



- Materia: proyección profesional.
- Carrera: Lic. Enfermería.
- Trabajo: cuadro sinóptico.
- Semestre/ cuatrimestre: 8 "c"
- Maestro/a: Godínez Hernández Javier Iván.
- Alumno: Sánchez espinosa Iván Julián.



1.2 ¿Qué es imagen personal?

¿Qué es?

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.

La percepción

Se trata de "la acción y efecto de percibir"

Percepción es "la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos".

Por eso es que podemos identificar imagen con percepción y desprender que nuestra imagen será la manera como somos percibidos.

Imagen pública

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

Características

Características podemos inferir de una persona en relación a la imagen personal que muestra y al cuidado de la misma:

- La importancia de la imagen personal
- posicionamiento en la sociedad

- Su personalidad
- estilo de vida

Imagen pública

Será la percepción compartida que provocará una respuesta colectiva unificada.

Imagen es la percepción que se convierte en la identidad y con el tiempo en la reputación.

$$\begin{aligned} & \text{ESTÍMULO} \\ & + \text{RECEPTOR} \\ & \hline & = \text{PERCEPCIÓN} + \text{IDENTE} = \text{IMAGEN} \\ & + \text{OPINIÓN} \\ & \hline & = \text{IDENTIDAD} + \text{TIEMPO} = \text{REPUTACIÓN} \end{aligned}$$

1.4 El saludo

El saludo

Junto con el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación

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

- a) Conservar la mano limpia y libre de sudor
- b) Extender ampliamente su mano derecha con el pulgar hacia arriba y el resto de los dedos juntos
- c) Deslizar la mano dentro de la del otro hasta que se produzca el contacto completo

Por favor evite saludar como:

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

Princesa. Ofreciendo solamente la punta de los dedos.

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

Por favor evite saludar como:

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

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

Puede malinterpretarse como falso.

1.8
Autoestima

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.

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 persona.

Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos

Aprendamos a desarrollar nuestra 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.

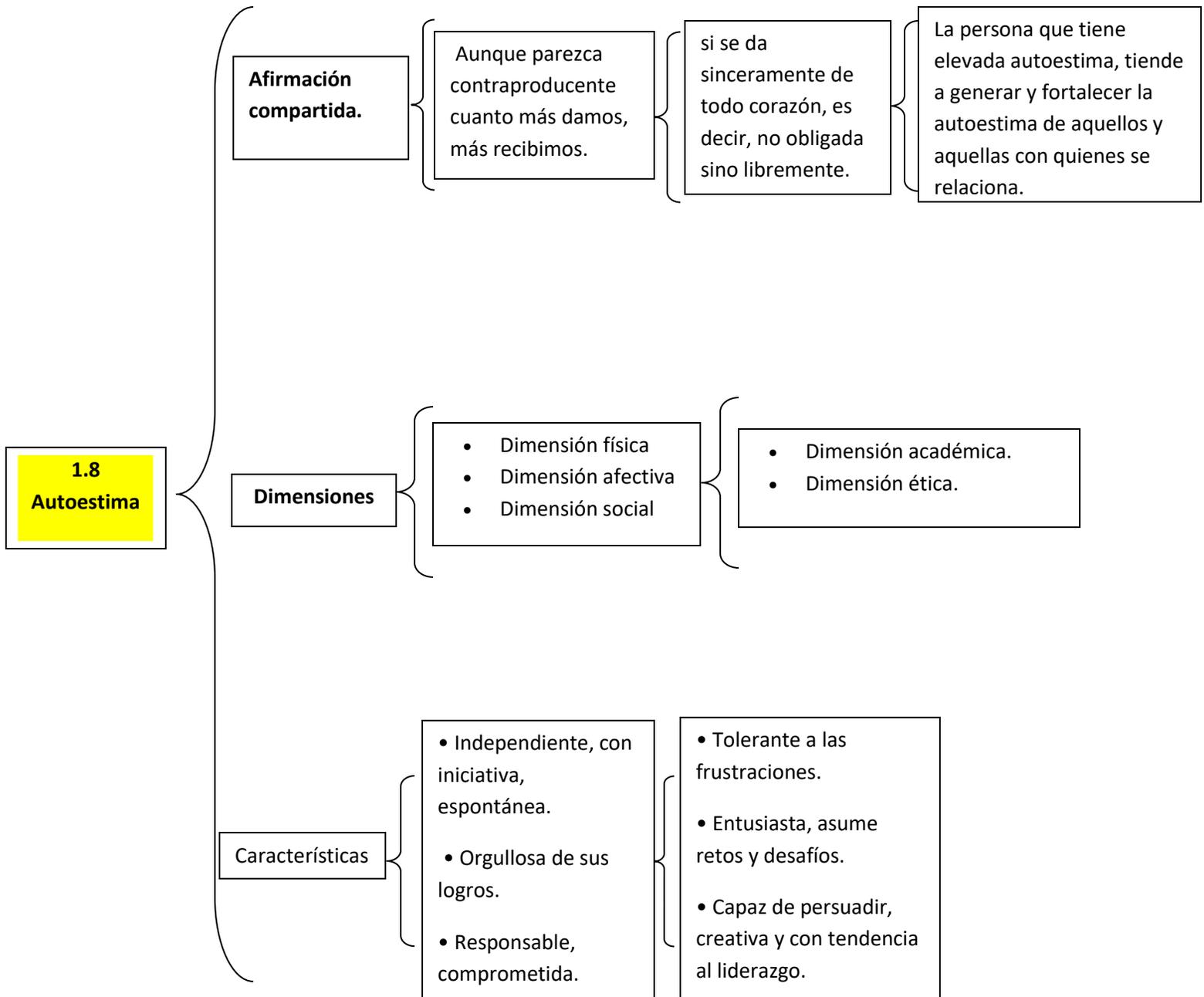
Dependerá de la voluntad y perspectiva de éxito que se tenga

Afirmación propia.

A medida que la persona crece puede y debe depender menos de la afirmación que viene de otros;

es mejor aprender a afirmarse uno mismo a través de, por ejemplo, las siguientes situaciones:

- Pensar positiva y realístamente acerca de nosotros mismos.
- Tomar conciencia de nuestros puntos fuertes como de nuestros puntos débiles.



Bibliografía

- Gordo, V. (2003) Imagología. México: Grijalbo.
- Gordo, V. (1999). El poder de la imagen. México: Edamex.