



Nombre del alumno:

Fernanda Paribanu Jiménez García

Nombre del tema:

Proyección personal y profesional

Parcial: 2

Nombre de la materia:

Proyeccion Profesional

Nombre del profesor:

Beatriz Adriana Mendez Gonzalez

Nombre de la licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre:8

Proyección personal y profesional

Conocimiento de sí mismo

Imagen o la representación de uno mismo

Mediante: Cada persona

Percibe: Sus propias características y reacciones

Análisis de los factores relacionados con el autoconcepto

Conceptualización de la propia persona

Adornado: Connotaciones emocionales y evaluativas poderosas

Puesto que las creencias subjetivas y el conocimiento fáctico

Autoestima

Amor a uno mismo

- Características de una persona con ELEVADA autoestima:
- Independiente, con iniciativa, espontánea.
 - Orgullosa de sus logros.
 - Responsable, comprometida.
 - Tolerante a las frustraciones.
 - Entusiasta, asume retos y desafíos.
 - Capaz de persuadir, creativa y con tendencia al liderazgo

- Características de una persona con BAJA autoestima
- Apática, temerosa, angustiada.
 - Tiene complejo de inferioridad o superioridad.
 - Insegura, sin iniciativa.
 - Débil frente a la frustración, se derrumba fácilmente.
 - Dendiente a vivir de la opinión ajena. Desconfía de sí mismo y de los demás.



Proyección personal y profesional

Factores Cognitivos

Formación del concepto que se tiene de uno mismo

Basados: Experiencias que se han tenido a lo largo de la vida

- Existen distorsiones cognitivas que deterioran la percepción de uno mismo:
- Hipergeneralización
 - Designación global
 - Filtrado
 - Pensamiento polarizado o absolutista
 - Autoacusación
 - Personalización
 - Lectura del pensamiento
 - Falacias del control
 -

Factores afectivos

A qué tan bien o mal evalúas

Tus propias habilidades, aptitudes, destrezas y virtudes

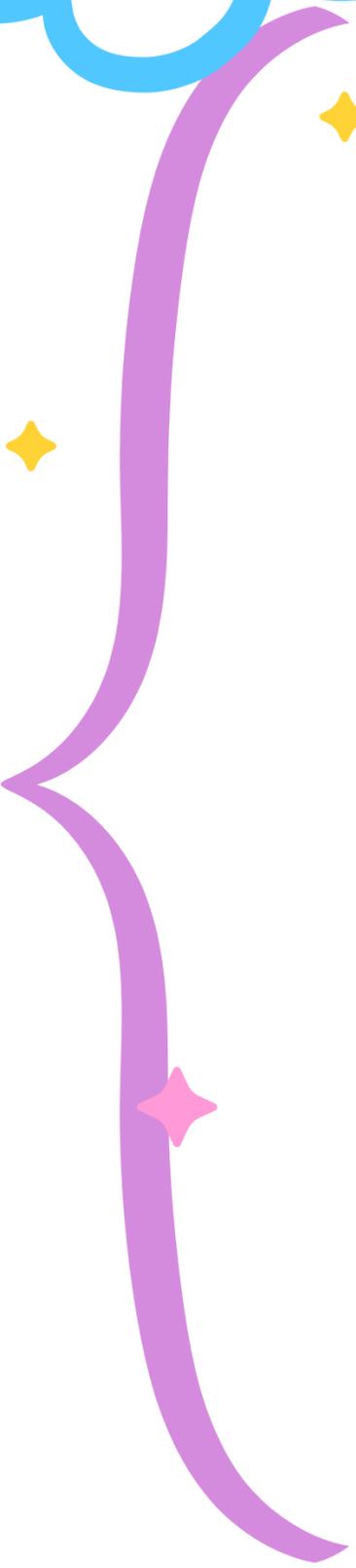
Lo que te define como persona

Factores de Comportamiento

Conducta

Congruentes con los factores cognitivos y afectivos

Que lo que haces sea igual a lo que sientes y piensa



Proyección personal y profesional

Análisis de la motivación como un factor de logro

Variables intermedias

Activan la conducta y/o la orientan en un sentido determinado

Para la consecución de un objetivo

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

Una meta se plantea cuando se analiza lo que se es y lo que se quiere ser

Metas a corto plazo
Metas a mediano plazo
Metas a largo plazo

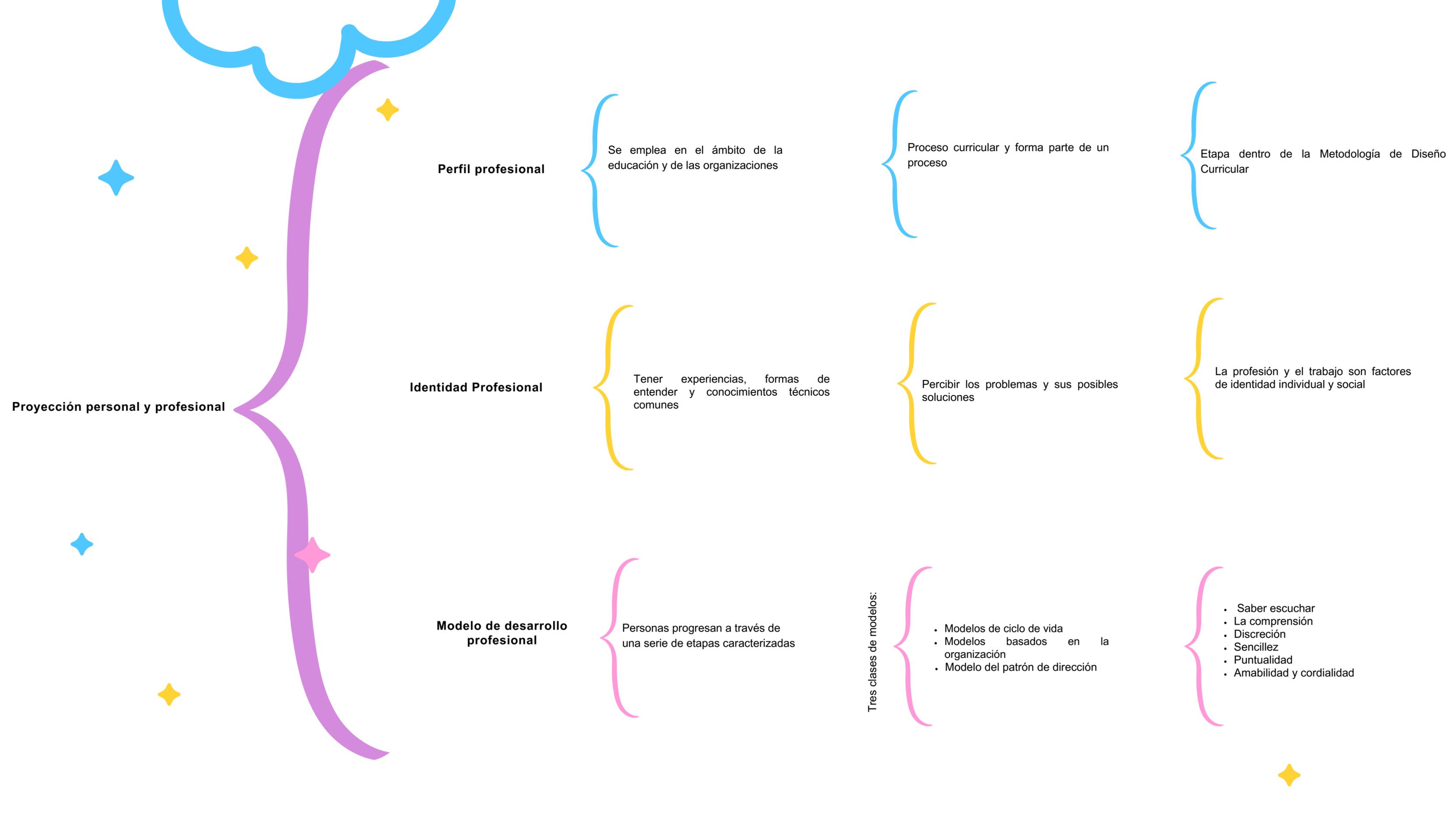
Son esenciales para llegar al logro

Valores personales a cuidar y perfeccionar

Fundamentales a la hora de perfeccionar nuestra imagen

Entre ellos:
• Cortesía y buena educación
• Dominio de sí mismo
• Serenidad
• Concisión
• Optimismo

- Saber escuchar
- La comprensión
- Discreción
- Sencillez
- Puntualidad
- Amabilidad y cordialidad



Proyección personal y profesional

Sistemas de desarrollo profesional

Proceso por el que las personas:

- Toman conciencia de sus intereses, valores, fortalezas y debilidades.
- Obtienen información sobre oportunidades laborales dentro de la empresa

- Identifican objetivos profesionales
- Diseñan planes de acción para alcanzar dichos objetivos.



Bibliografía

Buscado en:

Universidad del Sureste [UDS] (2024) antologia proyeccion profesional.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/ce7f8b45f0452abdcf8734f8258377ea-LC-LEN805%20PROYECCION%20PROFESIONAL.pdf>