



Mi Universidad

Cuadro sinóptico

NOMBRE DEL ALUMNO: Omar Emanuel López Erika yatziri Castillo Figueroa

TEMA: subtemas de la segunda unidad, 2.5, 2.6, 2.7, 2.8

PARCIAL: 2do parcial

MATERIA: proyección profesional

NOMBRE DEL PROFESOR: Rubén Eduardo Domínguez García

LICENCIATURA: enfermería

CUATRIMESTRE: 8° cuatrimestre

Frontera Comalapa Chiapas, a 16 de febrero del 2022

**ACCIONES
ESTRATÉGICAS PARA
ESTABLECER LA
IMAGEN PERSONAL**

**Competencias
personales**

Las empresas demandan a los profesionales con una serie de competencias personales que puedan aplicar de forma transversal a su puesto de trabajo

Adaptabilidad

Las empresas valoran cada vez más la flexibilidad de sus empleados a la hora de hacer frente a cambios o imprevistos y de aportar soluciones de forma ágil y eficaz

Afronta los cambios

Aprendizaje

Consiste en ampliar los conocimientos más allá de un área de trabajo concreta y en actualizarse de manera continua respecto a las nuevas metodologías, procesos o técnicas relacionadas con la profesión

Nunca se sabe lo suficiente

Colaboración

Hay que ser capaz de trabajar en equipo, de compartir, de colaborar y de ayudar a otros de manera coordinada con el fin de conseguir unos objetivos comunes

Crea un espíritu de equipo

Comunicación

Una persona competente en materia de comunicación es capaz de transmitir información de forma fluida, clara y veraz, tanto de forma oral como escrita

Construye relaciones eficaces y honestas

Creatividad

Consiste en tener la capacidad de generar ideas, perspectivas y soluciones diferentes para crear nuevos productos o servicios, mejorar ámbitos ya existentes, desarrollar nuevas metodologías

Abre la mente, imagina y sueña

**Gestión de la
información**

Se trata de saber organizar los datos de los que dispones de la manera más útil para tu provecho y el de la empresa

Haz más con menos

**Inteligencia
social**

Muestra la capacidad de conectar con los demás

Las emociones también cuentan

Lealtad

Las empresas buscan empleados comprometidos y leales con la cultura y con los objetivos de la organización, personas que busquen el bien común por encima de sus propios intereses

El bien común es lo primero

Motivación

Es la capacidad de sentirse estimulado por una actividad tanto para iniciarla como para proseguir con ella hasta su total ejecución

Cada día es un regalo

Responsabilidad

Es la capacidad para asumir el control de tus actividades y supervisar un proyecto de principio a fin, gestionando cada parte del proceso

Tus éxitos y fracasos son tuyos

**Competencias
profesionales**

Son todas aquellas habilidades y aptitudes que tienen las personas que les permiten desarrollar un trabajo de forma exitosa

**Tipos de
competencias**

Competencias de base

Son aquellas que permiten el acceso a una formación o a un trabajo, son los conocimientos básicos que permiten poder acceder a un trabajo

Competencias técnicas

Hacen referencia a las competencias adquiridas después de haber realizado una formación específica y son específicas de un puesto de trabajo en concreto

Competencias transversales

Son todas aquellas habilidades y aptitudes que hacen que un trabajador desarrolle de forma eficaz su trabajo

**Competencias
transversales**

Afectan a muchos sectores de actividad, a muchos lugares de trabajo y, lo que es más relevante, están muy en sincronía con las nuevas necesidades y las nuevas situaciones laborales

**Capacidad de resolución de
problemas**

Disposición y habilidad para enfrentarse y dar respuesta a una situación determinada

**Capacidad de organización
del trabajo**

Disposición y habilidad para crear las condiciones adecuadas de utilización de los recursos humanos

Responsabilidad en el trabajo

Disposición para implicarse en el trabajo

**Capacidad de trabajar en
equipo**

Disposición y habilidad para colaborar de manera coordinada en la tarea realizada conjuntamente por un equipo

Autonomía

Capacidad de realizar una tarea de forma independiente, ejecutándola de principio a fin, sin necesidad de recibir ninguna ayuda o apoyo

Oralidad

Es una de las imágenes subordinadas a la imagen personal o institucional que más peso tienen en la conformación de la percepción debido a que los estímulos que la conforman son las palabras en su forma oral o escrita

El manejo de la ansiedad

Ante cualquier situación de emergencia, nuestro cuerpo genera una droga natural que se llama adrenalina, cuyo efecto es el de hacernos más capaces para enfrentar el peligro

Sin embargo tiene efectos físicos secundarios desagradables,

Los mejores antídotos para esos efectos son

La respiración

La sonrisa

Requisitos que debe cumplir todo mensaje

Para poder cumplir con la transmisión eficiente de nuestro mensaje debemos de poner cuidado en que nuestra participación cubra una serie de requisitos

Sencillez

Para lograr la sencillez es necesario que adecuemos nuestro mensaje al lenguaje que nuestro público requiere

Conocimiento

La clave maestra para que casi siempre puedan hablar acerca de algo es sólo referirse a lo que saben, lo que sienten, lo que piensan o lo que ha vivido

Brevidad

Cada vez que se estén preparando para hablar en público recuerden las siguientes recomendaciones que los convencerán de ser breves

Orden

Es un requisito indispensable que se debe cumplir para facilitarle a la audiencia el seguimiento de las ideas

Convicción

Motivar la acción de una audiencia vendría a ser prácticamente imposible si careciéramos del convencimiento de lo que se está diciendo

En comunicación lo menos es más.
Al componer un mensaje lo más difícil será saber qué quitar y no qué agregar.
☞ Para hacer un mensaje inmortal, no necesitan hacerlo eterno

Expresión escrita

La eficacia en la comunicación escrita profesional dependerá de la capacidad de adaptarla al destinatario y causar el efecto que se desea

Antes de escribir

Plantéate en cada ocasión si es mejor escribir un email o hacer una llamada

¿Cuál es tu objetivo?

¿Qué quieres conseguir?

Ponernos a redactar

Escribe correctamente, respetando las reglas básicas de gramática y ortografía

Utiliza frases cortas siguiendo preferentemente la estructura:

Sujeto – Verbo – Predicado fía

Escribe párrafos cortos

Utiliza un lenguaje positivo

Algunos breves consejos para mejorar tu comunicación

Ordenar los pensamientos e ideas.

Conocer el buen manejo del lenguaje. Para ello, leer es imprescindible

Aplicar algunas normas sencillas que evitan caer en los errores más comunes

No uses frases demasiado largas
Evita los sustantivos. Funcionan mejor los verbos de acción.

No divagues. Sé concreto