



**PRESENTA EL ALUMNO:**

Carla Yazmin Hernández Espinoza

**GRUPO, CUATRIMESTRE Y MODALIDAD:**

8vo. CUATRIMESTRE "A" LICENCIATURA EN ENFERMERIA  
ESCOLARIZADO

**DOCENTE:**

Javier Iván Godines

**MATERIA:**

Proyección profesional

**TRABAJO:**

Cuadro sinóptico

**FECHA DE ENTREGA:**

12/Marzo/2021



# ASERTIVIDAD

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.

## **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.

## **LA PERSONA ASERTIVA SABE**

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

La asertividad es una habilidad social,

- sirve para comunicar
- transferir un mensaje de manera clara, precisa y directa, sin herir los sentimientos de los demás
- clave para poder mantener una conversación coherente y resolutiva a distintos niveles

# CONCISION

es algo que tiene concisión, suele asociarse al lenguaje y a la expresión

## EJEMPLO

El juez le pidió al acusado que fuera conciso y que se limitase a responder aquello que se le estaba preguntando

Es posible asociar lo conciso a lo imprescindible para generar sentido.

- “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”

## TEORÍA DEL AHORRO LINGÜÍSTICO

todo enunciado debe intentar ofrecer la mayor cantidad de información utilizando la menor cantidad de palabras posible, sustentándose en lo que se encuentra presente en el contexto, lo que ayudaría a alcanzar un significado pleno del mensaje.

# COHERENCIA (Esencia Personal)

- Las personas coherentes son firmes en sus principios y valores.
- Una persona coherente transmite sinceridad
- Las personas que son coherentes consigo mismas tienen tranquilidad interior porque son honestas consigo mismas, es decir, son fieles a su pensamiento.

## ACTITUDES DE UNA PERSONA POCO COHERENTE

- Cuando una persona dice una cosa pero hace la contraria, entonces, muestra una contradicción entre hechos y palabras que genera sensación de poca coherencia ética frente al interlocutor
- Existen actitudes que muestran que una persona puede ser poco coherente, por ejemplo, prometer una cosa y no cumplirla.
- Lo que ocurre cuando una persona tiene poca coherencia entre hechos y palabras es que decepciona al otro porque le ha generado unas falsas expectativas

## ¿QUE IMPORTANTE ES LA COHERENCIA EN NUESTRA VIDA?

- Cuando uno lleva un estilo de vida, coherente con lo que piensa, dice y hace. Vives y te conduces de forma tal, que si alguien habla mal de ti, nadie le creerá y saldrán en defensa tuya
- La coherencia entre pensamiento, sentimiento y acción muestra un grado de madurez profundo en una persona

Ser coherente es un gran trabajo, porque implica un autoconocimiento de uno mismo y esto es algo que realizamos constantemente

# IMAGEN IDEAL VS. IMAGEN PROYECTADA

Podemos definir 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, misma que nos ayudará a generar opiniones favorables cada día más exigente era de la globalización.

## CAMBIO DE IMAGEN:

- imagen interna
- imagen espiritual e imagen intelectual.

- imagen espiritual es fundamentalmente, todo aquel sistema de creencias, valores, principios, creencias
- imagen intelectual, son todos aquellos conocimientos empíricos, académicos, políticos, sociales y culturales; en fin, el gran cúmulo de conocimientos que hemos adquirido en el transcurso de nuestra vida

## IMAGEN IDEAL

- Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado.
- Está vinculada a la montaña de deseos y sueños que hay en tu corazón
- Tiene origen en tu pasado, en la educación que has recibido, las expectativas de ti mismo sin cumplir, bien tuyas o de otras personas importantes para ti.
- Con el paso del tiempo se convierte en una voz interna que te observa y cuando no se cumple lo esperado te avisa de si ejecutas los estándares previstos o no a través de tu guía o tu crítico interno.

## IMAGEN PROYECTADA

- Representa lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes.
- Está vinculada al presente, al aquí y al ahora y es la fuente como su propio nombre indica para “hacerte realidad”
- Lo que eres, tal y como eres tiene la capacidad de acción, cambio personal y movilización de recursos para alcanzar tus sueños
- Te avisa de la distancia que hay de dónde estás a dónde quieres llegar, la capacidad que tienes de aceptarte incondicionalmente y posee la fuerza de la autenticidad.
- Estar en la Imagen proyectada es la posibilidad de crecer estirándola a una Imagen Ideal más cercana y alcanzable.

En el campo de la imagen pública, una de las imágenes subordinadas que intervienen en la regulación del comportamiento de las personas cuya conducta define el significado de las diferentes relaciones institucionales

## **IMAGEN PROFESIONAL**

percepción que se tiene de una persona o una institución por parte de sus grupos objetivo como consecuencia del desempeño de su actividad profesional.

- Percepción
- Grupos objetivo diferentes y específicos
- Diferentes situaciones y contextos según grupos objetivo

## **OBJETIVOS DE LA IMAGEN PROFESIONAL**

¿Cómo necesito/quiero que me perciban los demás?

¿Cómo me perciben actualmente?

¿Qué acciones debemos realizar para lograr nuestro objetivo?

## **ACCIONES A TOMAR ANTES DE UNA DISEÑAR NUESTRA IMAGEN PROFESIONAL**

- ¿cuál es mi grupo objetivo? ¿Qué mensaje debo enviar para satisfacer a mi grupo objetivo?
- ¿Qué mensaje envío actualmente?
- ¿Dónde está el punto de separación entre ambas dimensiones?
- ¿Qué debo hacer y decir para generar mi nueva forma de ser percibido?