



**Nombre de alumno: Pablo Einer Sántiz Ruíz**

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

**Nombre del trabajo: Componentes de la imagen**

**Materia: Proyección profesional**

**Grado: 8°**

**Grupo: Medicina veterinaria y zootecnia**

## COMPONENTES DE LA IMAGEN

En nuestro caminar siempre hemos estado en constante aprendizaje de cómo vestirnos, caminar, expresarnos, comportarnos, e incluso, de cómo saludar, pareciera que, en su momento, estas enseñanzas no tuvieran relevancia alguna, pues parecen cosas tan sencillas que su importancia pudieran pasar desapercibidas, sin embargo, por azares de la vida, en nuestra juventud, especialmente en nuestra adultez, llegan a cobrar demasiada importancia, debido a que ahora son parte de nuestra imagen personal y profesional. Es ahí donde, si no tuvimos las enseñanzas suficientes, tenemos que aprender estos componentes, o, en su defecto, reaprenderlos o cambiar por otros más educados, corteses y finos, con la finalidad de mostrar una buena imagen frente a quien esta delante nuestro, puesto que en el ámbito profesional todo cuenta, desde el conocimiento hasta la imagen. La imagen personal siempre será la primera impresión de quien nos observa, es por ello por lo que esta influye en gran medida dentro del ejercicio laboral, puesto que en una imagen cuidada y presentable despertará confianza e interés en quien nos mira, si fuera caso contrario, podría generar desconfianza en la otra persona; además de que una imagen personal buena nos brindará mayor aceptación y aciertos dentro de la labor profesional.

Ahora bien, es importante conocer los componentes que conforman a nuestra imagen para trabajar en ello. En primer lugar, se puede encontrar al físico, que como bien se sabe, hace referencia a la descripción de una persona, como su talla, peso, estatura, color de ojos y cabello, etc., todo aquello que pertenece a la anatomía corporal del sujeto; es importante cuidar este aspecto, no simplemente por aceptación de los demás sino también por beneficio propio, la salud, que es donde cobra mayor importancia, pues una persona saludable podrá mostrar mejores condiciones para ejercer una labor.

Otro componente a considerar es la imagen personal, que es básicamente la personalidad de la persona representada en su forma de hablar, caminar, vestir, su postura, entre otros, es aquel lenguaje que se expresa mediante las expresiones y la indumentaria; en una labor profesional se debe cuidar estos aspectos puesto que contribuirán a que una persona demuestre mayor profesionalismo, sin embargo, no se debe caer en los prejuicios o en la discriminación, porque estos componentes solamente son agregados a la imagen, ya que, cabe mencionar que no aseguran el nivel de conocimiento de la persona. Aquí cabe el punto de buena imagen, que es el cuidado o atención que se tiene hacia la apariencia física, así como la vestimenta y el lenguaje oral y escrito; como se mencionó anteriormente, estos componentes no siempre tienen importancia por la aceptación de los demás, sino por un bien propio, como lo es la higiene, además, en este componente se menciona al lenguaje oral y escrito, donde la expresión oral y la ortografía en muchas ocasiones cuenta, pues demuestra que tan amplio es nuestro vocabulario, además que contribuye a una buena presentación al momento de redactar o simplemente presentarnos con alguien.

Un componente que pareciera irrelevante es el saludo, pareciera ser un acto tan común, pero en el fondo tiene su propia importancia, pues el primer paso al momento de presentarnos frente a alguien, el tipo de saludo dependerá grandemente del nivel de confianza ya que puede ser con un apretón de manos, abrazos o un beso en la mejilla; así también dependiendo del contexto geográfico o social será el tipo de saludo que se brindará que puede ser una reverencia, emblema militar, beso en la mano, un abrazo, o como en el caso de la India donde el saludo consiste en juntar las manos a la altura del pecho y pronuncia "namaste". Siempre se debe tener en mente que el saludo debe ser cortés, evitando decir apodosos o tutear, no sobrepasar el nivel de confianza, mostrar calidez y amabilidad, en dado caso que el saludo vaya a ser por algún

medio electrónico siempre debe ser formal, cordial y cuidando las reglas de ortografía.

La postura, es un componente más a considerar, esta abarca tanto estática como dinámicamente, es decir, cuando se encuentra en reposo y en movimiento, hay que recordar que mediante ella también se transmiten los estados emocionales, es por ello que se debe cuidar para no expresar de más o características negativas; se debe considerar el mirar de frente a quien tenemos delante nuestro pero sin exagerar la elevación de la cabeza, puesto que esto demuestra aires de superioridad dejando de lado a la humildad y los demás pueden percatarse de ello; los movimientos corporales deben ser moderados, naturales y tampoco exagerados al igual que el contacto visual mientras se conversa con alguien. En fin, la postura, también da a expresar interés o desinterés, por ejemplo, si se toma asiento correctamente, se mantiene una mirada fija (pero natural no exagerada), se muestra energético y se hace buen uso de los movimientos corporales, demostrará seguridad, que se siente capaz de adquirir un puesto en la empresa y los demás se percatarán de ello; sin embargo, si se sienta de forma incorrecta, se muestra distraído y cansado, demostrará desinterés e inseguridad.

La vestimenta, es un componente más, en el ámbito laboral las mismas instituciones son quienes estandarizan un cierto tipo de vestimenta para diferenciar un puesto de otro o simplemente para asegurar la integridad del trabajador, el estándar de la vestimenta siempre está justificado con motivos y razones por las cuales deben portarse, sin embargo, la vestimenta laboral puede toparse con la vestimenta religiosa, pero para este tipo de situaciones se debe buscar la manera en que ambas partes lleguen a un acuerdo con el fin de cumplir con lo necesario para cumplir la labor.

Como último componente, pero no menos importante, es la autoestima, que es básicamente el grado de aprecio que se tiene cada persona, este factor

resulta sustancial debido a que también hace referencia a una autorreflexión objetiva de las características que se poseen, contribuyendo pues a los componentes anteriores, además de que una persona con una autoestima alta y que presta atención a su interior, también se mantendrá al pendiente y atenta por los demás, pues reconoce la existencia de ellos.

Así pues, como conclusión, se puede llegar a que los componentes de la imagen cobran una importancia mayor cuando llegamos a la adultez, pues es en esta etapa donde se requiere mayor formalidad para poder ingresar al campo laboral, además, estos componentes forman parte de una carta de presentación que puede ocasionar una impresión positiva o negativa para quién nos observa y escuchar. La imagen debe cuidarse puesto que es un agregado al profesionalismo que se desea alcanzar. Si por cualquier motivo uno de estos componentes no se posee o no está bien trabajado se debe tener el interés para comenzar a desarrollarlo o mejor. “Have I the courage to change today?” (Furler, 2020); se cita esa frase para replantear estos componentes y buscar un cambio personal, por un bien propio, que más adelante pueden ser llaves para abrir puertas hacia algo mejor.

## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

Universidad del Sureste. *Antología. Proyección profesional*. Pp. 10-38

Furler, Sia. (2020). *Courage to change*