



Nombre del alumno: Ana Guadalupe Del Ángel Vázquez

Nombre del profesor: Lic. Luis Miguel Sánchez

Nombre del trabajo: COMPONENTES DE LA IMAGEN

Materia: PROYECCIÓN PROFESIONAL

Grado: 8° Cuatrimestre

Grupo: Medicina Veterinaria y Zootecnia

Ocosingo, Chiapas a 22 de Enero de 2021

COMPONENTES DE LA IMAGEN

Como introducción al tema hablaremos del primer componente que podemos encontrar, este es el **físico**, como bien sabemos la presencia física se basa en dos aspectos, los cuales son la forma de caminar y la postura.

Con el simple hecho de caminar se comunican un gran número de mensajes. Al caminar con la pelvis por delante, transmite mensajes de lentitud, pereza, falta de energía, placidez y despreocupación. Ahora bien, si la forma de caminar fuese inclinado el cuerpo hacia delante, transmitiría angustia, preocupación y desesperación. Si, por el contrario, el individuo caminara con la vista ligeramente hacia arriba, la cara alzada, el mentón levantado y con mucha seguridad, transmitiría que de cierta forma se siente superior y que el mundo no lo merece.

Ahora bien, la postura también se convierte en un código de comunicación, ya sea que una persona esté parada o sentada. Cuando se quiere dar a entender al interlocutor que se está fastidiado de la conversación tomamos una postura hacia adelante, llevando la mano a la boca y retirando contacto visual. Ahora si se toma una postura erguida dejando que la cadera encaje en el ángulo del asiento e inclinándonos hacia el interlocutor, viéndolo a los ojos y sonriendo, se demuestra que la conversación es amena.

Ahora hablaremos de la **imagen personal**, durante esto, se ve involucrado un proceso físico-psicológico de percepción. Existen tres tipos de imágenes mentales, las primeras que son las más elementales ya que corresponden a la retención en nuestra mente de lo percibido y su capacidad de reproducirlo de manera más o menos exacta, es como una memoria visual o fotográfica. La segunda, que van relacionados con la capacidad de crear imágenes, a la facultad de la mente que puede reproducir de la memoria, interrelacionar ideas y crear la capacidad de imaginar. La tercera y última son consecuencia de las percepciones acumuladas que necesitan de coherencia para producir la reacción de la gente, la mente solo asocia lo que ve junto, lo que se parece, lo que se repite de forma similar; si la mente detecta incoherencia en automático como reacción rechaza.

La percepción es la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos. Se puede identificar imagen con percepción y desprender que nuestra imagen será la manera en la que nos perciben y los demás la otorgaran de lo que hayan sentido de nosotros.

La imagen pública es una percepción compartida que provocará una respuesta colectiva unificada.

La **buena imagen**, sabemos que la forma de vestir es fundamental ya que es como la carta de presentación de los profesionales y una de las más determinantes a la hora de representar en una compañía, así también la actitud es muy importante para sí poder imponer superioridad.

La seguridad y confianza que proyecta el profesional se respalda de los logros académicos que se tengan, y no va tan encaminado a la marca o al color de ropa que utilice. Teniendo seguridad proyecta una buena imagen y transmite confianza. La limpieza personal impecable, habla de tener una buena presentación, así también como se mencionaba anteriormente, el caminar con un propósito comunica muchas cosas. Para crear un estilo propio, debemos conocernos primero, definir quienes somos y a donde vamos, no debemos aparentar algo que no somos.

El **saludo**, acompañado de contacto visual y una sonrisa es la mejor presentación que se puede dar, esto demuestra cordialidad y educación. Para dar un saludo de manos hay que saber darlo de la forma adecuada, con las manos limpia, evitando ofrecer la mano fría o mojada y dando un apretón firmemente, sin lastimar, sacudiendo la mano de la otra persona. Este es un saludo universal, pero dependiendo la situación e ideología es el saludo que se dará, ya que hay muchos más saludos, como el beso en la mejilla, el abrazo, roces de narices, entre otros.

Juntas de trabajo, como organización de un sistema de comunicación, su funcionamiento necesita intercambiar información a través de diferentes formatos que permitan la interacción. Las juntas de trabajo son un modelo de comunicación, estimulan la eficacia de la toma de decisiones y contribuyen al éxito de la toma de decisiones. Los objetivos de estas son informar, educar, resolver problemas, tomar decisiones, generar ideas y decidir sobre alguna propuesta.

Existen juntas informales donde los modelos son libres, no hay un centro de autoridad, pero hay más probabilidad de que aparezcan conflictos ya que no hay una jerarquía que se respete. Por otro lado, también existen juntas formales, aquí el centro de autoridad define los puntos a tratar y hay un orden participativo. Para llegar a esto debe hacerse una convocatoria y debe ser previsor, clara en objetivos, tiempo y espacios, el orden del día este integra el modelo rector de los objetivos de la junta; por esa razón debe tener un sentido. El participante de la junta debe tener una conducta ética, ya que esto afectará directamente a la productividad de esta, convirtiéndola en una reunión que obtenga resultados positivos. El líder de la junta tiene una responsabilidad vital para conducir las diferentes capacidades de los convocados por caminos comunes, promoviendo la participación, el análisis y participación.

Una **buena postura** es el mantener el cuerpo en una posición correcta ya sea que se encuentre en movimiento o estático. Para lograr una buena postura se basa en la posición de la columna vertebral, la cabeza debe mantenerse erguida sobre sus hombros y sus hombros deben alinearse con sus caderas.

Culto al vestir, se debe aclarar que el estilo elegante ha sido malinterpretado, ya que la mayoría piensa que elegancia es igual a ropa cara y lujos. Un estilo elegante es aquel que tiene una persona con buen gusto y sencillez. Sin necesidad de presumir lo que porta en el cuerpo. Las personas elegantes se proyectan refinados, educados, reflejan estatus, pero de una manera sencilla y discreta.

La autoestima es el amor que una persona se tiene a si misma, también incluye la percepción evaluativa de uno mismo. Esto implica autoconocimiento y autoconciencia, y respeto hacia uno mismo. Existen diferentes dimensiones de la autoestima; la física que es por la cual nos sentimos atractivos físicamente, no condicionado por estereotipos ni estándares sociales., dimensión afectiva que es el sentimiento de aceptación que nos damos tanto positiva como negativamente, dimensión social es la capacidad de enfrentar los retos sociales y los sentimientos de pertenecer a un grupo o comunidad, identificando las necesidades, dimensión académica es la autopercepción de su capacidad de enfrentar con éxito las

exigencias de los estudios que nos conducen y por último la dimensión ética, la que nos hace sentir una persona buena y confiable segura de la integridad personal y capaz de cambiar ideas.

Para concluir debemos saber que la autoestima se fomenta básicamente por dos fuentes que están profundamente ligadas entre sí, como es la autopercepción, que proviene de la observaciones y evaluaciones que se hace uno mismo, y 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 las personas.

Es importante tomar todos estos aspectos con la mayor importancia ya que todo esto forman un conjunto de características que conforman a lo que es nuestra imagen, y ya vimos que incluso hasta lo mental se ve involucrado, para transmitir una buena imagen ante los demás es importante tomar en consideración todos estos puntos, si uno llegase a faltar no estaríamos cumpliendo con el esquema que se solicita para un profesional dentro lo que cabe.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- ANTOLOGIA PROYECCION PROFESIONAL