



**UNIVERSIDAD
DEL SURESTE**

**"Pasión^{por}
educar"**

MATERIA.

Proyección profesional.

TRABAJO.

Cuadro sinóptico.

ALUMNA.

Perla de Belén Cáceres Rodríguez.

CATEDRÁTICO.

Javier Iván Godínez.

8°cuatrimestre de la licenciatura en nutrición.

Comitán de Domínguez a 8 de marzo de 2021.

Asertividad, concisión, y coherencia entre imagen personal y profesional

Asertividad

Es 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.

Consecuencias de una conducta asertiva.

- Facilita la comunicación.
- Mantiene relaciones interpersonales más satisfactorias.
- Aumenta las posibilidades de conseguir lo que se desea.

- Mejora la autoestima.
- Favorece las emociones positivas en uno mismo y los demás.

Características de una persona asertiva.

- ∞ Expresa sus opiniones libremente.
- ∞ Maneja situaciones difíciles.
- ∞ No permite que los demás se aprovechen.

- ∞ Es capaz de decir lo que quiere, desea y opina.
- ∞ No generaliza.
- ∞ Está satisfecho con los resultados.

La persona asertiva sabe:

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

Concisión

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.

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

Coherencia

Una persona es coherente cuando actúa de acuerdo a sus principios y a sus valores.

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.

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

Hay que saber ser y estar ante las diferentes situaciones que se nos presentan y los entornos que enfrentamos, siendo igualmente coherente con quienes somos, con nuestra propia personalidad y estilo.

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

la imagen personal y profesional es 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.

Un cambio de imagen inicia de dos partes que se consideran fundamentales:

1. Imagen espiritual: Es todo aquel sistema de creencias, valores, principios, creencias.
2. Imagen intelectual: conocimientos empíricos, académicos, políticos, sociales y culturales.

estas dos partes tendrán forzosamente que ir en sintonía, es decir, armonizar una con otra.

La imagen personal es el reflejo de la personalidad y de las cualidades adquiridas por cada uno de nosotros.

Imagen ideal:

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

Imagen proyectada

Representa lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes.

Campo profesional e imagen.

la 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 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.

factores que permiten entender de mejor manera el plano profesional de la imagen pública:

* 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.

* Diferentes situaciones y contextos según grupos objetivo: informa del mapa situacional en el que interactúan tanto el emisor institucional como el receptor objetivo.

Es importante reconocer que, como individuos, interactuamos con otros y aunque nuestro objetivo personal se enmarca en un ambiente laboral, la convivencia nos exige un comportamiento que promueva la cordialidad y las buenas relaciones para vivir en armonía con quienes nos rodean.

(Godínez, 2021)

Bibliografía

Godínez, J. I. (2021). Proyección profesional. Comitán de Domínguez.