



**Nombre de alumno: Jesus Eduardo  
Gordillo Martinez**

**Nombre del profesor: Claudia Ivette  
Gordillo**

**Nombre del trabajo: Mapa Mental**

**Materia: Proyeccion Profesional**

**Grado: 8°**

**Grupo: LEN**

Comitán, Chiapas 08 de marzo de 2024

## competencia & específicas

Son las requeridas para el desempeño de una ocupación en concreto, están relacionadas más con funciones o puestos de trabajo.

### **CONFIANZA EN SI MISMO:**

**ES EL CONVENCIMIENTO DE QUE UNO ES CAPAZ DE REALIZAR CON ÉXITO UNA TAREA O ELEGIR EL ENFOQUE ADECUADO PARA RESOLVER UN PROBLEMA CON SUS PROPIAS CAPACIDADES, DECISIONES Y OPINIONES**

### **Autocontrol:**

**Es la capacidad de mantener bajo control conscientemente nuestras emociones, pensamientos, respuestas, impulsos, estados de ánimo y sentimientos,**

## competencias personales

**Visión Positiva:**  
**Es tener una perspectiva optimista sobre la vida.**

**Gestión del Estrés:**  
**Es la capacidad de soportar la presión en situaciones difíciles o sometidas a múltiples demandas. Implica Autocontrol y gestión de nuestros recursos ante situaciones de alta exigencia.**

**Asertividad:**  
**Es mostrar convicción y firmeza en las ideas y objetivos propios, sin perder el respeto a los demás y a uno mismo, expresando de forma adecuada nuestras emociones, ideas u opiniones frente a otras personas.**

Competencias  
de logro

**Orientación al resultado:**

Es perseguir de forma tenaz retos y objetivos, y mantenerlos como referentes permanentemente para encaminar nuestros actos y esfuerzos.

**Planificación y organización:**

Es prever las cosas y gestionar eficazmente los recursos necesarios, especialmente el propio tiempo

**Iniciativa:**

Es anticiparse y proponer acciones novedosas aunque se carezca de pautas o referencias para actuar, la actitud permanente de actuar cuando se presenta la ocasión sin esperar órdenes o instrucciones.

**Resolución de problemas:**

Es ser resolutivo en la solución de problemas sin dejar de considerar las distintas alternativas posibles.

**Responsabilidad:**

Es preocuparse por la viabilidad y el cumplimiento de los compromisos adquiridos, está asociada al compromiso con el que las personas realizan las tareas encomendadas.

**Empatía:**  
Es interesarse y comprender cómo se sienten otras personas estableciendo una conexión emocional con ellas, comprendiendo sus puntos de vista y estando interesado auténticamente en sus preocupaciones.

**Trabajo en equipo:**  
Es sentirse cómodo trabajando con otras personas, aunque sean muy distintas, y poner los intereses del grupo delante de los propios.

Competencias  
de  
colaboración

Es adaptarse a los cambios en distintas situaciones, pudiendo trabajar con distintas personas o grupos y en distintos ambientes. Implica mente abierta, capacidad de aprendizaje y disposición al cambio,

