



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Larissa Isis del c. Trejo argueta

Nombre del tema: asertividad, concisión, y coherencia entre imagen profesional

Nombre de la Materia: proyección profesional

Nombre del profesor: Lic. Guadalupe de Lourdes abarca Figueroa

Nombre de la Licenciatura: trabajo social y gestión comunitaria

Cuatrimestre: 8 cuatrimestre.

Pichucalco Chiapas a, 14 de febrero del 2023.

El objetivo de este ensayo es dar a conocer como la comunicación asertiva es fundamental para el desarrollo de las personas. Para la elaboración del ensayo se acudió al método de una investigación rigurosa de lectura y comprensión. El problema es que hoy en día las personas no practican en su vida el asertividad y no saben lo importante que es. Ante esto se plantean pautas para explicar el asertividad en la vida. Se aborda como tema principal el asertividad que permite adecuarnos a nuestras necesidades, y comunicar nuestras ideas. Se concluye que esta comunicación nos permitirá desenvolvernos de una manera honesta y respetuosa. El objetivo es que nosotros consigamos alcanzar los conocimientos y habilidades necesaria para lograr una mejor ejecución personal y, en definitiva, una mejor en la calidad de vida. Estos objetivos se alcanzaran a través del análisis y profundización sobre los contenidos teóricos que se ofrezcan, logrando interiorizar estos conocimientos.

ASERTIVIDAD, CONCISIÓN, Y COHERENCIA ENTRE IMAGEN PERSONAL Y PROFESIONAL

Sabemos que hay “buenas maneras” y “malas maneras” de hablarle a la gente. Al aprender habilidades sociales aprendemos buenas o apropiamos maneras de hacerlo. Si tenemos unas buenas habilidades sociales probablemente nos llevaremos mejor con los profesores, compañeros de clase y miembros de la familia, que alguien que no las tenga. Es importante aprender estas habilidades porque nos hacen más felices y dan como resultado menos problemas con los demás. Como tanto La comunicación asertiva se basa en una actitud personal positiva a la hora de relacionarse con los demás y consiste en expresar las opiniones y las valoraciones, evitando descalificaciones, reproches y enfrentamientos, es una de las vías más adecuadas para la interacción y la comunicación entre las personas, optimizar nuestras relaciones, no es solamente decir lo que pensamos y de qué manera lo decimos, es también comprender mis necesidades, las de las demás personas (la empatía), ser responsable de mis emociones y conectar con los demás. Por lo tanto, en la comunicación asertiva se ha de privar siempre el equilibrio: se trata de comunicar de una manera clara y objetiva nuestro punto de vista, nuestros deseos o nuestros sentimientos, con honestidad y respeto, sin menoscabar, ofender o herir al otro o a sus ideas u opiniones.

Se trata, en general, de mantener una comunicación positiva, respetuosa, armoniosa, productiva y eficaz con los demás. Puede ser más difícil empatizar con nuestra gente más cercana.

Lo conciso, por lo tanto, suele asociarse al lenguaje y a la expresión. Una persona es concisa cuando expresa y se

comunica destacándose por su precisión a la hora de expresar lo que quiere decir, por lo tanto, resulta muy comprensible para el público.

Cuando se expresan las ideas en la menor cantidad de palabras posible, decimos que la persona es concisa, que hablamos de manera concisa. La esencia personal o mejor escrita la coherencia en una persona se puede manifestar en las actitudes o en lo contrario de esto. La persona coherente consigo misma tiene tranquilidad interior porque son honesta consigo mismo, son firmes a sus valores y principios, La coherencia es la propiedad del texto que permite identificar la unidad temática y comunicativa que expresa el escrito o el mensaje oral. De esta manera, es posible establecer que lo que se lee o escucha forma parte de un todo con sentido y contenido, y no de frases o ideas aisladas que no tienen relación entre sí.

La imagen personal y profesional son herramientas de comunicación. Son tus aliadas y eres responsable de gestionarlas y liderarlas para transmitir un mensaje eficaz y con identidad propia. Un cambio de imagen inicia de dos partes que se consideran fundamentales, y en este sentido, tenemos en un primer momento la imagen interna; que a su vez se subdivide en imagen espiritual e imagen intelectual. La imagen personal es la guía que nos conducirá a lo que denominamos imagen profesional, y es aquí en donde cobra mayor importancia, el buen manejo de la comunicación. La imagen personal es el reflejo de la personalidad y de las cualidades adquiridas por cada uno de nosotros. Es más fácil cambiar lo que te pones que el modo de pensar, tu juicio de valores probablemente era muy distintos a los que ahora tienes, sin embargo, uno debe saber que un determinado modo de pensar puede proyectar una imagen más positiva de

sí misma, y eso modifica la actitud. La imagen profesional se refiere la percepción que se tiene de una persona o una institución por parte de sus grupos objetivo como consecuencia del desempeño de su actividad profesional. La imagen profesional es la percepción que se tiene de una persona por parte del entorno en el que se desempeña, a partir de los estímulos que emana durante su actividad laboral. Ya logrado comprender puede preguntarme y tener una respuesta eficaz ¿Que es coherencia? Relación lógica entre dos cosas o entre elementos de algo. Concisión se refiere al hablar en brevedad, exactitud y preciso al momento de expresar, ya sea por escrito u oral. Ser asertivos significa expresar pensamientos y sentimientos de forma honesta, directa y correcta, Implica respetar los pensamientos y creencias de otras personas, a la vez que se defienden los propios.

CONCLUSIÓN

Se ha logrado definir que practicar la comunicación asertiva mejora la autoconfianza y la autoestima, debido a que podemos identificar nuestros sentimientos y deseos al mismo tiempo cuando respetamos a la otra persona y nos ganamos el respeto de ella y de los demás, practicando este tipo de comunicación nos ayudará a mejorar nuestras habilidades comunicativas para que podamos tomar mejores decisiones y construir relaciones sociales y laborales basadas en la honestidad y en la sinceridad. Asertividad, clave para poder mantener una conversación coherente y resolutive a distintos niveles: presentaciones, negociaciones, meetings, etc.

En un mundo laboral cambiante y comunicación directa, ser asertivo/a se ha convertido en una necesidad para la mayoría de profesionales.

REFERENCIAS BIBLOGRÁFICAS

Elizondo, M. Asertividad y escucha activa. Editorial Trillas.

Recuperado de:

file:///C:/Users/MI%20PC/Downloads/Comunicacion-
asertiva.pdf

Adler (1977). Comunicación asertiva

[Asertividad, habilidad social reflejada con la imagen -
Consol Vilar](#)

[Asertividad, concisión y coherencia entre imagen personal
y by Jazinha TC \(prezi.com\)](#)