



**UNIVERSIDAD DEL SUR**  
**PROYECCION PROFESIONAL**

**DOCENTE**

**NAHIELI CAMAS CAMERAS**

**ALUMNO**

**MARCO DE JESUS MORALES GARCIA**

**ACTIVIDAD**

**REALIZA UNA ILUSTRACION A CERCA DEL CULTO AL  
VESTIR Y SOBRE LA AUTOESTIMA**

“Pocos ven lo que somos, pero todos ven lo que aparentamos”. Si se sigue esta máxima de Nicolás Maquiavelo, se comprende la importancia que juega la apariencia física en los grupos de poder. Si en el fondo todos somos iguales, los ‘poderosos’ deben buscar su gracia en la forma, o sea, en la apariencia.

La primera impresión o el primer concepto que una persona desconocida va a tener sobre nosotros va a depender de nuestra apariencia física y, por tanto, de nuestra manera de vestir.

La forma en que vamos vestidos habla de nosotros, transmite información. De ahí la importancia de ir vestido de manera adecuada según las circunstancias. Así, por ejemplo, cuando una persona va a una entrevista de trabajo, normalmente analiza qué vestimenta es la más adecuada y la que más le puede beneficiar para esa entrevista, irá vestida de una u otra manera según el puesto al que aspire, vestirá de forma diferente si se trata de una entrevista para trabajar en una discoteca o si se trata de una entrevista para un trabajo en un bufete de abogados.

En la forma de vestir se refleja parte de la personalidad de cada uno, se puede apreciar el buen gusto, la estridencia, la provocación, la elegancia, refleja si la persona es más clásica o se deja guiar más por la moda, si es más agresiva o más pacífica, también encontramos diferencias según la edad.

La ropa conlleva una búsqueda de identidad o de diferenciación con los demás. Por ello, adquiere tanta importancia para algunos jóvenes que encuentran en ella su identidad personal y su pertenencia a un

grupo. Para algunos, la ropa también supone un status social, sobrevaloran la ropa de firmas importantes y consideran como sinónimo de saber vestir, llevar ropa de marca o bien la consideran como una ostentación o un símbolo de riqueza.

No hay formas de vestir correctas, lo importante es que esté acorde con nuestra forma de pensar y nos haga sentir cómodos con nosotros mismos, no debemos preocuparnos por lo que los demás opinen sobre cómo vestimos, siempre y cuando sea adecuada a las circunstancias.

Según la ocasión iremos vestidos de una u otra forma, pero siempre de manera apropiada. No nos vestiremos de igual forma si vamos a un concierto de música rock o si vamos a trabajar en un banco. Cada situación requiere una forma determinada de ir vestido y saber vestirse adecuadamente y en base a nuestra personalidad es fundamental para sentirnos cómodos y seguros.

Existen estudios que han comprobado que el buen vestir influye en la autoestima. Sobre todo, en ámbitos como el profesional. Obviamente vestir con ropa de calidad no te convierte en mejor profesional. Pero influye en mejorar tu autoestima y, por tanto, tu confianza.

Cuando piensas que la ropa que llevas te ofrece un alto grado de calidad, tu autoestima aumenta. Como resultado, te sientes mejor y obtienes mayor confianza en ti mismo para realizar una determinada tarea.

La confianza disminuye la ansiedad y el nerviosismo generados por querer hacer muy bien una determinada tarea. Cuanto mayor sea

nuestra autoconfianza menor será la presión. Probablemente nos parezca más fácil enfrentarnos a esas tareas.

Así lo concluyen los estudios realizados por las siguientes universidades: Notre Dame, Penn State y Kentucky. De todos ellos se hizo eco la revista Forbes.

La autoestima es la percepción que se tiene de uno mismo.

Mirarnos en el espejo, observarnos bien vestidos, cómodos, sentir el confort de nuestra imagen en la propia piel... Inevitablemente nos hace sonreír.

La vestimenta también es una potente forma de comunicación no verbal que transmitimos a los demás. En una sociedad que da especial importancia a la imagen es importante sentirse seguro de uno mismo porque transmite esa misma seguridad a los demás.

Por ello la vestimenta y estilo de cada uno es como el espejo en el que no podemos vernos directamente, pero en el que los demás nos ven y reconocen.

si aún crees que no es tan importante vestir bien, que en tu caso no es necesario todavía, o que ya es muy tarde para considerar un cambio en tu estilo... Estás cayendo en un gran error.

La confianza es algo inherente al ser humano. No entiende de edades, ni de condiciones. Mejorar poco a poco nuestro estilo sin arriesgar en comodidad es una buena fórmula para incrementar nuestra autoestima.