

## **Tema:** Cuadro Sinóptico

- 
- **NOMBRE DEL ALUMNO:** Exar Rubeli García Hernández
  - **DOCENTE:** Javier Iván Godínez
  - **CARRERA:** Lic. Enfermería
  - **CUATRIMESTRES:** 8 "B"
  - **MATERIA:** Proyección Profesional

**COMITÁN DE DOMINGUEZ CHIAPAS, A 12  
MARZO DE 2021**

**Asertividad**

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

conducta asertiva

Facilita la comunicación  
Ayuda a mantener relaciones interpersonales  
Aumenta las posibilidades de conseguir lo que deseamos  
Incrementa las satisfacciones  
Mejora la autoestima  
Favorece las emociones positivas  
Quienes se relacionan con una persona asertiva obtienen una comunicación clara

Características de la persona asertiva

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

Asertividad

es una habilidad social, y 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: presentaciones, negociaciones, meetings, etc.

Todo persona o profesional tiene un estilo de comunicación, hay que conocerlo para poderse relacionar y comunicar con coherencia sin perder identidad

**Concisión**

Conciso

del latín concīsus, es algo que tiene concisión, este término, por su parte, está vinculado a la economía de medios y a la brevedad para expresar un concepto con precisión y exactitud.

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

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

fueron un grupo de indígenas que habitaron Tierra de Fuego hace alrededor de 6.000 años, eran nómadas que se movían en canoas a lo largo del estero y que se alimentaban de lo que recogían del mar

Quiroga

uno de los más grandes cuentistas de la historia, expresó que el autor no debe abusar del lector

Así, Quiroga manifestaba la importancia de ser conciso a la hora de escribir un cuento

**Coherencia**

coherencia

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 que genera sensación de poca coherencia ética frente al interlocutor

Las personas coherentes son firmes en sus principios y valores. Principios que actúan como normas del obrar recto porque la ética personal ayuda a diferenciar entre el bien y el mal

coherencia

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

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, es decir, son tan humanas como el común de los mortales

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

Autoanalizarnos

realizar un FODA personal y atrevernos a identificar nuestras debilidades y trabajar en ellas, pero aún más difícil es saber cuáles son nuestras fortalezas y poder replicarlas en todos los ámbitos de nuestras vidas

**Imagen ideal vs. Imagen proyectada**

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

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

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, etc.

Imagen ideal

Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado. 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. Puedes lucir espléndido o quizá algún aspecto positivo o negativo esté tapado por la Imagen Ideal que te impide mostrarte auténtico

Cómo acercar la Imagen Real a la Ideal

- valor a tu Imagen proyectada
- La Imagen proyectada no es mala
- Consigue que te vista tu guía interno más que tu crítico
- Reescribe lo que quieres que sea distinto en tu diario de vida
- En cuanto percibas frustración porque no consigues ser lo que quieres
- Negocia contigo si tus defectos o imperfecciones son tan tremendos
- Sé flexible con los resultados negativos
- Dibuja en un papel tu Imagen Real y tu Imagen Ideal con un espacio en medio
- Experimenta el diseño de tu Nueva Imagen Real

**Campo profesional e imagen**

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

como 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

imagen pública

*Percepción*

genera referentes de interpretación indispensables para significar las relaciones y entender el propósito comunicativo

*Grupos objetivo diferentes y específicos*

representa la segmentación de los destinatarios que se perfilan por necesidades y expectativas diferentes y a los cuales se les ofrece el servicio profesional

*Diferentes situaciones y contextos según grupos objetivo*

informa del mapa situacional en el que interactúan tanto el emisor institucional como el receptor objetivo.

Cómo necesito/quiero que me perciban los demás

es importante identificar los diferentes públicos con los cuales interactuamos, es decir, saber cómo son, qué relación tenemos con ellos, y sobre todo, qué relación nos interesa tener con ellos

Como me perciben actualmente

Hacer una auditoría de imagen es de gran importancia, pues nos permite conocer a detalle la opinión que los demás tienen de nosotros,

Qué acciones debemos realizar para lograr nuestro objetivo

Si ya sabemos qué queremos o necesitamos y también conocemos la opinión actual, hace falta definir las acciones requerida para alcanzar la meta deseada

**BIBLIOGRAFIA:**

ANTOLOGIA UDS/  
PROYECCION  
PROFESIONAL/ III  
UNIDAD/ J.I.G.H./