



*Nombre del Alumno: Meylin del Rocío Velázquez Rodríguez.*

*Nombre del tema: Proyección profesional y personal.*

*Parcial: I.*

*Nombre de la Materia: proyección profesional.*

*Nombre del profesor: Claudia Ivette Espinoza Gordillo.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 8vo.*

# PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.

## CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO.

Percepciones que se tienen sobre:

- Capacidades.
- Limitaciones.
- Aspiraciones.
- Motivaciones.
- Temores.



Es la imagen o la representación que se tiene de uno mismo, donde cada persona percibe sus propias características y reacciones

está marcada por la influencia del medio y del prójimo. (percepciones extras e internas).



## ANÁLISIS DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL AUTOCONCEPTO

### Burns.

Dice que el autoconcepto es la "conceptualización de la propia persona hecha por el individuo, adornado de connotaciones emocionales y evaluativas poderosas.



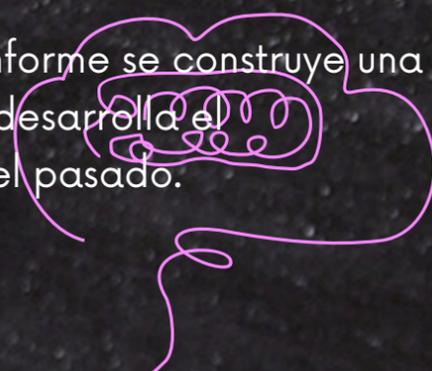
### Barrios Cepeda

Colección organizada de sentimientos y creencias sobre uno mismo.

## ETAPAS DEL AUTOCONCEPTO. Henson y Eller.



FASE.	ETAPAS.	DESCRIPCION
1	Infancia.	Aprende de los padres lo básico del autoconcepto, empieza a diferenciarse de los demás.
2	Niños temprana	Aprende a sentirse orgullosos de sus logros
3	Preescolar	Aprende a sentirse orgulloso al dominar acontecimientos estresantes.
4	Primaria	Integra las competencias y las opiniones ajenas y propias.
5	Adolescencia	El autoconcepto cambia conforme se construye una nueva imagen corporal y se desarrolla el pensamiento y se piensa en el pasado.





# AUTOESTIMA.



Es el amor que una persona tiene por sí misma.

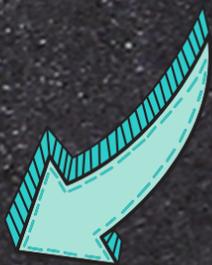
## "Las Aes de la autoestima".

1. Aprecio auténtico de uno mismo como ser humano.

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

Implican un buen nivel de autoconocimiento y en especial, de autoconciencia, es decir, de vivir dándose cuenta del propio mundo interior, escuchándose a sí mismo amistosamente, prestando atención a todas las "voces interiores".



## "Aprendamos a desarrollar nuestra autoestima"

*I can do this*

Recibir y deleitarse con el aprecio, aceptación, afecto y atención que otras personas le brindan desinteresadamente.

### AFIRMACION RECIBIDA.

Es mejor aprender a afirmarse uno mismo a través de:

- Pensar positiva.
- Tomar conciencia de nuestros puntos fuertes/débiles.

*I believe in me*

### AFIRMACION PROPIA.

Cuanto más damos, más recibimos, si se da sinceramente de todo corazón, es decir, no obligada sino libremente.

### AFIRMACION COMPARTIDA.

*puedes*

*HAZLO*

## Bibliografía

UDS. (19 de Octubre de 2024). *UDS*. Obtenido de <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/ce7f8b45f0452abdcf8734f8258377ea-LC-LEN805%20PROYECCION%20PROFESIONAL.pdf>