



## Mapa conceptual

*Nombre del Alumno: Maria Guadalupe Perez Perez*

*Nombre del tema: Proyección personal y profesional.*

*Parcial: 2 Parcial*

*Nombre de la Materia: Proyección Profesional*

*Nombre del profesor: Beatriz Adriana Méndez Gonzales*

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Enfermería*

*Cuatrimestre: 8vo Cuatrimestre*

# PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.



## 2.1 CONOCIMIENTO DE SÍ MISMO.

es una noción sobre las capacidades, limitaciones, aspiraciones, motivaciones y los temores que se tienen.

Es un concepto dinámico que engloba la autoestima y la autovaloración, por lo que a menudo se utilizan estas palabras indistintamente

### 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.

### EJEMPLO

El autoconcepto es una noción altamente estable, aunque se pueda modificar y cambiar de forma gradual y ordenada como consecuencia de la experiencia. Conocerse a sí mismo es el primer paso para alcanzar una vida llena y satisfactoria.

### 2.1.1 ANÁLISIS DE LOS FACTORES RELACIONADOS CON EL AUTOCONCEPTO

Burns (1990), nos dice que el autoconcepto es la "conceptualización de la propia persona hecha por el individuo, adornado de connotaciones emocionales y evaluativas poderosa

- Conceptualización de la propia persona: el concepto que tenemos de nosotros mismos.
- Adornado de connotaciones emocionales y evaluativas poderosas: el concepto que tenemos de nosotros mismos
- ∅ Puesto que las creencias subjetivas: las creencias, se forman con las propias experiencias
- Y el conocimiento fáctico que el individuo se atribuye son enormemente personales: nadie más puede tener más conocimiento de la persona que el individuo mismo.

Entendemos por autoconcepto: "una colección organizada de sentimientos y creencias sobre uno mismo" (en Barrios Cepeda, 2005).

### 2.1.2 AUTOESTIMA.

e la autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma; para otros, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo.

### LAS "AES" DE LA AUTOESTIMA

Aprecio auténtico de uno mismo como ser humano, independientemente de lo que pueda hacer o tener, de tal manera que se considera igual aunque diferente a cualquier otra persona

### EJEMPLO

En resumen, cuando hablamos de autoestima, hablamos de Afirmación de ese ser humano falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por sí mismo, pero siempre reconociendo la existencia de los demás.

# PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.



## DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA.

- Dimensión física, referida al hecho de sentirse atractivo(a) físicamente, no condicionado por estereotipos estéticos
- Dimensión afectiva, se refiere al sentimiento de ser aceptado y querido por los demás y al conocimiento y aceptación
- Dimensión social, es sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales y el sentimiento de pertenecer a un grupo o comunidad

- Dimensión académica, es la autopercepción de su capacidad de enfrentar con éxito las exigencias de los estudios que lo conduzcan a dominar todos los conceptos
- Dimensión ética, se refiere a sentirse una persona buena y confiable, segura de su integridad personal

## 2.1.3 FACTORES COGNITIVOS.

Se refiere a 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 la experiencia sobre las habilidades

Existen distorsiones cognitivas que deterioran la percepción de uno mismo:

- Hipergeneralización
- Designación global.
- Filtrado.
- Pensamiento polarizado o absolutista.
- Autoacusación.
- Personalización.
- Lectura del pensamiento.
- Falacias del control.

Un concepto relacionado a la evaluación cognoscitiva de las habilidades es la Autoeficacia: Ya sabemos que el autoconcepto es una visión compuesta de uno mismo a través de las experiencias.

## 2.1.4 FACTORES AFECTIVOS

Este aspecto se refiere a qué tan bien o mal evalúas tus propias habilidades, aptitudes, destrezas y virtudes, es decir, lo que te define como persona

### EL AFECTO:

Sensación subjetiva o un tono emocional acompañado a menudo por expresiones corporales observables por los demás" (Caballo, 1995).

### EJEMPLO

Las emociones son aspectos que pueden impulsar o limitar una acción, nos afectan positiva o negativamente. El afecto fluctúa entre la euforia y la depresión. Todos pasamos por cambios en el estado de ánimo, y estas fluctuaciones le dan sabor a la vida

# PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.



## 2.1.5 FACTORES DE COMPORTAMIENTO.

Se refiere a la conducta, el 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

El autoconcepto es una de las cosas más importantes relacionadas con el éxito escolar, las manifestaciones de la personalidad, el control emocional y la calidad de las relaciones interpersonales en todos los aspectos de la vida.

" Para aumentar el autoconcepto hay que tener conductas asertivas

1. Iniciar y mantener conversaciones.
2. Hablar en público.
3. Expresión de amor, agrado y afecto.
4. Defensa de los propios derechos.
5. Pedir favores.
6. Rechazar peticiones.
7. Hacer cumplidos.
8. Aceptar cumplidos.
9. Expresión de opiniones personales, incluido el desacuerdo.
10. Expresión justificada de molestia, desagrado o enfado.

## 2.2 ANÁLISIS DE LA MOTIVACIÓN COMO UN FACTOR DE LOGRO.

La motivación es un término genérico que se aplica a una amplia serie de impulsos, deseos, necesidades, anhelos y fuerzas similares (García-García, s/f).

Motivación: "Autoestima, sentido de éxito, reto, fantasía y diversidad entre otros, son considerados como motivadores positivos para que los novicios cambien sus prioridades, generando una nueva visión personal sobre el aprendizaje.

El término motivación se deriva del verbo latino movere, que significa "moverse", "poner en movimiento" o "estar listo para la acción" ( Entonces, podemos decir que la motivación es la energía que hace que busquemos la satisfacción de las necesidades, dependiendo de la expectativa de logro formada con la experiencia.

## 2.3 ANÁLISIS DE LA JERARQUÍA DE LAS NECESIDADES DE SATISFACCIÓN DEL SER HUMANO.

Hay un autor clave para entender qué tipo de necesidades tienes, lo interesante es que estas necesidades son universales, es decir, no importa tu raza, posición económica, ni nacionalidad.

- Básicas. Necesidades fisiológicas. En tanto que el ser humano no tenga cubiertas las necesidades básicas para la supervivencia, difícilmente pensará en otra cosa que no sea, comer, beber, dormir, cubrirse del frío o el calor o tener un techo.
- Seguridad: Éstas son las necesidades que se refieren a la seguridad personal, en donde se cumpla con el objetivo de conservar la integridad física y emocional,

## EJEMPLO

Metas: Una meta se plantea cuando se analiza lo que se es y lo que se quiere ser. De acuerdo con Locke y Lathan (1990, en [capacinet.gob.mx](http://capacinet.gob.mx) s/f), hay cuatro razones esenciales que explican por qué el establecer metas mejora el desempeño.

# PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.



## 2.4 VALORES PERSONALES A CUIDAR Y PERFECCIONAR.

Los valores personales son fundamentales a la hora de perfeccionar nuestra imagen. Entre ellos podemos mencionar los siguientes:

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

• Los valores expuestos anteriormente contribuyen a que seamos mejores personas y nos ayuda a transmitir una imagen positiva y profesional, son aspectos muy importantes para lograr convivir en un ambiente motivador en el campo laboral y social.

## 2.5 PERFIL PROFESIONAL.

El concepto de perfil profesional tiene cada vez más difusión y se emplea en el ámbito de la educación y de las organizaciones.

- El perfil profesional, como el perfil del egresado, es un concepto que puede interpretarse con facilidad, intuitivamente, y se utiliza de manera flexible (Arnaz, 1981).
- Según José Antonio Arnaz (1981,1996), el perfil profesional es una descripción de las características que se requieren del profesional para abarcar y solucionar las necesidades sociales
- Frida Díaz-Barriga (1999) describe el perfil profesional como un conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que delimitan el ejercicio profesional

El término de perfil profesional suele hacer referencia tanto al producto de una experiencia educativa como a las características que posee un sujeto. Hasta el momento, los diferentes autores no han arribado a una única definición del perfil profesional

## 2.6 IDENTIDAD PROFESIONAL.

..la identidad profesional 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.

La profesión y el trabajo son factores de identidad individual y social. Generalmente forman parte importante de la vida de las personas

Además de convertirse en el principal modo de mantenerse económicamente, la profesión aporta prestigio social y realización personal. Realizar el mismo trabajo crea intereses intelectuales, sociales y económicos comunes

Para Juan Manuel Cobo (2003: 263-264) el profesional que ejerce su profesión correctamente es una persona: Que con el ejercicio de su profesión está haciendo o procurando a otros el bien propio de su actividad profesional y que, por lo mismo, puede experimentar la satisfacción que acompaña a la experiencia de hacer el bien a los demás

# PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL.



## 2.7 MODELO DE DESARROLLO PROFESIONAL

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

Es importante señalar que existen diferentes modelos de desarrollo profesional y que la literatura de investigación no se pone de acuerdo sobre cuál es el mejor:

- Modelos de ciclo de vida. Indican que los trabajadores hacen frente a tareas de desarrollo en el transcurso de su profesión;

- Modelos basados en la organización. También sostienen que las profesiones pasan por varias fases, sin embargo, afirman que el desarrollo profesional implica aprendizaje de los trabajadores para realizar tareas definitivas
- 3. Modelo del patrón de dirección. Describe cómo contemplan las personas su profesión; cómo deciden sobre la rapidez con que quieren avanzar por las etapas profesionales y en qué punto desean regresar a una fase anterior

## 2.8 SISTEMAS DE DESARROLLO PROFESIONAL

La planificación del desarrollo profesional es el proceso por el que las personas (Feldman, 1998): –

- 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. Los sistemas de planificación profesional benefician tanto a los trabajadores como a la empresa (Russell, 1991)

A los primeros les ayudan a descubrir sus intereses y habilidades y a aumentar su satisfacción gracias a la posibilidad de identificar y trasladarse a los puestos más coherentes con sus objetivos y planes



# **REFERENCIA BIBLIOGRAFICA**

- **Antologia UDS (Univerisdad Del Sureste) Proyección Profesional**
- **[https://fileservice.s3mwc.com/storage/uds/biblioteca/2025/01/Y7gj5NzdIVr5iMa18sVx-LC-LEN805\\_PROYECCION\\_PROFESIONAL.pdf](https://fileservice.s3mwc.com/storage/uds/biblioteca/2025/01/Y7gj5NzdIVr5iMa18sVx-LC-LEN805_PROYECCION_PROFESIONAL.pdf)**