

Nombre del alumno: González Aguilar anayely

Nombre del profesor: Godínez Hernández Javier ivan



Licenciatura: enfermería

Materia: proyección profesional

Cuatrimestre: 8°

Grupo: "B"

¿Qué es imagen personal?

La imagen se involucra en un proceso físico-psicológico de percepción

Abarca primeramente una sensación que se canaliza al sistema nervioso central para de ahí Pasar al proceso cerebral de la aprehensión

En la imagen personal se incluye:

Percepción: es “la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en Nuestros sentidos”

Podemos identificar imagen con percepción y desprender que nuestra Imagen será la manera como somos percibidos

Imagen publica

La **imagen** es un resultado y por lo tanto está provocada por algo; dicho de otra manera, es el efecto de una o varias causas.

La **imagen** producirá un **juicio** de valor en quien la concibe, por lo que su opinión se Convertirá en su realidad.

El **juicio** de valor es el resorte que impulsa la acción individual consecuente: aceptar o rechazar lo percibido

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**.

El saludo

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

En la antigüedad el saludo era una señal de paz

A través del tiempo el saludo ha evolucionado hasta su forma moderna que incluye:

Conservar la mano limpia y libre de sudor. Hay varios métodos para evitar saludar con el desagradable sudor, que podemos tomar en cuenta.

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 ambas las uniones del pulgar con el índice.

Apretar firmemente, pero sin lastimar, sacudiendo la mano del otro no más de un par de veces.

Evitar estas cosas durante el saludo:

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 a algún complejo de inferioridad

Princesa. Ofreciendo solamente la punta de los dedos.

Bomba de agua. No suelta la mano del otro y la sacude muchas veces. Puede malinterpretarse como falso.

Básicamente la autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma

Las “Aes” de la Autoestima.

Aprecio auténtico de uno mismo como ser humano, independientemente de lo que pueda hacer o tener, de tal manera que se considera igual aunque diferente a cualquier otra

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.

Autoestima

Cuando hablamos de autoestima, hablamos de Afirmación de ese ser humano falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por sí mismo.

Aprendamos a desarrollar nuestra autoestima.

Afirmación recibida. Es sumamente importante deleitarse con el aprecio, aceptación, afecto y atención que otras personas le brindan desinteresadamente.

Afirmación compartida. La persona que tiene elevada autoestima, tiende a generar y fortalecer la autoestima de aquellos y aquellas con quienes se relaciona