

PROFESORA: DALIA E LOS
ANGELES PEREZ ESCOBEDO.

ALUMNA: MARIA ISABEL URBINA
PEREZ.

MATERIA: PROYECCION
PROFESIONAL

TEMA: PROYECCION PERSONAL Y
PROFESIONAL.

CUATRIMESTRE: 8 VO.
ENFERMERIA

INTRODUCCIÓN

En la proyección personal y profesional se decide con autonomía en la evaluación en el desarrollo de un plan de vida y carrera para que su auto evaluación de las habilidades, experiencias, actitudes y las motivaciones y la lleven a las acciones fundamentadas y responsables en su entorno y consigo mismo. En la proyección personal y profesional los temas hablan o muestran la importancia de cada uno de ellos con uno mismo pero también para el entorno en el que estamos o no.



En la proyección personal y profesional el conocimiento de sí mismo o el autoconcepto es la noción sobre las capacidades, las motivaciones, las aspiraciones, las limitaciones y los temores que en ocasiones se tienen, también engloba la autovaloración y el autoestima, cada persona percibe sus propias características y sus acciones, una de las cosas importantes de conocerse Así mismo es alcanzar una vida satisfactoria y llena.

Se dice que el autoconcepto es la conceptualización de la propia persona y adorna las emociones, las creencias subjetivas y los conocimientos del individuo que son centrales, intensos y personales

El concepto que nosotros tenemos de uno mismo se relaciona con la conceptualización de la propia persona. También se dice que el autoestima es el amor que la misma persona tiene por sí mismo, en el autoestima debemos tener aprecio auténtico de uno mismo, aceptación tolerante de nuestras limitaciones como afecto y atención.

Cómo bien se dice que cuando hablamos de la autoestima hablamos de afirmación de ese ser humano fiable único valioso que merece respeto y consideración por sí mismo pero siempre que reconozca la existencia de los demás

También se dice qué parte del autoestima son las voces interiores o también llamados auto mensajes yo que esos ayudan o refuerzan las emociones que tenemos de nuestra autoestima es como una autoaceptación, es mejor repetir o decir cosas que a uno le motiven para tener el autoestima adecuado siempre y cuando sea por uno mismo pero sin dañar a los demás

Para aprender a desarrollar nuestra autoestima empieza desde que nacemos y lleva tres fases que es la afirmación recibida, la afirmación propia y la afirmación compartida.

TEMA

Esto quiere decir que la afirmación recibida es recibir un aprecio un afecto de cualquier otra persona o dar ese mismo aprecio para un joven, un adulto, un anciano, un hombre, una mujer o a cualquier persona que siempre y cuando sea recibida por esa persona o para uno mismo.



La afirmación propia crece y viene o depende de uno mismo porque uno mismo se va a motivar con cualquier frase o con cualquier situación como por ejemplo puede tener o por pensar siempre en positivo, en que siempre realizará las cosas, en que siempre está dispuesto a comprender, perdonarse, culparse, expresarse claramente, defender sus derechos, que puede potenciar sus talentos o simplemente descubrir nuevos talentos pero siempre cuidando esa parte de uno mismo.

En cuanto a la afirmación compartida se dice que cuando más uno da es cuando más recibe, pero, a veces simplemente eso no es cierto porque si tú das mucho a veces la persona o alguien de tu entorno no te da lo mismo o no te satisface con lo mismo que tú le diste, entonces hay una controversia que no es una afirmación completamente compartida, pero con quién es compartida, es con las personas que lo das sinceramente, de todo corazón, que no se obliga nada, que simplemente es libre, que esa persona eleva tu autoestima y que tú elevas el autoestima de esa misma la persona, que se fortalecen, pero siempre y cuando estén muy relacionados o estén muy en confianza a eso se le llama afirmación compartida.

Las dimensiones de la autoestima se relacionan como dimensión física, dimensión afectiva, dimensión social, dimensión académica y dimensión ética. La asertividad en el autoestima se relaciona con expresar nuestras necesidades, creencias, sentimientos y pensamientos de manera clara directa, firme y sin herir a una tercera persona, también se dice que tiene la capacidad de identificar derechos, aspiraciones y necesidades expresándolo y logrando llevarlos a cabo sin afectar a los demás.

Una de las principales características cuando una persona tiene muy elevado el autoestima esta se siente orgulloso de sus logros, que es responsable, comprometido, tolerante, independiente, con iniciativa, espontánea, capaz de persuadir y es creativa y las principales características de una persona con baja autoestima es que es muy empática, temerosa, siempre está angustiado, es insegura, no tiene iniciativas, es débil frente a la frustración, tendiente a vivir la opinión ajena y desconfía de sí mismo y de los demás.

Se dice que los factores cognitivos se refiere a la formación del concepto que se tiene de uno mismo se dice que se basa en experiencia que se ha tenido a lo largo de la vida también se dice que es formado por habilidades, cualidades, capacidades, valores y límites que tiene el propio conocimiento también se dice que se deterioran las percepciones de uno mismo como hipergeneralización, designación global, filtrado, pensamientos polarizados, auto acusación, personalización, lectura del pensamiento o falacias del control. La autoeficiencia se dice que está asociada a varios problemas psicológicos y emocionales como los miedos a ciertas situaciones u objetos, como podría ser a las arañas, a las alturas, al hablar en público, también está asociado con la depresión y el abuso de sustancias como alcohol drogas y otra cosa relacionada es la ansiedad, a las relaciones interpersonales y el estrés.

Los factores afectivos se refiere a qué tan mal o bien evalúa sus propias habilidades, destrezas, actitudes y virtudes esto quiere decir que es lo que te define como persona, el afecto se dice que es una sensación subjetiva, acompañado a menudo de las expresiones corporales vista.

Los factores de comportamiento se dice que es la conducta qué va a las actividades practicadas qué son congruentes con los factores cognitivos y afectivos, que lo que haces que sea igual a lo que sientes y por supuesto a lo que piensas, por lógica no todos los humanos tienden a la incongruencia pero se sienten capaces de realizar las cosas, uno como ser humano aumenta el autoconcepto con la ejecución de las acciones para ello están las actitudes y las habilidades que permiten, pues que esto sea efectivo el autoconcepto, se dice que es una de las cosas más más importantes relacionadas con el éxito escolar, la personalidad, el control emocional y la calidad de las relaciones interpersonales el autoconcepto se construye y se desarrolla, pero lo importante se tiene que comprender su trascendencia en la vida que eso permite relacionarse con otros de manera exitosa.

La motivación se aplica como una serie de impulsos, deseos, anhelos, necesidades y fuerzas similares, en sí la motivación es un sentido o una diversidad de éxito ante la autoestima que es considerado como motivador positivo para que cambien sus prioridades generando una nueva visión personal sobre el aprendizaje, también la motivación se ve como un esfuerzo para enfrentar una tarea y dependiendo en una buena parte de cómo evaluamos nuestros éxitos y fracasos anteriores de autoconcepto, eficiencia y favorecimiento con ello, la autoestima es la motivación y también es un conjunto de variables intermedias que se activan la conducta y orientan en un sentido determinado la consecución de un objetivo.

Los valores personales son una parte muy fundamental para perfeccionar nuestra imagen como la cortesía y buena educación, el dominio de sí mismo, la serenidad, el saber escuchar, la comprensión, la discreción, la sencillez, la concisión el optimismo, la puntualidad y la amabilidad son una de las partes o valores que realmente son importantes para nuestra buena imagen.

El perfil profesional o laboral que se dice que es una descripción clara de capacidades y competencias que identifican la formación de una persona para encarar responsablemente las tareas y las funciones que determina el trabajo o la profesión, en sí el perfil profesional se puede encontrar cómo en la literatura a grandes rasgos, pues en sí comprenden términos como competencias y habilidades mientras que destacan el papel de los conocimientos la práctica profesional y han contribuido mucho en el trabajo

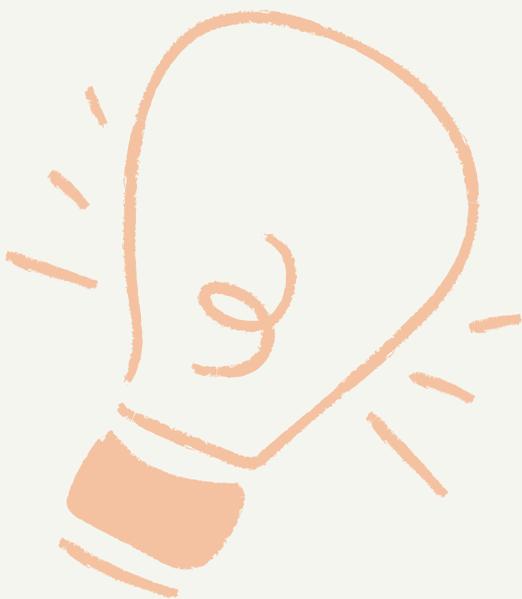
La identidad profesional se asocia con el hecho de tener experiencias, la profesión y el trabajo son factores de identidad individual y social que por lo general forman parte importante de la vida de la persona como es la identidad profesional. La identidad común es producida y reproducida mediante la socialización ocupacional y profesional esto es a través de una trayectoria compartida y consciente de la formación profesional asociándose con profesionales.

También uno de los modelos de desarrollo profesional importantes es el proceso por el que las personas progresan a través de una serie de etapas que son caracterizadas por distintas tareas de desarrollo relaciones y actividades también es muy importante señalar que pues existen diferentes modelos de desarrollo profesional también se prestan tres clases o tres tipos de modelos, que es el modelo de ciclo de vida, el modelo basado en la organización y el modelo del patrón de dirección y se consideran que permanecen durante un tiempo en un terminado puesto o un determinado empleo para luego pasar a un área completamente diferente.

El sistema de desarrollo profesional y también se puede hacer una planificación. Qué es el proceso en que las personas llegan a tomar conciencia de sus valores, fortalezas, intereses y debilidades y obtienen una información sobre múltiples oportunidades laborales dentro de una empresa o fuera de una empresa, también identifican objetivos profesionales, pueden diseñar planes de acción, pueden tener sistemas de planificación profesional y que benefician a la empresa. Pero también benefician a los trabajadores. Aunque primero se les tienen que ayudar a buscar o a descubrir sus habilidades y sus intereses para que así aumente en una satisfacción de posibilidad para identificar y trasladarse a los puestos más coherentes con sus objetivos y planes. También se tienen que identificar los empleados con un talento directivo y proporcionar a todos los trabajadores la oportunidad de descubrir sus metas profesionales para luego desarrollar planes para poder alcanzarlas.

CONCLUSIÓN

Se pude observar la importancia de la realización de un plan de vida y carrera. Un plan de vida resulta útil para fijar objetivos a corto, mediano y largo plazo, con el fin de lograrlos mediante diferentes estrategias. Es importante hacer notar que estos objetivos deben ser medibles y alcanzables, por lo que es necesario primero realizar una evaluación para conocer nuestras capacidades. Después de este proyecto, pude obtener una perspectiva más amplia de lo que se quiere hacer, es decir el enfoque que le dará al ámbito profesional de acuerdo a los intereses y expectativas a través de una serie de pasos a seguir, para esto es necesario tener en todo constancia y perseverancia para las actividades que ayuden a conseguir lo que se quiere.



BIBLIOGRAFÍA

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/ce5d8b398f98c3d0ddde52533dcd3327-LC-LEN805%20PROYECCI%C3%93N%20PROFESIONAL.pdf>