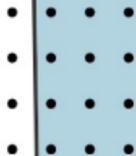
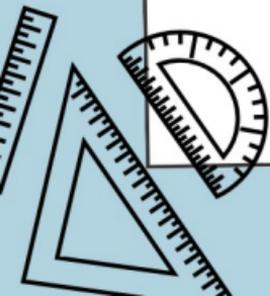




¿CÓMO HAGO MI AUTOBIOGRAFÍA?

- ¡Planea y dedica a la actividad un tiempo aproximado de 2 horas!
- Organiza tu tiempo y espacio para que disfrutes tu proceso

Antes de comenzar, lee a detalle los siguientes pasos.





¿CÓMO REALIZAR UNA Autobiografía?

¿Qué debo hacer?

Escribir una autobiografía en mínimo 3 cuartillas y máximo 5 (datos generales, desarrollo en la infancia y en la adolescencia, área social y académica, características de la familia, ambiente familiar, experiencias relevantes, entre otras).

1)



Recuerda:

Lo que escribas en este documento es confidencial y **NO** es un criterio de evaluación para tu selección, pero **SI** nos permite conocerte para anticipar acciones de apoyo y fortalecimiento en tu transición en la Facultad.



¿Qué es una autobiografía?

La autobiografía es una narrativa que se centra en contar las experiencias significativas sobre diferentes áreas de la vida.

Entonces, es importante compartir y entretejer pensamientos y acciones de tus experiencias del pasado, tus expectativas de futuro y tuahora.



¿Qué debo tomar en cuenta para hacerla?

Los puntos que se presentan a continuación son solo una guía, no es necesario redactarlos por separado.

Recuerda que la autobiografía es una narrativa, entonces realiza un texto, lo puedes organizar por párrafos y momentos, experiencias relacionadas a los aspectos que se te enlistan.

3)



¿Debo realizarla a mano o puedo usar la computadora?

Deberás hacerla a **mano**, cuida la presentación y la ortografía, no olvides revisar que tu letra sea legible.





GUÍA Autobiografía

Datos generales

- Nombre completo
- Edad
- Lugar de residencia (si ha cambiado también señalar)
- Ocupación (describir si trabaja actualmente, etc.)

1)

- Describir datos familiares

- a) Padres (ocupación, relación, etc.)
- b) Hermanos (ocupación, relación, etc.)
- c) Hijos, pareja (ocupación, relación, etc.)
- d) Eventos significativos (Duelos, separaciones, etc.)
- e) Características de la familia
- f) Dinámica familiar (comunicación, manejo emocional, etc.)
- g) Experiencias significativas

- Personal e interpersonal

- a) ¿Cómo me defino? (características, habilidades, gustos, etc.)
- b) Expresión emocional
- c) Capacidad de adaptación
- d) Relaciones interpersonales (parees, figuras de autoridad, etc.)
- Estado de salud física y psicológica

Adolescencia

1. Mencionar cómo te defines en esta etapa

- a) Expresión emocional
- b) Estado de salud física y psicológica
- c) Si recibiste tratamiento significativo (médico o psicológico)

2. Describir como percibes tu vida académica en esta etapa

- a) Adaptación en el ambiente escolar
- b) Relación con los pares

- c) Relación con los profesores y figuras de autoridad
- d) Desempeño académico
- e) Áreas de desempeño y dificultad

3. Describir como percibes tu ambiente familiar en esta etapa

- a) Relaciones con los tutores o padres
- b) Con quién te relacionas mejor
- c) Con quién tenías conflictos
- d) Eventos significativos
- e) Personas significativas

4. Consumo de drogas, algún tipo de adicción

5. Relaciones de pareja y amistades

6. Adaptación a nuevos entornos

7. Otros eventos significativos

- a) Confinamiento por COVID
- b) Duelos
- c) Separaciones

3)

2)