

A large, dark blue logo for UDS Mi Universidad. It features the letters 'UDS' in a very bold, sans-serif font. To the left of the letters is a stylized graphic of three curved lines, resembling a sun or a fan. Below the letters 'UDS' is the text 'Mi Universidad' in a bold, sans-serif font.

Nombre del Alumno: Erika Guadalupe López Gordillo

Nombre del tema: Proyección Personal y Profesional

Parcial: Primero

Nombre de la Materia: Proyección Profesional

Nombre del profesor: Guadalupe de Lourdes Abarca Figueroa.

Nombre de la Licenciatura: Derecho

Cuatrimestre: Octavo

Comitán de Domínguez, Chiapas, a 12 de marzo del 2024.

PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

Conocimiento de sí mismo

Es una noción sobre las capacidades, limitaciones, aspiraciones, motivaciones y los temores que se

El auto concepto es la imagen o la representación que se tiene de uno mismo: un proceso mediante el cual cada persona percibe sus propias características y reacciones.

Análisis de los factores relacionados con el auto concepto

Conceptualización de la propia persona hecha por el individuo adornado de connotaciones emocionales y evaluativas poderosas.

Etapas del auto concepto: infancia; temprana; preescolar; primaria y adolescencia

Autoconcepto: una colección organizada de sentimientos y creencias sobre uno mismo.

Autoestima

Es el amor que tiene una persona por sí misma.

Afecto: actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo, de tal suerte que la persona se sienta en paz y no en guerra.

Atención: cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales.

Aprecio auténtico: de uno mismo como ser humano, independientemente de lo que pueda hacer o tener, de tal manera que se considera igual aunque diferente a cualquier otra persona.

Aceptación tolerante: de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos.

Afirmación propia: a medida que la persona crece debe y puede depender menos de la afirmación que viene de otros.

Asertividad: es expresar nuestras necesidades, creencias, sentimientos y pensamientos de manera clara, directa, firme, sin agredir ni herir a su interlocutor y respetando los derechos de los demás.

Factores Cognitivos

Se refiere a la formación del concepto que se tiene de uno mismo.

Existen distorsiones cognitivas que deterioran la percepción de uno mismo: Hipergeneralización; designación global; filtrado; pensamiento polarizado; autoacusación, etc.

Un concepto relacionado a la evaluación cognoscitiva de las habilidades es la autoeficiencia.

Autoeficacia: valoraciones que hacemos de las capacidades personales, representa el sentimiento de confianza que se tenga para ejecutar eficazmente alguna actividad.

Factores afectivos

Este aspecto 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: Sensación subjetiva o un tono emocional acompañado a menudo por expresiones corporales observables por los demás.

Factores de Comportamiento

Se refiere a la conducta, el llevar a la práctica actividades congruentes con los factores cognitivos y afectivos.

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

Análisis de la motivación como un factor de logro

Término genérico que se aplica a una amplia serie de impulsos, deseos, necesidades, anhelos y fuerzas similares.

La motivación es el conjunto de variables intermedias que activan la conducta y/o la orientan en un sentido determinado para la consecución de un objetivo.

Que significa moverse, poner en movimiento o estar listo para la acción.

Análisis de la jerarquía de las necesidades de satisfacción del ser humano

En tanto que el ser humano no tenga cubiertas las necesidades básicas para la supervivencia, difícilmente pensará en otra cosa que no sea, comer, beber, dormir, etc.

Seguridad: Éstas son las necesidades que se refieren a la seguridad personal, en donde se cumpla con el objetivo de conservar la integridad física y emocional.

Sociales. Las necesidades sociales son las de asociación o aceptación.

De prestigio produce satisfacciones como poder, prestigio, categoría y seguridad en uno mismo.

De autorrealización: nivel mas alto que podemos alcanzar en la satisfacción de necesidades, todas las anteriores ya fueron cubiertas , por lo que puede pensarse en el deseo de superación de las propias capacidades.

Retos: los riesgos que decides tomar deben estar en proporción con tus habilidades y destrezas, las metas y los objetivos, pensando en obtener beneficios con miras de una

Metas: Una meta se plantea cuando se analiza lo que se es y lo que se quiere ser.

Valores personales a cuidar y perfeccionar

son fundamentales a la hora de perfeccionar nuestra imagen.

Cortesía y buena educación: Son fiel reflejo de la calidad de vida de una persona.

Dominio de sí mismo: el temperamento influye, en el modo de exteriorizar los sentimientos, por lo que es necesario cierto control a la hora de saber expresarnos.

Serenidad: Ser apacible y sosegado transmite a los demás una imagen de paz mental y espiritual así como un gran equilibrio de la persona.

El saber escuchar; comprensión; la discreción; sencillez; concisión; optimismo; puntualidad; amabilidad y cordialidad, contribuyen a que seamos mejores personas y nos ayuda a transmitir una imagen positiva y profesional.

Perfil profesional

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

La práctica profesional se compone de dos dimensiones: una se refiere a la actividad por desarrollar e implica la delimitación de un campo de acción y, la otra, se refiere al nivel de comportamiento que alcanza el graduado universitario.

Identidad profesional

Se asocia con el hecho de tener experiencias, formas de entender y conocimientos técnicos comunes, así como maneras coincidentes de percibir los problemas y sus posibles soluciones.

Modelo de desarrollo profesional

Modelos de ciclo de vida. Indican que los trabajadores hacen frente a tareas de desarrollo en el transcurso de su profesión; pasan por distintas etapas personales o profesionales.
Modelos basados en la organización el desarrollo profesional implica aprendizaje de los trabajadores para realizar tareas definitivas. Cada etapa supone cambios en las actividades y en las relaciones con compañeros y jefes.
Modelo del patrón de dirección. Describe cómo contemplan las personas su profesión; cómo deciden sobre la rapidez con que quieren avanzar por las etapas profesionales y en qué punto desean regresar a una fase anterior.

Sistemas de desarrollo profesional

Toman conciencia de sus intereses, valores, fortalezas y debilidades. Obtienen información sobre oportunidades laborales dentro de la empresa. Identifican objetivos profesionales. Diseñan planes de acción para alcanzar dichos objetivos.