

- Materia: Proyección Profesional
- Carrera: Lic. En enfermería
- Cuatrimestre: 8° cuatrimestre
- Alumno: Edison moisés Pimentel cruz
- Catedrático/a: Javier Ivan Godines
- Trabajo: cuadro sinóptico



UNIDAD 3.
ASERTIVIDAD,
CONCISIÓN, Y
COHERENCIA
ENTRE
IMAGEN
PERSONAL Y
PROFESIONAL

Asertividad

Se define asertividad 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.

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

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 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.

Además de mejorar las relaciones humanas con una actitud agradable, sea cual sea la opinión del tema a tratar, comunicando de manera definida y segura.

comunicación

Todo persona o profesional tiene un estilo de comunicación, hay que conocerlo para poderse relacionar y comunicar con coherencia sin perder identidad. Sin olvidar ¿quién eres?

¿qué quieres conseguir y ¿qué pide el mercado o sector a nivel de comunicación?

3.2 Concisión

Conciso

del latín *concīsus*, es algo que tiene concisión.

Este término (concisión), por su parte, está vinculado a la economía de medios y a la brevedad para expresar un concepto con precisión y exactitud.

lenguaje y a la expresión

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. Por otra parte, lo conciso varía según el contexto.

Quiroga

En el “Decálogo del buen cuentista” creado por Horacio Quiroga se encuentran expresadas las máximas de la economía lingüística.

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

Los yaganes

Los yaganes 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.

En lo que respecta a su lengua se caracterizaba por llevar a la práctica con suma perfección el concepto de ahorro lingüístico: palabras largas que reunían diversas ideas

3.3 Coherencia
(esencia personal)

valores

Las personas pueden mostrar que son coherentes en sus actitudes o todo lo contrario. 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 que genera sensación de poca coherencia ética frente al interlocutor.

persona coherente

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.

Las personas que son coherentes consigo mismas tienen tranquilidad interior porque son honestas consigo mismas, es decir, son fieles a su pensamiento

pensamiento, sentimiento y acción

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.

Desde el punto de vista de la comunicación, la coherencia también es necesaria en un discurso o en una explicación de forma que exista una lógica en el discurso que debe estar bien razonado y elaborado.

Qué importante es la coherencia en nuestra vida y en el desarrollo de nuestra Marca Personal!

Independientemente del ámbito en el que nos desenvolvamos, ya sea profesional, social o el privado; pues la misma debe ser coherente en todos éstos, ya que no somos individuos diferentes, ni podemos "divorciar" quiénes somos.

Somos el mismo individuo que se desenvuelve y desarrolla en cada uno de estos ámbitos.

3.4 Imagen ideal vs. Imagen proyectada

Formar la imagen personal y profesional

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

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

El cambio de imagen

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.

La 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 y también a "lo que debes ser". Como sabes muchas veces antepone los deseos a las verdaderas necesidades y esto puede ser una trampa.

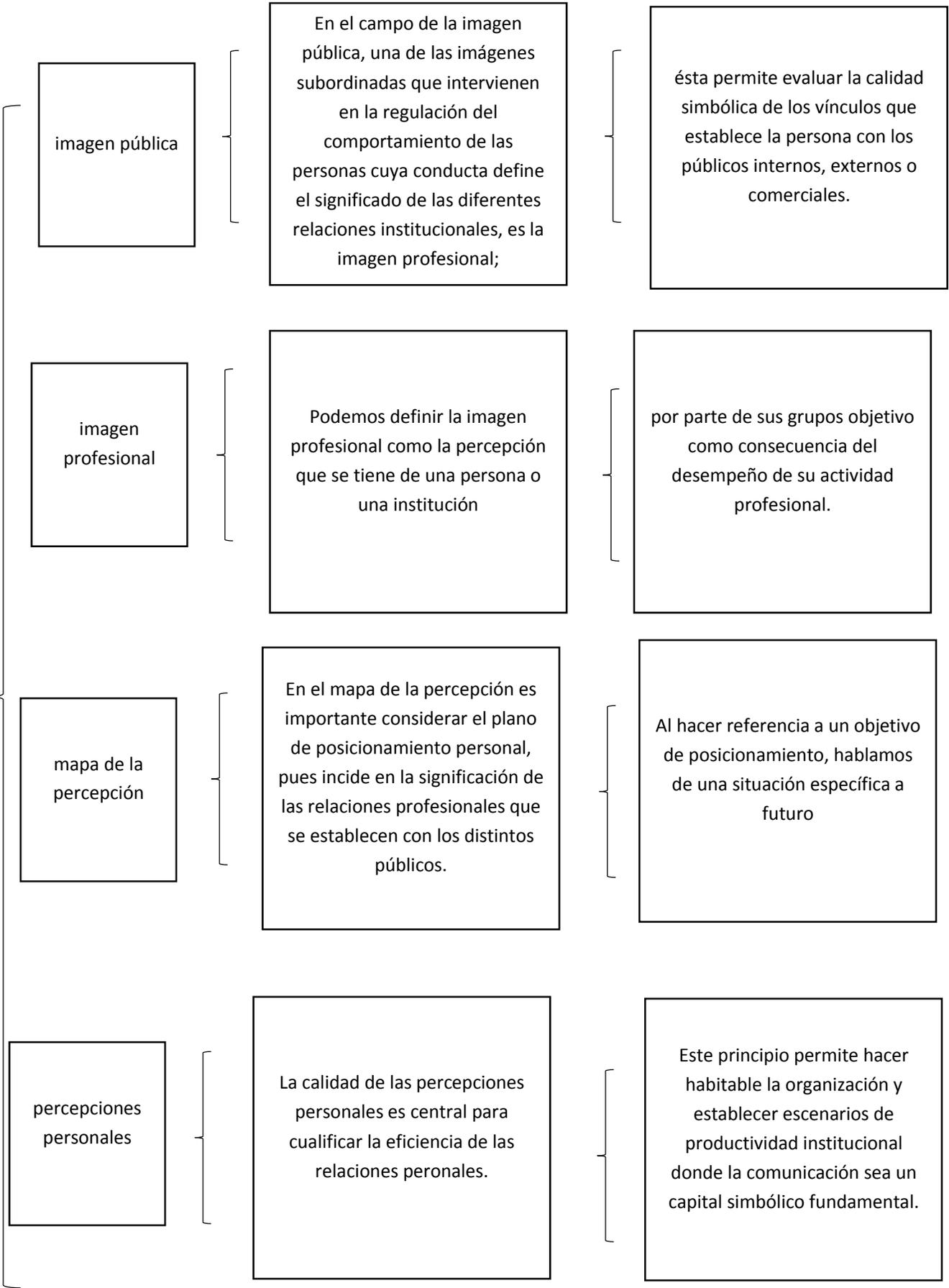
¿Y cómo se formó? Tiene origen en tu pasado, en la educación que has recibido, las expectativas de ti mismo sin cumplir, bien tuyas o de otras personas importantes para ti

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.

Está vinculada al presente, al aquí y al ahora y es la fuente como su propio nombre indica para "hacerte realidad".

3.5 Campo profesional e imagen



BIBLIOGRAFIA

Guerro, B. (2010). Universia: La importancia de la buena imagen. México. Recuperado de:
<http://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2012/10/16/974937/importancia-buenaimagen.html>

Medline Plus (2018). Guía para una buena postura. Bethesda, EU. Recuperado de:
<https://medlineplus.gov/spanish/guidetogoodposture.html>

Navarro, D. (2014). Alto nivel: Reglas básicas del estilo elegante. México. Recuperado de:
<https://www.altonivel.com.mx/empresas/44972-tu-estilo-es-elegante-aprende-las-reglasbasicas>