



**Nombre del alumno: Lupita Montes
de Oca Trujillo**

**Nombre del profesor: Javier Iván
Godinez**

Nombre del trabajo: cuadro sinóptico

Materia: proyección profesional

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: octavo

Grupo: "C"

Comitán de Domínguez Chiapas a 08 de Marzo de 2021.

Asertividad

Definición	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
Nos referimos a...	Forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva.
Consecuencias Roca (2003)	<ul style="list-style-type: none">- Facilita la comunicación- Ayuda a mantener relaciones interpersonales más satisfactorias- Aumenta las posibilidades de conseguir lo deseado- Mejora la autoestima- Favorece las emociones positivas en uno mismo y los demás.
Características de una persona asertiva	<ul style="list-style-type: none">• Define sus propios intereses atendiendo a los intereses del otro.• Expresa sus opiniones libremente.• Sabe manejar situaciones• No permite que los demás se aprovechen.• Es capaz de decir lo que quiere, desea y opina.• Está satisfecho con los resultados.• Gane o pierda conserva su propio respeto.
La persona asertiva sabe	<ul style="list-style-type: none">✓ Hacer y recibir cumplidos.✓ Rechazar peticiones.✓ Realizar peticiones.✓ Expresar desagrado.✓ Afrontar críticas.
Utilidad	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, mejora la las relaciones humanas con una actitud agradable, sea cual sea la opinión del tema a tratar, comunicando de manera definida y segura.
Es esencial	<p>Conocer el propio estilo de comunicación y ser consciente de los propios estados emocionales internos, recursos e intuiciones.</p> <ul style="list-style-type: none">○ Imprescindible○ Autocontrol○ Confianza○ Integridad○ Adaptabilidad
Cualidad	<p>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.</p> <p>Toda habilidad requiere</p> <ul style="list-style-type: none">- Conocimientos- Práctica- Aptitud.

Concisión

Concepto

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.

Lo conciso

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.

En el 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.

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.

Decálogo del buen cuentista

Todo cuento debe ser el producto de un trabajo detallado, y debe, por tanto, ser una novela depurada de ripios.

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

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

Coherencia

Concepto

Se denomina la relación, conexión o unión de unas cosas con otras, o aquello que interconecta o mantiene unidas las partes de un todo.
También se conoce como coherencia la relación lógica y adecuada que se identifica entre las distintas partes que conforman una totalidad.

Como mostrar coherencia

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

Características de las personas coherentes

- son firmes en sus principios y valores.
- Transmiten sinceridad lo que le ayuda a establecer relaciones personales sólidas
- Las personas que son coherentes consigo mismas tienen tranquilidad interior
- han desarrollado un sentido interior de honestidad muy profundo

La mentira

La mentira es una actitud que refleja falta de respeto hacia el otro y también, hacia uno mismo, nadie puede transmitir una coherencia ante el otro si no tiene coherencia ante sí mismo.

Madurez

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.

Imagen

Recuerda que el tema de la imagen no se trata de la ropa que nos ponemos, sino también de nuestro lenguaje no verbal con el cual nos comunicamos con el resto.
Tiene que existir por tanto coherencia entre quiénes somos y cómo nos mostramos a los demás y nuestra Imagen puede hacer ruido o distorsión si ésta no es coherente.

Que implica ser coherente

Ser coherente 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 ideal

¿Qué es?

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

Vinculado a

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.

Imagen externa

Tu imagen externa obtiene un reconocimiento y genera una fantasía de realización personal; de ahí a que la Imagen Ideal pueda llevarte a crear un Estilo que te limite.

Proyectarlo

Tendencia a proyectarla en la apariencia, vestuario y en los demás, se manifiesta en actitudes, vestimenta, modales, comunicación que en el fondo, no alcanzan su objetivo de satisfacción personal, conlleva esfuerzo y el estilo proyectado necesita estar estudiado.

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?

- ✚ Es más fácil cambiar lo que te pones que lo que piensas
- ✚ 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

Factores

- ❖ Percepción: genera referentes de interpretación indispensable 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.

Referencia a un objetivo de

- ¿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.
- ¿Cómo me perciben actualmente?
Aquí obtendremos información muy valiosa, 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.

Imagen profesional

La imagen profesional constituye el pensamiento estratégico que contribuye a generar ambientes de eficiencia y seguridad en el mapa de comportamiento y significación con los distintos públicos

La regulación de conductas y protocolos hace posible producir y reproducir el capital institucional.

Bibliografía

UDS. (08 de marzo de 2021). *plataformaeducativauds.com.mx*. Obtenido de *plataformaeducativauds.com.mx*:
file:///C:/Users/LUPITA/Desktop/antologia%20de%20proyeccion%20profesional.pdf