



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Esmeralda Monserrat Navarro Avendaño

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

Parcial: 3

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Julibeth Martínez Guillen

Nombre de la Licenciatura: Nutrición

Cuatrimestre: octavo

Asertividad, concisión y coherencia entre imagen personal y profesional.

3.1 Asertividad

- Habilidad personal.
- Permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno.
- Es de forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás.
- Forma para interactuar; permite a la persona ser directa, honesta y expresiva.
- Sirve para comunicar (transferir un mensaje).

3.2 Concisión

- Conciso, del latín concīsus, es algo que tiene concisión.
- Este término está vinculado a la economía de medios y a la brevedad para expresar un concepto con precisión y exactitud.
- Suele asociarse al lenguaje y a la expresión.
- Es posible asociar lo conciso a lo imprescindible para generar sentido.
- En el ámbito de las letras existe un concepto "economía lingüística", aunque algunos literatos prefieren el de "ahorro lingüístico".

-Las consecuencias de adoptar una conducta asertiva.

-Características de la persona asertiva.

-La persona asertiva sabe.

- 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.

- Define sus propios intereses atendiendo a los intereses del otro.
- Expresa sus opiniones libremente.
- No permite que los demás se aprovechen.

- Hacer y recibir cumplidos.
- Rechazar peticiones.
- Realizar peticiones.
- Expresar desagrado.
- Afrontar críticas.

Bibliografía:

Universidad del sureste. (2022). *Antología de proyección profesional.pdf* pág. 69-72 recuperado [Proyección profesional.pdf](#)