



# Mi Universidad

## Mapa conceptual

*Nombre del Alumno: Michell Guillen Soto*

*Nombre del tema: Proyección personal y profesional.*

*Parcial: 2.*

*Nombre de la Materia: Proyección profesional.*

*Nombre del profesor: Gladis Adilene Hernández López*

*Nombre de la Licenciatura: enfermería.*

*Cuatrimestre: 8.*

# Proyeccion personal y profesional.

## 2.1 Conocimiento de si mismo.

### Autoconcepto

Es la imagen o la representacion que se tiene de uno mismo.

#### Percepciones internas

Marcada por el concepto del propio Yo.

#### Percepciones externas

Marcada por la influencia del medio y del projimo.

## 2.2.1 Analisis de los factores relacionados con el autoconcepto.

### Definicion Burns

Conceptualizacion de la propia persona hecha por el individuo adornado de connotaciones emoionales y evaluativas poderosas.

### Etapas

#### Etapa 1 Infancia

Aprende de los padres lo basico del autoconcepto.

#### Etapa 2 Niñez temprana.

Aprende a sentirse orgulloso de sus logros.

#### Etapa 3 Preescolar.

Aprende a sentirse orgullosoal dominar acontecimientos estresantes.

#### Etapa 4 Primaria.

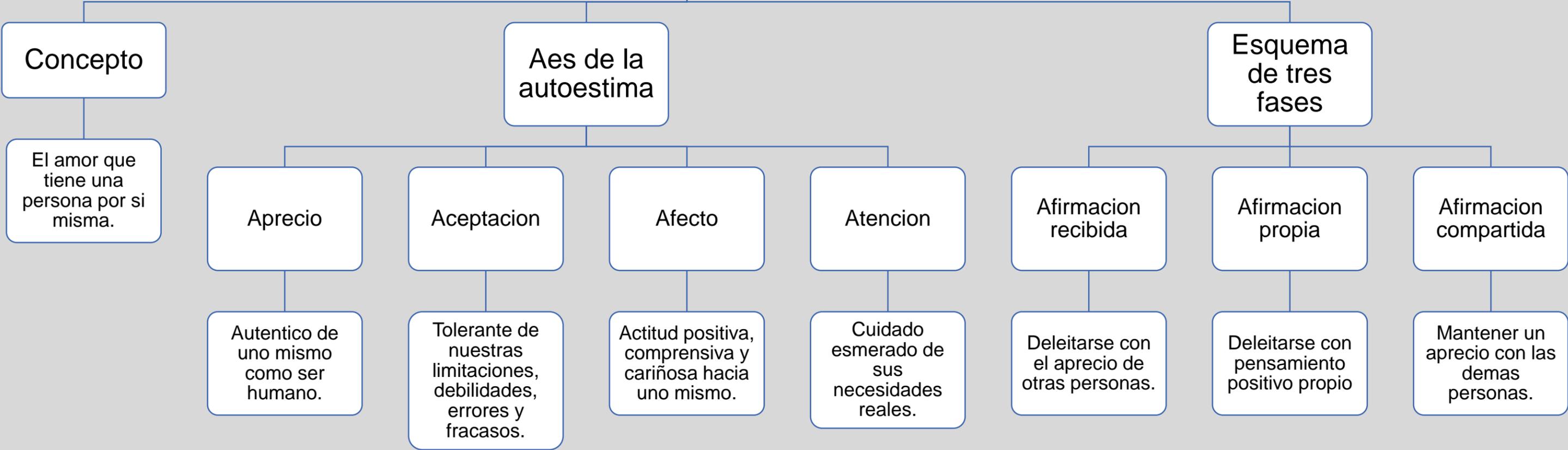
Integra las competencias y las opiniones ajenas y propias.

#### Etapa 5 Adolescencia.

Cambia con forme el desarrollo fisico y cognitivo.

# Proyeccion personal y profesional

## 2.1.2 Autoestima.



# Proyeccion personal y profesional.

## 2.1.3 Factores cognitivos.

### Concepto

Formacion del concepto que se tiene de uno mismo, basado en las experiencias que se ha tenido a lo largo de la vida.

### Hipergeneralizacion.

Hecho que se generaliza y se crea una regla universal.

### Designacion global.

Te etiquetas negativamente en lugar de describir el error.

### Filtrado

Prestas atencion de forma selectiva a las cosas negativas.

### Distorsiones cognitivas

### Pensamiento polarizado o absolutista.

Llevas las cosas al extremo.

### Autoacusacion.

Culparse de todos los hechos y circunstancias de forma irracional.

### Personalizacion.

Todo esta relacionado con uno mismo y nos comparamos negativamente con los demas.

### Lectura del pensamiento.

Crees saber lo que todos los demas piensan.

### Falacias de control

Sentir que tienes responsabilidad con total todos.

## 2.1.4 Factores afectivos

### Concepto

Se refiere a que tan bien o malevaluas tus propias habilidades y virtudes.

### Afecto

Sensacion subjetiva o un tono emocional acompañado a menudo por expresiones corporales observables por los demas.

## 2.1.5 Factores de comportamiento.

### Conductas asertivas.

Iniciar y mantener una conversacion.  
Hablar en publico.  
Expresion de amor.  
Defensa de los derechos.  
Pedir favores.  
Rechazar peticiones.

# Proyeccion personal y profesional.

## 2.2 Analisis de la motivacion como un factor de logro.

### Concepto

Sentido de exito, reto, fantasia y diversidad entre otros, son considerados como motivadores positivos para que los nocivos cambien sus prioridades generando una nueva version personal.

## 2.3 Analisis de la jerarquia de las necesidades de satisfaccion del ser humano.

### Necesidades

#### Basicas

Necesidades fisiologicas que tiene el ser humano para sobrevivir.

#### Seguridad

Donde se cumple el objetivo de cponservar la integridad fisica.

#### Sociales

Son necesidades de asociacion o aceptacion del ser humano.

#### De prestigio

Donde volteamos a ver que tanto nos estimamos y somos estimados por los demas.

#### De autorrealizacion

Cuando ya todas nuestras necesidades han sido cubiertas.

#### Retos

Momento en donde se toman riesgos para poder finalizar nuestros retos a cumplir.