



# Mi Universidad

## Mapa conceptual

-Nombre del Alumno: Jacqueline Damián Damián

-Nombre del tema: Asertividad, concisión y coherencia entre imagen personal y profesional

-Nombre de la Materia: Proyección profesional

-Nombre del profesor: Alberto de Jesús López Muñoz

-Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Lugar de elaboración:  
Villahermosa Tabasco

# ASERTIVIDAD

## ¿QUÈ ES?

Es la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y sentimientos.

## SIRVE PARA:

Comunica un mensaje de manera clara, precisa y directa son herir los sentimientos de los demás.

## CARACTERISTICAS

Buen manejo de situaciones difíciles, respeto, no permite que los demás se aprovechen, no generaliza.

## LA PERSONA ASERTIVA SABE:

Hacer y recibir cumplidos, rechazar peticiones, realizar peticiones, expresar desagrado, afrontar críticas.

## CONSECUENCIAS

Malinterpretación de los mensajes, mejora la autoestima, facilita la comunicación y de manera clara.

## CLAVE DE LA ASERTIVIDAD

Para tener una conversación coherente existen niveles: presentación, negociación y meetings.

## ESTILO DE COMUNICACION

Hay que conocer a la persona para poderse relacionar y comunicar con coherencia sin perder identidad.

## COMO SER ASERTIVO

Ser consiente de los propios estados emocionales interno, tener autocontrol, confianza, integridad.

## IMAGEN PERSONAL

Con frecuencia observa la dificultad de adaptar un mensaje según el público objetivo. Reflejando una imagen, insegura, incoherente, distante o fría.

## COMUNICACIÓN DE LA IMAGEN

Es la herramienta a dominar para reflejar una actitud asertiva, a través de las cualidades oportunas según el objetivo.

## SER ASERTIVO ES:

Es una de las cualidades más importantes de saber transmitir personal y profesionalmente en los distintos ambientes profesionales.

## TODA HABILIDAD REQUIERE

Requiere conocimientos, practica y salud, trabajar en grupo, establecer lazos interpersonales y comunicar en distintos tipos de audiencia.

# COHERENCIA

## ¿Que es?

Es cuando una persona actúa de acuerdo a sus principios y sus valores. Una persona que no es coherente promete cosas y no las cumple.

## Las personas coherentes son:

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.

## Una persona coherente Transmite:

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.

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.

La coherencia entre pensamiento, sentimiento y acción muestra un grado de madurez profundo en una persona.

También es necesaria en un discurso o en una explicación de forma que exista una lógica en el discurso que debe estar bien razonado y elaborado.

Tiene que existir por tanto coherencia entre quiénes somos y cómo nos mostramos a los demás y nuestra imagen puede hacer ruido o distorsión si ésta no es coherente.

# IMAGEN IDEAL VS. IMAGEN PROYECTADA

## DEFINICION

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.

## IMAGEN IDEAL

Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado. Está vinculada a la montaña de deseos y sueños que hay en tu corazón y también a "lo que debes ser".

## IMAGEN ESPIRITUAL

Es fundamentalmente, todo aquel sistema de creencias, valores, principios, creencias, y todo lo que se lleva a cabo en busca de la verdad de las cosas.

## IMAGEN IDEAL, ¿COMO SE FORMA?

Tiene origen en el pasado de una persona, ya sea en la educación que se ha recibido, las expectativas sin cumplir, bien de uno mismo o de otras personas importantes para ti.

## IMAGEN INTELECTUAL

Son aquellos conocimientos empíricos, académicos, políticos, sociales y culturales; en fin, el gran cúmulo de conocimientos que se ha adquirido en el transcurso de la vida diaria.

## IMAGEN PROYECTADA

Representa lo que una persona es hoy con sus imperfecciones y virtudes o quizá algún aspecto positivo o negativo esté tapado por la Imagen Ideal que te impide mostrarte auténtico.

## IMAGEN PERSONAL

Es la guía que conduce a lo que denominamos imagen profesional, aquí se cobra mayor importancia, el buen manejo de la comunicación ya que con esto se puede lograr las metas que se planea uno como persona.

## COMO TENER UNA IMAGEN PROYECTADA

- Reconocer las posibilidades.
- Aportar realismos y acercar los objetivos lejanos.
- Reescribir lo que se quiere cambiar en la vida diaria.

Dale valor a la Imagen proyectada y permitir que sus cualidades e imperfecciones se expresen es importante ya que sólo así se podrá cambiar lo que no le gusta de uno y entonces se podrá "estirar" hacia el siguiente nivel de bienestar.

# CAMPO PROFESIONAL E IMAGEN

## ¿QUE ES?

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.

## FACTORES

- Percepción (Genera referentes de interpretación para entender el propósito comunicativo).
- Grupos objetivos (representan la segmentación de los destinatarios).
- Diferentes situaciones (informa al mapa situacional)

## SE RECONOCE QUE:

Como individuos, interactuamos con otros y aunque nuestro objetivo personal se enmarca en un ambiente laboral.

En el mapa de la percepción es importante considerar el plano de posicionamiento personal, pues incide en la significación de las relaciones profesionales que se establecen con los distintos públicos.

La calidad de las percepciones personales es central para cualificar la eficiencia de las relaciones personales.

La regulación de conductas y protocolos hace posible producir y reproducir el capital institucional.

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.