

**Nombre de alumno: Erik Suriel García
Gómez.**

**Nombre del Docente: Lic. Luis Miguel
Sánchez Hernández.**

**Nombre del trabajo: Ensayo: Unidad
1. Componentes de la imagen.**

Materia: Proyección Profesional.

Grado: 8vo Cuatrimestre.

**Grupo: Medicina Veterinaria y
Zootecnia.**

COMPONENTES DE LA IMAGEN

En este ensayo hablaremos un tema de mucha importancia para nosotros como futuros profesionistas y personas que ejercen una profesión, hacer mención sobre la palabra “imagen” encontraríamos cosas a nuestro favor, y cosas en contra, al enfrentarnos a la realidad, daremos con empresas que tienen muy preciso el concepto de la imagen, por norma o requisitos la persona que requiera ocupar algún puesto tiene que cumplir con todas, un ejemplo: agencias de modas, estos lugares como sabemos venden la imagen, venden belleza, tienen muy remarcado color de piel, estatura, color de ojos, sobre sale la presencia física, esto depende de dos factores: como la persona camina y como es su postura, la gente que tenemos a nuestros alrededores se dan cuenta con el simple acto de caminar, nosotros estamos comunicando un gran número de mensajes, si nos llegáramos encontrar a una persona que su caminar es de forma inclinando, el cuerpo hacia delante, dejándose guiar notoriamente por la cabeza, con el paso constantemente acelerado por la propia postura, la comunicación no verbal sería la de prisa, angustia, preocupación y desesperación, otra forma de transmitir sería caminar con la cabeza, la espina dorsal y la pelvis con una correcta alineación, esto forma parte de los ocho principios del correcto caminar, damos entender que somos gentes importantes. Para profundizar el tema, las acciones se pueden controlar la transmisión de los sentimientos correspondientes, otro punto sería la postura, en la forma que uno se encuentra parado o sentado, forma parte de nuestra comunicación, este personaje: Jane Wilger, dice, “he encontrado que la gente no confiará en ti si no puede verte las manos cuando hablas... así que asegúrate de siempre tenerlas visibles, estando parado o sentado”. Un punto importante sería la imagen personal, todo va involucrado un proceso físico-psicológico de percepción, que abarca primeramente una sensación que se canaliza al sistema nervioso central para de ahí pasar al proceso cerebral de la aprehensión, desciframiento y comprensión de la causa que la produjo traduciéndola en un efecto semejante a una experiencia o vivencia que a su vez se convierte en una imagen mental, son consecuencia de las percepciones acumuladas que necesitan de la coherencia

como ingrediente indispensable para producir la reacción de la gente, la mente sólo asocia lo que ve junto, repite de manera similar, puede organizar como coherente, la mente detecta incoherencia producirá como reacción conductual el rechazo. La palabra percepción, se trata de “la acción y efecto de percibir”, se identifica con “conocimiento e idea” o “la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos”, la imagen con percepción, es como nosotros percibimos, la imagen pública, es el resultado de una o varias causas externas, el efecto será interno, ya que se produce dentro del mismo individuo, en su mente, el efecto dependerá de la coherencia de las causas, producirá un juicio de valor en quien la concibe, por lo que su opinión se convertirá en su realidad, el tipo conflicto que todos hemos vivido cuando hemos confrontado lo que somos con lo que los demás creen que somos, proyectar una imagen de credibilidad y seguridad, se ha convertido en una herramienta fundamental a la hora de promover la confianza, generar autoridad, liderazgo, poder, un mejor desempeño, debe aprender a desarrollar una imagen integral, desde la vestimenta, hasta la identidad y el compromiso, vestir es una de las piezas que conforman la carta de presentación de los profesionales, todos proyectan su personalidad a través de la imagen que ofrecen al exterior, sino hay presentación, ni una actitud de liderazgo difícilmente, se podrán llevar las riendas del negocio o del puesto de trabajo, 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, un estilo profesional, basado en una identidad propia, las competencias se subrayarán como fortalezas profesionales, el estilo o look, forma parte de una construcción estratégica, la elegancia, sobriedad, versatilidad, pro actividad y profesionalismo de una persona, se verá reforzada en su indumentaria, necesario lograr un equilibrio estratégico entre cuerpo, personalidad y competencias profesionales, la importancia de mantener una buena imagen personal, radica en que será esta la guía que conducirá a una correcta imagen profesional, una persona que proyecta habilidades de liderazgo y seguridad, combinadas con una buena presencia, logra cautivar a sus colaboradores, logra las metas y objetivos que se proponga. El saludo, forma parte del contacto visual y la sonrisa, extiende ampliamente la mano

derecha con el pulgar hacia arriba y el resto de los dedos juntos, desliza la mano dentro de la del otro hasta que se produzca el contacto completo, es decir hasta el límite en el que se toquen ambas uniones del pulgar con el índice, otra forma de comunicarnos serían las juntas de trabajo, son modelos de comunicación, la toma de decisiones, contribuyen al éxito de los resultados, son importante para que los objetivos previstos se cumplan, para garantizar el éxito de nuestras juntas de trabajo, cuestan tiempo y dinero, por lo cual hay que llevarlas al cabo sólo cuando sea necesarias, asegurándonos de que sean concisas y productivas, los objetivos de una junta de trabajo son fundamentales, informar, educar, resolver problemas, tomar decisiones, generar ideas, decidir sobre una propuesta, encontraremos diferentes tipos de juntas: 1 Juntas informales: modelos libres donde el proceso de interacción es transversal y la información fluye sin definir un centro de autoridad, 2 Juntas formales: son modelos cerrados donde el centro de autoridad define los puntos de la agenda y atribuye orden de participación. Para vernos mejor sería una buena postura, pararnos derecho, mantener el cuerpo en la posición correcta, ya sea que esté en movimiento o quieto, puede ayudarle a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud, es cómo mantiene o sostiene su cuerpo, encontraremos dos postura; la dinámica se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo, la estática se refiere a cómo se mantiene cuando no está en movimiento, como cuando está sentado, de pie o durmiendo, la columna vertebral tiene tres curvas naturales: En el cuello, en la parte media de la espalda y en la parte baja de la espalda, mantener estas curvas, no aumentarlas, la forma de vestir, tiene que ser estilo elegante, pero no es vestir ropa y accesorios caros, son cosas diferentes, solvencia económica y otra es pertenecer al estilo elegante, las personas elegantes pertenecen a este estilo no por decisión, sino por una manera particular innata de conducirse y expresarse en su manera de vestir y rasgos de comportamiento refinados, buen gusto, distinción, sencillez son las personas que pertenecen al estilo elegante, provocan admiración, autoridad y respeto. Para finalizar este ensayo, la autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma, actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo, incluye todo lo positivo, puede haber en

uno talentos, habilidades, cualidades corporales, mentales, espirituales, aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos, se acepta, reconoce serenamente los aspectos desagradables de su personalidad, se responsabiliza de todos sus actos, sin sentirse excesivamente culpable por los desacertados, no le asustan sus defectos y prefiere triunfar, pero no se hunde cuando pierde, no debes portar dinero para poder vestirse bien, siempre es importante mantener una postura correcta para poder desempeñar excelentes labores dentro de una postura, no hay que olvidar el saludo y la educación, siempre demostrando humildad antes la sociedad.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS:

Antología UDS-Proyección Profesional. Unidad 1: Componentes de la imagen.
Pag: 10-39. (2021). Recuperado de:
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/0122a7c93ea3546e1e409c133f02ce61.pdf>