



Nombre del alumno: Yazmin Guadalupe Aguilar Aguilar.

Nombre del tema: Ensayo "Proyección profesional y personal".

Nombre de la materia: Proyección profesional.

Nombre del profesor: Yaneth Fabiola Solórzano Penagos.

Nombre de la licenciatura: Licenciatura en enfermería.

Cuatrimestre: 8.




Comitán de Domínguez, Chiapas a 28 de enero de 2025.

Introducción:

La proyección personal es importante, para impactar en la proyección profesional. Como personas tenemos distintas capacidades o habilidades, para realizar distintas tareas al día o en el trabajo. Todo comienza desde la educación en casa, desde pequeños nos enseñan a ser educados, con valores, amables, sociables, etc. Al igual que en la escuela nos capacitan para tener conocimientos y ya en la universidad, nos centramos en una sola área (de acuerdo a la carrera que elijamos).

Debemos tener un autoconcepto para reconocer nuestras habilidades y capacidades tanto como persona y como profesionista. Para ello hay factores que influyen, principalmente la autoestima, es importante porque si tenemos el autoestima alto, nos ayuda a tener más habilidades para involucrarnos con personas o al mundo laboral.

Otros factores son:

-  Factores cognitivos.
-  Factores afectivos.
-  Factores de comportamiento.

Como líder de un equipo es importante desarrollar el autoestima de sus trabajadores, ya que será de gran valor para que tengan un mejor desempeño laboral y personal. Es indispensable que todo ser humano este satisfecho con su trabajo y que se sienta en un clima calido, y que reconozcan sus logros.

Para podernos desarrollar es importante satisfacer las necesidades que tienen todos los seres humanos.

Proyección profesional y personal.

Conocimiento de sí mismo.

- ✚ Principalmente el autoconcepto: Burns nos dice que el autoconcepto es la “conceptualización de la propia persona hecha por el individuo, adornado de connotaciones emocionales y evaluativas poderosas, puesto que las creencias subjetivas y el conocimiento fáctico que el individuo se atribuye son enormemente personales, intensos y centrales, en grados variables a su identidad única”.
- ✚ Autoestima: es la aceptación de debilidades, errores y fracasos. Pero también de nuestros logros, habilidades, talentos, etc.
- ✚ Afecto (a sí mismo): tener una actitud positiva, ser comprensiva y cariñosa.
- ✚ Atención: cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales. No exponerse a peligros.

Esquema de 3 fases, para desarrollar nuestra autoestima.

*Afirmación recibida: es recibir el aprecio de las personas con palabras o afecto, el hecho que te digan lo bueno que ven en ti.

*Afirmación propia: pensar positivamente, pensar en los beneficios o consecuencias de realizar una actividad, defender nuestros derechos sin lastimar a nadie, expresar nuestros sentimientos y opiniones de forma clara, etc.

*Afirmación compartida: ofreciendo nuestro cariño, atención a los demás. Al igual platicar sobre sus méritos y hacer críticas constructivas, así se fortalece nuestra autoestima también.

Dimensiones de la autoestima:

*Dimensión física: referida al hecho de sentirse atractivo físicamente.

*Dimensión afectiva: se refiere al sentimiento de ser aceptado y querido por los demás y al conocimiento y aceptación de las características, tanto positivas como negativas, de su personalidad.

*Dimensión social: sentirse aceptado e integrado en un grupo social o familia, que tienen cosas en común.

*Dimensión académica: capacidad para enfrentar las exigencias del estudio, de acuerdo a sus habilidades e inteligencia.

*Dimensión ética: se refiere a sentirse una persona buena y confiable, segura de su integridad personal y capaz de cuestionar y cambiar críticamente sus ideas, comportamientos e incluso sus principios, si es necesario, sin dañar su identidad.

*Asertividad: expresar nuestras necesidades, creencias, sentimientos y pensamientos de manera clara, directa, firme, sin herir a otros.

Características de persona con alta autoestima:

Independiente, responsable, paciente, creativa, alegre, asume retos, tendencia al liderazgo y orgullosa de sus logros.

Características de una persona con bajo autoestima:

Apática, temerosa, inseguridad, desconfianza de sí mismo, impaciente, débil ante la frustración y tiene complejo de inferioridad o superioridad.

¿Cómo desarrollar la autoestima de sus colaboradores?

- Ser claro al describir las expectativas que se espera del trabajador.
- Reconocer sus logros.
- Generar un clima cálido, participativo y favorable para el trabajo.
- Generar confianza a los trabajadores.
- Evitar comparaciones, discriminación por origen o el físico.
- No tener un lenguaje discriminatorio.

Factores que influyen.

*Factores cognitivos: el concepto que se tiene de sí mismo.

*Factores afectivos: sentimientos involucrados, influye e estado de ánimo que presentamos día con día.

*Factores de comportamiento: iniciar y mantener conversaciones, hablar en público, hacer cumplidos, expresiones de opiniones personales, expresión de desagrado, admitir ignorancia, petición de cambios en la conducta del otro, afrontar críticas, etc.

Necesidades de satisfacción del ser humano:

*Básicas: para la supervivencia (comer, beber, dormir, cubrirse del frío o el calor o tener un techo).

*Seguridad: trabajo (indispensable para sobrevivir), seguridad en el entorno (llegar con bien a casa).

*Social: buscar pertenecer a un grupo y así ganar simpatía o admiración.

*De prestigio: nace una necesidad de ser líder, imponer nuestras ideas a los demás y generar admiración.

*Autorrealización: el deseo de superación de las propias habilidades.

*Retos: enfrentar los retos con valentía, teniendo en cuenta que se puede perder o ganar.

*Metas: establecer las metas, mejora el desempeño. Pueden ser de corto plazo (1 semana-1 mes), mediano plazo (1 mes-1 año) y de largo plazo (de 2-5 años).

Valores que debemos cuidar y perfeccionar:

Cortesía, buena educación, dominio de sí mismo, serenidad, comprensión, discreción, sencillez, concisión, optimismo, puntualidad, amabilidad y cordialidad.

Perfil profesional:

Es aquello que nos caracteriza como profesionista de acuerdo a nuestras habilidades, para abarcar y solucionar los problemas o necesidades sociales. Es el conjunto de conocimientos, habilidades y actitudes que delimitan el ejercicio profesional.

Los componentes mínimos que debe contener el perfil del egresado son:

1. La especificación de las áreas generales de conocimiento en las cuales deberá adquirir dominio el profesional.
2. La descripción de las tareas, actividades, acciones, etc., que deberá realizar en dichas áreas.
3. La delimitación de valores y actitudes adquiridas necesarias para su buen desempeño como profesional.
4. El listado de las destrezas que tiene que desarrollar.

Es importante destacar también que, 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.

En las sociedades actuales se han multiplicado los problemas de identidad profesional. La aceleración de los cambios científicos y tecnológicos está provocando desempleo y necesidad de recalificación; y esto está dando lugar a desajustes de la identidad profesional que obligan a reflexionar en torno a la formación.

3 clases de modelo de desarrollo profesional:

1. Modelos de ciclo de vida. Indican que los trabajadores hacen frente a tareas de desarrollo en el transcurso de su profesión; pasan por distintas etapas personales o profesionales (Blake, 1997).
2. 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. Cada etapa supone cambios en las actividades y en las relaciones con compañeros y jefes (Pineda, 1995).
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 (Driver, 1992). Por ejemplo, algunos trabajadores planifican permanecer en un determinado puesto o empleo durante toda su vida y no entra en sus planes cambiar de trabajo; tiene un concepto lineal de sus profesiones.

Sistemas de desarrollo profesional.

Es el proceso de mejorar las habilidades y conocimientos de un individuo para avanzar en su carrera. Puede incluir:

- ✓ Asistir a clases y talleres.

- ✓ Participar en conferencias profesionales.
- ✓ Obtener certificados.
- ✓ Programas de mentoría.
- ✓ Sesiones de capacitación.

Conclusión:

Los puntos más importantes para el desarrollo personal, son valores y la moral, ellos nos definen como persona (buena o mala). La autoestima juega un papel muy importante en nuestra vida, el tener el autoestima alto hará que no tengamos tanto miedo al fracaso y sentirnos seguros de enfrentar nuestras metas. Tener la inteligencia emocional de enfrentar los problemas que se presenten.

Seguidamente el terminar una carrera universitaria da prestigio como persona, los conocimientos aprendidos son los que se aplican y llevan a cabo en el mundo laboral. El profesionista con las mejores habilidades, le abrirán más puertas laborales y de desarrollo, pero para eso es indispensable el seguirse preparando, por ejemplo: el tomar cursos, talleres, maestrías, etc. Ser constantes en seguirse preparando para alcanzar los objetivos.

Bibliografía:

UDS. 2025. Antología de Proyección profesional. PDF.