



Nombre del Alumno: José Miguel Reyes Villegas

Nombre del tema: proyección personal y profesional

Parcial: 2

Nombre de la Materia: proyección profesional

Nombre del profesor: Beatriz Adriana Méndez González

Nombre de la Licenciatura enfermería

Cuatrimestre 8

Pichucalco, Chiapas a 09 de febrero del 2024

PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

Conocimiento de si mismo

- Es una noción sobre las:
 - Capacidades
 - Limitaciones
 - Aspiraciones
 - Motivaciones
 - Temores

Autoconcepto

Es la imagen o la representación que se tiene de uno mismo.

Análisis de los factores relacionados con el autoconcepto.

- Conceptualización de la propia persona hecha por el individuo.
- Connotaciones emocionales y evaluativas poderosas.
- Creencias y conocimientos fáctico.

Autoestima

Es el amor que una persona se tiene así mismo.

Afecto

Actitud positiva, amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo

Atención

- Cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto Físicas.
 - Psíquicas.
 - Intelectuales.
 - Espirituales.

Fases para saber desarrollar nuestra autoestima

- Afirmación recibida
- Afirmación propia
- Afirmación compartida

Factores cognitivos

- Experiencias a lo largo de la vida
- Creencias
- Habilidades
- Cualidades
- Capacidades
- Valores

Distorsiones cognitivas que deterioran a uno mismo

- Hipergeneralización
- Designación global
- Pensamiento absolutista
- Autoacusación
- Personalización
- Lectura del pensamiento

Factores afectivos

Se refiere a qué tan bien o mal evalúas tus propias habilidades, aptitudes, destrezas y virtudes.

Factores de comportamiento

- Es la conducta en la practica.
- Que lo que haces sea igual a lo que pienses.

Análisis de la motivación como un factor de logro

- La motivación es una serie de:
 - Impulsos
 - Deseos
 - Necesidades
 - Anhelos
 - Fuerzas similares

Según Hernández Madrigal motivación es

- Autoestima
- Sentido de éxito
- Reto
- Fantasía
- Autoconcepto de eficiencia

Análisis de la jerarquía de las necesidades de la satisfacción del ser humano

- Las necesidades son:
 - Universales
 - No importa raza
 - Posición económica
 - Ni nacionalidad

Básicas

- Necesidades fisiológicas
 - Comer
 - Beber
 - Dormir
 - Tener un techo
 - Cubrirse del frio o calor

Seguridad

- Seguridad personal
- Integridad física y emocional
- Satisfacerlas

Sociales

- Asociación o aceptación
- Atención de los demás
- Observación
- Aceptación
- Pertenencia a un grupo

De prestigio

- Produce
 - Satisfacciones
 - Poder
 - Prestigio
 - Categoría
 - Seguridad

De autorrealización

- Nivel mas alto de los seres humanos
- Se alcanza la satisfacción
- Deseo de superación

De autorrealización

- Aceptar el miedo y correr el riesgo
- Nivel de confianza
- Anticiparse al temor

metas

- Se analiza lo que es y lo que se quiere ser
 - A corto plazo
 - Largo plazo

Valores personales a cuidar y perfeccionar

- Son fundamentales a la hora de perfeccionar nuestra imagen

Valores

- Cortesía y buena educación
- Dominio de sí mismo
- Serenidad
- Saber escuchar
- Comprensión
- Discreción
- Sencillez
- Concisión
- Optimismo
- Puntualidad
- Amabilidad

Perfil profesional

- Se emplea en la educación y organización.
- Competencias
- Habilidades
- Buen conocimiento

Componentes según José Antonio Arnaz

- Especificación de las áreas
- Descripción de tareas, actividades y acciones
- Valores y actitudes adquiridas
- Lista de lo que tiene que desarrollar.

Según Frida Díaz-Barriga

- Conocimientos
- Habilidades
- Actitudes
- Visión humanista, científica y social
- Valores
- Destrezas

Raquel Glazman y María de Ibarrola

- Practica profesional se compone de dos dimensiones:
- Actividad por desarrollar y campo de acción.
 - Nivel del comportamiento

Identidad profesional

- Tener experiencias
- Maneras de entender
- Conocimientos técnicos
- Identidad individual y social
- Prestigio
- Intereses intelectuales, sociales y económicos

Relación entre identidad personal y vida profesional

- Proyecto de vida personal
- Vida familiar
- Compromiso ciudadano
- Carrera profesional
- Económicos, políticos y sociales

Desajustes en la identidad profesional

- La aceleración de cambios científicos y tecnológicos
- Desempleo
- Necesidad de recalificación

Modelo de desarrollo profesional

Proceso en donde las personas progresan a través de una serie de etapas y tareas distintas de desarrollo, actividades y relaciones.

Clases de modelo

- Modelos de ciclo de vida
- Modelos basados en la organización
- Modelo del patrón de dirección

Sistemas de desarrollo profesional

- Es el proceso por el que las personas
- Toman conciencia de sus intereses
 - Valores
 - Fortalezas
 - Debilidades
 - Oportunidades laborales
 - Objetivos profesionales
 - Diseñan planes de acción

Los sistemas de planificación profesional

- Benefician a trabajadores y a la empresa
- Ayuda a descubrir sus intereses y habilidades
- Aumentar su satisfacción
- Objetivos y planes

Referencia bibliográfica

Universidad Del Sureste, [UDS], (2024) Antología proyección profesional
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/1bbc529cd39a8a52d205617a116bb9da.pdf>