

**NOMBRE DEL ALUMNO:** Noemi Gómez Méndez.

**NOMBRE DEL PROFESOR:** Lic. Luis Miguel Sánchez Hernández.

**NOMBRE DEL TRABAJO:** Cuadro sinóptico “Componentes de la imagen”

**MATERIA:** Proyección Profesional.

**GRADO:** Octavo Cuatrimestre.

# COMPONENTES DE LA IMAGEN

- **FÍSICO** { Una buena presencia física depende básicamente de dos factores.
  - **FORMA DE CAMINAR:** con el simple acto de caminar estamos comunicando un gran número de mensajes.
  - **LA POSTURA:** una buena postura: es la forma de pararse y también es un código de comunicación.
- **¿QUÉ ES LA IMAGEN PERSONAL?** { Refleja la manera en que queremos relacionarnos con el mundo y los demás. Por lo tanto, la imagen es percepción que se convierte en identidad y con el tiempo la reputación.
- **BUENA IMAGEN** { Proyectar una imagen de credibilidad y seguridad, se ha convertido en una herramienta fundamental a la hora de promover la confianza y generar autoridad, liderazgo y poder.
  - La limpieza, la vestimenta, el entusiasmo, carisma y la personalidad de éxito son formas que se deben usar para una buena imagen
- **EL SALUDO** { El saludo, junto con el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación.
  - Un buen saludo 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; Deslizar la mano dentro de la del otro hasta que se produzca el contacto completo y por ultimo apretar firmemente.
- **JUNTAS DE TRABAJO** { Son modelos de comunicación que estimulan la eficacia de la toma de decisiones de la toma de decisiones y contribuyen al éxito de los resultados.
  - Se debe tener un orden específico de las acciones a realizar en una junta y que esta sea un éxito. Desde el lugar, el número de personas a asistir, refrigerios, orden del día, etc.
- **BUENA POSTURA** { La postura es cómo mantiene o sostiene su cuerpo. Existen dos tipos. Una mala postura afecta la salud.
  - 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
- **CULTO AL VESTIR** { Elegante es un adjetivo que significa “dotado de gracia, nobleza y sencillez”
  - Las personas del estilo elegante son aquellos que proyectan ser refinados, educados, reflejan estatus pero de manera sencilla, es decir, discreta. Provocan admiración, autoridad y respeto.
- **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.
  - se fomenta básicamente por medio de dos fuentes que están profundamente ligadas entre sí: la autopercepción, que proviene de la observaciones y evaluaciones que se hace uno mismo; y de la percepción de la imagen que los demás tienen de nosotros, todo esto, sin duda, condicionado por el contexto social en el que se desenvuelve la persona.