



Alumna: Anahi Gpe Alfonso

Maestro: Javier Iván Godínez

Materia: proyección profesional

8vo cuatrimestre grupo A

UDS

PASIÓN POR EDUCAR

UNIDAD III.
ASERTIVIDAD,
CONCISIÓN, Y
COHERENCIA
ENTRE IMAGEN
PERSONAL Y
PROFECIONAL

Asertividad

❖ Definición:

- ✓ 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.

❖ Consecuencia de adoptar una conducta asertiva:

- ✓ Facilita la comunicación y minimiza la posibilidad de que los demás malinterpreten nuestros mensajes.
- ✓ Ayuda a mantener relaciones interpersonales más satisfactorias.
- ✓ Aumenta las posibilidades de conseguir lo que deseamos.
- ✓ Incrementa las satisfacciones y reduce las molestias y conflictos producidos por la convivencia.
- ✓ Mejora la autoestima.
- ✓ Favorece las emociones positivas en uno mismo y los demás.
- ✓ Quienes se relacionan con una persona asertiva obtienen una comunicación clara y no manipuladora, se sienten respetados y perciben que el otro se siente bien con ellos.
- ✓ 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

❖ Características de la persona asertiva:

- ✓ 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.

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

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.
- ✓ En el ámbito de las letras existe un concepto que se conoce como economía lingüística, aunque algunos literatos prefieren el de 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.

Coherencia
(esencia
personal)

- ✓ 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.
- ✓ 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.
- ✓ Nadie puede transmitir una coherencia ante el otro si no tiene coherencia ante sí mismo.
- ✓ La coherencia entre pensamiento, sentimiento y acción muestra un grado de madurez profundo en una persona.
- ✓ Ser coherente es un gran trabajo, porque implica un autoconocimiento de uno mismo y esto es algo que realizamos constantemente.

Imagen ideal
vs imagen

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

BIBLIOGRAFIA

Godínez, J. I. (2021, enero-abril). Proyección profesional. Universidad del sureste. Pp 74-91. Pdf