

Proyección profesional

Presentación del Profesor

Nombre: Beatríz Adriana Méndez González

CV Resumido: LAEA (Licenciada en Administración de Empresas Agropecuarias), egresada de la Universidad Autónoma Chapingo (UACH), Campus Chapingo, Texcoco, Edo. de México; cursé la Maestría en Economía (acreditada por CONACyT), en el Colegio de Posgraduados, ubicado en Montecillos, Texcoco, Edo. de México; Licenciatura trunca en Teología; Carrera técnica en operación de computadoras; algunos diplomados en desarrollo empresarial y en herramientas para la docencia; diversos cursos, talleres y seminarios.

Cuento con experiencia profesional en el sector servicios (empresas), agropecuario (instituciones de gobierno) y, en el ámbito educativo, más de 15 años, laborando en más de 3 universidades, como docente y también en cargos administrativos.

Mi objetivo de vida, es el desarrollo y superación constante, personal y profesional, para “*el bien ser, bien hacer, bien estar y bien tener*” (Carlos Kasuga), propio, de mi familia y demás seres queridos.

Me identifico mucho con el siguiente adagio:

“Pon todo lo que eres en lo mínimo que hagas”. Fernando Pessoa

Presentación de la Materia

Nombre: Proyección profesional

Objetivo de la materia: El objetivo de esta materia es que el alumno desarrolle autoconsciencia de su identidad profesional y personal reflexionando y brindando consejos y técnicas para proyectar lo mejor, comunicarse con eficiencia destacando sus virtudes, verse mejor, actuar con seguridad, fortaleciendo su autoestima, en todos los aspectos de su vida.

Presentación del programa:

Unidad 1. Componentes de la imagen.

- I.1. Físico.
- I.2. ¿Qué es la imagen personal?
- I.3. Buena imagen.
- I.4. El saludo.
- I.5. Juntas de trabajo.
- I.6. Buena postura.
- I.7. Culto al vestir.
- I.8. Autoestima.

Unidad 2. Acciones estratégicas para establecer la imagen personal.

- 2.1 Introducción.
- 2.2 La comunicación no verbal.
- 2.3 La imagen corporal.
- 2.4 Discurso.
- 2.5 Competencias personales.
- 2.6 Competencias profesionales.
- 2.7 Oralidad.
- 2.8 Expresión escrita.

Presentación de la Materia

Unidad 3. Asertividad, concisión y coherencia entre imagen personal y profesional.

- 3.1. Asertividad.
- 3.2. Concisión.
- 3.3. Coherencia (esencia personal).
- 3.4. Imagen ideal vs. Imagen proyectada.
- 3.5. Campo profesional e imagen.

Unidad 4. Estereotipos profesionales.

- 4.1. Trabajo práctico, administrativo, asesoría, consultoría, coaching.
- 4.2. Protocolos profesionales.
- 4.3. Diseño de tarjeta de presentación.
- 4.4. Diseño de Currículum vitae.
- 4.5. Entrevista de trabajo.
 - 4.5.1 Personal
 - 4.5.2 En línea
 - 4.5.3 Por Outsourcing (head hunters).

Planeación didáctica:

		PLANEACION LICENCIATURA ESCOLARIZADO		DAC-PLAN-01
Licenciatura: ENFERMERIA Modalidad: Escolarizada		Materia: PROYECCION PROFESIONAL Cuatrimestre: 8°.		Clave: P-LEN805 Horas: 4
OBJETIVO:	El objetivo de esta materia es que el alumno desarrolle autoconsciencia de su identidad profesional y personal reflexionando y brindando consejos y técnicas para proyectar lo mejor, comunicarse con eficiencia destacando sus virtudes, verse mejor, actuar con seguridad, fortaleciendo su autoestima, en todos los aspectos de su vida.			
S	CLASE 1	CLASE 2	CLASE 3	CLASE 4
I	ENCUADRE	UNIDAD I COMPONENTES DE LA IMAGEN. I.1. Físico	I.2 ¿Qué es imagen personal?	I.2 ¿Qué es imagen personal?

Planeación didáctica



2	1.3 Buena imagen	1.4 El saludo	1.5 Juntas de trabajo	1.6 Buena Postura
3	1.7 Culo al vestir	1.8 Autoestima	1.8 Autoestima	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO
4	EXAMEN 1a. UNIDAD	UNIDAD II ACCIONES ESTRATEGICAS PARA ESTABLECER LA IMAGEN PERSONAL. 2.1. Introducción	2.2. La comunicación no verbal	2.3 La imagen corporal
5	2.4 Discurso	2.4 Discurso	2.5 Competencias personales	2.6 Competencias profesionales
6	2.7 Oralidad	2.7 Oralidad	2.8 Expresión escrita	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO
7	EXAMEN 2a. UNIDAD	UNIDAD III ASERTIVIDAD, CONCISION Y COHERENCIA ENTRE IMAGEN PERSONAL Y PROFESIONAL. 3.1 Asertividad	3.1 Asertividad	3.2 Concisión
8	3.2 Concisión	3.2 Concisión	3.3 Coherencia (esencia personal)	3.3 Coherencia (esencia personal)

Planeación didáctica

9	3.3 Coherencia (esencia personal)	3.4 Imagen ideal vs imagen proyectada	3.4 Imagen ideal vs imagen proyectada	3.4 Imagen ideal vs imagen proyectada
10	3.5.Campo profesional e imagen	3.5.Campo profesional e imagen	3.5.Campo profesional e imagen	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO
11	EXAMEN 3a. UNIDAD	ESTEREOTIPOS PROFESIONALES. 4.1 Trabajo práctico, administrativo, asesoría, consultoría, coaching	4.1 Trabajo práctico, administrativo, asesoría, consultoría, coaching	4.2 Protocolos profesionales
12	4.2 Protocolos profesionales	4.3 Diseño de tarjeta de presentación	4.4 Diseño de curriculum vitae	4.5 Entrevista de trabajo
13	4.5.1 Personal	4.5.2 En línea	4.5.3 Por outsourcing (head hunter)	RETROALIMENTACION DE CONTENIDO
14	EXAMEN FINAL			

Criterios de evaluación:

Actividades aúlicas	30%
<input type="checkbox"/> Exposición	15%
<input type="checkbox"/> Guía de estudios	10%
<input type="checkbox"/> Glosario de términos	5%
Actividades en plataforma (I)	20%
Examen	50%
Total	100%

Nota: Escala de calificación del 7 al 10, mínima aprobatoria 7.

Recursos de la materia: Se encuentran en el apartado con el mismo nombre, en la plataforma; y son:

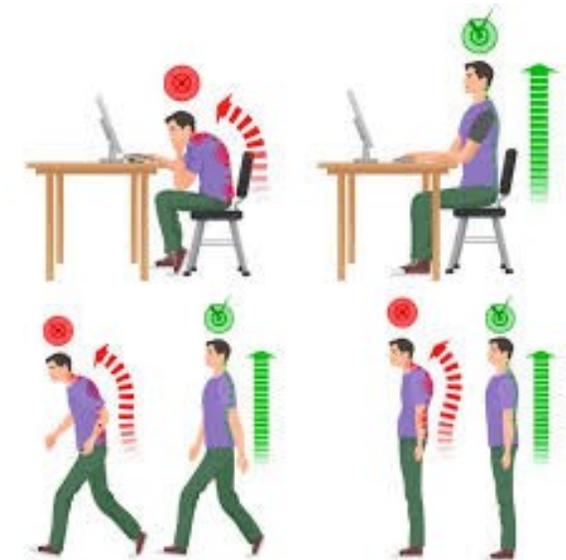
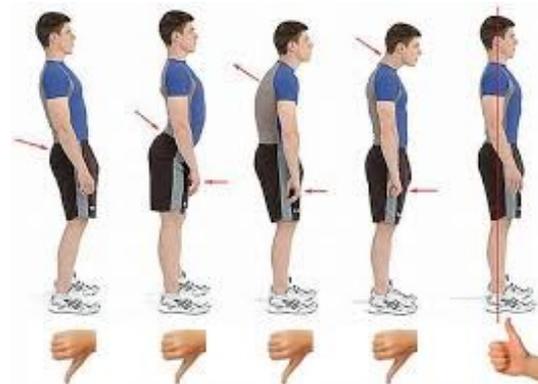
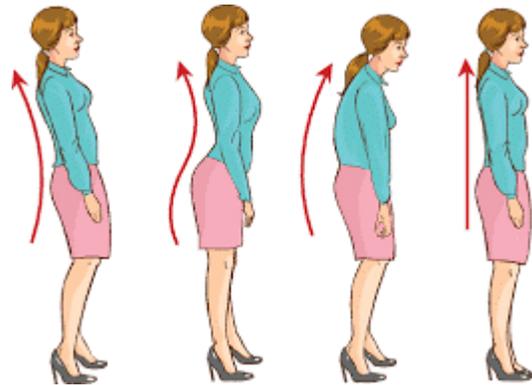
1. Planeación didáctica
2. Libros de consulta. Básico (Antología) y adicional (es)
3. Formato de portada “actual”
4. Manual de actividades en plataforma
5. Videos, películas, etc.

Unidad I. Componentes de la imagen

I.1. Físico

Una *buena presencia física* depende básicamente de **dos factores**:

1. *La forma de caminar y,*
2. *La postura.*



Mensaje de oro: “Tú y yo somos importantes”.

Unidad I. Componentes de la imagen

Debemos tomar conciencia “siempre” de que *con el simple acto de caminar estamos comunicando un gran número de mensajes* (comunicación no verbal).

La cabeza, la espina dorsal y la pelvis forman un eje que debe tener una correcta alineación para caminar correctamente y el *principio de alineación* es apenas uno de los ocho principios del correcto caminar, otro es el de *la erección*.

La postura estando parados o sentados también se convierte en un código de comunicación.

¿Cómo se logra una buena presencia física?



1.2. ¿Qué es la imagen personal?

Es un *proceso físico-psicológico de percepción*, que abarca primeramente una sensación que se canaliza al sistema nervioso central para de ahí pasar al proceso cerebral de la aprehensión, desciframiento y comprensión de la causa que la produjo, traduciéndola en un efecto semejante a una experiencia o vivencia, que a su vez se convierte en una imagen mental de lo percibido.

Percepción es “la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos” (es el recuerdo que nos queda después de haber tenido una experiencia de cualquier clase y que evocaremos cada vez que nos refiramos a lo que lo causó).

Nuestra imagen será la *manera como somos percibidos* y que serán los demás quienes nos la otorgarán basados en lo que hayan sentido de nosotros.

Unidad 1. Componentes de la imagen

1.2. ¿Qué es la imagen personal?



Los estudios del tema todavía diferencian tres tipos de imágenes mentales:

1. Las más elementales que corresponden a la retención en nuestra mente de lo percibido y su capacidad de reproducirlo de manera más o menos exacta, es decir, una especie de memoria visual o fotográfica.
2. Las referidas a nuestra capacidad de crear imágenes, a la facultad de la mente que puede reproducir de la memoria, interrelacionar ideas y crear, es decir la capacidad de imaginar; y,
3. Las objeto de nuestro estudio, que son las que una vez conformadas mediante el proceso físico-psicológico, pueden producir efectos en la conducta de los individuos. Éstas son las imágenes mentales que habiendo quedado grabadas en la memoria van a influir en las preferencias y por lo tanto en las decisiones del ser humano. Este tercer tipo de imágenes mentales son consecuencia de las percepciones acumuladas que necesitan de la coherencia como ingrediente indispensable para producir la reacción de la gente, ya que la mente sólo asocia lo que ve junto, lo que se repite de manera similar, lo que se parece, en síntesis, lo que puede organizar como coherente. Cuando la mente detecta incoherencia producirá como reacción conductual el rechazo.

Unidad 1. Componentes de la imagen

1.2. ¿Qué es la imagen personal?



De ahí que en un esfuerzo válido para sintetizar tantos conceptos teóricos, desprendamos una definición precisa que sea fácil de entender, de memorizar y que sirva para dar sentido a todo nuestro trabajo:

Imagen es percepción

La percepción

Partiendo de esta definición se hace ahora necesario reflexionar sobre el significado de la palabra percepción. Si acudimos otra vez a cualquier diccionario enciclopédico nos vamos a encontrar con que se trata de “la acción y efecto de percibir”; también con que la palabra percepción se identifica con “**conocimiento e idea**” y por último, con el significado que para este trabajo representa el concepto fundamental: **Percepción es “la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos”.**

Unidad 1. Componentes de la imagen

1.2. ¿Qué es la imagen personal?



Lo que con toda sencillez podría interpretarse como **el recuerdo que nos queda después de haber tenido una experiencia de cualquier clase** y que evocaremos cada vez que nos refiramos a lo que lo causó.

Por eso es que podemos identificar imagen con percepción y desprender que **nuestra imagen será la manera como somos percibidos** y que **serán los demás quienes nos la otorgarán** basados en lo que hayan sentido de nosotros.

“Percibimos, lo cual significa que agregamos significado a cada señal que se nos presenta en el camino”.
Deepak Chopra

Imagen pública

Consideraciones antes de definirla:

- ✓ La imagen es un resultado (está provocada por algo); es el efecto de una o varias causas (siempre serán externas, ajenas al individuo) y el efecto será interno (se produce dentro del mismo individuo, en su mente). El efecto producido dependerá de la coherencia de las causas. En este sentido siempre nos referiremos a la imagen en su carácter mental.
- ✓ La imagen producirá un juicio de valor en quien la concibe, por lo que su opinión se convertirá en su realidad. Dicha realidad no tiene forzosamente que ser verdadera ni corresponder a la realidad de la fuente emisora, por lo que estaríamos frente a una realidad “ficticia” estrictamente individual, es decir, ante una imagen individual; ésta situación es la casusa del típico conflicto que todos hemos vivido cuando hemos confrontado lo que somos con lo que los demás creen que somos.

Imagen pública -Consideraciones antes de definirla:

- ✓ El juicio de valor es el resorte que impulsa la acción individual consecuente: aceptar o rechazar lo percibido. La conducta estará entonces condicionada por la imagen individual y será producto de la coherencia con el mensaje transmitido.
- ✓ *Cuando la imagen mental individual es compartida por un público o conjunto de públicos se transforma en una imagen mental colectiva dando paso a la imagen pública.*

Una imagen pública será la percepción compartida que provocará una respuesta colectiva unificada.

Todo lo que eres
te proyecta
lo proyectas
en tu físico y actitud



**¿QUÉ IMAGEN QUIERES
PROYECTAR?**

¿ESTÁS CONSCIENTE DE LO QUE PROYECTAS?

¿SABÍAS QUE TU IMAGEN
PERSONAL ES MAS
TRASCENDENTE QUE TUS
PALABRAS?

LAS PALABRAS SE OLVIDAN
TU IMAGEN NUNCA

Recuerda:
Te perciben
de la manera
en que te proyectas

#frases por
@alexiaherms

