



Nombre del Alumno: Jorge Alejandro Molina Moreno

Parcial: I




Nombre de la Materia: Proyección Profesional

Nombre del profesor: Claudia Ivette Espinosa

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 8

Proyección personal y profesional.

<p style="text-align: center;">Conocimiento de sí mismo.</p> <p>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.</p> 	<p style="text-align: center;">Análisis de los factores relacionados con el autoconcepto.</p> <p>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, intensos y centrales, en grados variables a su identidad única” (Herrera y cols., s/f).</p>
<p style="text-align: center;">Autoestima.</p> <p>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.</p> 	<p style="text-align: center;">Las “Aes” de la Autoestima.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Aprecio auténtico 2. Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos. 3. Afecto: actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo. 4. Atención: cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales
<p style="text-align: center;">Principales características de una persona con ELEVADA autoestima:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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. 	<p style="text-align: center;">Principales características de una persona con BAJA autoestima:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apática, temerosa, angustiada. • Tiene complejo de inferioridad o superioridad. • Insegura, sin iniciativa. • Débil frente a la frustración, se derrumba fácilmente. • Tendiente a vivir de la opinión ajena. • Desconfía de sí mismo y de los demás. 