



## *ENSAYO*

Nombre del Alumno: Claribet Vázquez Herrera.

Nombre del tema: Proyección personal y profesional.

Parcial: 2°.

Nombre de la Materia: Proyección Profesional.

Nombre del profesor: Miguel Ángel Villatoro Aguilar.

Nombre de la Licenciatura: Contaduría Pública Y Finanzas.

Cuatrimestre: 8°.

## INTRODUCCION

En este tema hablaremos acerca del autoconcepto esta es la opinión que una persona tiene de sí misma, que incluye sus creencias, valores, habilidades y atributos. Es una construcción dinámica que evoluciona a lo largo de la vida.

De la motivación de logro, este es un factor que influye en el logro de metas y objetivos. Es un impulso que estimula a las personas a esforzarse para alcanzar el éxito.

De la jerarquía de necesidades de Maslow esta es una teoría psicológica que propone que las personas están motivadas por cinco tipos de necesidades. Estas necesidades se organizan en niveles, desde las más básicas hasta las más complejas.

De Los valores personales, estos son las creencias y principios que orientan la conducta de una persona. Son parte de la personalidad y el carácter de cada individuo.

De los perfiles profesionales, Un perfil profesional es una descripción concisa y estratégica de tus habilidades, experiencia y objetivos profesionales, que se utiliza en tu currículum para destacar tus puntos fuertes y captar la atención del reclutador.

De La identidad profesional este es el perfil que una persona desarrolla en torno a sus aspiraciones, habilidades, valores y preferencias laborales. Es un proceso que se construye a lo largo de la vida y que se manifiesta cuando se asume un rol profesional.

Del modelo de desarrollo profesional este es un marco que ayuda a comprender la trayectoria profesional, los objetivos y desafíos. Existen varios modelos de desarrollo profesional, cada uno con sus propias perspectivas y aplicaciones.

Y de los sistemas de desarrollo profesional, estos son marcos que ayudan a las personas a comprender su trayectoria laboral y a establecer objetivos.

# DESARROLLO

## Unidad 2.

### Proyección personal y profesional.

**El conocimiento de sí mismo**, también conocido como autoconocimiento, es la capacidad de reconocer y comprender los aspectos de nuestra personalidad, emociones, pensamientos y acciones.

El 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. Esta percepción está marcada por la influencia del medio y del prójimo (percepciones externas) y por el concepto de propio yo (percepciones internas).

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. El concepto que tenemos de nosotros mismos es determinante en todo lo que hacemos, incluido el aprendizaje

El autoconcepto es la opinión que una persona tiene de sí misma. Está influenciado por diversos factores, como la autoestima, la autoimagen, la actitud, el esquema corporal, las aptitudes y la valoración externa. Por tanto, los **Factores que influyen en el autoconcepto son**; Autoestima: El valor que una persona se atribuye a sí misma, Autoimagen: La imagen que una persona tiene de sí misma, Actitud: La tendencia a reaccionar ante una situación.

Esquema corporal: La idea que una persona tiene de su cuerpo, Aptitudes: Las capacidades que una persona posee para realizar algo adecuadamente, Valoración externa: La consideración o apreciación que hacen las demás personas sobre nosotros.

Debemos de tener claro la Importancia del autoconcepto, ya que El autoconcepto es esencial para la formación de la personalidad. Nos ayuda a entendernos a nosotros mismos y a controlar o regular nuestra conducta.

**La autoestima** personal es la valoración y percepción que una persona tiene de sí misma. Se trata de la medida en la que alguien se aprecia, respeta y acepta a sí mismo, influyendo en su autoconcepto, su confianza y su bienestar emocional.

Básicamente 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, Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos, Afecto, Atención. Cuando hablamos de autoestima, hablamos de Afirmación de ese ser humano

falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por si mismo, pero siempre reconociendo la existencia de los demás. No se trata de narcisismo, ya que la persona que verdaderamente se autoestima vive abierta, pendiente y atenta a los demás, reconociendo su existencia. La autoestima es el amor por uno mismo y por los demás. Si bien es cierto que la formación de la autoestima empieza desde que una persona nace; es perfectamente posible elevar nuestra autoestima a partir de cualquier edad. Dependerá de la voluntad y perspectiva de éxito que se tenga. A continuación, presento un fácil esquema de tres fases: Afirmación recibida, Afirmación propia y Afirmación compartida. Ahora veremos las Dimensiones de la Autoestima; Dimensión física, Dimensión afectiva, Dimensión social, Dimensión académica, Dimensión ética.

Un concepto claro en la autoestima es la Asertividad, que Es expresar nuestras necesidades, creencias, sentimientos y pensamientos de manera clara, directa, firme, sin agredir ni herir a su interlocutor y respetando los derechos de los demás, sin experimentar sentimientos negativos como cólera o ansiedad. Veamos las Principales características de una persona con ELEVADA autoestima: Independiente, con iniciativa, espontánea, Orgullosa de sus logros, Responsable, comprometida, Tolerante a las frustraciones, Entusiasta, asume retos y desafíos, Capaz de persuadir, creativa y con tendencia al liderazgo.

Ahora bien, las Principales características de una persona con BAJA autoestima: Apática, temerosa, angustiada, Tiene complejo de inferioridad o superioridad, Insegura, sin iniciativa, Débil frente a la frustración, se derrumba fácilmente, Tendiente a vivir de la opinión ajena, Desconfía de sí mismo y de los demás.

¿Cómo desarrollar la autoestima de sus colaboradores? Ser claro al describir las expectativas que se espera satisfaga el trabajador o miembro de la empresa, Ser sincero y claro al reconocer lo que hacen bien los trabajadores, Generar un clima institucional cálido, participativo y favorable para el trabajo, en base a una elevada dosis de compromiso con la empresa, Mostrar confianza en los trabajadores, Propiciar sentimientos de satisfacción respecto a su nombre, familia, lugar de nacimiento, cultura, y otros, Erradicar toda forma de trato discriminatorio, Tener cuidado de no utilizar un lenguaje peyorativo o discriminatorio.

**Los 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, cualidades, capacidades, valores y límites tienen un peso fundamental y contribuyen al propio conocimiento. 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.

**Los Factores afectivos**, se refieren a qué tan bien o mal evalúas tus propias habilidades, aptitudes, destrezas y virtudes, es decir, lo que te define como persona. Además, es justo anotar que las emociones y los afectos están involucrados en la concepción de uno mismo. Definiremos el Afecto: Cada una de las pasiones del ánimo, como la ira, el amor, el odio, etc., y especialmente el amor o el cariño.

**Los 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. Lo anterior parece obvio, sin embargo, no lo es, pues los humanos tienden a la incongruencia, es algo que sólo quienes se tienen en alta valía, se sienten capaz de realizar.

El ser humano aumenta su autoconcepto con la ejecución de acciones, para ello ha tenido que aprender ciertas habilidades y aptitudes que le permitan afrontar retos de manera efectiva, a continuación, se enlistan algunos de los comportamientos observados en las personas que muestran una alta autoestima.

**La motivación** es un término genérico que se aplica a una amplia serie de impulsos, deseos, necesidades, anhelos y fuerzas similares. La motivación de logro es un factor que influye en el logro de metas y objetivos. Es un impulso que estimula a las personas a esforzarse para alcanzar el éxito. Algunas Características de la motivación de logro son: Es una fuerza interior que impulsa a las personas a aprovechar sus potencialidades, Está presente en todos los seres humanos desde pequeños, Puede aumentar o estancarse a medida que crecemos, Se relaciona con el miedo al fracaso y las metas de dominio, En el ámbito laboral, lleva a algunas personas a ser personas de alto rendimiento.

Factores que influyen en la motivación de logro El ambiente social y económico, Las barreras comunicativas, El apoyo y acompañamiento de la familia.

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. Lo interesante es que la prioridad de unas necesidades u otras depende de

ciertas condiciones, en especial de la satisfacción del nivel anterior, según el autor más reconocido y mencionado en los textos (Abraham Maslow), a continuación encontrarás con más detalle a qué se refieren los diferentes niveles:

Básicas. Necesidades fisiológicas.

Seguridad: Éstas son las necesidades que se refieren a la seguridad personal, Sociales: Las necesidades sociales son las de asociación o aceptación, De Prestigio: produce satisfacciones como poder, prestigio, categoría y seguridad en uno mismo, De autorrealización: este es el nivel más alto que los seres humanos podemos alcanzar en la satisfacción de las necesidades, y supone que todas las anteriores ya han sido cubiertas, por lo que puede pensarse en el deseo de superación de las propias capacidades, Retos, Metas.

**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. También existen otros valores que nos ayudan a consolidar nuestra imagen: Sencillez, Concisión, Optimismo, Puntualidad, Amabilidad y cordialidad.

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). 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. El modo en que lo definimos en este trabajo tiene sus antecedentes en el uso que se ha dado en educación y en psicología organizacional.

**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 identidad común es producida y reproducida mediante la socialización ocupacional y profesional a través de trayectorias educativas compartidas y coincidentes, de la formación profesional y las experiencias vocacionales, y de la pertenencia a asociaciones profesionales (locales, regionales, nacionales e internacionales) y sociedades en las que aquellos que ejercen una misma profesión

desarrollan y mantienen una misma cultura de trabajo.

**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. A continuación se presentan tres clases de modelos:

1. Modelos de ciclo de vida.
2. Modelos basados en la organización.
3. Modelo del patrón de dirección.

**Los sistemas de desarrollo profesional** son marcos que ayudan a las personas a comprender su trayectoria laboral y a establecer objetivos. El sistema de Servicio Profesional de Carrera es una política pública para la profesionalización de los servidores públicos, fomenta la eficiencia y eficacia de la gestión pública, lo que se traduce en una mejora en los servicios que se ofrecen a la ciudadanía.

## CONCLUSION.

En conclusión, la autoestima se fomenta básicamente por medio de dos fuentes que están profundamente ligadas entre sí: a) la autopercepción, que proviene de las observaciones y evaluaciones que se hace uno mismo, y b) de la percepción de la imagen que los demás tienen de nosotros, todo esto, sin duda, condicionado por el contexto social en el que se desenvuelve la persona.

La autoeficacia está asociada a varios tipos de problemas psicológicos y emocionales, como los miedos irracionales a ciertas situaciones u objetos (p. ej. Hablar en público, a las arañas, a las alturas, etc.), depresión, abuso de sustancias (alcohol, drogas, entre otras); ansiedad a las relaciones interpersonales, estrés, etcétera.

La formación inicial (licenciatura) ya no representa necesariamente una etapa final, sino apenas la entrada al mundo laboral y a una formación permanente. Por ello, los principios de la ética profesional de nivel general son tan importantes, porque puede haber cambios significativos en la trayectoria profesional de los individuos.

## CITAS Y REFERENCIAS

<https://calsdpc.sep.gob.mx/#:~:text=INICIO&text=El%20Sistema%20de%20Desarrollo%20Profesional,desempe%C3%B1o%20formaci%C3%B3n%20acad%C3%A9mica%20y%20antig%C3%BCedad.>

<https://asana.com/es/resources/professional-development-plan#:~:text=establecer%20objetivos%20medibles-.Resumen,ayudar%C3%A1n%20a%20alcanzar%20tus%20metas.>

[https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0185-26982013000200005#:~:text=...la%20identidad%20profesional%20se,problemas%20y%20sus%20posibles%20soluciones.](https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0185-26982013000200005#:~:text=...la%20identidad%20profesional%20se,problemas%20y%20sus%20posibles%20soluciones.)

[https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2.\\_perfil\\_profesional.pdf](https://www.argentina.gob.ar/sites/default/files/2._perfil_profesional.pdf)

<https://ayudaenaccion.org/blog/educacion/valores-humanos-mas-importantes/#:~:text=Valores%20personales.,de%20nuestro%20car%C3%A1cter%20y%20personalidad.>

<https://roashunter.com/piramide-de-maslow-la-jerarquia-de-las-necesidades-humanas/#:~:text=La%20necesidad%20m%C3%A1s%20b%C3%A1sica%20en,la%20estima%20de%20los%20dem%C3%A1s.>

<https://www.edenred.es/blog/que-es-la-motivacion-de-logro/>

<https://es.wikipedia.org/wiki/Autoconcepto>