



PRESENTA EL ALUMNO:

Carla Yazmin Hernández Espinoza

GRUPO, CUATRIMESTRE Y MODALIDAD:

8vo. CUATRIMESTRE "A" LICENCIATURA EN ENFERMERIA ESCOLARIZADO

DOCENTE:

Javier Iván Godínes Hernández

MATERIA:

Proyección profesional

TRABAJO:

Cuadro sinóptico

FECHA DE ENTREGA:

22/Enero/2021



QUE ES IMAGEN PERSONAL

TIPOS DE IMÁGENES MENTALES

- memoria visual o fotográfica
- capacidad de imaginar
- imágenes mentales

PERCEPCION

Sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos

Lo que con toda sencillez podría interpretarse como el recuerdo 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

IMAGEN PUBLICA

Percepción compartida que provocará una respuesta colectiva unificada.

La imagen es percepción que se convierte en la identidad y con el tiempo en la reputación

JUICIO DE VALOR

Es el resorte que impulsa la acción individual consecuente: aceptar o rechazar lo percibido. La conducta estará entonces condicionada por la imagen individual y será producto de la coherencia con el mensaje transmitido

SALUDO

¿QUE ES EL SALUDO?

El saludo, junto con el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación.

SALUDO EN LA ANTIGUEDAD

el saludo era una señal de paz

EVOLUCIÓN DEL SALUDO

- 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.
- Deslizar la mano dentro de la del otro hasta que se produzca el contacto completo, es decir hasta el límite en el que se toquen ambos las uniones del pulgar con el índice
- Apretar firmemente, pero sin lastimar, sacudiendo la mano del otro no más de un par de veces.

FORMA INCORRECTA DE SALUDAR

- **Pescado muerto.** De manera débil y aguada que transmite falta de entusiasmo y energía
- **Truena-huesos.** Que se puede traducir como un intento de intimidación, como compensación
- **Princesa.** Ofreciendo solamente la punta de los dedos.
- **Sandwich.** Tomar y sostener durante un tiempo con las dos manos la mano del otro puede tomarse como compasivo, condescendiente o sobreprotector
- **Bomba de agua.** No suelta la mano del otro y la sacude muchas veces. Puede malinterpretarse como falso.

AUTOESTIMA

¿QUÉ ES LA AUTOESTIMA?

Básicamente 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.

"AES" DE LA AUTOESTIMA

- Aprecio auténtico de uno mismo como ser humano
- Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos.
- Afecto: actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo
- Atención: cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales.

COMO DESAROLLAR LA AUTOESTIMA

Si bien es cierto que la formación de la autoestima empieza desde que una persona nace; es perfectamente posible elevar nuestra autoestima a partir de cualquier edad. Dependerá de la voluntad y perspectiva de éxito que se tenga.

- Afirmación recibida.
- brindar desinteresadamente
- Afirmación propia
- Afirmación compartida

DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA

- **Dimensión física**, referida al hecho de sentirse atractivo(a) físicamente, no condicionado por estereotipos
- **Dimensión afectiva**, se refiere al sentimiento de ser aceptado y querido por los demás y al conocimiento y aceptación de las características, tanto positivas como negativas, de su personalidad
- **Dimensión social**, es sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales y el sentimiento de pertenecer a un grupo o comunidad
- **Dimensión ética**, se refiere a sentirse una persona buena y confiable, segura de su integridad personal