



**Nombre de alumno: Yazmin  
Alejandra Guillén Sánchez**

**Nombre del profesor: Dalia de los  
Angeles Pérez Escobedo**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: proyección profesional**

**Grado: 8**

PASIÓN POR EDUCAR

**Grupo: A**

Comitán de Domínguez Chiapas, 18 de febrero del 2023

En este ensayo hablaremos sobre proyección personal y profesional para tener una excelente proyección, debemos de tener conocimientos de uno mismo, saber las capacidades, limitaciones de cada persona.

Cuando solo se desarrolla un aspecto en la vida, esta puede sentirse vacía, es por eso que debe existir un equilibrio, esto no significa que no se deben de tener metas, siempre debe de existir este equilibrio.

Cuando hablamos de imagen personal, hace mención que es la carta de presentación en cualquier momento y lugar.

En lo laboral no solo se debe representar a uno mismo, sino también a la impresión que se quiere dar a alguna empresa, se representa con la exposición de las habilidades, metas y objetivos

Es por eso que iniciaremos el ensayo hablando del conocimiento de uno mismo; esto trata de saber que tantas capacidades y limitaciones tienen cada uno, esto se define como auto concepto, podemos definirlo de igual forma como una colección de sentimientos y creencias de cada uno.

Este mismo concepto engloba la autoestima ya que nos dice que es el amor o aprecio que se tiene por sí mismo, de apreciar los talentos, habilidades tanto físicas como mentales y de aceptar todas las limitaciones y debilidades para esto tenemos que aprender o desarrollar el autoestima, bien es cierto que se nace con esto pero por cuestiones esa autoestima se va perdiendo, o de igual manera es

posible ayudar a subir esa autoestima se dice que, o que existen fases para ayudar a la autoestima que son:

- Afirmación recibida
- Afirmación propia
- Afirmación compartida

Por lo tanto el factor cognitivo está relacionado; esto abarca creencias que uno se va formando de sí mismo a lo largo de la vida, llegan a existir distorsiones cognitivas que deterioran la percepción de uno mismo como la hipergeneralización, la autoacusación, designación global, filtrado y personalización.

Los factores afectivos son los aspectos de que también se evalúan las habilidades de cada uno, las emociones y afectos están involucrados, como bien sabemos las emociones pueden llegar a impulsar o limitar las acciones, puede ser de manera positiva o negativa.

Estos dos factores mencionados se relacionan con el factor de comportamiento, porque hace mención que se tienen que hacer las actividades de manera congruentes, con factores efectivos y conflictivos, tienes que hacer las cosas igual a como lo piensas.

Para poder lograr la proyección personal y profesional, tenemos que tener en cuenta estos factores, la motivación ayuda para poder lograr todas las metas.

La motivación es un término que se aplica a una serie de impulsos y necesidades, esta motivación puede ser a través de factores económicos o reconocimientos, esto ínsita a lograr las metas.

Como bien sabemos lo humanos tenemos necesidades que satisfacer, estas necesidades son universales, no por raza o posición económica se da, estas necesidades dependen de necesidades anteriores.

Existe un autor que las clasifica de la siguiente manera.

Básicas: que son las necesidades fisiológicas, como comer, beber, cubrirse del frío o tener techo.

Seguridad: estas son las necesidades que se refieren a la seguridad personal

Sociales: son la de asociación o aceptación

De prestigio autorrealización y retos.

Todas estas necesidades son necesarias para que las personas puedan crearlas metas y así sentirse motivados para lograrlo existen metas de corto, mediano y a largo plazo.

Aparte de todo el tema antes mencionado, debemos de llevar a cabo los valores personales, para tener una buena imagen personal, entre los valores están la cortesía, dominio de sí mismo, serenidad, saber escuchar, comprensión y discreción entre otros.

En conclusión, para poder tener una buena proyección profesional y personal debemos de tener en cuenta la autoestima para poder ser capaz de lograr todos los objetivos que nos proponemos, debemos de creer que nosotros mismos somos capaces de lograr lo que nos proponemos.