no hacen un análisis concienzudo de esta información. Al plasmar este conocimiento gráficamente a través de la matriz DOFA, es posible comprender mejor la propia realidad.

Se pueden sopesar las debilidades contra las fortalezas y se puede encontrar cuáles de esos defectos son más problemáticos y por lo tanto requieren mayor atención. Igualmente, es posible comparar las oportunidades con las amenazas. Este análisis puede ayudar a descubrir qué oportunidades pueden ayudar a sobreponerse a las condiciones negativas del entorno.

En consecuencia, este análisis sistemático y visual, permite que los individuos desarrollen un mayor nivel de conocimiento de sí mismos y de su entorno. Lo cual, finalmente ayuda a tomar decisiones ajustadas a las necesidades y expectativas de cada persona.

Tomado de: <https://www.lifeder.com/>

<https://psicologiaymente.com/>

# C EJERCITACIÓN

## INDIVIDUAL

1. De acuerdo a la información suministrada, retomo la matriz diligenciada en la vivencia y la ajusto con base a lo visto en la lectura de fundamentación científica.
2. Para cada debilidad, propongo acciones de mejora, que asumiré como compromisos personales.

FORTALEZAS	OPORTUNIDADES DE MEJORA	DEBILIDADES	AMENZAS	ACCIONES DE MEJORA
------------	-------------------------	-------------	---------	--------------------

--	--	--	--	--

## D APLICACIÓN

### INDIVIDUAL

1. Diligencio la siguiente matriz, teniendo como objetivo mi inserción al mundo laboral, en la empresa y en el cargo en el que deseo desempeñarme en un futuro. En caso de tener inquietudes le pregunto al padrino.

	POSITIVO	NEGATIVO
INTERNO	FORTALEZAS	DEBILIDADES
EXTERNO	OPORTUNIDADES	AMENAZAS

## E COMPLEMENTACIÓN

### CON EL PROFE: CUANDO REGRESE A LA ESCUELA

1. Escribo la ruta que voy a tomar para aprovechar mis fortalezas y oportunidades, y reducir mis debilidades y amenazas.
2. Socializo y hago entrega de mi matriz DOFA