Nombre de alumnos:

ALEXIS DE JESUS SANCHEZ LOPEZ

Nombre del profesor:

LUIS MIGUEL SANCHEZ HERNANDEZ

Nombre del trabajo:

ASERTIVIDAD, CONCISIÓN, Y COHERENCIA ENTRE IMAGEN PERSONAL Y PROFESIONA

Materia:

PROYECCION PROFECIONAL

Grado:

8.° CUATRIMESTRE

Grupo: A

Ocosingo, Chiapas a 07 de marzo del 2020.

UNIDAD 3

Asertividad

- es
  - habilidad personal y social
    - que sirve para
      - expresar sentimientos, opiniones y pensamientos
        - de manera
          - adecuada y oportuna
            - de forma
              - clara, precisa y directa , sin herir los sentimientos
                - CARACTERISTICAS
                - DEBE SABER
                - atiende sus propios intereses y de los demas
                - expresa sus opiniones
                - maneja bien las situaciones dificiles
                - no permite que se aprovechen de el
                - esta satisfechos con los resultados
                - no generaliza
                - siempre conserva su respetjo
                - Hacer y recibir cumplidos.
                - Rechazar peticiones.
                - Realizar peticiones.
                - Expresar desagrado.
                - Afrontar critica

Concisión

- se refiere a la
  - economia de medios
    - o la
      - brevedad para expresarse
        - siempre con
          - precision y claridad
            - se le puede asociar con lo
              - imprescindible
                - por que los
                - accesorios salen sobrando
- asociadad con la
  - economia linguistica
    - consiste
      - en dice mucho con poco
        - "ofreciendo la mayor cantidad de informacion
          - con
            - pocas palabras
              - apoyandoce del contexto
              - y asi no abusar del lector"..

Coherencia (esencia personal)

- una persona coherente
  - es
    - firmes en sus principios y valores
      - actúan con normas
        - transmite sinceridad
          - tienen tranquilidad interior
            - es honestas consigo mismas
              - son feles a su pensamiento
- la actitud
  - muestra la coherencia o incuherencia
    - se es coherente cuando
      - se actua de acuerdo con a los principios y valores
        - pero cuando hay poca coherencia
          - se miente
            - decenciona al otro
              - por las falsas esperenzas
              - por prometer y no cumplir
              - por decir algo que no sentimos
- la coherencia es entre
  - pensamiento, sentimiento y accion
    - mas aya de si es correcto
    - proyectando asi madurez
      - fruto del autoconocimiento, experiencias y conocimiento interior
        - nesesaria en un discurso o explicacion
          - si alguen habla mal de ti
            - no le creeran
              - y saldran en tu defenza

Imagen ideal vs. Imagen proyectada.

- se puede definir como
  - cambio fisico-psicologico
    - para mostrar lo que somos en fondo y forma
      - generar opiniones favorables
        - en el mundo contemporáneo
          - exige ser más competitivos
            - la imagen personal cobra especial importancia
              - para generar una autopercepción favorable o desfavorable
- imagen ideal
  - lo que se quieres ser
    - pero no has alcanzado
      - esta vinculada a los deseos y sueños
        - y tambien a lo que quieres ser
          - tiene origen desde nuestro inicio
            - por la educacion recibida
            - las expectativas incumplidas propias o las de otras
              - se lleva un registro
                - con el tiempo es una voz interna
                - que nos observa y recuenda
                - si seguimos los estandares previstos o no
- imagen proyectada
  - lo que eres hoy con imperfecciones y virtudes
    - tiene la capacidad de acción, cambio personal y moelización de recurso
      - para alcanzar tus sueños
        - te orisa
          - donde quieres llegar
          - la capcidad de aceptacion incondicional
          - y la fuerza de autentidad
  - Reconocerla crea
    - fortaleza, singularidad, transparencia y aumenta la autoestima
      - es la posibilidad de crecer estirándola a una Imagen Ideal más cercana y alcanzable

Campo profesional e imagen

- es la percepción que se tiene de una persona o una institucion
  - por sus grupos objetivos
    - consecuencia del desempeño
      - lsg factores que intervienen son
        - Percepción
          - Grupos objetivo diferentes y especificos.
          - situaciones y contextos según grupos objetivo
- imagen pública
  - una de las imágenes subordinadas
    - para regulación del comportamiento
      - y evaluar la calidad simbólica de los vínculos
        - con los públicos internos, externos o comerciales
          - es importante considerar
            - el plano de posicionamiento personal
              - ¿Cómo necesito/quiero que me perciban los demás?
              - ¿Cómo me perciben actualmente?
              - ¿Qué acciones debemos realizar para lograr nuestro objetivo?

xMind: Trial Mode