



**Nombre del alumno: Alba Paulina  
Gómez Alvaro.**

**Nombre del profesor: Lic. Luis Miguel  
Sánchez Hernández.**

**Licenciatura: Medicina Veterinaria y  
Zootecnia.**

**Materia: Proyección profesional.**

**Nombre del trabajo: ensayo.**

Ocosingo, Chiapas a 28 de Julio del 2021

## Introducción

El presente ensayo tratara sobre las características que demos de tener y que hay que practicar todos los días, sin embargo muchas veces no se lleva a cabo por cohibición o porque estamos acostumbrados a cierto tipo de comunicación, sin embargo los puntos a tratar nos ayudaran a reflejar de lo mucho o poco que podemos empezar a trabajar, en este caso principal es de lo profesional, sin embargo no podemos dejar lo personal de un lado, ya que también lo profesional con lo personal está muy ligado a como actuaremos con las personas a quienes nos queremos comunicar.

Asertividad. Es la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás. Es decir, nos referimos a una forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva. Gracias a la asertividad podemos lograr una comunicación directa y clara donde no hay malas interpretaciones ni malos entendidos. Una de sus ventajas son:

- Mantener relaciones interpersonales más satisfactorias
- Podemos conseguir lo que deseamos
- Disminuye las molestias y conflictos en una convivencia
- Mejora el autoestima
- Existen mejores emociones
- Respeto

Una persona asertiva es característica por definir sus propios intereses sin desatender los desinterés del otro, expresa las opiniones de forma libre, está satisfecho con sus resultados, realiza y rechaza peticiones, gane o pierda conserva el respeto dice lo que quiere y opina. La asertividad en nuestra vida

social nos sirve bastante, pues su principal función es mantener una comunicación adecuada con la otra parte y así mejorar las relaciones humanas con una actitud agradable, por otro lado esto nos va a ayudar a mantener una buena comunicación en varios niveles como negociaciones, presentaciones, etc.

En todo entorno laboral es de suma importancia la asertividad ya que llevamos cierta información que queremos brindar y no se debe perder el estilo de tu propia identidad de lo que quieres y buscar conseguir.

Muchas de las comunicaciones diarias por parte de muchos profesionales, son transmitidas con pasividad o agresividad. Reflejando una imagen dura, insegura, incoherente, distante o fría. La comunicación de la imagen también es muy importante y va de la mano con la asertividad pues es la que nos ayudara a mantener firme lo que queremos transmitir y reflejar según el objetivo.

Concisión. La concisión es la brevedad y exactitud con la que se expresan las cosas esta nos sirve en así todos los ámbitos que asocian al lenguaje y a la expresión. No existe una cantidad determinada de palabras pronunciadas para hacer referencia a la concisión, yaqué

Ciertas explicaciones requieren de un mayor desarrollo. Por otra parte, lo conciso varía según el contexto. Por ejemplo no es lo mismo “quiero comer un pastel” a decir “tengo hambre pero no hambre de comida sino de algo rico”. Es posible asociarlo conciso a lo imprescindible para generar sentido, todo accesorio agregado de mas, no se considera conciso. Gracias a esto existen muy buenos anuncian que nos ayudan a convencernos y nos dejan claras algunas informaciones que desean transmitir.

Coherencia (esencia personal). Las personas pueden mostrar que son coherentes en sus actitudes o todo lo contrario. Una persona es coherente cuando actúa de acuerdo a sus principios y a sus valores. Cuando una persona dice una cosa pero hace la contraria, entonces, muestra una contradicción entre hechos y palabras

que genera sensación de poca coherencia entre lo que dice y hace. Lo que ocurre cuando una persona tiene poca coherencia entre hechos y palabras es que decepciona al otro porque le ha generado unas falsas expectativas. No solo el lenguaje o las palabras hacen que te veas poco coherente sino que también las actitudes influyen mucho en este tema como son los sentimientos o las promesas. Las personas coherentes 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. La coherencia nos permite transmitir sinceridad y nos ayuda a establecer relaciones personales solidas ya que no solo implican palabras si no acciones firmes y honestas.

La coherencia entre pensamiento, sentimiento y acción muestra un grado de madurez profundo en una persona. Una madurez que es fruto del autoconocimiento que podemos ir conociendo y desarrollando conforme pasa el tiempo, del valor de la experiencia y del crecimiento interior que surge de los años. Desde el punto de vista de la comunicación, la coherencia 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.

## Conclusión

En la vida diaria como en la profesional y personal debemos ser asertivos con las cosas que decimos y queremos; concisos, breves y exactos; coherentes, actuar de acuerdo a lo que decimos o a nuestros valores, estas tres características nos ayudaran en la vida diaria para formar humanos claros de lo que queremos y deseamos, así evitando problemas de comunicación inentendibles.

## Bibliografía

Universidad del Sureste. Unidad 3. *Asertividad, concisión y coherencia entre imagen personal y profesional* "Proyección profesional". Comitán de Domínguez. Enero-Abril 2022. Pp 74-91.