



Alumno: Orlando Morales Domínguez

Profesor: Javier Iván Godínez

**UNIDAD I. COMPONENTES DE LA
IMAGEN**

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 8° Cuatrimestre

Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas a 21 de enero del 2021.

UNIDAD I.
COMPONENTES DE LA IMAGEN

¿Qué es la imagen personal?

Concepto

Todo el conjunto de cualidades que transmitimos en la imagen externa, expresión, actitud y aptitud.

Tipos

Las más elementales

Corresponden a la retención en nuestra mente de lo percibido y su capacidad de reproducirlo de manera más o menos exacta.

Segundas

Referidas a nuestra capacidad de crear imágenes, a la facultad de la mente que puede reproducir de la memoria, interrelacionar ideas y crear.

Terceras

Objeto de nuestro estudio que son las que, una vez conformadas mediante el proceso físico-psicológico, pueden producir efectos en la conducta de los individuos.

Percepción

Concepto

Respuesta a la información recibida a través de nuestros órganos sensoriales, incluyendo la interpretación de las sensaciones, dándoles significado y organización.

Imagen publica

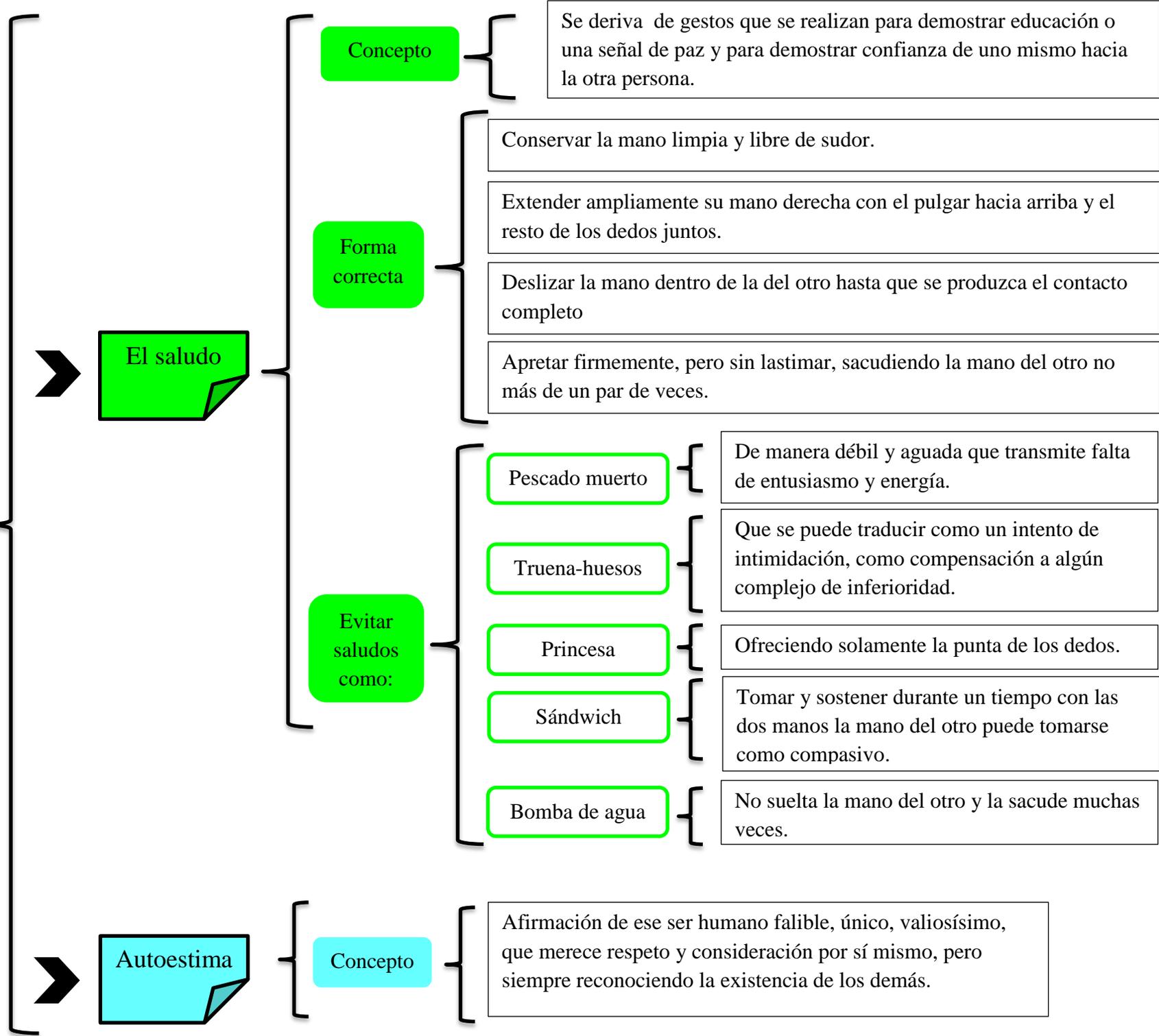
Conclusiones básicas

Es un resultado y por lo tanto está provocada por algo.

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.

Imagen mental compartida transmitida a imagen mental colectiva dando pasó a la imagen pública.



El saludo

Concepto

Se deriva de gestos que se realizan para demostrar educación o una señal de paz y para demostrar confianza de uno mismo hacia la otra persona.

Forma correcta

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

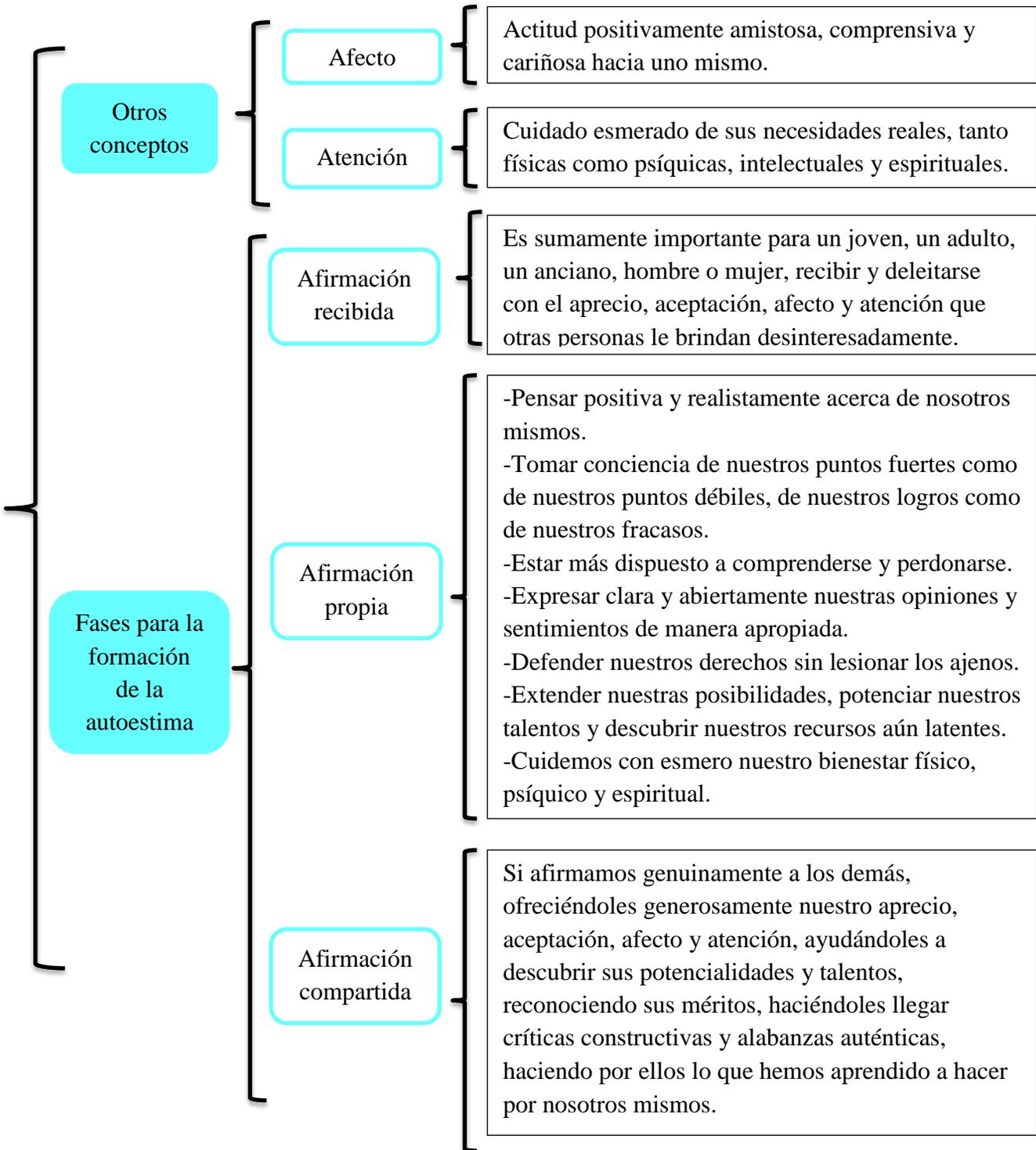
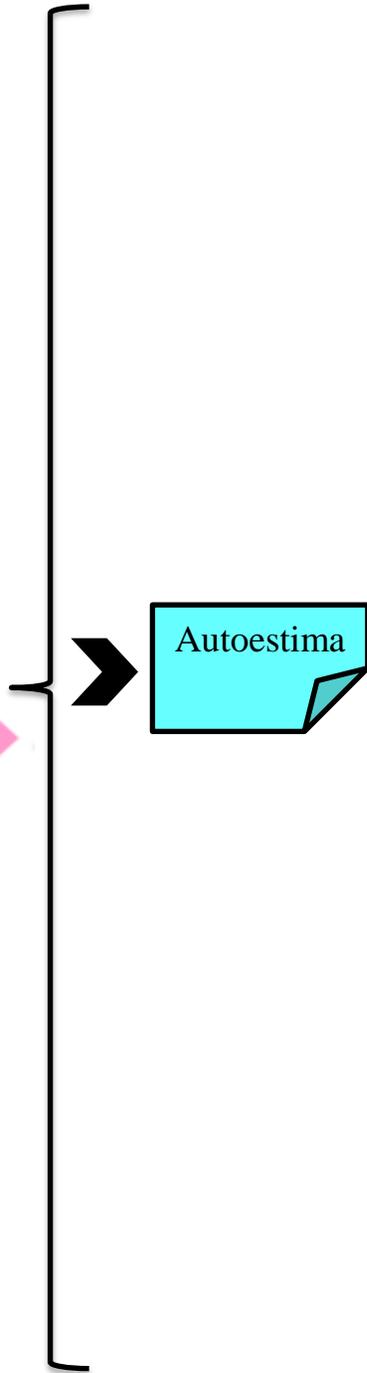
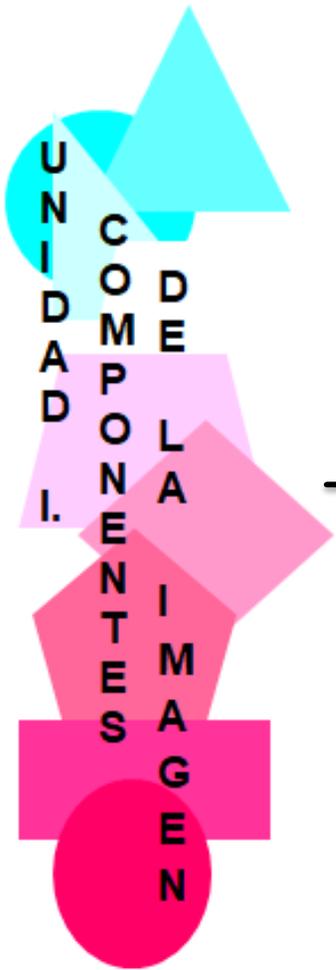
Evitar saludos como:

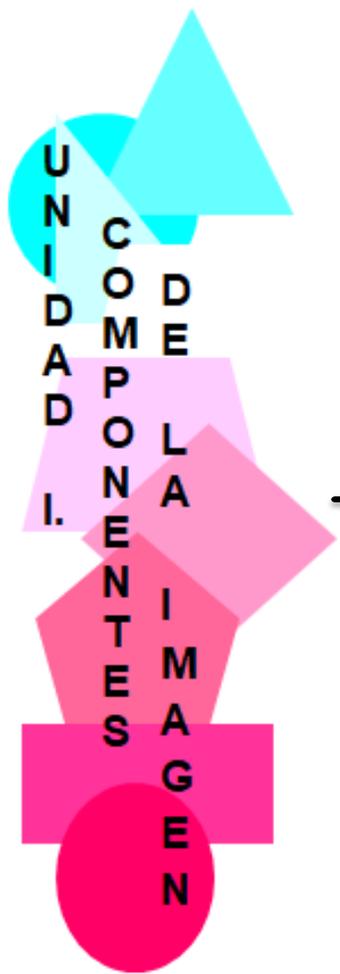
- Pescado muerto
 - De manera débil y aguada que transmite falta de entusiasmo y energía.
- Truena-huesos
 - Que se puede traducir como un intento de intimidación, como compensación a algún complejo de inferioridad.
- Princesa
 - Ofreciendo solamente la punta de los dedos.
- Sándwich
 - Tomar y sostener 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

Concepto

Afirmación de ese ser humano falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por sí mismo, pero siempre reconociendo la existencia de los demás.





Autoestima

Dimensiones del autoestima

- Dimensión física { Referida al hecho de sentirse atractivo(a) físicamente, no condicionado por estereotipos estéticos, ni prejuicios raciales o de género.
- Dimensión afectiva { Se refiere al sentimiento de ser aceptado y querido por los demás.
- Dimensión social { Es sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales.
- Dimensión académica { A es la autopercepción de su capacidad de enfrentar con éxito las exigencias de los estudios.
- Dimensión ética { Se refiere a sentirse una persona buena y confiable.

Asertividad

Capacidad de identificar sus derechos, aspiraciones y necesidades; expresándolos y logrando llevarlos a cabo, sin afectar a los demás.

Características persona con autoestima

- Elevada {
 - 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.
- Baja {
 - Apática, temerosa, angustiada. • Tiene complejo de inferioridad o superioridad. • Insegura, sin iniciativa. • Débil frente a la frustración, se derrumba fácilmente. • Tendiente a vivir de la opinión ajena. • Desconfía de sí mismo y de los demás.

Fuente:

- Godínez, J. I. (2021, enero-abril). Proyección profesional. Universidad del sureste. Pp 11-39. Pdf