

# UNIVERSIDAD DEL SURESTE

## PLANTEL PALENQUE.

---

**Licenciatura en Enfermería.**

**MATERIA:**

PROYECCION PROFESIONAL

**TEMA:**

ENSAYO UNIDADES I, II

**ALUMNA:**

- SITANIA SOFIA HERNANDEZ MORENO.

**DOCENTE:**

LIC. ALBERTO DE JESÚS LÓPEZ MUÑOZ

**GRADO:**

8° CUATRIMESTRE

**FECHA DE ENTREGA:**

30 DE ENERO DEL 2021.

## **INTRODUCCIÓN**

En este breve ensayo estaré hablando sobre la importancia que tiene la imagen personal para mantener un buen estatus laboral o profesional, ya que trae variedades de puntos que aquí explico para que nos sirven y cómo funcionan cada uno de ellos como lo es la buena postura, como saludar, como vestir sin que otras personas se ofendan o mal interpreten el momento, y lo más importante de todo esto como mantener una buena autoestima en toda la extensión de la palabra. De igual manera pondré las acciones estratégicas para establecer la imagen personal, así como la comunicación no verbal, como hacer un discurso y como enfrentarte a las competencias personales y profesionales.

## DESARROLLO

Se puede decir que una buena presencia física depende de la forma de caminar y de la postura, ya que con nuestra manera de caminar nuestro cuerpo está comunicando muchas cosas de nosotros, así como lentitud, pereza, falta de energía, preocupación y desesperación, puede que nosotros veamos a una persona que camine correctamente y pensemos que se cree mejor que nosotros, pero realmente eso no es así ya que la persona sabe cómo expresar algunos de sus sentimientos transmitiendo mensajes a otras. La percepción es otro concepto fundamental en nuestra vida profesional, ya que no solo se trata de percibir un efecto si no de transmitirlo hacia otra personas, la percepción en si es un recuerdo que quedo en nuestra mente después de haber tenido experiencias en una clase o en el trabajo laboral.

La imagen personal también es fundamental para transmitir un juicio de valor a quien la concibe ya que la opinión se convertirá en su realidad, Cuando la imagen mental individual es compartida por un público o conjunto de públicos se transforma en una imagen mental colectiva dando paso a la imagen pública. Por eso mismo hay personas que suelen decir que si uno quiere ascender a un puesto mejor y obtener un mejor desempeño laboral, debe de aprender a desarrollar una buena imagen que abarquen todos los factores desde la vestimenta hasta el compromiso que tiene con la empresa y cada uno se los trabajadores, así mismo con su propia identidad. Sin embargo pienso que aunque el vestuario de la persona que busca triunfar sea el más exótico no tiene sentido, ya que la persona que lo porta no tiene la actitud y mucho menos liderazgo y personalidad para llevar a cabo a un grupo de personas y mucho menos a una empresa mayor.

El saludo y la sonrisa son otros factores los cual complementan nuestra imagen personal, es claro que el saludo ha ido evolucionando y también se debe de tener en cuenta que existen varios tipos de saludos que no se deben de realizar porque para otras personas pueden ser una mala interpretación ocasionando un caos. De igual manera como ya lo había mencionado la buena postura es importante para nuestra formación física, no solo para verse mejor si no que nos puede ayudar a evitar una lesión o a comprometer nuestra salud. De igual manera el culto a vestir no siempre es bien entendido por las personas, ya que algunas piensan que si uno está bien vestido

es porque la ropa es de marca o tiene mucho dinero, pero realmente no es así, una cosa es tener solvencia económica y otra muy diferente es pertenecer al estilo elegante.

La imagen física ha resistido todos los embates y manipulaciones que diferentes corrientes han emprendido en contra o a favor de ella. El resultado final es que ha soportado todas las argumentaciones posibles y quedado establecida como uno de los pilares más importantes en los que pueden descansar los códigos de comunicación no verbal de la imagen personal. Los ademanes son la palabra en movimiento. Si en una presentación pública éstos faltan, el resultado será la falta de ánimo, y si sobran, entonces eso detonará falta de control sobre sí mismo. Los ademanes son signos que dan comunicación complementaria a las palabras, llegando a veces a sustituirlas, como sería el caso de levantar el pulgar para explicarle a alguien que les fue de maravilla en algún proyecto que tenía. De igual manera los ademanes a veces nos pueden traicionar ya que como es un lenguaje corporal nosotros no nos damos cuenta de los movimientos que hacemos, pudiendo llegar a mostrar desconfianza, nerviosismo, incluso podemos llegar interpretar que no estamos diciendo la verdad de algo.

Los gestos de igual manera son muy importantes podemos llegar a contradecir lo que con palabras estamos diciendo, al igual que nuestras manos con sus ademanes, nuestra cara, a través de los gestos, puede decir sin hablar muchas cosas, de ahí que debemos cuidarnos de usarlos sin control. La sonrisa es el principal código de comunicación no verbal que puede tener una persona para transmitir confianza y hacer sentir seguridad que a su vez provocará confianza y generará credibilidad. El contacto visual también es muy importante ya que al no hacerlo produce una sensación de desconfianza, inseguridad, disgusto por el otro y hasta falsedad. Por último en las competencias personales, la adaptabilidad, el aprendizaje, la colaboración, comunicación, inteligencia y sobre todo la lealtad son muy importantes en todo este punto del poder de la imagen personal como profesional.

## **CONCLUSIÓN**

Lo que quise expresar en el desarrollo es que la buena imagen personal siempre será muy importante para cualquier trabajo laboral que nos asignen, no importa el tipo de puesto en el que te han asignado, ni tampoco la vestimenta de alguien la hace superior a ti, ya que para ser un líder no es necesario vestir bien, la realidad lo más importante es que sepas llevar una empresa el compromiso que tienes con la empresa y cada uno de los trabajadores, así mismo con su propia identidad. Hay puntos como el saludo y la sonrisa siempre serán buenos para el complemento de nuestra imagen personal, aparte de los gestos y los ademanes que utilizamos, el sabernos desenvolver ante un público extenso también habla bien sobre nuestra imagen profesional, pero habla más de nuestra imagen personal. Por eso les invito a que nos actualicemos más sobre este tema ya que es de gran ayuda que nos puede ir formando profesionalmente para obtener un futuro laboral exitoso.