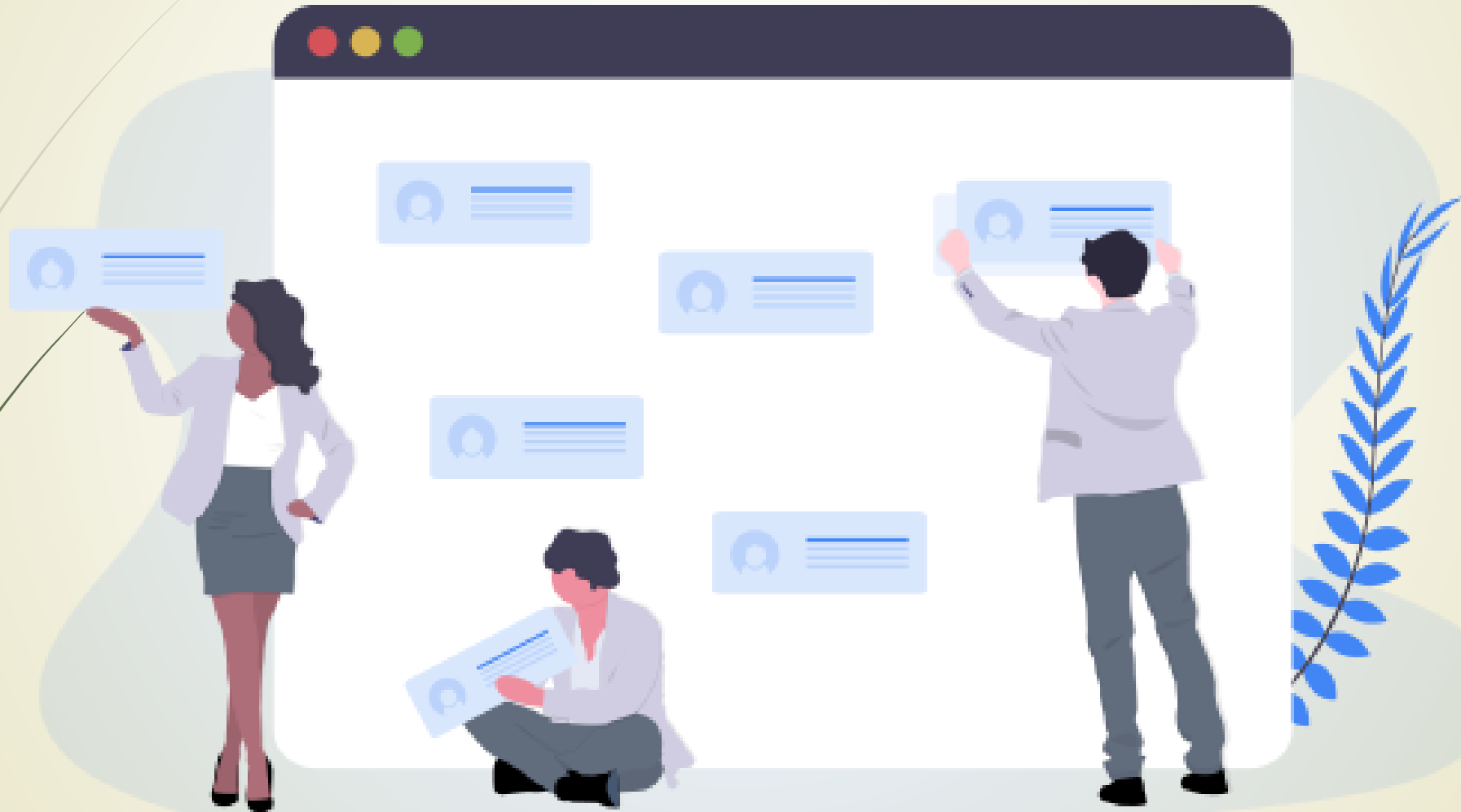


PROYECCIÓN PROFESIONAL



PSIC. YESICA DARIANA SÁNCHEZ SÁNCHEZ

Unidad I

Componentes de la imagen.



¿QUÉ ES PROFESIÓN?

Actividad permanente, ejercida mediante el dominio de un saber especializado que sirve de medio de vida, pero además determina el ingreso a un grupo social determinado.

Es decir se refiere al empleo o trabajo que alguien ejerce y por el que recibe una retribución económica.



¿QUÉ ES PROFESIONALISMO?

Persona que ejerce su profesión brindando bienes y servicios con disciplina y compromiso, garantizando el resultado con calidad de excelencia.

Otorgar las capacidades, conocimiento y habilidades necesarias para dicha actividad específica

¿QUÉ ES PROYECCIÓN PROFESIONAL?

Lo que yo muestro trabajando, como soy y como me siento en mi trabajo, es decir; la imagen o impresión que muestra una persona sobre sí misma en el ejercicio de su profesión

Objetivos de la proyección profesional

1. Equilibrio entre la integridad personal con lo profesional
2. Higiene y salud
3. Mayor competitividad globalizada
4. Crecimiento profesional
5. Seguridad personal y profesional

Imagen



¿QUÉ ES PROYECCIÓN PROFESIONAL?

Lo que yo muestro trabajando, como soy y como me siento en mi trabajo, es decir; la imagen o impresión que muestra una persona sobre sí misma en el ejercicio de su profesión

Objetivos de la proyección profesional

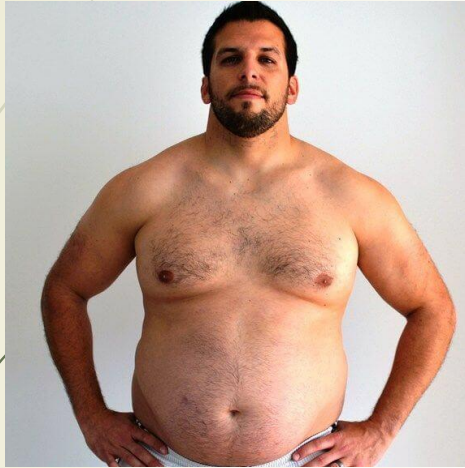
1. Equilibrio entre la integridad personal con lo profesional
2. Higiene y salud
3. Mayor competitividad globalizada
4. Crecimiento profesional
5. Seguridad personal y profesional

Imagen



Tipos de cuerpo

ENDOMORFO (gordo)



Por lo general, cargan su peso en la parte inferior del abdomen, las caderas y los muslos en lugar de distribuirse uniformemente en todo el cuerpo. Este patrón de distribución de la grasa hace que sea un poco más difícil perder peso.

MESOMORFO (medio)



Los mesomorfos no tienen que preocuparse demasiado por lo que comen y pueden ganar masa muscular y perder peso con bastante rapidez con relativa facilidad, pueden considerarse sanos con una buena alimentación.

Ectomorfo (flaco)



Es uno de los tres somatotipos que se caracteriza por la delgadez y por la dificultad para aumentar el volumen de la masa corporal. El metabolismo es más acelerado.

EJEMPLOS DEL COMPONENTE FISICO

Estatura

Baja

Mediana

Alta



Tez

Morena

Clara

Oscura



Peso

Delgado

Normal

Medio



¿QUÉ ES IMAGEN PERSONAL?

La imagen personal es un estilo de ser, una forma de actuar y que cada persona tiene la suya.

Representación de la personalidad a través de la forma de vestir, hablar, caminar, saludar, hablar, postura y gestos.

La regla de oro para transmitir una buena imagen es que estemos a gusto y seguro de sí mismo, que contribuye y mejore el desarrollo personal.



Es importante cuidar la imagen personal: porque sin pronunciar ninguna palabra, podemos transmitir información e imprimir una imagen en la mente de la persona con la que interactuamos. Hay que tomar en cuenta lo siguiente y tener coherencia.

LO QUE SE DICE

EL COMPORTAMIENTO

El aspecto

La percepción

Se refiere a la forma en que una persona trata de entender el mundo en que viven, es la forma en que una persona se forma juicios y hace conclusiones sobre las características y los motivos de los demás.



Imagen pública

La imagen producirá un juicio de valor en quien la concibe, por lo que su opinión se convertirá en su realidad. Es la opinión que los otros tienen de nosotros como consecuencia de los estímulos que yo les envío como el vestuario.

Buena imagen

La forma de vestir es una de las piezas que conforman la carta de presentación de los profesionales y una de las más determinantes a la hora de triunfar en una compañía. Sin embargo, hasta el vestuario más exclusivo no tiene sentido si la actitud de quien lo porta no proyecta liderazgo y personalidad

La seguridad y confianza que proyecte un profesional, deberá venir respaldada por sus logros académicos, no por la marca o el color de ropa que esté usando. “Si no se demuestran los conocimientos técnicos básicos o su experiencia, de nada sirve vestir un traje de alta costura.



BUENA IMAGEN

Es el cuidado, atención y tiempo invertido a la apariencia física, vestimenta, el lenguaje oral y escrito, en el que generalmente produce satisfacción y bienestar.



T *Cada persona sabe qué es una buena imagen para si mismo, eso no implica mayores gastos o una inversión fútil de tiempo.*



Es recomendable el cuidado a nuestra imagen personal, atención y tiempo invertido a la experiencia física, vestimenta, el lenguaje oral, escrito y generalmente producir esa satisfacción y bienestar.

INDICADORES DE BUENA IMAGEN

1. El pensamiento antes de la oralidad
2. Cuidado al momento de escribir
3. Limpieza y decoro en la vestimenta
4. Uso de saludos y frases de cortes, de respeto y amabilidad
5. Baño regular



¿A QUIÉN DE LOS 5 LES DARÍAMOS TRABAJO Y POR QUÉ?



ESTEREOTIPOS

“A una mujer delgada le queda todo; pero si tienen mucha espalda, resaltar la parte baja del cuerpo; lo mismo si tienen mucha cadera, resalten su parte superior y si su cuerpo es un poco lleno, usen ropa holgada como faldas, no pegado al cuerpo”

Los deben usar ropa que resalte su virilidad, por ejemplo trajes con hombreras y pantalones que hagan ver sus piernas anchas entre otros artículos.



REGLAS PARA CAUSAR UNA BUENA IMPRESIÓN

Algunas reglas que debemos seguir para causar buena impresión se basan en cosas que aprendimos en la vida, que nos enseñaron nuestros padres, por ejemplo tener una limpieza personal impecable”

Al saludar y hablar con otra persona siempre hay que tener contacto con los ojos, presentar una sonrisa y cuidar la expresión, no tener las manos dentro de las bolsas y saludar con propiedad.