



UDS

Mi Universidad

ENSAYO

Nombre del Alumno: Dulce María Alvarez López.

Nombre del tema: Proyección personal y profesional.

Parcial: 1°

Nombre de la Materia: Proyección profesional.

Nombre del profesor: Yaneth Fabiola Solorzano Penagos.

Nombre de la Licenciatura: Enfermería.

Cuatrimestre: 8vo Grupo: "B"

Comitán, Chiapas 12/03/2025

Introducción.

En la actualidad, donde la competencia y lo complejo de las cosas o de las situaciones son cada vez más altas, la proyección personal y profesional se ha convertido en un elemento clave y en una meta por alcanzar y lograr el éxito y la realización en nuestra vida laboral y personal. La forma en que nos presentemos nosotros mismos y nuestras habilidades puede marcar la diferencia entre alcanzar nuestros objetivos y propósitos deseados y no quedarnos en una zona de confort o en un estado de pasividad estancados en nuestra carrera profesional.

La proyección personal y profesional no solo se trata de cómo nos vemos nosotros mismos, sino como nos ven o perciben los demás, en el entorno que como profesionales nos moveremos. Es la imagen que vamos a proyectar hacia el exterior, esto puede influir en nuestra confianza, nuestra credibilidad y nuestras oportunidades de crecimiento y desarrollo.

Es fundamental detenernos, analizarnos y reflexionar sobre nuestra proyección personal y profesional, identificar nuestras habilidades, fortalezas y nuestras debilidades, en que no estoy seguro o en que tengo miedo de hacerlo mal, y desarrollar estrategias de superación para mejorar nuestra imagen y alcanzar nuestros objetivos. En este ensayo exploraremos la importancia de la proyección personal y profesional y proporcionaremos herramientas y consejos prácticos para alcanzar el éxito en nuestra vida personal y laboral.

CONOCIMIENTO DE SI MISMO

El conocimiento de sí mismo es como soy física, emocional y psicológicamente, que tanto me acepto como soy, es decir me acepto tal y como soy sin juzgarme mucho menos sentir molestia por mis defectos.

El autoconcepto es la imagen o la representación de uno mismo proceso de percibir nuestras propias características y reacciones. (Penagos, 2025). Es como soy en mi persona, como me califico y como me describo y sobre todo que pienso de mí mismo. Conocerme a mismo es como me siento emocional, psicológicamente y físicamente que tanto me quiero, me cuido y confié en mí, que quiero de mí misma. Al hacer un análisis con los factores relacionado con el autoconcepto. “una colección organizada de sentimiento de sí mismo (Barrios Zepeda, 2005). Según Barrios Zepeda el autoconcepto es lo que siento, engloba emociones, pensamientos valores y las creencias, como qué creo de mismo, de que soy capaz y hasta donde puedo llegar, creencia es cuando lo que me rodea, como lo percibo y cómo afrontarlo de acuerdo a mi edad.

La Autoestima es el amor que se tiene de uno mismo, con o sin defectos. Es pensar de sí mismo soy única, valiosa, me merezco todo el respeto del mundo y sobre todo saber que soy capaz de dar amor a los demás. Es decir que ante las cosas malas siempre me mantengo optimista y empático con los demás.

Los Factores cognitivos. Es lo que se piensa de uno mismo, basada en las experiencias vividas , creencias, habilidades, valores, capacidades y nuestros propios límites. A lo largo de nuestra vida se distorsiona y deteriora ese concepto y en muchas ocasiones son de cuidado porque afecta a la persona de manera considerable. Y los valores afectivos uno mismo evaluamos nuestras habilidades, aptitudes, virtudes, estas nos pueden impulsar a limitar una acción y nos afecta positiva o negativamente, para aumentar el autoconcepto hay que tener conductas asertivas (Caballo U, 1995). A lo largo de la vida nos encontramos con dificultades, todo tipo de problemas, eso no debe ser un motivo para rendirme, para no seguir con mi vida, debemos pensar de manera positiva y nunca quedarme estancada.

El Análisis de la motivación como 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/fl). Motivación “Autoestima, sentido de éxito, reto, fantasía, y diversidad. Si

la autoestima es elevada, no ayuda a estar bien, la motivación a hacer algo eso impulsa a realizar un esfuerzo, lograr o alcanzar algo en beneficio propio.

En el análisis de la jerarquía de las necesidades de satisfacción del ser humano. Según la teoría de Abraham Maslow; es una de las más influyentes en la psicología y motivación humana. Esta teoría propone que las necesidades humanas se organizan en una jerarquía donde las necesidades básicas deben ser satisfechas antes de que las necesidades más altas puedan ser alcanzadas.

Todos como seres humanos tenemos muchas necesidades por ejemplo la fisiológicas estas son necesarias, las de seguridad sentirme cuidada es una necesidad social, las de pertenencia y amor, rodeada de mi familia, amigos, las de autorrelación, como me realizo personalmente y con quien. De acuerdo con los valores inculcados en familia y que pondré en práctica en el medio en que me voy a desenvolver y sobre todo en esta profesión la educación es muy importante.

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. Es poner mucho de nosotros exponer, proporcionar, expresar mis ideas, es una manera de aportar para mejorar la calidad de atención.

La identidad profesional se asocia con el hecho de tener experiencias, formas de entender los conocimientos técnicos comunes, así como maneras coincidentes de percibir los problemas y sus posibles soluciones. Julia Evetts (2003:32).

El sistema de desarrollo profesional es el proceso por el que la personas toman conciencia de sus intereses, valores, fortalezas y debilidades. (Feldaman, 1998)

Es poner en práctica lo aprendido y se buscan oportunidades para crecer como profesionales cuidando los valores ya inculcados y poner todo de uno para crecer en lo laboral, y alcanzar las metas propuestas, después de un gran esfuerzo a lo largo de la preparación, del proceso para llegar a ser un profesional. Y por desarrollarnos como profesionales bien preparados para el campo laboral. Es un paso importante para nuestra autorrealización sin olvidar por qué estamos ahí.

Conclusión.

En el proceso para llegar a obtener una profesión, es donde se decide cual es o que vocación tengo, para que soy bueno, sin dejar de sentirse capaz, de realizar todo lo planeado. Siempre con la mente positiva, sin juzgarme, es decir confiar en mí, en mi capacidad como profesional. Todos los seres humanos tenemos dignidad y un profesional en ningún momento y bajo ninguna circunstancia ser apáticos con los demás. Sabemos que debe uno estar bien con uno mismo para dar lo mejor de sí. Demostrar que si podemos que nos gusta lo que hacemos. Un profesional siempre debe tener en cuenta que también es un ser humano que nadie debe dañarnos por ningún motivo, que nos merecemos respeto y este debe ser reciproco.

Expresar siempre nuestras ideas de mejora, e innovación, aportar nuevas ideas para solucionar problemas o bien para mejorar y sobre todo para que lo que aprendí en el periodo de preparación profesional sean puesta en práctica. Hoy en día es muy difícil pero depende de uno mismo para lograr lo propuesto, para alcanzar nuestras metas. Tener conocimiento de uno mismo es fundamental para el crecimiento personal y profesional. Esto es a través de la reflexión y la autoevaluación, podemos descubrir nuestras debilidades, fortalezas, nuestros valores y creencias , y nuestros objetivos y aspiraciones.

Bibliografía

- 1.-UDS Antología, Proyección Profesional, Licenciatura en Enfermería octavo semestre.
- 2.- Gordo, V. (2003) Imagología. México: Grijalbo.
- 3.-Gordo, V. (1999). El poder de la imagen. México: Edamex
- 4.-Denis L. Wilcox, Phillip H. Warren K. Agee, Glen T. Cameron (2001) Relaciones Públicas - Estrategias y Tácticas. Madrid: Pearson Educación, S.A.
- 5.- Paul Capriotti Peri. (1999) Planificación estratégica de la imagen corporativa. Barcelona: Editorial Ariel, S.A.
- 6.-Desarrollo de liderazgo, National Minority Aids Council; Enlace:
<https://targethiv.org/sites/default/files/file-upload/resources/desarrollo-de-liderazgo.pdf>