

UNIVERSIDAD DEL SURESTE PLANTEL PALENQUE.

Licenciatura en Enfermería.

TEMA:

ENSAYO UNIDAD I Y II.

NOMBRE DEL ALUMNO(A):

LESLEY ELIZABETH GONZÁLEZ HILERIO.

NOMBRE DEL PROFESOR (A):

LIC. ALBERTO DE JESUS LOPEZ.

MATERIA:

PROYECCION PROFESIONAL.

FECHA DE ENTREGA:

29 DE ENERO DEL 2021

INTRODUCCION.

En el presente trabajo se hablará acerca de dos temas importantes que son los componentes de la imagen: Físico, la imagen personal, buena Imagen, el saludo, juntas de trabajo, buena postura, como los temas lo dicen se verán aquellos componentes ligados a uno mismo y las acciones estratégicas para establecer la imagen profesional la cual podemos definir a la imagen física como la percepción que se tiene de una persona por parte de sus grupos objetivo como consecuencia de su apariencia o de su lenguaje corporal como incluyen: La comunicación no verbal, la imagen corporal, la imagen corporal: tipos cara, discurso, competencias personales, así mismo entre otras competencias.

DESARROLLO.

Comenzando con los componentes de la imagen, uno de ellos es el físico no necesariamente de la forma de vestir o calzar si no de esos detalles de nuestro cuerpo, un ejemplo en la forma de caminar si caminamos derechos o en jorobados será la manera en la que los demás nos verán y creerán en como nos podemos llegar hasta sentir, porque es lo que nos enseñan desde niños a caminar derechos y no lo contrario. Existen tres tipos de imágenes mentales: las más elementales que corresponden a la retención en nuestra mente de lo percibido y su capacidad de reproducirlo de manera más o menos exacta, es decir, una especie de memoria visual o fotográfica. Las segundas, referidas a nuestra capacidad de crear imágenes, a la facultad de la mente que puede reproducir de la memoria, interrelacionar ideas y crear, es decir la capacidad de imaginar, y las terceras, objeto de nuestro estudio que son las que, una vez conformadas mediante el proceso físico-psicológico, pueden producir efectos en la conducta de los individuos.

La imagen es percepción lo que nos queda después de haber tenido una experiencia de cualquier clase y que evocaremos cada vez que nos refiramos a lo que lo causó. Por eso es que podemos identificar imagen con percepción y desprender que nuestra imagen será la manera como somos percibidos y que serán los demás quienes nos la otorgarán basados en lo que hayan sentido de nosotros. Por otro lado, la imagen pública es la percepción compartida que provocará una respuesta colectiva unificada. Una buena imagen nos habla de que la forma de vestirnos implicara mucho en la forma en que nos vean los demás, es decir que de nada sirve que nos vistamos elegantes o de alta costura si no tenemos capacidad de trabajo o esa seguridad y confianza, por ello, el tema de la imagen personal y profesional debe centrarse en un mensaje asertivo para lograr el éxito. El saludo, junto con el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación, a través del tiempo el saludo ha evolucionado hasta su forma moderna que incluye: Conservar la mano limpia y libre de sudor, extender ampliamente su mano derecha con el pulgar hacia arriba y el resto de los dedos juntos, apretar firmemente, pero sin lastimar, sacudiendo la mano del otro no más de un par de veces. Las juntas de trabajo son modelos de comunicación que estimulan la eficacia de la toma de decisiones y contribuyen al éxito de los resultados. En este plano es fundamental definir la operación y finalidad de la junta, Por otra parte, las etapas de una junta de trabajo son importante para que los objetivos previstos se cumplan. No se deben improvisar modelos de reunión, pues se estaría poniendo en riesgo el funcionamiento de la organización. Por lo tanto, es importante monitorear los resultados a

partir de la calidad del modelo propuesto. Los tipos de juntas son: Juntas informales: son modelos libres donde el proceso de interacción es transversal y la información fluye sin definir un centro de autoridad. Es importante señalar que, en estas experiencias, la presencia de superiores puede inhibir la discusión. Juntas formales: son modelos cerrados donde el centro de autoridad define los puntos de la agenda y atribuye orden de participación. El manejo de la información es generalmente vertical, aunque el ejecutivo puede generar ambientes formales de diálogo. Una buena postura es más que pararse derecho para verse mejor, es más que nada una parte importante de su salud a largo plazo. El mantener su cuerpo en la posición correcta, ya sea que esté en movimiento o quieto, puede ayudarle a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud. La postura es cómo mantiene o sostiene su cuerpo. Hay dos tipos: La postura dinámica se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo. La postura estática se refiere a cómo se mantiene cuando no está en movimiento como cuando está sentado, de pie o durmiendo. Es importante mantener una buena postura dinámica y estática. Ser Culto al vestir, el estilo elegante es mal entendido, pues muchos creen que significa vestir ropa y accesorios caros. Lo cual es un error. Una cosa es tener solvencia económica y otra muy diferente es pertenecer al estilo elegante. La autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma; para otros, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo, hablamos de afirmación de ese ser humano falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por sí mismo, pero siempre reconociendo la existencia de los demás.

Asimismo, están las acciones estratégicas para establecer la imagen profesional, la primera es la comunicación no verbal, por lo que aprender los códigos que mandamos a través de nuestro cuerpo no sólo nos sirve para ganar seguridad en nosotros mismos, sino para decodificar los mensajes positivos y negativos que los demás no están enviando de manera inconsciente, de esta forma se encuentran los: ademanes, gestos, contacto visual, etc. El lenguaje corporal está estrechamente relacionado con los estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas. Para definir el lenguaje corporal, tenemos que considerar los siguientes puntos: Condiciones anatómicas previas, tipo caracterológico del individuo o emociones y conductas, género: masculino o femenino etc. El discurso es el lugar donde se construye el hablante y se ejercita la lengua para significar el mapa enunciativo de las relaciones humanas. En la palabra se marca la huella de nuestra personalidad y se desdobra la actitud del texto que siempre establece un particular sentido relacional con los destinatarios. Dentro de las

competencias personales esta la adaptabilidad, el aprendizaje, la colaboración, la comunicación, la creatividad, la gestión de información entre otras competencias que aportan éxito y un importante valor. Las competencias profesionales, son todas aquellas habilidades y aptitudes que tienen las personas que les permiten desarrollar un trabajo de forma exitosa, se dividen en: competencias de base son aquellas que permiten el acceso a una formación o a un trabajo, competencias técnicas hacen referencia a las competencias adquiridas después de haber realizado una formación específica, competencias transversales son todas aquellas habilidades y aptitudes que hacen que un trabajador desarrolle de forma eficaz su trabajo. La oralidad o imagen verbal es una de las imágenes subordinadas a la imagen personal o institucional que más peso tienen en la conformación de la percepción debido a que los estímulos que la conforman son las palabras en su forma oral o escrita, tener una buena imagen verbal es requisito indispensable para triunfar en el juego de la vida. A diferencia de lo que decimos hablando, lo que escribimos permanece y dice mucho de nosotros: si nos expresamos mal, si no ponemos intención en nuestras palabras, no sólo podemos dar lugar a malentendidos sino incluso ocasionar graves consecuencias para nuestras empresas y también para nuestra imagen personal y profesional, hablamos de la forma en que nos expresamos al escribir. Por tanto, si mejoramos en un tema de tanta importancia, conseguiremos una mayor eficacia y productividad, lo que ayudará a tener mejores resultados.

CONCLUSION.

En mi punto de vista llego a la conclusión que todo está ligado tanto en lo personal como en lo profesional, para una correcta imagen física o mentalmente la cual nos lleva a una buena imagen y también las estrategias que debemos emplear en el modo profesional, todos estos factores son importantes para nuestra proyección como personas, todo influye y nos hace crecer si las tomamos de una forma correcta para nuestra mejora, yo recomiendo que si hay factores en los que no complementemos seamos capaces de detectarlo para fomentarlo y darle la prioridad necesaria.

BIBLIOGRAFIA:

<file:///C:/Users/HPPS/Downloads/antologia%20proyeccion%20profesional.pdf>