



## Mi Universidad

*Nombre del Alumno: José Abraham Pérez*

*Nombre del tema: Unidad I y II*

*Nombre de la Materia: Proyección profesional*

*Nombre del profesor: Beatriz Adriana Méndez González*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 8 A Semi escolarizado*

# UNIDAD 1. IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

## Conceptos básicos

El concepto general que las personas tienen de la imagen, lo han limitado a la apariencia, a lo externo; pero este concepto va mucho más allá.

Percepción: Como ya se mencionó, se recibe un estímulo visual que es procesado por el cerebro e interpretado como "agradable" o "desagradable". La imagen que usted represente, debe ser percibida en lo posible, como positiva asertiva, eficaz y coherente.

## Imagen personal

La imagen personal es un estilo de vida y cada persona tiene la suya. Por eso es importante cuidar nuestra forma de ser y actuar, ya que la imagen es como una foto, es lo primero que los demás ven de nosotros en una rápida y fugaz mirada

podemos deducir que tener una buena presencia, ser y sentirse agradable a la vista de los demás, nos hace sentir más seguros de nosotros mismos, lo cual mejora en gran medida nuestro desarrollo personal, profesional y social.

## Tipos de imagen

La imagen debe convertirse en una ventaja competitiva en el mundo empresarial. Hay dos tipos de imagen: → La imagen privada → La imagen pública

La imagen pública o social es la opinión que tiene un grupo de personas acerca del comportamiento o la conducta de alguien, enmarcado dentro del contexto de comunicación verbal y no verbal.

# UNIDAD 1. IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

## Elementos que componen una img

La imagen la componen varios elementos, entre ellos:

- Imagen física o corporal (aparición)
- Imagen interna
- Imagen verbal
- Imagen no verbal

Imagen Física o Corporal: Corresponde a todo lo relacionado con la aparición, la presentación personal, con lo externo.

## Aspectos a tomar en cuenta para mejorar la imagen persona

Mantener coherencia entre los cuatro canales de información que a continuación se mencionan:

- Condiciones físicas: aparición exterior.
- La voz, el tono y su modulación.
- Gestos.
- Indumentaria.

Al hablar de imagen personal, nuestra mente imagina a hombres y mujeres espectaculares, con mucho "glamour", cuerpos esbeltos, atractivos.

## Imagen profesional

El estudio de la imagen profesional está relacionado directamente con la disciplina de la imagen pública (que abarca la identidad /imagen/ reputación corporativa/ organizacional etc.). De esta manera, la práctica de la imagen pública tiene una aplicación muy concreta que beneficia a cualquier persona inserta (o que va a estarlo pronto) en el ámbito profesional, sea éste de cualquier sector: político, artístico, empresarial o, incluso, deportivo.

# UNIDAD 1. IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

## Concepto de imagen profesional

Se considera imagen profesional a la consciente construcción, estimulación y manejo de una determinada percepción que ciertas personas, públicos o audiencias tendrán sobre una identidad personal específica

Un profesional financiero excelente, por ejemplo, podrá tener un conocimiento excepcional en su área

## El valor de tu imagen personal en el ámbito profesional

La imagen personal habla por nosotros y en el ámbito profesional representa una herramienta que puede actuar a tu favor o en tu contra. Cuidar tu branding personal puede ser un valor agregado que contribuirá al logro de tus objetivos. La imagen, además de ser un elemento personal, representa también un factor elemental para el ámbito profesional, pues tu vestimenta hablará por ti y podría contribuir a alcanzar los objetivos propuestos.

## Factores de Proyección de la Identidad Profesional

En la definición de lo que es la imagen profesional (y que se ofreció desde un inicio), comprende, igualmente, a los cinco factores de proyección de la identidad personal. Ahora los analizaremos de manera breve. Identidad-Profesional.

El factor identidad profesional abarca no sólo el aprendizaje (serie de conocimientos) adquirido en el área específica laboral de una persona en particular, sino también las habilidades y competencias.

# UNIDAD 1. IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

## Buena postura

Una buena postura es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante de su salud a largo plazo. El mantener su cuerpo en la posición correcta, ya sea que esté en movimiento o quieto, puede ayudarle a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud.

La postura dinámica se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo. • La postura estática se refiere a cómo se mantiene cuando no está en movimiento, como cuando está sentado, de pie o durmiendo

## Imagen corporal

El lenguaje corporal humano se inicia con la formación del feto dentro del seno materno. Ya en la infancia, antes de hablar, los niños desarrollan un lenguaje corporal. Éste se relaciona en forma importante con las actitudes mentales básicas. Según Moller y Hegedahl, todo depende de la manera como podamos o queramos ver el mundo que nos rodea, de nuestros puntos de vista en los análisis que realizamos de las realidades propias y de las ajenas: ¿desde qué parte del mundo, desde qué país, desde qué etnia.

## Imagen ideal

Podemos definir la imagen personal y profesional como todo aquel proceso de cambio físico-psicológico, que aplicamos en nosotros de manera individual con el objetivo de mostrar a los demás lo que somos en fondo y forma, misma que nos ayudará a generar opiniones favorables cada día más exigente era de la globalización.

# UNIDAD 2. PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

## Conocimiento de sí mismo

El conocimiento de sí mismo (autoconcepto) es una noción sobre las capacidades, limitaciones, aspiraciones, motivaciones y los temores que se tienen

Es un concepto dinámico que engloba la autoestima y la autovaloración, por lo que a menudo se utilizan estas palabras indistintamente.

## Análisis de los factores

Definición: Burns (1990), nos dice que el autoconcepto 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 son enormemente personales

En grados variables: el autoconcepto cambia de un momento de vida a otro. El autoconcepto es el conocimiento que se tiene de uno mismo, es decir, es una representación mental de uno mismo

## Autoestima

Básicamente la 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.

Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos. Un ser humano puede errar, como todos los demás, y no le extraña ni entristece demasiado el hecho de fallar alguna vez.

# UNIDAD 2. PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

## Factores cognitivos

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, también las creencias que se forman con la experiencia sobre las habilidades, cualidades, capacidades, valores y límites tienen un peso fundamental y contribuyen al propio conocimiento.

Designación global. Utilizas términos peyorativos, te etiquetas negativamente, en lugar de describir el error, por ejemplo: "¡Qué tonto soy!", en vez de decir "¡qué tontería he cometido!".

## Factores afectivos

Este aspecto se refiere a qué tan bien o mal evalúas tus propias habilidades, aptitudes, destrezas y virtudes, es decir, lo que te define como persona. Además es justo anotar que las emociones y los afectos están involucrados en la concepción de uno mismo.

Definiremos el Afecto: Sensación subjetiva o un tono emocional acompañado a menudo por expresiones corporales observables por los demás" (Caballo, 1995).

## Factore de comportamiento

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. Lo anterior parece obvio, sin embargo, no lo es, pues los humanos tienden a la incongruencia, es algo que sólo quienes se tienen en alta valía, se sienten capaz de realizar

# UNIDAD 2. PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

## Análisis de la motivación como un factor de logro

La motivación es un término genérico que se aplica a una amplia serie de impulsos, deseos, necesidades, anhelos y fuerzas similares (García-García, s/f). Otra definición de la Motivación: "Autoestima, sentido de éxito, reto, fantasía y diversidad entre otros, son considerados como motivadores positivos para que los novicios cambien sus prioridades, generando una nueva visión personal sobre el aprendizaje.

## Análisis de la jerarquía

**Básicas.** Necesidades fisiológicas. En tanto que el ser humano no tenga cubiertas las necesidades básicas para la supervivencia, difícilmente pensará en otra cosa que no sea, comer, beber, dormir, cubrirse del frío o el calor o tener un techo.

**Seguridad:** Éstas son las necesidades que se refieren a la seguridad personal, en donde se cumpla con el objetivo de conservar la integridad física y emocional, además del aseguramiento de las necesidades básicas, como el trabajo que permite obtener los medios para satisfacerlas.

## Valores personales a cuidar y perfeccionar

**Cortesía y buena educación:** Son fiel reflejo de la calidad de vida de una persona. Cuando nos dirigimos al otro con amabilidad y educación, generalmente vamos a recibir la misma respuesta.

**Dominio de sí mismo:** Nuestro temperamento influye, considerablemente, en el modo de exteriorizar los sentimientos, por lo que es necesario cierto control a la hora de saber expresarnos, lo más adecuado es hacerlo de forma adecuada.

# UNIDAD 2. PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

## Análisis de la motivación como un factor de logro

La motivación es un término genérico que se aplica a una amplia serie de impulsos, deseos, necesidades, anhelos y fuerzas similares (García-García, s/f). Otra definición de la Motivación: "Autoestima, sentido de éxito, reto, fantasía y diversidad entre otros, son considerados como motivadores positivos para que los novicios cambien sus prioridades, generando una nueva visión personal sobre el aprendizaje.

## Análisis de la jerarquía

**Básicas.** Necesidades fisiológicas. En tanto que el ser humano no tenga cubiertas las necesidades básicas para la supervivencia, difícilmente pensará en otra cosa que no sea, comer, beber, dormir, cubrirse del frío o el calor o tener un techo.

**Seguridad:** Éstas son las necesidades que se refieren a la seguridad personal, en donde se cumpla con el objetivo de conservar la integridad física y emocional, además del aseguramiento de las necesidades básicas, como el trabajo que permite obtener los medios para satisfacerlas.

## Valores personales a cuidar y perfeccionar

**Cortesía y buena educación:** Son fiel reflejo de la calidad de vida de una persona. Cuando nos dirigimos al otro con amabilidad y educación, generalmente vamos a recibir la misma respuesta.

**Dominio de sí mismo:** Nuestro temperamento influye, considerablemente, en el modo de exteriorizar los sentimientos, por lo que es necesario cierto control a la hora de saber expresarnos, lo más adecuado es hacerlo de forma adecuada.

# UNIDAD 2. PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

## Perfil profesional

El concepto de perfil profesional tiene cada vez más difusión y se emplea en el ámbito de la educación y de las organizaciones. El perfil profesional, como el perfil del egresado, es un concepto que puede interpretarse con facilidad, intuitivamente, y se utiliza de manera flexible (Arnaz, 1981).

Se pueden encontrar en la literatura definiciones de perfil profesional que hacen hincapié estrictamente en la formación de profesionales y en el diseño curricular.

## Identidad profesional

La identidad profesional se asocia con el hecho de tener experiencias, formas de entender y conocimientos técnicos comunes, así como maneras coincidentes de percibir los problemas y sus posibles soluciones

Seguridad: Éstas son las necesidades que se refieren a la seguridad personal, en donde se cumpla con el objetivo de conservar la integridad física y emocional, además del aseguramiento de las necesidades básicas, como el trabajo que permite obtener los medios para satisfacerlas.

## Valores personales a cuidar y perfeccionar

La identidad profesional se asocia con el hecho de tener experiencias, formas de entender y conocimientos técnicos comunes, así como maneras coincidentes de percibir los problemas y sus posibles soluciones

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

# BIBLIOGRAFÍA

Antología de la institución

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/847ba42f77392a07af8c09d9e9ed6669.pdf>