



UDS

Mi Universidad

CUADRO SINÓPTICO

Nombre de la Alumna: Lisset Pérez Sánchez

Nombre del tema: Proyección personal y profesional

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre de la profesora: Cynthia Álvarez Poumian

Nombre de la Licenciatura: Psicología general

Cuatrimestre: Octavo

Fecha: 18 de marzo del 2024

PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO	Es la capacidad de reconocer y comprender a uno mismo	<ul style="list-style-type: none"> Mejora la relación con uno mismo y con el entorno Enseña a gestionar las emociones y sentimientos Permite aceptar la realidad de forma positiva
ANÁLISIS DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL AUTOCONCEPTO	El autoconcepto puede ayudar a prevenir conductas agresivas y problemas de ansiedad y depresión	<ul style="list-style-type: none"> Autoestima: Valoración que una persona tiene de sí misma Actitud: Tendencia a reaccionar frente a una situación ya sea de forma positiva o negativa Esquema corporal: La idea que tenemos de nuestro cuerpo. Aptitudes: Capacidad que posee una persona para realizar algo adecuadamente (inteligencia). Valoración externa: La consideración que hacen las demás personas sobre nosotros
FACTORES COGNITIVOS	Permiten a las personas recibir, procesar e interpretar información	
FACTORES AFECTIVOS	Influyen en el aprendizaje, el desarrollo personal y las relaciones interpersonales	<ul style="list-style-type: none"> Ansiedad Motivación Empatía Confianza en uno mismo
FACTORES DE COMPORTAMIENTO	Elementos que influyen en las acciones de las personas	<ul style="list-style-type: none"> Ambientales: clima, espacio, rutina diaria Sociales: Normas sociales, relaciones con familiares, amigos Cultura: Costumbres tradiciones, sentimientos Psicológicos: Sentimientos, pensamientos.
ANÁLISIS DE LA MOTIVACIÓN COMO UN FACTOR DE LOGRO	Es un factor que impulsa a las personas a alcanzar sus metas y objetivos.	<ul style="list-style-type: none"> Es un impulso de superación en situaciones de rendimiento Es el esfuerzo realizado con el objetivo de alcanzar el éxito Es la inquietud por hacer las tareas cada vez mejor
ANÁLISIS DE LA JERARQUÍA DE LAS NECESIDADES DE SATISFACCIÓN DEL SER HUMANO	Teoría que propone que las personas tienen cinco niveles de necesidades que se satisfacen en orden de prioridad	
VALORES PERSONALES A CUIDAR Y PERFECCIONAR		
PERFIL PROFESIONAL	Descripción de las habilidades y experiencia de una persona para desempeñar un trabajo.	<ul style="list-style-type: none"> Captar la atención del reclutador Mostrar que el candidato es adecuado para el puesto Destacar las fortalezas del candidato
IDENTIDAD PROFESIONAL	Conjunto de características que definen a una persona en su ambiente laboral.	<ul style="list-style-type: none"> Se basa en la experiencia personal y las biografías Es un proceso complejo y no lineal Puede variar con el tiempo
MODELO DE DESARROLLO PROFESIONAL	Marco que ayuda a comprender la trayectoria laboral, objetivos y desafíos.	
SISTEMAS DE DESARROLLO PROFESIONAL	Son marcos que ayudan a los trabajadores a planificar su carrera, identificar sus fortalezas y establecer objetivo	<ul style="list-style-type: none"> Ayudan a comprender la trayectoria profesional, los objetivos y desafíos Identifican fortalezas, intereses, valores y motivaciones Identifican oportunidades y barreras



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Universidad del sureste (UDS), Antología Proyección profesional, (S.F),
obtenido de:
https://filestorage.s3.amazonaws.com/storage/uds/biblioteca/2025/03/sgeUn3YVMItk3STev8f1-PROYECCION_PROFESIONAL.pdf
- <https://www.psicologia-online.com/habilidades-cognitivas-que-son-tipos-lista-y-ejemplos-4275.html>
 - <https://images.app.goo.gl/6aDKjiHLr5Xweoab7>
 - <https://images.app.goo.gl/HLJnZBxMeMMpvwJ49>