



Mi Universidad

Nombre del alumno: YURI JANETH GORDILLO ROSALES.

Tema: PROYECCION PERSONAL Y PROFESIONAL.

Materia: PROYECCIÓN PROFESIONAL.

Nombre del profesor: ICEL BERNARDO LEPE.

Licenciatura: TRABAJO SOCIAL Y GESTION COMUNITARIA.

Cuatrimestre: OCTAVO.

FEBRERO 2025.

INTRODUCCION

En el siguiente trabajo hablaremos del tema la proyección personal y profesional, pero veremos ¿que es? Se refiere al proceso de planificar y visualizar el futuro que deseamos para nosotros mismo, tanto en nuestra vida personal como en nuestra carrera profesional. Implica establecer metas y objetivos claros, identificar los pasos necesarios para alcanzar y trabajar hacia su logro de manera intencional y enfocada. La proyección personal y profesional es fundamental para; desarrollar una visión clara en lo que se quiere en la vida, establecer metas y objetivos realistas y alcanzables, identificar los recursos y habilidades necesarios para alcanzar los objetivos, desarrollar un plan de acción para lograr objetivos, aumentar la motivación y la confianza en uno mismo mejorar la toma de decisiones y la resolución de problemas.

Por eso en el siguiente trabajo encontraremos una super nota en la cual encontraremos cinco subtemas, el cual ha sido echo para encontrar el significado y la importancia de cada tema, cabe recordar que hablar de proyección personal y profesional es un tema muy amplio y para tener un mejor entendimiento se a realizado los subtemas para poder entender mejor sobre el tema y tener un amplio conocimiento sobre el tema, y no correr el riesgo de confundirnos en sus significados y guía, para poder realizar y en tender mas sobre el tema y se mas ayuda para poder llevarlo acabo y seguir los mejores pasos para encontrar éxito en lo que queremos llevar.

PROYECCION PERSONAL Y PROFESIONAL

CONOCIMIENTO DE SI MISMO

Es una noción sobre las capacidades, limitaciones, aspiraciones, motivaciones y los temores que se obtienen. Es un concepto dinámico que engloba la autoestima y la autoevaluación, por lo que a menudo se utilizan estas palabras indistamente. 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.

ANALISIS DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL AUTOCONCEPTO

Es la autoconceptualización de la propia persona hecha por el individuo, adornando de connotación emocional y evaluativas poderosas, puesto que la creencia subjetiva y el conocimiento factivo que el individuo se atribuye son enormemente personales, intensos y centrales, en grados variables a su identidad única. Entendemos por autoconcepto una colección organizada de sentimientos y creencias sobre uno mismo



FACTORES COGNITIVOS

La formación del concepto que se tiene de uno mismo, basado en las experiencias que se han tenido a lo largo de la vida, también las creencias que se forman con las experiencias sobre las habilidades, cualidades, capacidades, valores y límites tienen un peso fundamental y contribuyen al propio conocimiento.

AUTOESTIMA

La autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo. Una autoestima saludable permite sentirse capaz, digno de amor y respeto. Esto contribuye a tener una mejor calidad de vida y relaciones interpersonales más satisfactorias. Una de las características de una autoestima alta sería; sentirse querido y aceptado por los demás, estar orgulloso de lo que se hace, creer en sí mismo tener confianza en sí mismo. Tener confianza en sí mismo. Algunas de las características de la autoestima baja sería, ser duro con sí mismo, creer que no es lo bastante bueno, tener una gran sensación de inseguridad acerca de uno mismo. Podríamos mejorar la autoestima con; trabajar el autoconocimiento, autoconcepto, aptitudes, esquemas corporal, valoración externa y autoevaluación, reconocer las situaciones que dañan el autoestima, hacer ejercicios de mediana intensidad



El desarrollo de la autoestima en la niñez es fundamental para definir bases sólidas para el resto de nuestras vidas



FACTORES AFECTIVOS

Se refiere a que tan bien o mal evalúas tus propias habilidades, aptitudes, destrezas, y virtudes, lo que te define como persona. También que las emociones y los afectos están involucrados en la concepción de uno mismo

FACTORES DE COMPORTAMIENTO

Se refiere a la conducta, el llevar a la práctica actividades congruentes con los factores cognitivos y emocionales, afectivos, lo que haces se igual a lo que piensas, sientas. Para aumentar el autoconcepto hay que tener conductas asertivas como; iniciar y mantener conversaciones, hablar en público, defensa en los propios derechos, pedir favores, expresión de opiniones personales, incluso en el desacuerdo, disculparse o admitir ignorancia.



CONCLUSION

Al llegar a la conclusión de este trabajo pudimos observar, analizar, cinco puntos importantes del tema antes mencionado, al finalizar se espera que se halla llegado al entendimiento de algunos puntos clave para poder entender mas sobre el tema, y que no quede duda de lo antes mencionado.

Pudimos entender y comprender que es el conocimiento de uno mismo, el análisis de los factores relacionados con el autoconcepto, la autoestima, factores cognitivos, factores afectivos, factores cognitivos. Estos subtemas nos ayudaran mucho para la comprensión querida adquirí y poder llevarla a cabo para empezar a proyectar nuestra vida a futuro ya sea en el ámbito social, familiar, personal y laboral

<https://targethiv.org/siste/default/files-uploa/resources/desarrollo-de-liderazgo.pdf>