

UNIVERSIDAD DEL SURESTE

UNIVERSIDAD UDS

Licenciatura en Enfermería

Trabajo

Ensayo

Presenta:

Alejandra López Aquino

Catedrático:

Alberto de Jesús López Muñoz

Fecha: 30 de enero 2021

Una buena presencia física depende de dos factores, la forma de vestir y la postura.

La postura demuestra mucho más de nosotros de lo que creemos, podemos identificar si se es alguien sumiso, temeroso, con confianza e imponente. La postura de estar sentados también es importante, si se tiene una mala postura puede reflejar cansancio, estrés, falta de interés. Admito que mi postura al sentarme no es muy buena y espero pronto mejorar ese aspecto.

La percepción, con lo que dice el texto me identifico más con el significado de “la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos” (PROYECCION PROFESIONAL), ya que en base de nuestros recuerdos enlazamos el contexto en el que estamos.

Por lo general el hablar del buen vestir o vestir elegante transmite una suposición a que tiene que ser con marcas exclusivas de diseñador, pero como dice en el texto una cosa es tener solvencia y otra es tener estilo elegante, porque se puede conseguir ropa super barata o incluso heredada que dándole alguna modificación se logran ver de forma diferente y mucho influye el cómo proyectas.

Ser elegante según la Real Academia Española la palabra elegante es un adjetivo que significa es un adjetivo que significa “dotado de gracia, nobleza y sencillez” y al referirse de una persona “que tiene buen gusto y distinción para vestir” (PROYECCION PROFESIONAL)

Quiénes pertenecen al estilo elegante proyectan ser refinados, educados, discretos, suelen provocar admiración, autoridad y respeto, pueden captar rápidamente el buen gusto, pero no se les vea con ropa y/o accesorios que proyecten mala calidad, como lo mencioné antes, no importa si la ropa o lo que se porte tiene años o es barato mientras se este en buen estado se podrá vestir y dar ese toque elegante incluso vintage ya que no solo se adquieren prendas de tendencia o super caras.

Algunos de los puntos en el arreglo son:

- ⇒ Corte de cabello y/o peinado impecable
- ⇒ Ropa de muy alta calidad, se invierte en un guardarropa atemporal
- ⇒ Se visten colores lisos, diseño sobrio
- ⇒ Accesorios aplicando la regla de menos es más
- ⇒ La ropa siempre esta en la talla correcta, ni muy ajustada ni muy holgada

- ⇒ Usan combinaciones sobrias
- ⇒ Reflejan altos estatus, vistan formal o casual
- ⇒ Las mujeres no descuidan su maquillaje y lo adecuan a los eventos
- ⇒ Los zapatos siempre deben estar impecables
- ⇒ La pulcritud es notable

Expresan seguridad y prestigio con pequeños detalles que marcan una gran diferencia y por muchas más cualidades. Es su mayor fortaleza.

Con las debilidades o riesgos podemos encontrar el verse como personas presumidas, aunque este no sea el caso, es cuestión de conocer a la persona y no sacar juicios a la primera.

Podemos encontrar varios puntos para sacarle el máximo partido a este estilo.

- ⇒ Nunca olvidar que la personalidad es capaz de inspirar respeto, confianza y autoridad.
- ⇒ Evitar presumir que tienes un poder económico alto, no hace falta ver la marca de la ropa que usas. La calidad y el buen gusto se perciben de inmediato.
- ⇒ Incorpora prendas cada año en colores ausentes en el guardarropa y que sepas que te favorecen con el tu tono de piel.
- ⇒ Aprovecha a tu favor el liderazgo y admiración para inspirar a otros a crecer en sus vidas.
- ⇒ Identifica con cual otro se podría mezclar el estilo elegante y comunica también su fortaleza.

Ahora si hablamos de autoestima nos referimos al amor que se siente por uno mismo y para otros es el conjunto de actividades que tiene el individuo consigo mismo.

La comunicación no verbal se da con la postura o señales que el cuerpo da, los ademanes es el movimiento que se obtiene cuando al hablar se emiten señales de euforia o nerviosismo. Con los gestos se pueden utilizar para complementar o poner énfasis en algún recuerdo o hablando de cualquier cosa en donde las expresiones le dan un toque de autenticidad a lo que se está comunicando.

La conducta táctil es muy importante dentro de las reglas de etiqueta cultural ya que se puede tomar como una invitación sexual.

La voz es fundamental ya que con su tono se puede tomar como una persona nerviosa, agresiva y asertivo, pero depende del contexto ya que al no estar experimentado dando discursos en publico las primeras veces se tenga ese tono cantadito o también tenga ese talento y facilidad.

Hasta la sonrisa tiene un gran mensaje, porque uno puede notar si es una falsa, verdadera, burlona. Como en el contacto visual, si es evasivo no genera confianza.