



Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Samuel Gómez Arias

Nombre del tema: UNIDAD II: Proyección personal y profesional

Parcial: Único

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Cynthia Álvarez Poumian

Nombre de la Licenciatura: Psicología General

Cuatrimestre: 8°

Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco, Chiapas a 18 de marzo de 2025

Unidad 2. Proyección personal y profesional.

Conocimiento de sí mismo.

(AUTOCONCEPTO)

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.
El concepto que tenemos de nosotros mismos es determinante en todo lo que hacemos, incluido el aprendizaje.

Análisis de los factores relacionados con el autoconcepto.

Se alimenta de las experiencias vividas a lo largo de la vida, según Mack y Ablon existen cinco fases por las que todos pasamos:
INFANCIA, NIÑEZ TEMPRANA, PREESCOLAR, PRIMARIA Y ADOLESCENCIA.

Autoestima.

Es el amor que una persona tiene por sí misma;

Las "Aes" de la Autoestima: Aprecio auténtico, Aceptación tolerante. afecto y atención.
Aprendamos a desarrollar nuestra autoestima: Afirmación recibida, Afirmación propia y Afirmación compartida.
Dimensiones de la Autoestima: Física, social, académica, ética y afectiva
Asertividad

Factores Cognitivos.

Experiencias que se han tenido a lo largo de la vida

- ◇ Hipergeneralización
- ◇ Designación global
- ◇ Autoacusación
- ◇ Falacias del control

AUTOEFICACIA Y NOTA

Factores afectivos.

Es justo anotar que las emociones y los afectos están involucrados en la concepción de uno mismo.

Afecto: Sensación subjetiva o un tono emocional acompañado a menudo por expresiones corporales observables por los demás
Algo importante es que el estado de ánimo se refiere a una constante, mientras que una emoción se refiere a algo momentáneo y circunstancial.

Factores de Comportamiento.

de Se refiere a la conducta

- Llevar a la práctica actividades congruentes con los factores cognitivos y afectivos, es decir, que lo que haces sea igual a lo que sientes y por supuesto, piensas.
1. Iniciar y mantener conversaciones.
 2. Hablar en público.
 3. Expresión de amor, agrado y afecto.

Análisis de la motivación como un factor de logro.

El término se deriva del verbo latino movere, que significa “moverse”, “poner en movimiento” o “estar listo para la acción”

Conjunto de variables intermedias que activan la conducta y/o la orientan en un sentido determinado para la consecución de un objetivo.

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

Abraham Maslow

- Básicas. Necesidades fisiológicas
- Seguridad
- Afiliación
- Reconocimiento
- Autorrealización

Metas: corto, mediano y largo plazo

Deseos

Valores personales para cuidar y perfeccionar.

Los valores personales son fundamentales a la hora de perfeccionar nuestra imagen

- Cortesía y buena educación
- Dominio de sí mismo
- Serenidad
- Saber escuchar
- La comprensión
- Discreción
- Sencillez
- Concisión
- Optimismo
- Puntualidad

Perfil profesional.

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Formación de profesionales y en el diseño curricular,

Descripción de las características que se requieren del profesional para abarcar y solucionar las necesidades sociales.

Identidad Profesional.

La profesión y el trabajo son factores de identidad individual y social

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

Proceso por el que las personas progresan a través de una serie de etapas caracterizadas por distintas tareas de desarrollo, actividades y relaciones.

1. Modelos de ciclo de vida.
2. Modelos basados en la organización.
3. Modelo del patrón de dirección.

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

REFERENCIAS:

- UNIVERSIDAD DEL SURESTE, [UDS], PROYECCIÓN PROFESIONAL, s.f., Recuperado el día 18 de marzo de:
- Gordo, V. (2003) Imagología. México: Grijalbo.
- Gordo, V. (1999). El poder de la imagen. México: Edamex
- Denis L. Wilcox, Phillip H. Warren K. Agee, Glen T. Cameron (2001) Relaciones Públicas -Estrategias y Tácticas. Madrid: Pearson Educación, S.A.
- Paul Capriotti Peri. (1999) Planificación estratégica de la imagen corporativa. Barcelona: Editorial Ariel, S.A.
- Desarrollo de liderazgo, National Minority Aids Council; Enlace: <https://targethiv.org/sites/default/files/file-upload/resources/desarrollo-de-liderazgo.pdf>
- Herrera Garnica, Gloria Rebeca de Fátima; 2013 .Desarrollo humano; Pearson,
- Alles, M. (2004 - 2005). Dirección Estratégica de Recursos Humanos, Gestión por competencias: el diccionario. . Ed. Granica, 2002. Buenos Aires.
- Covey, S. (1989). Los 7 hábitos de la gente altamente efectiva. Paidós, 2010