



**Universidad del  
sureste**



**PROYECCION PROFESIONAL  
Cuestionario**

**Gómez Espinosa Nadia Arely**

**8° Cuatrimestre**

**JESSICA ALEJANDRA  
VELAZQUEZ CORTEZ**

**Tuxtla Gutiérrez, Chiapa  
21-01-202**

**M.V.Z.**

# Autoestima Laboral

## Defectos:

1. Confío mucho en las personas
2. Soy muy nerviosa / ansiosa.
3. Soy muy sensible a la opinión de los demás.
4. Soy floja.
5. Me distraigo y me olvido.

## Virtudes / Cualidades:

1. Paciente
2. Tolerante
3. Creatividad
4. Respetuosa
5. Amable.

## ¿Qué es el autoestima laboral?

Es la percepción que tenemos de nuestro desempeño en el trabajo y se suele medir en base a lo que creemos que hacemos y lo que merecemos.

## ¿Por qué es importante tener buena autoestima laboral?

Amanece las personas con baja autoestima a menudo dudan de sus decisiones y capacidades, y siempre buscan la aprobación y validación. Esto puede entorpecer su desempeño, nublar su juicio e incluso paralizarse.





- ¿Cuáles son los beneficios de cultivar el autoestima?
- una buena autoestima permite ganar confianza
- sentimientos seguros con las acciones
- positiva y sentimiento.
- El equipo estará motivado y productivo.

• ¿Cuáles son las recomendaciones para aumentar la autoestima laboral?

1. Trabaja en tu confianza a diario y no dudes de tus habilidades.
2. Aprende constantemente.
3. presta atención a tu lenguaje corporal.
4. Concentrate en las fortalezas y conoce tus debilidades.
5. Cambio de actitud, empoderante.

• ¿Eres consciente de lo que has sido capaz de hacer hasta ahora?

No, Al menos yo siento que no he sido capaz de hacer nada.

• ¿Conoces la matriz DAZO?

No.

Permite evaluar e identificar tus debilidades para poder compensarlas con tus fortalezas.