

Nombre del Alumno: Verónica Mariana Hernández Rincón

Nombre del tema: Proyección personal y profesional

Parcial: Segundo Parcial

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Beatriz Adriana Méndez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: Octavo cuatrimestre



Pichucalco, Chiapas a 10 de febrero del 2024.

Proyección personal y profesional

Conocimiento de sí mismo

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

Análisis de los factores relacionados con el autoconcepto:

- Conceptualización de la propia persona
- Adornado de connotaciones emocionales y evaluativas poderosas

- Puesto que las creencias subjetivas
- Intensos y centrales
- En grados variables

Conocimiento de sí mismo

Autoestima: el amor que una persona tiene por sí misma; conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo.

Dimensión de la autoestima:

- Física
- Afectiva
- Social
- Académica
- Ética

Elevada autoestima:

- Independiente, con iniciativa, espontánea.
- Orgullosa de sus logros.
- Responsable, comprometida.
- Tolerante a las frustraciones.

Baja autoestima:

- Apática, temerosa, angustiada.
- Tiene complejo de inferioridad o superioridad.
- Insegura, sin iniciativa.
- Tiende a vivir de la opinión ajena

Factores cognitivos

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

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

- Autoacusación.
- Personalización.
- Lectura del pensamiento.
- Falacias del control.

Factores efectivos

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

Las emociones y los afectos están involucrados en la concepción de uno mismo.

Afecto: Sensación subjetiva o un tono emocional acompañado a menudo por expresiones corporales observables por los demás.”

Factores de comportamiento

Conducta, el llevar a la práctica actividades congruentes con los factores cognitivos y afectivos.

Para aumentar el autoconcepto hay que tener conductas asertivas.

- Iniciar y mantener conversaciones.
- Hablar en público.
- Expresión de amor, agrado y afecto.
- Defensa de los propios derechos.
- Pedir favores.

- Rechazar peticiones.
- Hacer cumplidos.
- Aceptar cumplidos.
- Expresión de opiniones personales, incluido el desacuerdo.

Proyección personal y profesional

Análisis de la motivación como un factor de logro

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

Motivación: conjunto de variables intermedias que 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

Necesidades fisiológicas: comer, beber, dormir, cubrirse del frío o el calor o tener un techo.

Seguridad: seguridad personal, en donde se cumpla con el objetivo de conservar la integridad física y emocional, además del aseguramiento de las necesidades básicas.

Sociales: Son las de asociación o aceptación. Relación con los demás.

De Prestigio: La necesidad de ser líder, de tener una influencia en la sociedad y poder de convencimiento para imponer nuestras ideas a los demás.

De autorrealización: Este es el nivel más alto que los seres humanos podemos alcanzar y supone que todas las anteriores ya han sido cubiertas.

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

Retos: Desafío o una actividad que una persona debe realizar sobreponiéndose a diferentes tipos de dificultades.

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

Metas a:

- Corto plazo
- Mediano plazo
- Largo plazo

Valores personales a cuidar y perfeccionar

- Cortesía y buena educación
- Dominio de sí mismo
- Serenidad
- Saber escuchar
- Compresión

- Discreción
- Sencillez
- Optimismo
- Concisión
- Puntualidad
- Amabilidad y cordialidad

Perfil profesional

Es una descripción de las características que se requieren del profesional para abarcar y solucionar las necesidades sociales.

Conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que delimitan el ejercicio profesional.

La noción de práctica profesional que incluye la determinación de las actividades propias de las carreras que se dictan en el nivel universitario.

Proyección personal y profesional

Identidad profesional

La identidad profesional se asocia con el hecho de tener experiencias, formas de entender y conocimientos técnicos comunes.

La identidad común es producida y reproducida mediante la socialización ocupacional y profesional a través de trayectorias educativas compartidas y coincidentes,

Modelo de desarrollo profesional

Desarrollo profesional es el proceso por el que las personas progresan a través de una serie de etapas caracterizadas por distintas tareas de desarrollo, actividades y relaciones.

Modelos de ciclo de vida. Indican que los trabajadores hacen frente a tareas de desarrollo en el transcurso de su profesión.

Modelos basados en la organización: Afirman que el desarrollo profesional implica aprendizaje de los trabajadores para realizar tareas definitivas.

Modelo del patrón de dirección. Describe cómo contemplan las personas su profesión.

Sistemas de desarrollo profesional

La planificación del desarrollo profesional es el proceso por el que las personas Toman conciencia de sus intereses, valores, fortalezas y debilidades. —

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

Los sistemas de planificación profesional benefician tanto a los trabajadores como a la empresa.

La planificación profesional reduce el tiempo necesario para cubrir los puestos vacantes, ayuda en la planificación identifica empleados con talento directivos.

Referencia Bibliográfica

Universidad Del Sureste [UDS], (2023) antología de proyección profesional <file:///C:/Users/veron/Documents/antologia%20octavo/proyeccion.pdf>