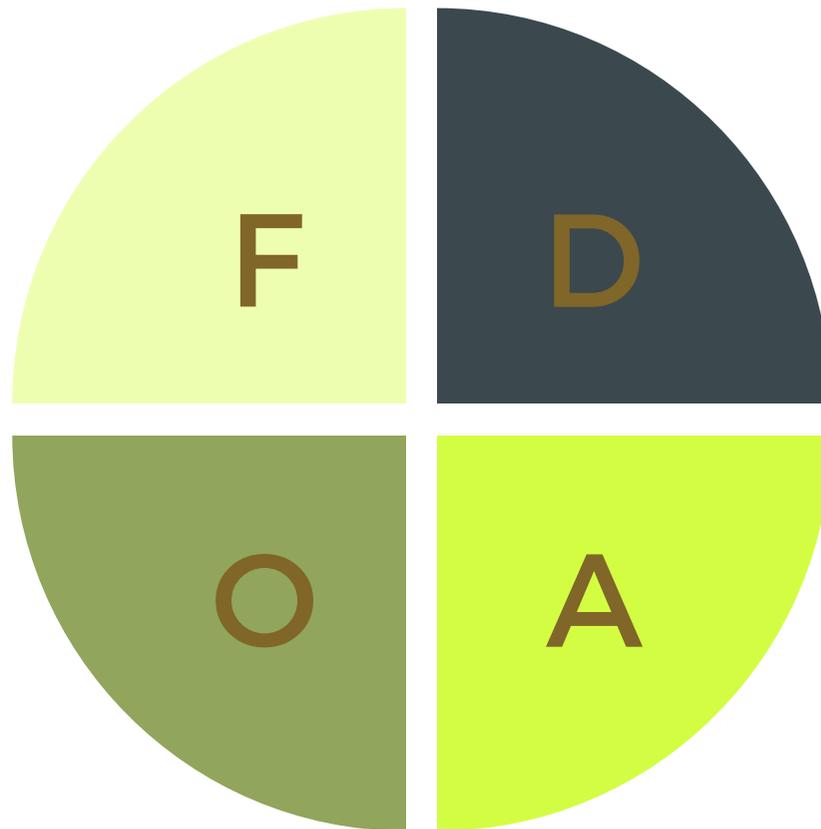


# FODA PERSONAL

Reconociendo mis fortalezas, debilidades  
oportunidades y amenazas



# FODA PERSONAL

El análisis FODA es una herramienta útil que te ayudará a identificar las diferencias entre tus puntos fuertes y qué es lo que requieres para alcanzar tus metas.

Si bien es un tipo de análisis que se utiliza generalmente en marketing, es una herramienta útil y práctica para que la apliquemos a nivel personal.



El FODA es dinámico y puede cambiar con el tiempo.

Te sugerimos que lo revises regularmente, así podrás ajustar tu análisis al momento que estas viviendo.

Te va a ayudar a adaptarte a nuevas circunstancias y mantener una perspectiva actualizada sobre tu desarrollo personal.

# FODA PERSONAL

Para realizar este análisis deberás centrarte en los siguientes 4 puntos.  
FORTALEZAS, DEBILIDADES, OPORTUNIDADES, DEBILIDADES Y AMENAZAS

## FORTALEZAS

Son las **habilidades, recursos y características** positivas que posees. Aquellos puntos de tu personalidad de los que te sientes orgullosa..

## DEBILIDADES

Representan las áreas en las que puedes tener **carencias, limitaciones, inseguridades o aspectos a mejorar.**

Son las **circunstancias externas positivas** que puedes aprovechar para tu desarrollo. Por ej: posibilidades de viajes, de asistir a cursos, vínculos fuertes y sanos, etc.

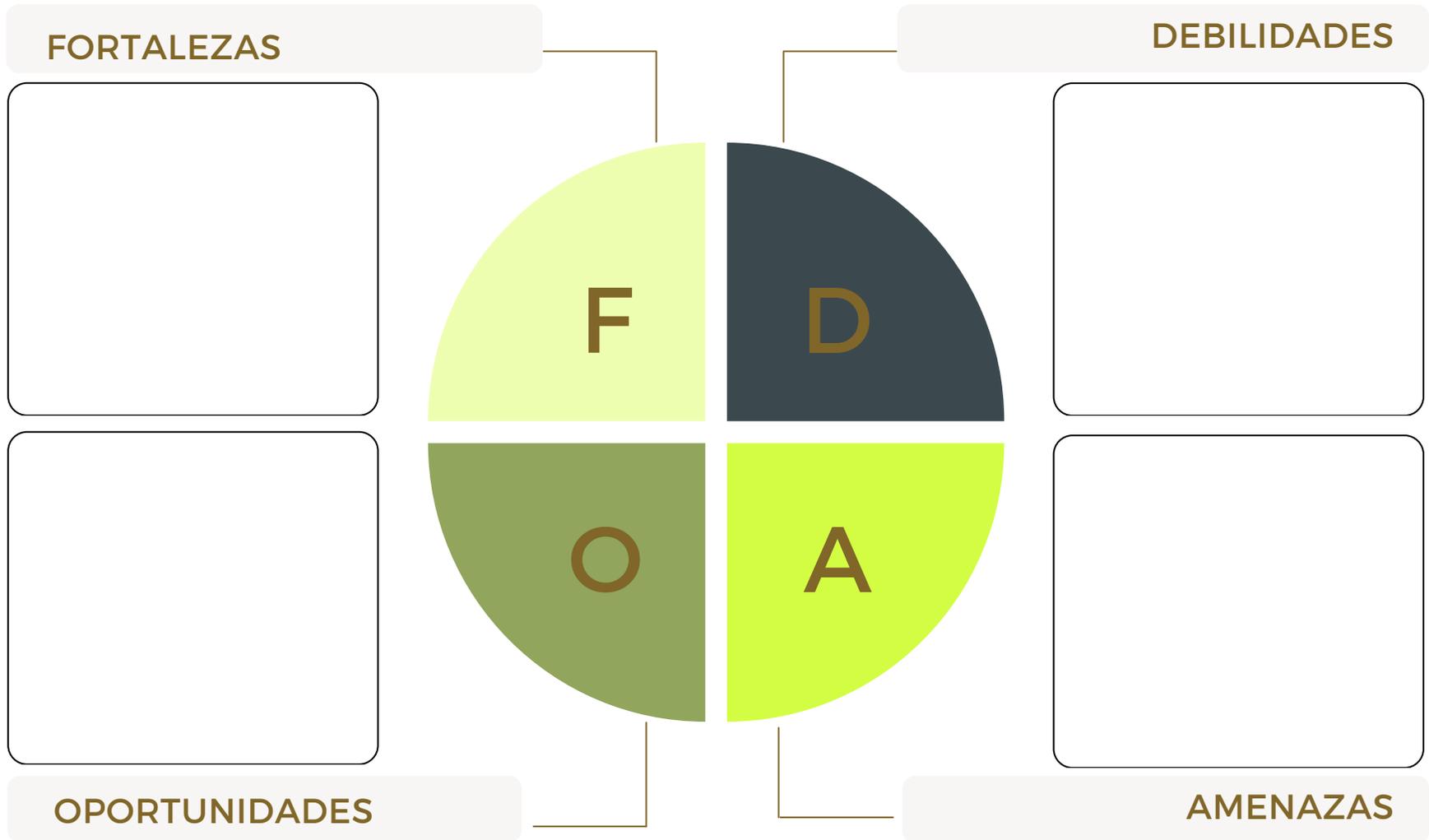
Son **factores externos** que podrían significar un **obstáculo, desafío o riesgo** para tu desarrollo. Por ej.: la mirada externa, cambios inesperados y fuera de tu control, etc.

## OPORTUNIDADES

## AMENAZAS

# FODA PERSONAL

Ahora a trabajar!!!! es hora de que reconozcas cada una de estas zonas en tí!





## CONTACTA CON NOSOTRAS



*Ana Pheulpin*

Midlife Coach  
Comunicadora Social

 @lic\_anapheulpincoach

 anapheulpin@gmail.com

 +54 3329543716



*Liliana Marion*

Midlife Coach  
Psicóloga Argentina

 @marion.liliana.coach

 marion.liliana@gmail.com

 +34 643810373

 @mujeresquesipueden

 @mujeresquesipueden

*Sumate a esta comunidad de*

**MUJERES QUE SI PUEDEN**