



**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:

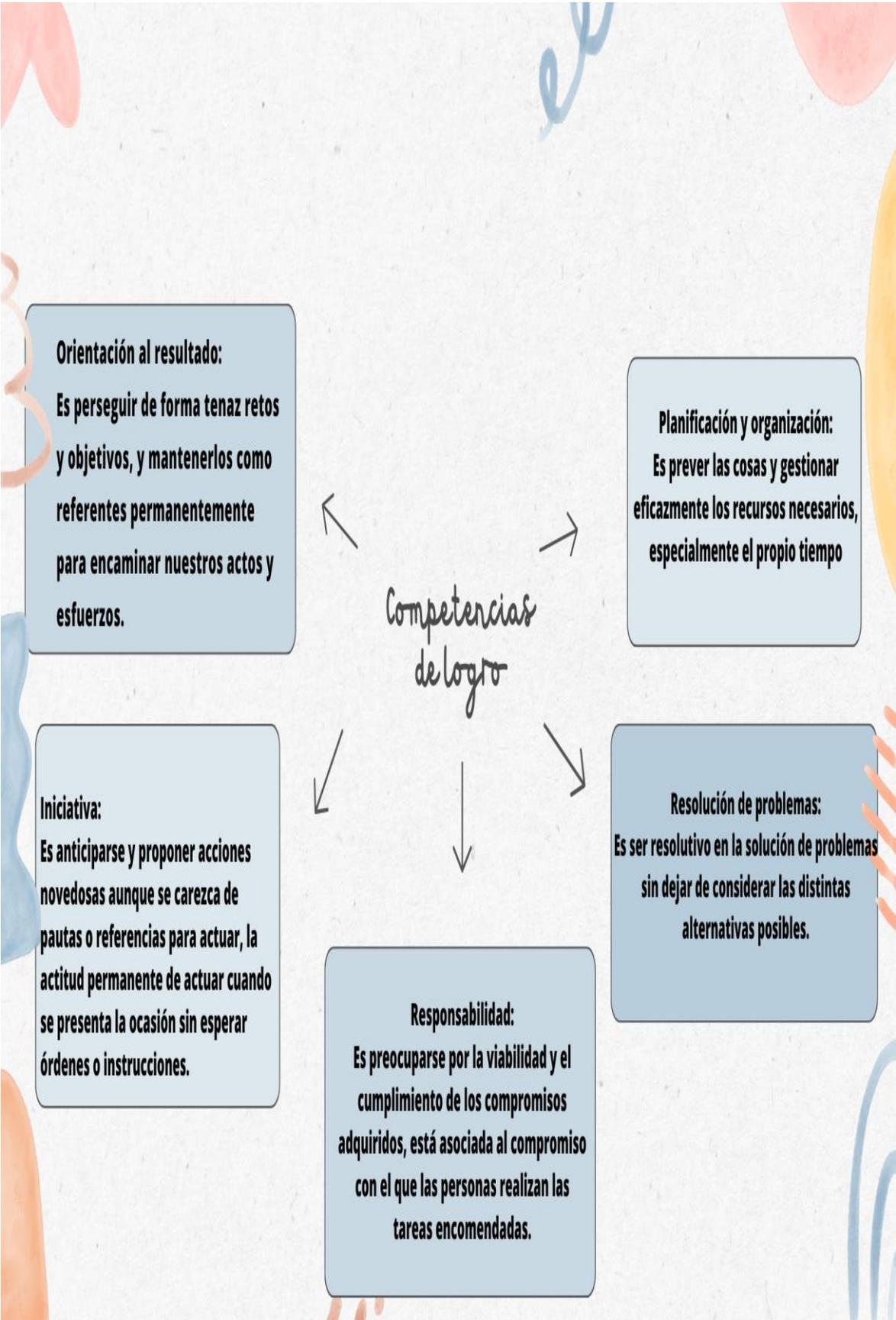
Es tener una perspectiva optimista sobre la vida.

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.



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,

