



**Mi Universidad**

## ENSAYO

*Nombre del Alumno: SADY JUDITH RODRIGUEZ MONZON.*

*Nombre del tema: PROYECCION PROFESIONAL Y PERSONAL.*

*Parcial: 1*

*Nombre de la Materia: PROYECCION PROFESIONAL.*

*Nombre del profesora: LIC. YANETH FABIOLA SOLORZANO GALVEZ.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: Octavo*

## **INTRODUCCION:**

En este ensayo tocare el tema de proyección profesional y personal desde sus principales corrientes y su uso en la actualidad, no debemos confundir con apariencias superficiales un elemento que es importante para el día a día, pues somos productos en venta es decir ofrecemos servicios o productos.

Es importante empezar a creernos lo que somos y lo que queremos ser, no solamente ser el vecino de alguien sino ser la persona a quien los demás buscan porque inspira confianza en lo que se hace.

Proyectemos una imagen personal y profesional en equilibrio para tener un balance en nuestra vida.

## ¿COMO TE VEN TE TRATAN?

A lo largo de los años se nos ha dicho que la primera impresión es la que cuenta pero no nos dicen exactamente a que se refieren, y pasando los años, en una edad “madura” entiendes a que se refieren esas palabras; pero bueno, seguimos diciendo la misma frase a los jóvenes de casa pero tampoco decimos el porqué.

Los seres humanos pasamos por muchos cambios en toda la vida, tanto físicos, psicológicos y sociales que van creando una identidad en cada persona lo que nos hace únicos, pero hay características o momentos que nos hace relacionarnos con otros seres humanos con las mismas cualidades o ideas o clases sociales lo que hace que se creen grupos sociales. Ya lo menciono el pensador **LEV VYGOTSKY** en su teoría del constructivismo social donde concibe como un fenómeno colectivo, en el que el conocimiento es **co-construido** mediante el diálogo y la colaboración con otros (teoría del aprendizaje que sostiene que el conocimiento y la comprensión del mundo se construyen a través de la interacción social y cultural.)<sup>1</sup> Y no es de carácter individual. ¿Pero qué tiene que ver los vínculos sociales a como me tratará la sociedad? Bueno, esta colectividad hace que se copien características de otras personas y se repliquen, creando algunos estándares para cada grupo social. Estas características varían según el nivel económico, cultural, ambiental, entre otros factores.

Se dice que el 90% de la información que llega a nuestro cerebro es visual<sup>2</sup> en la teoría del pensamiento visual, **El pensamiento visual o “visual thinking”** es un enfoque pedagógico que sostiene que, dado que la mente prefiere trabajar con imágenes antes que con lenguaje verbalizado, lo ideal para crear, compartir, desarrollar y manipular ideas es representarlas en términos visuales. En esta idea las personas hacemos nuestro propio juicio de la apariencia de las demás personas.

## ¿PARA QUÉ ME SIRVE LA AUTOESTIMA?

Primero entendamos que la autoestima es la confianza que nos tenemos a nosotros mismos aceptar nuestras habilidades y debilidades, enfrentarnos a nuestros miedos sin olvidar nuestra propia esencia.

---

<sup>1</sup> [EL CONSTRUCTIVISMO SOCIAL: UNA TEORÍA SOBRE EL APRENDIZAJE Y LA CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO | Psiconetwork](#)

<sup>2</sup> [Pensamiento visual: qué es y cómo influye en la educación \(psicologiyamente.com\)](#)

Una vez que nos conocemos bien podemos navegar en el mar de la sociedad sin sentirnos el pez más pequeño del océano, y sobretodo proyectar esa confianza en los demás. En un plano profesional, académico, religioso por mencionar algunos ambientes, tener buena autoestima ayuda a estar en paz con uno mismo y transmitir seguridad en los otros. Una buena autoestima refleja tu personalidad o el equilibrio emocional en el que te encuentras, conocer y mantener tu autoestima ayuda a emprender nuevos retos o afrontar dificultades cotidianas, también mejora la salud emocional y física.

### **PARA TODO HAY TIEMPO...**

Ya mencionamos que existen diversos grupos sociales donde aportamos o replicamos información o modismos, mismos que transmitimos a otro grupo social, sin embargo cada grupo es completamente diferente al otro, son tan distintos como distintas son las personas ¿pero porque son diferentes si yo pertenezco a muchos grupos? Sencillo, cada grupo se origina en base a una necesidad o bien común, por ejemplo el grupo de la iglesia de jóvenes de 12 a 15 años piensa diferente al grupo de la misma iglesia en el mismo horario de jóvenes de 18 a 21 años por lo tanto no pueden ejercer las mismas actividades.

En base a estas diferencias o similitudes se va creando una proyección diferente en cada ámbito, creando así diferentes perfiles en una misma persona. Esta diferenciación ayuda a formar la imagen profesional y personal de cada individuo, sin embargo es importante aprender a separar los momentos y los ambientes en el que se fluye cada momento. Es decir que si el individuo trabaja en un lugar donde se ocupan claves numéricas para referirse a algún objeto no puede comunicarse de la misma manera en otro trabajo donde se ocupen frases para el mismo objeto.

Ya lo mencionaba una profesora en la universidad, que con respecto al grupo social en el que te encuentres es la forma en la que te vas a dirigir a ellos, nunca usando tecnicismos que se desconocen por una simple razón, se llama ser descortés, o comúnmente “mal educado” porque estás cortando la vía de comunicación con la otra persona, y creando lagunas evitando la comunicación efectiva, aun así estando dos o más personas del mismo rubro con una tercera que no tiene nada en común en relación a un tipo específico de grupo social no se puede o no se debe hablar con frases o términos que esa persona desconoce.

## **VAMOS A CREAR NUESTRA PROYECCION PERSONAL.**

Realmente no vamos a crear nada desde cero, recordemos que somos una construcción social desde la primera infancia y de ahí venimos moldeando nuestra personalidad, recordando un poco a ERICKSON en su teoría de la “adquisición de la identidad”<sup>3</sup> donde se tiene que desarrollar confianza en el medio desde el nacimiento, pero dejando un margen de desconfianza, el niño necesita desarrollar sentimientos y dependiendo el tipo de adultos que estén a su alrededor el infante adoptará una postura de confianza o desconfianza, credulidad, aprensividad, depresión, etc., que posteriormente entenderá que las personas no son perfectas, y moldeará su propia imagen.

¿Cómo debemos trabajar para decirle al mundo como nos sentimos y nos vemos?, esa proyección la vamos a realizar con base a principios morales y normas sociales, que venimos aprendiendo desde el seno familiar y escolar. Estos principios nos indican que se puede hacer o evitar en la sociedad y cuáles deben ser castigados para poder vivir todos en armonía social, las normas sociales son interpretativas no exactas aunque en cuestiones religiosas sí, pero generalmente es la misma sociedad quien aplaude o rechaza las conductas de los individuos.

Ahora bien necesitamos crear un perfil imaginario en base a nuestra realidad, ese perfil imaginario es a donde queremos llegar. Una proyección personal habla de una persona que demuestra ciertos atributos, seguridad, y qué quiere de él en su futuro, a qué aspira o cuáles son sus metas en la vida, no todas las personas son capaces de proyectar algo, algunas personas (recordemos que somos 90%visuales) con el simple hecho de percibir las nos causan estrés o apatía, algunas otras no esperan nada de la vida solo morir, otras por el contrario viven sin principios morales y van afectando al resto de los individuos son personas desagradables al ojo de quien lo critica.

Muy de la mano si no es que a la par, se crea la proyección profesional. Esta es un poco más difícil de moldear, ya que se tiene una idea herrada de códigos de vestimenta con el nivel socioeconómico de las personas.

El dinero no da clase ni porte, esos aspectos se trabajan diario sin importar pertenecer a la clase trabajadora.

Existen ciertas universidades y/o carreras universitarias que te dan códigos de vestimentas desde que vestir, que comer, que tipo de música escuchar y donde o cuando hablar de forma

---

<sup>3</sup> [\(Microsoft PowerPoint - 13 - Teor\355a psicosocial de Erikson\) \(udec.cl\)](#)

coloquial. Yo considero que esas clases deberían darlas desde los primeros años académicos para no errar en el futuro.

Para una buena proyección profesional hay que tomar en cuenta zapatos, accesorios, peinados, uñas, barba, maquillaje ropa según sea el lugar al que se acude.

Evitar estar todo el tiempo en ropa "cómoda" pues todos tenemos una etiqueta de identificación imaginaria con el resto del mundo.

Por ahí dicen que una imagen dice más que mil palabras, cuando estamos en el mundo laboral debemos cuidar mucho la apariencia física, mezclar colores, peinados, posturas porque vendemos una imagen a nuestros clientes y socios, antes de entablar un dialogo estamos vendiendo una imagen independientemente del oficio que se desempeñe, una persona pulcra habla muy bien de sí mismo. Y es un plus el cuidar el lenguaje con el que se expresa, regulando el volumen de la voz, evitar hablar con modismos o palabras vulgares, cuidar mucho el espacio físico de los demás, cuidar de una higiene adecuada, cepillado de dientes, ropa limpia, evitar los perfumes de fragancia fuerte, y un aspecto muy importante a cuidar es como nos referimos a otras personas es decir, respetar siempre sus títulos o logros académicos. Aspectos muy básicos, fáciles y económicos que nos ayudaran a mantener una mejor postura ante nuestro rubro o giro laboral.

## BIBLIOGRAFIA

ANTOLOGIA PROPORCIONADA POR LA INSTITUCION.

<https://www.psiconetwork.com/el-constructivismo-social-una-teoria-sobre-el-aprendizaje-y-la-construccion-del-conocimiento>

<https://psicologiaymente.com/desarrollo/pensamiento-visual>

[https://catedraunescodh.umam.mx/catedra/mujeres\\_original/menu\\_superior/doc\\_basicos/5\\_bibliotecas\\_virtual/3\\_d\\_h\\_mujeres/12.pdf](https://catedraunescodh.umam.mx/catedra/mujeres_original/menu_superior/doc_basicos/5_bibliotecas_virtual/3_d_h_mujeres/12.pdf)

<https://www2.udec.cl/~cristhianperez/uss20061ciclo1/13.pdf>