



Mi Universidad

Nombre de la Alumna: Wendy Lizeth Ramírez Pérez

Nombre de la Materia: Proyección Profesional

Nombre del Tema: Proyección personal y profesional

Nombre de la profesora: Icel Bernardo Lepe

***Nombre de la Licenciatura: Trabajo Social Y Gestión
Comunitaria***

Cuatrimestre: 8

Introducción

Desarrollar un profundo conocimiento de sí mismo es esencial para el crecimiento personal y la realización plena. Este autoconocimiento permite a las personas identificar sus fortalezas y debilidades, comprender sus emociones y motivaciones, y tomar decisiones más informadas y alineadas con sus valores, lo que lleva a una vida más satisfactoria y equilibrada. Además, el conocimiento de sí mismo es fundamental para mantener un equilibrio saludable en la vida diaria, ya que abarca tanto el autoconocimiento como las prácticas de autocuidado, esenciales para el bienestar físico, emocional y mental.

La autoestima se desarrolla a lo largo de la vida y puede fortalecerse con experiencias positivas, apoyo social y trabajo personal en el autoconocimiento.

Los factores afectivos juegan un papel clave en el desarrollo personal, el aprendizaje y las relaciones interpersonales, están relacionados con los sentimientos, las emociones y la motivación, y afectan la manera en que una persona interactúa con su entorno y consigo misma.

CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO

Es la comprensión profunda que una persona tiene sobre sus propios pensamientos, emociones, motivaciones, valores, fortalezas y debilidades.



AUTOESTIMA

Es la valoración, percepción o juicio que una persona tiene sobre sí misma. Está basada en las experiencias personales, las interacciones sociales y la interpretación que hacemos de nuestras propias capacidades y logros.



ANÁLISIS DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL AUTOCONCEPTO

Estudia las distintas variables que influyen en la percepción que una persona tiene de sí misma. El autoconcepto es la imagen mental y la valoración que hacemos de nuestras propias características, capacidades y valor personal.



FACTORES COGNITIVOS

Son aquellos procesos mentales que influyen en la forma en que una persona percibe, piensa, aprende y resuelve problemas, estos factores están relacionados con el procesamiento de la información y el desarrollo del conocimiento.



FACTORES AFECTIVOS

Son aquellos elementos emocionales que influyen en el comportamiento, el aprendizaje y la toma de decisiones de una persona.

FACTORES DE COMPORTAMIENTO

Son aquellos elementos que influyen en la manera en que una persona actúa y responde ante diferentes situaciones, por ejemplo pueden estar determinados por aspectos internos (emocionales, personalidad) o aspectos externos (entorno social, cultura o normas).



Conclusión

La proyección personal y profesional es un proceso integral que depende de diversos factores internos y externos. Conocerse a sí mismo permite identificar fortalezas, debilidades, intereses y valores, lo que facilita la toma de decisiones alineadas con los objetivos personales y laborales. La autoestima juega un papel clave, ya que influye en la confianza y motivación para alcanzar metas.

Además, los factores cognitivos, afectivos y de comportamiento impactan en el desarrollo profesional: el pensamiento crítico y la capacidad de aprendizaje permiten la adaptación y crecimiento, las emociones regulan la toma de decisiones y la interacción con los demás, y la conducta determina la disciplina y perseverancia para lograr el éxito. En conjunto, estos elementos forman la base para una proyección efectiva, orientada al desarrollo continuo y la realización personal y profesional.