



**Nombre de alumno: Samantha Guillen Pohlenz**

**Nombre del profesor: Javier Iván Godines**

**Nombre del trabajo: Actividad plataforma**

**Materia: Proyección Profesional**

**Grado: 8vo**

**Grupo: B**

- Asertividad
  - Nos referimos a una forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva.
  - De acuerdo con Roca (2003)
    - Las consecuencias de adoptar una conducta asertiva son
      - Ayuda a mantener relaciones interpersonales más satisfactorias
      - Aumenta las posibilidades de conseguir lo que deseamos.
      - Quienes se relacionan con una persona asertiva obtienen una comunicación clara y no manipuladora
  - Características de la persona asertiva
    - Expresa sus opiniones libremente.
    - No permite que los demás se aprovechen.
    - Define sus propios intereses atendiendo a los intereses del otro.
- Concisión
  - Del latín concīsus, es algo que tiene concisión
    - Precisión y exactitud
      - Suele asociarse al lenguaje y a la expresión
  - De acuerdo a la teoría del ahorro lingüístico, todo enunciado debe intentar ofrecer la mayor cantidad de información utilizando la menor cantidad de palabras posible
- Coherencia
  - 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.
  - Es el ruido y los mensajes distorsionados los que queremos evitar
  - 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
  - Proceso de cambio físico-psicológico, que aplicamos en nosotros de manera individual
  - El mundo contemporáneo nos exige ser más competitivos en cualquier ámbito en el que nos encontremos
  - Imagen
    - **Imagen espiritual.** Sistema de creencias, valores, principios, creencias
    - **Imagen intelectual.** conocimientos empíricos, académicos, políticos, sociales y culturales
    - Estas dos partes tendrán forzosamente que ir en sintonía, es decir, armonizar una con otra
- Campo profesional e imagen
  - Podemos definir la imagen profesional como 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.
  - Factores de la imagen
    - Percepción
    - Grupos objetivo diferentes y específicos
    - Diferentes situaciones y contextos según grupos objetivo

## Bibliografía

Godines, J. I. (2021). *Antología Proyección Profesional*. Comitán de Domínguez: Universidad del Sureste.