



## Ensayo

*Nombre del Alumno: Fabiola Martínez Gamboa.*

*Nombre del tema: Proyección personal y profesional.*

*Nombre de la materia: Proyección profesional.*

*Nombre del profesor: Yaneth Fabiola Solórzano Penagos.*

*Nombre de la Licenciatura: Licenciatura en Enfermería General.*

*Cuatrimestre: 8° "B"*

*Lugar y Fecha de elaboración: Comitán de Domínguez Chiapas a 18 de marzo del 2025*

## INTRODUCCIÓN

A continuación hablaremos temas sobre la proyección personal , tanto como profesional que practicamos todos los días, en lo personal sería la manera en la que proyectamos en nuestra vida cotidiana con amigos, familiares, o en lugares públicos, cuando hablamos en lo profesional es la manera en la que nos hacemos notar en nuestro campo laboral la manera que los demás tienen un concepto de nosotros a base en la manera que nos comportamos y nos dirigimos a ellos, la primera impresión siempre suele ser con la que las personas se quedan de nosotros por eso es muy importante siempre ser educados, gentiles con los demás , más si hablamos si nos encontramos dentro de nuestro campo laboral, también hablamos sobre el concepto que tenemos de nosotros mismos y de los problemas que se relacionan a tener una imagen de nosotros mismos ya que hay ocasiones en las que no estamos ajusto y podemos desarrollar problemas con nuestra autoestima o nuestro comportamiento.

El conocimiento de sí mismo, es la manera de un autoconcepto que tenemos de nuestra persona en lo que entra nuestras habilidades, aspiraciones, límites, las cosas que nos motivan para lograr o hacer ciertas cosas así también nuestros temores, así también nosotros conocemos a profundidad nuestras emociones que más dominan en nuestra persona, defectos, y como nuestra fortaleza para los problemas que llegamos a enfrentar en nuestra vida diaria más a la edad en la que nos encontramos. El análisis de los factores relacionados con el autoconcepto, Bruns describe el autoconcepto como la “conceptualización de la propia persona hecha por el individuo adornado de connotaciones emocionales y evaluativas poderosas, el autoconcepto es una de las partes de nuestra persona en la cual nos describimos pero va de la mano con llenas de inseguridades ya que a veces tenemos estándares sociales, es decir siempre queremos vernos bien y no lograr a sentir satisfacción se convierte en un factor muy común, el autoconcepto tiene diferentes etapas como es nuestra infancia en esta etapa tenemos el aprendizaje de nuestros padres del autoconcepto que nos hace diferenciarnos de los demás, en la niñez temprana aprendemos a sentirnos orgullosos de nuestros logros, preescolar se siente orgulloso al dominar acontecimientos estresantes, en la primaria integra las competencias y las opiniones ajenas y propias, y por último en la adolescencia el autoconcepto cambia conforme se construye una nueva imagen corporal y desarrolla el pensamiento abstracto y piensa en el pasado. La autoestima es la valoración que tenemos como persona de sí misma, es decir la opinión de nuestro autoconcepto, se basa en la evaluación de nuestros pensamientos, sentimientos y experiencias, la autoestima en ocasiones puede ser positiva o negativa, la autoestima es una de las cosas importantes tenerlas muy en cuenta ya que nos brinda seguridad ante los demás y con nosotros mismos y nos ayuda a crear una mejor imagen. Los factores cognitivos se refieren a las características de la persona que permiten recibir, procesar e interpretar información, a base de las experiencias que se han tenido a lo largo de la vida, de las creencias que se obtienen con la experiencia sobre las capacidades, cualidades, valores y límites que contribuyen al conocimiento propio. Existen distorsiones cognitivas que deterioran la percepción de uno mismo como son: la hipergeneralización, designación global, pensamiento polarizado, autoacusación, personalización y lectura del pensamiento, todas estas tienen su lado positivo o bueno esto va a depender de cómo lo tomemos o lo pongamos en práctica en nuestro día a día. A diferencia de los factores afectivos es como la manera en la que evaluamos nuestras propias habilidades, aptitudes, destrezas y virtudes, es básicamente lo que nos define como persona, de esta manera es notable las emociones y los afectos que se encuentran involucrados en la concepción de uno mismo. El afecto es un tono emocional que va acompañado por expresiones corporales que los demás se les es fácil notar y las emociones son aspectos que pueden limitar o impulsar una acción positiva o negativamente. Los factores de comportamiento es la forma en que se ve reflejada nuestra conducta es decir llevar a cabo lo que sentimos o pensamos muchas veces nuestro comportamiento puede ser la manera en que los demás tendrán un concepto de nosotros ya que es una manera de expresar nuestra manera de ser realmente, en ocasiones nuestro comportamiento puede llegar a afectar nuestra persona ya que podemos cometer un error que nos puede dejar en mal con las demás personas y crear una imagen que no es o por lo contrario muchos de nosotros aparentamos un comportamiento que realmente no es solo para quedar bien con ciertas personas esto se da muchísimo en las escuelas o en la parte laboral. La motivación es algo que como seres humanos necesitamos para así cumplir con las metas que tenemos en mente o realizar alguna tarea, la motivación es una amplia serie de impulsos, deseos, necesidades, anhelos y fuerzas similares, la motivación la podemos obtener ya sea

por uno mismo o la mayoría de veces la tenemos por parte de las personas que conforman parte nuestra vida, la motivación para mí es muy importante ya que a veces dudamos de nuestra capacidad para lograr ciertas cosas, el apoyo como es la motivación nos puede llevar a desarrollar más nuestras capacidades y dejar de dudar de ellas. La necesidad de la satisfacción del ser humano es algo esencial ya que con esa parte en nuestra vida podemos llevar acabo el cumplimiento de sueños o metas, nos da valor para enfrentar cada situación que se llegue a presentar en nuestra vida, las necesidades son universales sin importar la raza, posición social ni la nacionalidad lo importante es cumplir con cada uno de las cosas que necesitamos, las necesidades pueden ser; fisiológicas, la seguridad personal, de prestigio, de autorrealización, retos, metas o deseos, cada una de las necesidades mencionadas son las que se llegan a presentar en nuestra vida cotidiana o profesional la satisfacción de realizar algo que nos permite tener más seguridad de nosotros mismos. Los valores personales a cuidar y perfeccionar en nuestra persona son: la cortesía y la buena educación, esta son el reflejo de calidad de nuestra vida ser amable y educados siempre serán hábitos que debemos de tener en cuenta, el dominio de uno mismo influye en el modo de exteriorizar nuestros sentimientos es decir, tener el control de la hora en la que expresamos si olvidar que tienen que ser de una manera adecuada, elegante y lo más posiblemente educada, la serenidad es la imagen de paz mental y espiritual así como tener un equilibrio de la persona, más en situaciones de crisis para así encontrar una mejor solución de los problemas que se están presentando en el momento, saber escuchar es una de las cosas que más debemos de poner en cuenta ya que es una de las partes donde más debemos de demostrar nuestra educación al prestar atención cuando una persona nos está expresando por lo que está pasando o contando algo que para ella es importante, hay que ponernos en el lugar del otro si nosotros estuviéramos hablando no nos gustaría que nos ignoraran, la comprensión es ponerse en el lugar del otro saber que como seres humanos no podemos ser perfectos y estamos venerables a cometer errores y no por eso debemos de sentirnos superiores a los demás o que nos da el derecho de criticar, la discreción, es algo que se tienen que tener por educación a la otra persona y en lo profesional es parte de la ética que debemos de tener en cuenta y ponerlo a práctica. El perfil profesional es definido como las habilidades, experiencias y objetivos de cada persona esto va a depender de la carrera para la cual se ha preparado, tener un perfil social es una manera en la cada uno de nosotros desempeñamos nuestras capacidades y nuestra pasión por lo que elegimos prepararnos para ponerlo en práctica y compartirlo con los demás, una identidad profesional de asocia al hecho de tener las experiencias, formas de entender y saber de los conocimientos técnicos comunes, para percibir los problemas y sus posibles soluciones de cada circunstancia, la identidad es algo que se va produciendo ante la socialización ocupacional y profesional a través de la trayectoria educativa compartida de la formación profesional y las experiencias vocacionales y sobre todo en el desarrollo social ya que es ahí donde podemos en práctica nuestras habilidades como profesionales, el desarrollo profesional es el proceso en el cual las personas progresan a través de una serie de etapas caracterizadas por distintas tareas de desarrollo, actividades y relaciones, el desarrollo como profesionales es algo que se va dando con el tiempo y que nos puede favorecer con el paso del tiempo ya que nos podemos posicionar en una buena reseña de nosotros y tener más oportunidades en la vida, cada persona con una carrera profesional tenemos la oportunidad de ser mejor cada día pero para lograr eso hay que tener amor y pasión por lo que hacemos es por eso todos debemos tener el libre derecho de elegir nuestra vocación.

## CONCLUSIÓN

Para concluir los temas ya mencionados anteriormente son temas de suma importancia para nuestra persona y nuestro perfil profesional, en lo personal uno de los temas que más me interesó fueron los factores que se llegan a presentar en nuestras vidas y cómo puede cambiar la imagen de nuestra persona, la presentación deja mucho que decir tener una concepto bueno nos favorece mucho en el ámbito laboral, la enfermería es buena carrera muy bonita que tiene que ser muy humanista la cual debemos demostrar una imagen de seguridad y confianza, para tener un ámbito laboral y enfermero-paciente adecuado, también tener un autoconcepto de nosotros mismos es importante ya que tener un perfil positivo nos permite cumplir y realizar nuestras metas y todo lo queremos hacer. También el autoestima va a depender mucho del concepto que tenemos de nosotros mismos ya que a nuestra edad suele ser un factor que nos lleve a tener baja autoestima ya que muchas veces se ve afectada por qué a veces no tenemos satisfacción con lo que somos o como nos miramos, a veces mientras crecemos nos empieza a interesar los estándares sociales o las opiniones de las demás personas, tener en cuenta cada uno de los puntos mencionados anteriormente en nuestra vida nos puede ayudar a ser mejores personas y profesionales.

## BIBLIOGRAFÍA

 [3c8769b8d8514fe41b72f9b8a73ca00b-LC-LEN805 PROYECCION PROFESIONAL.pdf](#)