



**Nombre del alumno: Daniela calderón Sánchez.**

**Nombre del profesor: Javier Iván Godínez.**

**Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico.**

**Materia: Proyección profesional.**

**Grado: Octavo cuatrimestre.**

**Grupo: "A"**

Comitán de Domínguez Chiapas a 20 de enero del 2021.

# COMPONENTES DE LA IMAGEN.

## Imagen personal.

- Identidad que a través de su indumentaria y cuidado de rasgos físicos la persona construye de sí misma para presentarse en sociedad.

Manera de ser. Comportamiento.  
Manera de vivir. Vestimenta.

- Tipos de imagen mental.

- Memoria visual o fotográfica.

Puede reproducir de la memoria, interrelacionar ideas y crear, es decir la capacidad de imaginar.

- Capacidad de crear imágenes.

Pueden producir efectos en la conducta de los individuos.

- Proceso físico-psicológico.

Retención en nuestra mente de lo percibido y su capacidad de reproducirlo.

- Percepción.

- “la acción y efecto de percibir”.

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

- Imagen pública.

Percepción compartida que provocará una respuesta colectiva unificada.

## El saludo.

- Es un acto comunicacional en que una persona hace notar a otra su presencia generalmente a través del habla o de algún gesto.
- Conservar la mano limpia y libre de sudor.
- Extender ampliamente la 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.
- Apretar firmemente, pero sin lastimar, sacudiendo la mano del otro no más de un par de veces.

## Autoestima.

- Conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo.

- Aprecio auténtico de uno mismo como ser humano, independientemente de lo que pueda hacer o tener.

- Talentos.
- Habilidades.
- Cualidades corporales, mentales, espirituales.

- Afecto. { Actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo.

- Atención. { Cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales.

Dimensiones del autoestima.

- Física. { Referida al hecho de sentirse atractivo(a) físicamente, no condicionado por estereotipos estéticos, ni prejuicios raciales o de género.
- Afectiva. { Se refiere al sentimiento de ser aceptado y querido por los demás y al conocimiento y aceptación de las características.
- Social. { Es sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales y el sentimiento de pertenecer a un grupo o comunidad.
- Académica. { Autopercepción de su capacidad de enfrentar con éxito las exigencias de los estudios que lo conduzcan.
- Ética. { Se refiere a sentirse una persona buena y confiable, segura de su integridad personal y capaz de cuestionar.
- Características. {
  - Independiente, con iniciativa, espontánea.
  - Orgullosa de sus logros.
  - Responsable, comprometida.
  - Tolerante a las frustraciones.

UDS. (2021.). ¿Qué es la imagen personal?, El saludo, Autoestima. En UDS., *Proyección profesional*. (págs. 10-36.). COMITAN DE DOMINGUEZ CHIAPAS. .