

Autobiografía

Una manera *efectiva, creativa y divertida* de hacer una *autorreflexión* del periodo que llevas como estudiante de la carrera, es escribir tu propia biografía. Incluye elementos del pasado, del próximo semestre y de un poco más al futuro.

Algunas sugerencias son las siguientes:

- 1) Redacta de manera *sincera, objetiva y detallada* tu experiencia durante los últimos dos semestres.
- 2) Usa las recomendaciones que se dieron para *escribir* y trata de restringirte a cuatro páginas a lo máximo. Usa primera persona en la redacción.
- 3) Elabora el escrito *contestándote preguntas*. En particular contestas las siguientes:
 - a) ¿Por qué, para qué y cuándo decidiste estudiar esta carrera?
 - b) ¿Por qué elegiste este lugar para estudiar?
 - c) ¿Cómo calificas tu desempeño en el último semestre y cómo lo comparas con el desempeño que tuviste como estudiante de preparatoria y/o el año anterior?
 - d) ¿Cuáles son las cinco cosas de la carrera (profesores, programa, ambiente, etc.) que percibiste influyeron de manera positiva en tu desempeño y motivación?
 - e) ¿Cuáles son las cinco cosas de la carrera (profesores, programa, ambiente, etc.) que percibiste influyeron de manera negativa en tu desempeño y motivación?
 - f) ¿Cuáles son las cinco cosas que dependieron de ti que más impactaron de manera negativa en tu desempeño y motivación en la carrera?
 - g) ¿Cuáles son las cinco cosas que dependieron de ti que más impactaron de manera positiva en tu desempeño y motivación en la carrera?
 - h) ¿Cuáles son las materias que se te dificultaron más y por qué?
 - i) ¿Cuáles son las materias que se te dificultaron menos y por qué?
 - j) Compara tu desempeño con el de tus colegas. ¿Qué diferencias generales ves?
 - k) Elabora una “pizza” ilustrativa de *cómo distribuiste tu tiempo*, trazando “rebanadas” para las diferentes actividades que realizaste, asignándoles superficies proporcionales al tiempo que les dedicaste. Elabora otra “pizza” para tus materias ¿Te satisfacen esas distribuciones? ¿Por qué? ¿Cuáles distribuciones harían tu desempeño mejor?
 - l) En base a lo que has visto de la carrera ¿Cómo te visualizas al terminarla? ¿Cómo y dónde deseas verte al final de ella?
 - m) ¿Cómo te ves al final del próximo semestre? ¿Cómo quisieras verte?
 - n) ¿Cuáles son los tres *factores claves* que en tu opinión son *indispensables* para que alcances mayores *éxitos* y logres verte como lo que contestaste en (l) y (m)?
 - o) ¿Qué *objetivos* quisieras alcanzar el próximo semestre? (incluir sólo aspectos cualitativos, no cuantitativos).
 - p) ¿Mediante que acciones y métodos pretendes alcanzar estos objetivos?
 - q) ¿Cómo y cuándo vas a llevar a cabo esas acciones y métodos?
 - r) ¿Cómo vas a *evaluar* al final del semestre si cumpliste tus objetivos?
 - s) ¿Qué *metas* concretas te pondrías para el próximo semestre? (incluir sólo cosas cuantitativas).