



Nombre de alumno: Rosio Vázquez Morales

**Nombre del profesor: Javier Ivan
Godines Hernández**

**Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico/
Unidad III**

Materia: Proyección Profesional

Grado: Octavo Cuatrimestre

Grupo: "A"

Comitán de Domínguez Chiapas a 08 de Marzo de 2021.

3.1 Asertividad

- **Se define** Como la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos en el momento oportuno de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás

- **De acuerdo con Roca (2003)** Las consecuencias de adoptar una conducta asertiva

- ❖ Facilita la comunicación y minimiza la posibilidad de que los demás malinterpreten nuestros mensajes.
- ❖ Ayuda a mantener relaciones interpersonales más satisfactorias.
- ❖ Aumenta las posibilidades de conseguir lo que deseamos.
- ❖ Incrementa las satisfacciones y reduce las molestias y conflictos producidos por la convivencia.
- ❖ Mejora la autoestima.
- ❖ Favorece las emociones positivas en uno mismo y los demás.
- ❖ Quienes se relacionan con una persona asertiva obtienen una comunicación clara y no manipuladora.

- **Características de la persona asertiva**

- ✓ Define sus propios intereses atendiendo a los intereses del otro.
- ✓ Expresa sus opiniones libremente
- ✓ Sabe manejar situaciones difíciles diciendo la palabra oportuna, de manera oportuna y en el momento oportuno.
- ✓ No permite que los demás se aprovechen.
- ✓ Es capaz de decir lo que quiere, desea y opina.
- ✓ Está satisfecho con los resultados.
- ✓ No generaliza.
- ✓ Gane o pierda conserva su propio respeto

- **La persona asertiva sabe:**

- 📌 Hacer y recibir cumplidos.
- 📌 Rechazar peticiones.
- 📌 Realizar peticiones.
- 📌 Expresar desagrado.
- 📌 Afrontar críticas

- **El asertividad** Es una habilidad social y sirve para comunicar o transferir un mensaje de manera clara, precisa y directa sin herir los sentimientos de los demás

- **Todo persona o profesional** Tiene un estilo de comunicación hay que conocerlo para poderse relacionar y comunicar con coherencia sin perder identidad.

3.2 Concisión

- **Definición** { Es algo que tiene concisión } por su parte { está vinculado a la economía de medios } y a la brevedad para expresar { un concepto con precisión y exactitud. }

- **Un perro puede definirse** { Como un animal de cuatro patas que ladra } o como { Un mamífero que pertenece a la familia de los cánidos } { es cuadrúpedo y se comunica a través de ladridos }

- **En el ámbito de las letras** { Existe un concepto } { Se conoce como economía lingüística } aunque algunos literatos prefieren { el de ahorro lingüístico }

- **La teoría del ahorro lingüístico** { Dice } { Todo enunciado debe intentar ofrecer } { la mayor cantidad de información utilizando } { la menor cantidad de palabras posible }

- **En el Decálogo del buen cuentista** { Creado por Horacio Quiroga } { se encuentran expresadas } { las máximas de la economía lingüística }

3.3 Coherencia (esencia personal)

- **Definición** { Es la forma de los textos bien estructurados } { permite concebirlo como } { entidades semánticamente comunitarias } { de manera que las diversas ideas secundarias } { aportan información relevante }

- **Una persona es coherente** { cuando actúa de acuerdo } { a sus principios y a sus valores } { Cuando una persona dice una cosa } { pero hace la contraria, entonces } { muestra una contradicción entre hechos y palabras }

- **Una persona coherente** { Transmite sinceridad } { lo que le ayuda a establecer } { las relaciones personales sólidas } { porque la amistad verdadera } { requiere de un compromiso } { y de una seriedad en la palabra. }

- **La importancia de la coherencia** { Se busca que el texto } { tenga una estructura } { que esté bien organizado } { que tenga sentido lógico } { y no presente contradicciones }

- **Es importante las redes sociales** { Como ya sabemos } { aunque decidas no participar } { de alguna manera existes en ellas } { la mayoría de nosotros } { tiene un perfil creado } { ya sea en Facebook, Twitter, LinkedIn u otros. }

- **Definición la imagen personal y profesional** { Como todo aquel proceso de cambio físico-psicológico que aplicamos en nosotros de manera individual con el objetivo de mostrar a los demás lo que somos en fondo y forma

- **Un cambio de imagen** { Inicia de dos partes que se consideran fundamentales y en este sentido tenemos en un primer momento la imagen interna que a su vez se subdivide en imagen espiritual e imagen intelectual.

- **El contenido de la imagen espiritual** { Es fundamentalmente todo aquel sistema de:

- Creencias
- Valores
- Principios
- Todo lo que se lleva a cabo

 en busca de la verdad de las cosas, ect

- **La imagen intelectual** { Son todos aquellos conocimientos

- Empíricos
- Académicos
- Políticos
- Sociales
- Culturales

 el gran cúmulo de que hemos adquirido en el transcurso de nuestra vida diaria

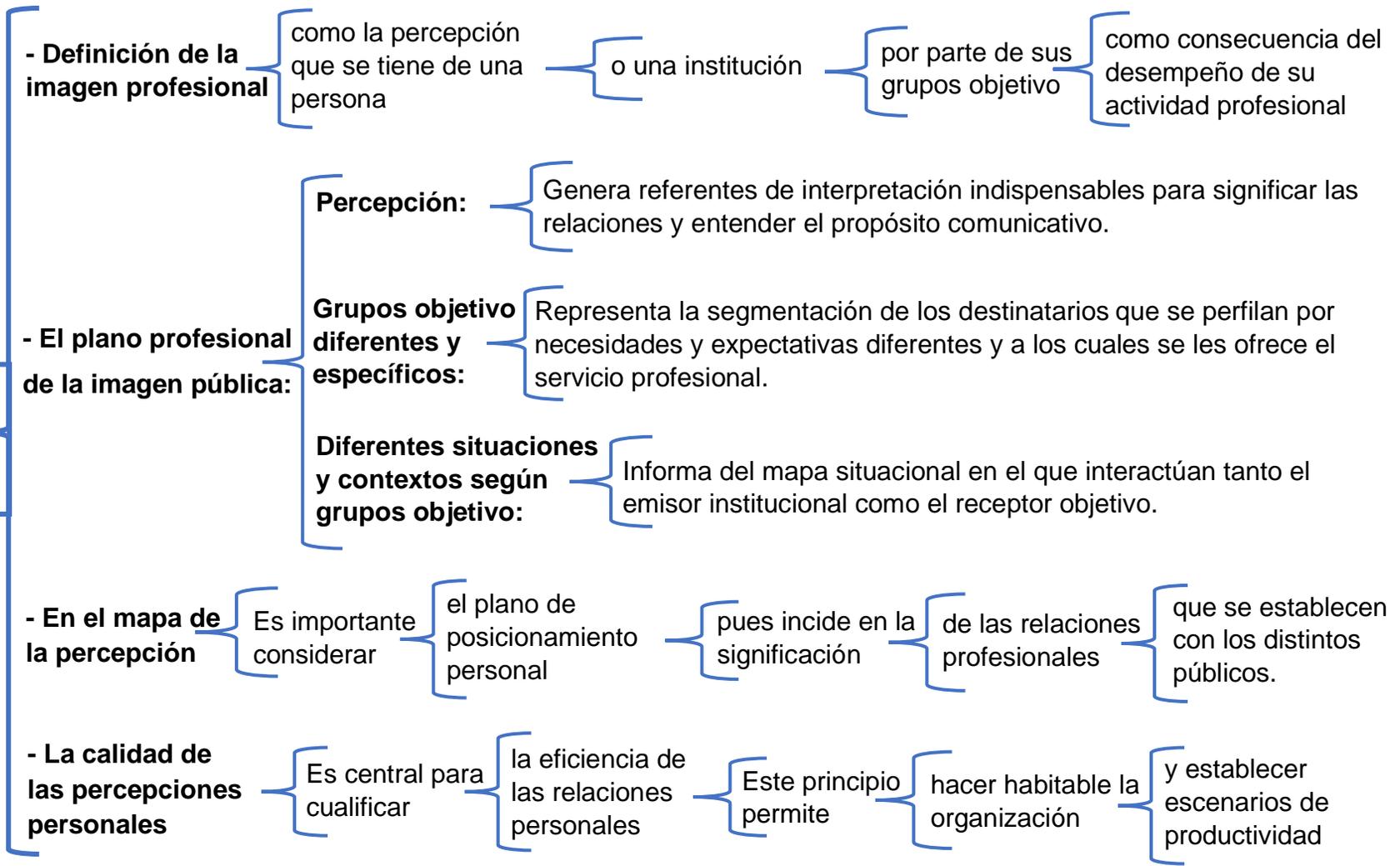
- **La imagen personal** { Es la guía que nos conducirá a lo que denominamos imagen profesional y es aquí en donde ❖ Cobra mayor importancia
❖ El buen manejo de la comunicación

- **La Imagen Ideal** { Es una proyección de lo que quieres y todavía no has alcanzado. Está vinculada a la montaña de deseos y sueños que hay en tu corazón y también a "lo que debes ser"

- **La Imagen proyectada** { Representa lo que eres con tus imperfecciones y virtudes Puedes lucir espléndido o quizá algún aspecto positivo o negativo esté tapado por la Imagen Ideal que te impide mostrarte auténtico

3.4 Imagen ideal vs. Imagen proyectada

3.5 Campo profesional e imagen



(Godines, 2021)

Bibliografía

Javier Ivan Godines Hernández (2021). Proyección Profesional. Javier Ivan Godines Hernández, *Licenciatura en Enfermería* (págs. 74 - 91). Octavo Cuatrimestre: Enero - Abril.