

## **Proyección profesional**

**Ensayo**

**MTRA. BEATRIZ ADRIANA MENDEZ**



**PRESENTA EL ALUMNO:**

**Jesús Álvarez Gómez**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**8° Semestre "A" Psicología General**

**Pichucalco, Chiapas**

**24 de enero de 2021.**

## PROYECCION PROFESIONAL

Se dice que de una buena presencia física depende de: la forma de caminar y la postura. Al caminar emitimos una serie de expresiones ya que con ello hacemos saber si estamos triste, enojados o cansados, de igual manera expresamos felicidad, seguridad y coherencia en lo que hacemos y decimos. En la actualidad se exige a los ejecutivos ser más competitivos y por lo tanto es fundamental proyectar una imagen de seguridad, esta es una herramienta fundamental para promover la confianza y generar autoridad, liderazgo y poder. Todo profesional con un puesto de dirección debe aprender a desarrollar una imagen integral que valla desde la vestimenta hasta la identidad y el compromiso.

La forma de vestir conforma la carta de presentación de los profesionales y una de las que más influye a la hora de triunfar en una compañía. sin embargo, la psicóloga laboral Beatriz Pereira afirma que esto no tiene ningún sentido si la actitud de quien lo porta no proyecta liderazgo y personalidad.

El saludo, así como el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación. Para ello debemos tomar en cuenta que es necesario brindar un saludo correcto con las manos limpias y firmes, pero sin lastimar a la otra persona, manteniendo la postura correcta.

En cuanto a las juntas de trabajo es necesario prepararse con anticipación para el tema que se va a tratar, desarrollarlo de manera clara y concreta, estar a tiempo y desde el principio para encabezar la reunión y plantear un correcto desarrollo y evaluación de lo tratado ya que esto es necesario para garantizar el éxito de las juntas de trabajo porque con esto se informa, se educa, se resuelven problemas, se toman decisiones, generan ideas y se discute sobre las propuestas.

Existen dos tipos de posturas: dinámica y estática y en cada una de ellas es necesario mantener el cuerpo en la forma correcta ya que esto puede evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud.

La palabra elegante ha sido mal entendida por la sociedad ya que muchos creen que significa vestir ropas caras o accesorios deslumbrantes y esto no es así. Las personas elegantes perteneces a este estilo no es cosa de decisión y apariencia.

El aprecio autentico de uno mismo como ser humano es la autoestima, este aprecio incluye todo lo positivo que pueda haber en uno mismo como: talentos, habilidades y cualidades entre otras. Para el individuo que carece de autoestima tiene que trabajarse en el a modo de que pueda llegar a amarse y pueda sentirse seguro de si, por lo consiguiente este será un mejor trabajador y aspirar a crecer y dar lo mejor de si cada dia en todo lo que haga.

La imagen física es lo que podemos ver o percibir de una persona de acuerdo a su forma de vestir o su lenguaje corporal, ya lo dice el mismo refrán popular “la primera impresión es la que cuenta”.

Los códigos de comunicación no verbal que enviamos a través de nuestro cuerpo no solo es para ganar seguridad en nosotros, sino para decodificar los mensajes positivos y negativos que los demás no están enviando de manera inconsciente, como los ademanes, los gestos, la vista y el tacto.

Por último, el discurso es el lugar en el que se forma el hablante y donde se ejercita la lengua donde realmente expresamos lo que somos ya que en esta marcamos la huella de nuestra personalidad. Escribir el discurso es el reto más grande ya que en ocasiones no sabemos que escribir ni mucho menos por dónde empezar y terminar, olvidamos que debemos basarnos en una introducción de lo que queremos hablar y seguir el desarrollo y concluir de manera contundente pues representa el último anclaje del mensaje.

Es necesario también adquirir habilidades y aptitudes para desarrollar un trabajo de manera exitosa. En estas podemos encontrar las competencias bases, técnicas y transversales, en estas reflejamos la rapidez para dar respuestas ante situaciones determinadas.