

**Nombre de alumna: Sara Galilea Martínez
Quevedo.**

**Nombre del docente: Beatriz Adriana
Méndez González**

**Nombre del trabajo: ensayo acciones
estratégicas para establecer la imagen
personal**

Materia: proyección profesional

Grado: 8to cuatrimestre

proyección profesional

Acciones estratégicas para establecer la imagen personal

Imagen personal

Se introduce que la imagen física es la propia percepción de una persona que se tiene ella misma y se trasmite hacia un grupo, y de esta manera se plasma la imagen de una persona o de su lenguaje corporal que se expresa y se simplifica con la frase conocida a cómo te ven te tratan, definiendo el trato que las personas te darán por el tipo de estilo que tengas.

El código de comunicación verbal incluye todo accesorio que favorece la imagen de una persona, como la postura, incluso la forma de caminar influye positivamente como negativamente, en la comunicación verbal es transmitida a través de nuestro cuerpo y por ello nos brinda una seguridad propia dando la facilidad de desenvolvernos y actuar con naturalidad con los desconocidos.

Nuevamente en la comunicación verbal se encuentran los ademanes que son las palabras en movimiento que corresponde al gesto natural complementando las palabras con aptitudes, un ejemplo sería sustituir un “me fue de maravilla en la junta “con el pulgar de arriba animosamente contra la persona que quiero darle mensaje, también es una arma de doble filo porque este puede delatarnos si llegamos a sentirnos inseguros o intimidados, los gestos se enlazan con nuestro rostro complementando y controlando cualquier gesto que podamos hacer y siendo veces que no nos ayudan a vernos heroicos ni poderosos, por ellos se debe componer con una sonrisa emergente u espontánea siendo transparente donde inspire confianza y provoque credibilidad hacia los demás, no faltaba de a menos el contacto visual que es otro punto importante ya que nos ayuda a sostener una mejor relación en la interactividad con las personas siendo aptos para superar el miedo al igual que se conduce la puerta del corazón y se genera confianza, la conducta táctil es el uso del tacto como medio de comunicación. Es la permisibilidad de tocar y ser tocado dentro de las reglas de etiqueta cultural propias.

Se plantea que imagen corporal desde sus inicios es la formación del feto dentro del seno materno desarrollándose con actitudes mentales básicas se define el lenguaje corporal en los siguientes puntos ; condiciones anatómicas previas, tipo caracterológico del individuo o emociones y conductas, el género, entorno correspondiente, hábitos y dolencias corporales, psíquicas y mentales, que pueden ser hereditarios o adquiridos luego del nacimiento.

El discurso es un mensaje que se pronuncia de manera pública. Se trata de una acción comunicativa cuya finalidad es exponer o transmitir algún tipo de información y, por lo general, convencer a los oyentes en su estructura presenta tres áreas constitutivas que definen su totalidad como mensaje, el primero es la introducción es la ventana del mensaje que debe establecerse entre la relación positiva con el público ,donde se justificara el tema mediante un planteamiento que acapare la atención del público en los primeros treinta segundos,el segundo es el desarrollo que modula las ideas planteadas desarrollándose de manera racional el mensaje ,el tercero es el climax que es cuerpo del mensaje ,finalmente se tiene la conclusión que define el cierre discursivo. Es importante que la conclusión sea contundente, pues representa el último anclaje del mensaje.

Las claves que deben considerarse son para un discurso es llamar la atención del paciente, comunicarse con seguridad en nuestras palabras, tener el contenido organizado, presentar un informe y modular el lenguaje que se claro como la información.

Se abarca que las competencias laborales como un sector dominado por la tecnología y las relaciones adaptándose a los imprevistos, así como las soluciones, el aprendizaje es muy valorada por las empresas por que estrechamente está vinculado a las competencias, la colaboración es la que crea espíritu en el equipo a base de la comunicación se crean relaciones honestas con tus compañeros y te hace una persona competente ,la creatividad esta de la mano con las competencias permitiéndole innovar y tener la capacidad de generar nuevas ideas a los proyectos ,así como la gestión de información que recopila, filtrar y clasificar la información con el fin de discernir la que es relevante de la que no lo es. Se trata de saber organizar los datos de los que dispones de la manera más útil para tu provecho y el de tu empresa, conjunto a la inteligencia social que muestra la capacidad de conectar con los demás, anexando la lealtad en una organización depende de la calidad moral y de los valores de los empleados, pero también del trato que la empresa les dé como personas,la motivación cuenta como la capacidad de sentirse estimulado por una actividad tanto para iniciarla como para proseguir con ella hasta su total ejecución disponiendo la responsabilidad que es la capacidad para asumir el control de tus actividades y supervisar Un proyecto de principio a fin, gestionando cada parte del proceso. Implica también ser

capaz de responder a los resultados, sean estos positivos o negativos, y de admitir los posibles errores.

Existen tres tipos de competencias, la primera es la competencia de base que permiten el acceso a una formación o a un trabajo, son los conocimientos básicos que permiten poder acceder a un trabajo, prosiguiendo a la misma relación esta las competencias técnicas que hacen referencia a las competencias adquiridas después de haber realizado una formación específica y son específicas de un puesto de trabajo en concreto. Por último las competencias transversales son todas aquellas habilidades y aptitudes que hacen que un trabajador desarrolle de forma eficaz su trabajo.

Se replante que la oralidad es la imagen verbal teniendo peso en la conformación de la percepción debido a que los estímulos que la conforman son las palabras en su forma oral o escrita pese a la preparación profesional a veces dicho profesionalista enfrenta la ansiedad que es la enemistad de la oralidad, pero no es un impedimento sobresalir por que dicha ansiedad se maneja con ejercicios de respiración y la sonrisa que son armas para luchar con la ansiedad

Requisitos que debe cumplir todo mensaje oratorio, es que se breve con la mayor naturalidad de la sencillez, teniendo, también la clave maestra del conocimiento adicionalmente que tenga orden para facilitarle a la audiencia el seguimiento de nuestras ideas, así como la convicción.

creamos que lo que decimos es cierto, ésta será la única manera de poder transmitir sinceridad y entusiasmo auténticos, de convencer con pasión, porque como decía La Rochefoucauld: "Las pasiones siempre convencen". (universidad del sureste)

En conclusión, se comprende que la imagen personal que proyectamos hacia los demás es importante porque de eso dependerá nuestro futuro, debiendo así cuidar nuestra composición física y que no es necesario usar ropa de marca más que nuestra personalidad y entusiasmo para desempeñarnos es cualquier ámbito laboral, contando también con nuestra postura, la forma de caminar sea segura y la ambición de la superación a exponernos con la sociedad destacando habilidades sociales como comunicativas.

referencias bibliográficas

(universidad del sureste)

Gordoa, V. (2003) Imagología. México: Grijalbo.

Gordoa, V. (1999). El poder de la imagen. México: Edamex

Guerro, B. (2010). Universia: La importancia de la buena imagen. México. Recuperado de:
<http://noticias.universia.net.mx/en-portada/noticia/2012/10/16/974937/importancia-buena-imagen.html>

Medline Plus (2018). Guía para una buena postura. Bethesda, EU. Recuperado de:
<https://medlineplus.gov/spanish/guidetogoodposture.html>

Navarro, D. (2014). Alto nivel: Reglas básicas del estilo elegante. México. Recuperado de:
<https://www.altonivel.com.mx/empresas/44972-tu-estilo-es-elegante-aprende-las-reglas-basicas/>

López, J. (2018). Corporate Yatching: Competencias personales. España. Recuperado de:
<https://corporateyachting.es/es/category/gestiondelasrelaciones/>

Posadas, C. (2017). Comunicación escrita para tu vida profesional. 11. Recuperado de:
<http://www.yoquieroescribir.com/taller-comunicacion-escrita-eficaz>

Consol, V. (2015). Asertividad, habilidad social reflejada en la imagen. México. Recuperado de: <http://www.consolvilar.com/asertividad-habilidad-social-reflejada-con-la-imagen/>

Matesanz, V. (2014). Forbes: Los 6 errores más comunes de un currículum. España. Recuperado de: <http://forbes.es/business/5762/los-6-errores-mas-comunes-de-un-curriculum>