



Nombre de la alumna:

Eligia Mabel Maldonado Domínguez

Nombre del profesor:

Javier Iván Godínez

Materia:

Proyección Profesional

Nombre del trabajo:

Cuadro sinóptico

Grado y Grupo:

8vo cuatrimestre "C"

PASIÓN POR EDUCAR

¿QUÉ ES IMAGEN PERSONAL?

¿Qué es?

abarca primeramente una sensación que se canaliza al sistema nervioso central para de ahí pasar al proceso cerebral de la;

- aprehensión
- desciframiento
- comprensión.

podemos definir la imagen personal como:

la identidad que, a través de su indumentaria y cuidado de sus rasgos físicos.

la persona construye de sí misma para presentarse en sociedad como prolongación de su papel en la sociedad.

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.

las terceras, objeto de nuestro estudio que son las que

una vez conformadas mediante el proceso psicofísico

pueden producir efectos en la conducta de los individuos.

Percepción

“la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos”.

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.

Estas causas siempre serán externas, ajenas al individuo

y el efecto será interno, ya que se produce dentro del mismo individuo, en su mente.

EL SALUDO

¿Qué es?

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.

Originalmente el contacto se hacía llevando la mano

hasta el antebrazo para demostrar que no se guardaba ninguna arma bajo la manga.

Evolución del saludo

Conservar la mano limpia y libre de sudor.

Si el sudor es un problema, lleve siempre consigo un pañuelo y limpie sus manos antes de saludar.

Extender ampliamente su mano derecha con el pulgar hacia arriba

a y el resto de los dedos juntos.

Deslizar la mano dentro de la del otro hasta que se produzca el contacto completo

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

Evitar saludar como:

Pescado muerto. De manera débil y aguada que transmite falta de entusiasmo y energía

Princesa. Ofreciendo solamente la punta de los dedos.

Truena-huesos.

Que se puede traducir como un intento de intimidación, como compensación a algún complejo de inferioridad.

Si llegar a toparse con uno de estos, protéjanse apretando también lo más que puedan.

Sándwich. Tomar y sostener durante un tiempo con las dos manos la mano del otro puede tomarse como compasivo.

Bomba de agua. No suelta la mano del otro y la sacude muchas veces.

AUTOESTIMA

¿Qué es?

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.

Aceptación tolerante de nuestras debilidades, errores y fracasos.

Un ser humano puede errar, como todos los demás, y no le extraña ni entristece demasiado el hecho de fallar alguna vez.

Afecto

actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo

de tal suerte que la persona se sienta en paz y no en guerra, con sus pensamientos y sentimientos

con su imaginación y con su cuerpo

Atención

cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales.

No nos referimos a las "necesidades creadas" artificialmente por la publicidad agresiva y engañosa.

Afirmación propia

Pensar positiva y realistamente acerca de nosotros mismos.

estar más dispuesto a comprenderse y perdonarse

defender nuestros derechos sin lesionar a los ajenos.

tomar conciencia de nuestros puntos fuertes como de nuestros puntos débiles,

de nuestros logros como de nuestros fracasos

Dimensión de autoestima

- Dimensión física
- Dimensión afectiva
- Dimensión social

- Dimensión Académica
- Dimensión ética

Características de la persona con elevada autoestima

- Independiente, con iniciativa, espontánea.
- Orgullosa de sus logros.
- Responsable, comprometida.

- Tolerante a las frustraciones.
- Entusiasta, asume retos y desafíos.
- Capaz de persuadir, creativa y con tendencia al liderazgo.

Referencias

UDS. (2021). Antología de Proyección Profesional . En I. Godinez.