



## **Mi Universidad**

Nombre del Alumno: Vázquez Gómez Zayra Yamilet

Nombre del tema: Cuadro sinóptico unidad II

Parcial: Primero

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Beatriz Adriana Méndez González

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Octavo

Pichucalco, Chiapas a 8 de febrero de 2024

# UNIDAD II

Conocimiento de sí mismo.

¿Qué es?

Es una noción sobre las capacidades, limitaciones, aspiraciones, motivaciones y los temores que se tienen.

Es la imagen o la representación que se tiene de uno mismo: un proceso mediante el cual cada persona percibe sus propias características y reacciones.

Análisis de los factores relacionados con el autoconcepto.

¿Qué es?

Es la "conceptualización de la propia persona hecha por el individuo, adornado de connotaciones emocionales y evaluativas poderosas, puesto que las creencias subjetivas y el conocimiento fáctico que el individuo se atribuye.

AUTOESTIMA

Es el amor que una persona tiene por sí misma; para otros, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo.

Factores cognitivos

Se refiere

Se refiere a la formación del concepto que se tiene de uno mismo, basado en las experiencias que se han tenido a lo largo de la vida.

distorsiones cognitivas

- Hipergeneralización.
- Designación global.
- Pensamiento polarizado o absolutista.

# UNIDAD II

Análisis de los factores relacionados con el autoconcepto.

Se refiere

A qué tan bien o mal evalúas tus propias habilidades, aptitudes, destrezas y virtudes, es decir, lo que te define como persona.

Factores del conocimiento

Se refiere a la conducta, el llevar a la práctica actividades congruentes con los factores cognitivos y afectivos, es decir, que lo que haces sea igual a lo que sientes y por supuesto, piensas.

Análisis de la motivación como un factor de logro.

¿Qué es?

Es un término genérico que se aplica a una amplia serie de impulsos, deseos, necesidades, anhelos y fuerzas similares

La Motivación es un factor intermitente y cambia de acuerdo a la actividad, así, hay tareas o circunstancias que generan que se actúe o se piense.

Valores personales a cuidar y perfeccionar

¿Qué son?

Los valores personales son fundamentales a la hora de perfeccionar nuestra imagen. Entre ellos podemos mencionar los siguientes:

- Cortesía y buena educación.
- Dominio de sí mismo.
- Serenidad
- Saber escuchar
- Ser comprensivo y discreto.

## REFERENCIAS

Referencia: UDS. SF. Proyección Profesional recuperado de.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/1bbc529cd39a8a52d205617a116bb9da.pdf>