

CUADRO SINÓPTICO

Nombre del Alumno: FLORISELDA VELÁZQUEZ MÉNDEZ

Nombre del tema: ACCIONES ESTRATÉGICAS PARA ESTABLECER LA IMAGEN PERSONAL

Nombre de la Materia: PROYECCION PROFESIONAL

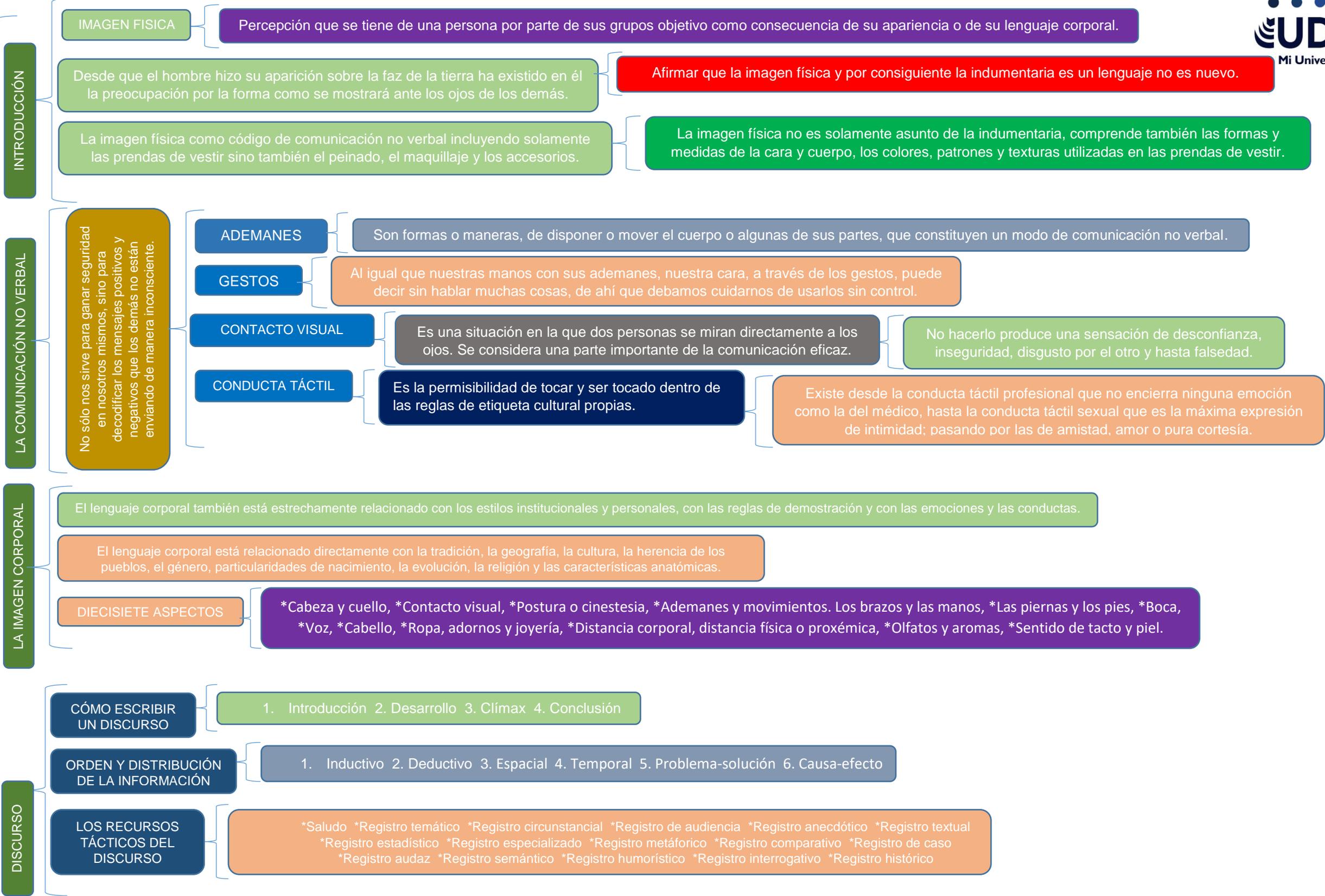
Nombre del profesor: LAURA JACQUELINE LOPEZ HERNANDEZ

Nombre de la Licenciatura: PSICOLOGÍA GENERAL

Cuatrimestre: OCTAVO

FRONTERA COMALAPA CHIAPAS A 30 DE ENERO DEL AÑO 2022

ACCIONES ESTRATÉGICAS PARA ESTABLECER LA IMAGEN PERSONAL



COMPETENCIAS PERSONALES

Estas competencias aportan éxito y un importante valor añadido a la organización, y las compañías lo saben.

- 1. Adaptabilidad
- 2. Aprendizaje
- 3. Colaboración
- 4. Comunicación
- 5. Creatividad
- 6. Gestión de la información
- 7. Inteligencia social
- 8. Lealtad
- 9. Motivación
- 10. Responsabilidad

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. *Competencias técnicas. *Competencias transversales

ORALIDAD

EL MANEJO DE LA ANSIEDAD

Para poder manejar las sensaciones desagradables de la ansiedad, tal vez les sea útil saber que corresponden a un proceso físico-químico natural del que es prácticamente imposible escapar.

La respiración y la sonrisa

REQUISITOS QUE DEBE CUMPLIR TODO MENSAJE

*SENCILLEZ *CONOCIMIENTO *BREVEDAD *ORDEN *CONVICCIÓN

EXPRESIÓN ESCRITA

1. ANTES DE ESCRIBIR

Lo primero que deberías hacer, antes de escribir un documento o un correo electrónico o cualquier mensaje online u offline, es plantearte cuál es el objetivo del mismo.

2. Y LLEGA EL MOMENTO DE LA ACCIÓN: PONERNOS A REDACTAR.

*Escribe correctamente, respetando las reglas básicas de gramática y ortografía. *Utiliza frases cortas siguiendo preferentemente la estructura: Sujeto – Verbo – Predicado. *En lo posible, evita el uso de subordinadas. *Escribe párrafos cortos. *Cuando sea posible utiliza el indicativo. *Evita al máximo el uso del subjuntivo y el condicional. *Jerarquiza la información, o sea, pon orden y haz hincapié en lo más importante. *Utiliza un lenguaje positivo.

3. ALGUNOS BREVES CONSEJOS PARA MEJORAR TU COMUNICACIÓN

*Ordenar los pensamientos e ideas.

*Conocer el buen manejo del lenguaje.

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

*Hay cosas que no se deben tratar por