

REFERENCIA BIBLIOGRAFICAS

Alumna: Adriana Janeth Pérez García

Profesor: Javier Iván Godínez

Trabajo: cuadro sinóptico

- **Materia** Proyección profesional
- **Carrera** Enfermería
- **Semestre/**
cuatrimestre 8vo cuatrimestre

Todo texto se trabajará con Gill San Mt 12, interlineado 1.5

ASERTIVIDAD

ES LA HABILIDAD PERSONAL QUE NOS PERMITE EXPRESAR SENTIMIENTOS, OPINIONES Y PENSAMIENTOS, EN EL MOMENTO OPORTUNO, DE FORMA ADECUADA Y SIN NEGAR NI DESCONSIDERAR LOS DERECHOS DE LOS DEMAS

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.

Asertividad, clave para poder mantener una conversación coherente y resolutive a distintos niveles:

- Presenciales
- Negociantes
- Meetings

- Facilita la comunicación.
- Ayuda a mantener relaciones interpersonales más satisfactorias.
- Aumenta la posibilidad de conseguir lo que deseamos.
- Incrementa las satisfacciones y reduce las molestias y conflictos producidos por la convivencia.

Características de una persona asertiva:

- Expresa sus sentimientos libremente
- Sabe manejar situaciones difíciles.
- No permite que los demás se aprovechen.

Concisión

Está vinculado a la economía de medios y a la brevedad para expresar un concepto con precisión y exactitud.

- Se asocia al lenguaje y a la expresión.
- No existe una cantidad determinada de palabras pronunciadas para hacer referencia a la concisión.
- Es posible asociar lo conciso a lo imprescindible para generar sentido.

COHERENCIA

ACTUA DE ACUERDO A SUS
PRINCIPIOS Y A SUS VALORES.

- Principios que actúan como normas del obrar recto porque la ética personal ayuda a diferenciar entre el bien y el mal.
- Una persona coherente transmite sinceridad, lo que le ayuda a establecer relaciones personales sólidas.
- Las personas que son coherentes consigo mismas tienen tranquilidad interior porque son honestas consigo mismas (son fieles a su pensamiento).
- Las personas coherentes tienen que hacer frente a contradicciones internas, ideas irracionales y pereza en su día a día.
- La coherencia entre pensamiento, sentimiento, y acción muestra un grado de madurez profundo de una persona.

Existe otra actitud que produce poca coherencia en la comunicación interpersonal: la mentira, la mentira es una actitud que refleja falta de respeto hacia el otro y también hacia uno mismo.

Imagen ideal e imagen proyectada

ES UNA PROYECCION DE
LO QUE QUIERES SER Y
TODAVIA NO HAS
ALCANSADO

- Está vinculada a la montaña de deseos y sueños que hay en tu corazón y también a “lo que debes ser”
- Si antepone los deseos a las verdaderas necesidades y esto puede ser una trampa.
- Tu imagen externa obtiene un reconocimiento y genera una fantasía de realización personal.
- 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.

REPRESENTA LO QUE ERES
HOY CON TUS
IMPERFECCIONES Y
VIRTUDES

- Puedes lucir espléndido o quizá algún aspecto positivo o negativo este tapado por la imagen ideal que impide mostrarte auténtico
- Está vinculada al presente, al aquí y al ahora y es la fuente como su propio nombre indica para “hacerte realidad”
- Es lo que eres, tal y como eres tiene capacidad de acción, cambio personal y movilización de recursos para alcanzar tus sueños.
- La imagen real necesita de la ideal para crecer.

ES LA PERSEPCION QUE SE TIENE DE UNA PERSONA O UNA INSTITUCION POR PARTE DE SUS GRUPOS OBJETIVO COMO CONSECUENCIA DEL DESEMPEÑO DE SU ACTIVIDAD PROFESIONAL.

Intervienen en la regulación del comportamiento de las personas cuya conducta define el significado de las diferentes relaciones institucionales

- **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.