

**Nombre del profesor:** Javier Iván Godínez

**Nombre del alumno:** Guadalupe del Carmen Hernández Velasco

**Nombre del trabajo:** Cuadro sinóptico

**Materia:** Proyección Profesional

**Grado:** 8vo

**Grupo:** "B"

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de Marzo del 2021

### 3.1: Asertividad

#### Concepto

Es la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada

Es decir, nos referimos a una forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva

#### Según Roca las consecuencias de adoptar una conducta asertiva son:

- 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

#### Características de las personas asertivas

- 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

#### Para ser asertivo

Es esencial conocer el propio estilo de comunicación y ser consciente de los propios estados emocionales internos, recursos e intuiciones

Ser asertivo/a es una de las cualidades más importantes de saber transmitir personal y profesionalmente en los distintos ambientes profesionales: trabajar en grupo, establecer lazos interpersonales y comunicar en distintos tipos de audiencia

### 3.2: Concisión

#### Concepto

Del latín concīsus, este término por su parte, está vinculado a la economía de medios y a la brevedad para expresar un concepto con precisión y exactitud

Lo conciso, por lo tanto, suele asociarse al lenguaje y a la expresión. No existe una cantidad determinada de palabras pronunciadas para hacer referencia a la concisión, ya que ciertas explicaciones requieren de un mayor desarrollo

#### Ámbito de las letras

Existe un concepto que se conoce como economía lingüística, aunque algunos literatos prefieren el de ahorro lingüístico

Esta noción se utiliza para referirse a aquellos textos de carácter conciso, donde se dice mucho con pocas palabras.

#### La teoría del ahorro lingüístico

Menciona que 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

### 3.3: Coherencia

#### Personas coherentes

Las personas pueden mostrar que son coherentes en sus actitudes o todo lo contrario

Las personas coherentes son firmes en sus principios y valores

Una persona coherente transmite sinceridad, lo que le ayuda a establecer relaciones personales sólidas porque la amistad verdadera requiere de un compromiso y de una seriedad en la palabra

#### Personas coherentes

Son aquellas que consigo mismas tienen tranquilidad interior porque son honestas consigo mismas, es decir, son fieles a su pensamiento

Las personas coherentes tienen que hacer frente a contradicciones internas, ideas irracionales y pereza en su día a día

### 3.3: Coherencia

#### La mentira

Es otra actitud que produce poca coherencia en la comunicación interpersonal

La mentira es una actitud que refleja falta de respeto hacia el otro y también, hacia uno mismo.

#### La coherencia

Entre pensamiento, sentimiento y acción muestra un grado de madurez profundo en una persona

Una madurez que es fruto del autoconocimiento, del valor de la experiencia y del crecimiento interior que surge de los años.

#### Ser coherente

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

### 3.4: Imagen ideal vs Imagen proyectada

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

#### 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.

#### Imagen espiritual

Es fundamentalmente, todo aquel sistema de creencias, valores, principios, creencias, y todo lo que se lleva a cabo en busca de la verdad de las cosas

#### Imagen intelectual

Son todos aquellos conocimientos empíricos, académicos, políticos, sociales y culturales

El gran cúmulo de conocimientos que hemos adquirido en el transcurso de nuestra vida diaria los cuales nos permiten desenvolvemos con mayor seguridad en nuestro que hacer cotidiano

**3.4: Imagen ideal vs Imagen proyectada**

**Imagen personal**

Es la guía que nos conducirá a lo que denominamos imagen profesional

Todos los seres humanos tenemos una personalidad y una identidad de acuerdo a esa identidad. Realizamos el esfuerzo de presentar una imagen que es la imagen ideal, formada por recursos y habilidades que hemos incorporado a lo largo de nuestra vida

**La imagen ideal**

Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado.

**La imagen proyectada**

Representa lo que eres hoy 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

**3.5: Campo profesional e imagen**

**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

Es la imagen profesional; ésta permite evaluar la calidad simbólica de los vínculos que establece la persona con los públicos internos, externos o comerciales.

**Imagen profesional**

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

**La calidad de las percepciones**

Personales es central para cualificar la eficiencia de las relaciones personales.

Este principio permite hacer habitable la organización y establecer escenarios de productividad institucional donde la comunicación sea un capital simbólico fundamental

## Bibliografía

*Proyección Profesional.* (s.f.). Obtenido de Proyección Profesional :

file:///C:/Users/2020/Desktop/8vo%20cuatrimestre/Proyeccion%20profesinal.pdf