



NOMBRE DE ALUMNO: AZENETH ISABEL NAJERA ARGUELLO

**NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. YANETH DEL ROCIO ESPINOSA
ESPINOSA**

NOMBRE DEL TRABAJO: SÚPER NOTA

MATERIA: PROYECCION PROFESIONAL

GRADO: 8°

GRUPO: NUTRICIÓN

PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL



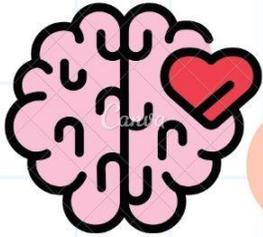
CONOCIMIENTO DE SI MISMO

Noción sobre las capacidades, limitaciones, aspiraciones, motivaciones y los temores que se tienen, engloba la autoestima y la autovaloración, por lo que a menudo se utilizan estas palabras indistintamente.



DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA

- Dimensión física: hecho de sentirse atractivo(a) físicamente
- Dimensión afectiva: sentimiento de ser aceptado y querido por los demás
- Dimensión social: sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales
- Dimensión académica: la autopercepción de su capacidad



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

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



UN APRECIIO QUE INCLUYE TODO LO POSITIVO

Talentos, habilidades, cualidades corporales, mentales, espirituales. Disfrutar de nuestros logros sin jactancia, fanfarronería y soberbia.



FACTORES AFECTIVOS

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



AFECTO

Actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo, de tal suerte que la persona se sienta en paz y no en guerra, con sus pensamientos y sentimientos



FACTORES 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



ATENCIÓN

Cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales



PERFIL PROFESIONAL

suele hacer referencia tanto al producto de una experiencia educativa como a las características que posee un sujeto.



Bibliografía

Universidad del Sureste. Antología PROYECCION PROFESIONAL.PDF. Pgs.38-55. Recuperado el 09 de Febrero del 2024.