

LICENCIATURA EN ENFERMERIA 8° B

DOCENTE
JAVIER IVAN GODINES HERNANDEZ

ALUMNO:

DANIELA HERNANDEZ ABARCA

MATERIA:

PROYECCION PROFESIONAL

ACTIVIDAD:

CUADRO SINÓPTICO

FECHA:

13 DE ENERO DE 2021

PROYECCIÓN PROFESIONAL

1.2 ¿ QUÉ ES IMAGEN PERSONAL?

IMAGEN PERSONAL

Se involucra un proceso físico-psicológico de percepción.

TIPOS DE IMAGENES

- **LAS MAS ELEMENTALES**: una especie de memoria visual o fotográfica.
 - **CAPACIDAD DE CREAR IMAGENES**: es decir la capacidad de imaginar.
OBJETO DE NUESTRO ESTUDIO: Estas son las imágenes mentales que habiendo quedado grabadas en la memoria van a influir en las preferencias y por lo tanto en las decisiones del ser humano son consecuencia de las percepciones acumuladas que necesitan de la coherencia como ingrediente indispensable para producir la reacción de la gente.

LA PERCEPCIÓN

Es "la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos". Lo que con toda sencillez podría interpretarse como el tanto en las decisiones del ser humano son consecuencia de las percepciones acumuladas que necesitan de la coherencia como ingrediente indispensable para producir la reacción de la gente.

IMAGEN PÚBLICA

Es la percepción compartida que provocará una respuesta colectiva unificada.

El saludo, junto con el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación

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 LA MANO DERECHA CON EL PULGAR HACIA ARRIBA Y EL RESTO DE LOS DEDOS JUNTOS.

DEBILITAR LIGERAMENTE DENTRO DE LA DEL OTRO HASTA QUE SE PRODUZCA EL CONTACTO COMPLETO.

APRETAR FIRMEMENTE PERO SIN LASTIMAR

1.4 EL SALUDO

¿ 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.

LAS "AES" DE LA AUTOESTIMA

Aprecio auténtico de uno mismo como ser humano

Un aprecio que incluye todo lo positivo, que pueda haber en uno mismo: talentos, habilidades, cualidades corporales, mentales, espirituales

Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos.

Un joven que se acepta, reconoce serenamente los aspectos desagradables de su personalidad. Se responsabiliza de todos sus actos, sin sentirse

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

Atención

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

1.8 AUTOESTIMA

APRENDAMOS A DESARROLLAR NUESTRA AUTOESTIMA.

- **AFIRMACIÓN RECIBIDA**: Es sumamente importante para un joven, un adulto, un anciano, hombre o mujer, recibir y deleitarse con el aprecio, aceptación, afecto y atención que otras personas le brindan desinteresadamente.
 - **AFIRMACIÓN PROPIA**: Tomar conciencia de nuestros puntos fuertes como de nuestros puntos débiles, de nuestros logros como de nuestros fracasos (privilegiando lo positivo).
 - **AFIRMACIÓN COMPARTIDA**: La persona que tiene elevada autoestima, tiende a generar y fortalecer la autoestima de aquellos y aquellas con quienes se relaciona

DIMENSIONES DE LA AUTOESTIMA

- **DIMENSIÓN FÍSICA**: Un líder empresarial se acepta como es y cuida su apariencia personal y su salud.
 - **DIMENSIÓN AFECTIVA**: Ello permite mostrar sentimientos positivos al relacionarse con otras personas.
 - **DIMENSIÓN SOCIAL**: La capacidad para establecer relaciones sociales en general, y con personas del sexo opuesto en particular, es también parte de esta dimensión de la autoestima.
 - **DIMENSIÓN ACADÉMICA**: Se 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, segura de su integridad personal y capaz de cuestionar y cambiar críticamente sus ideas, comportamientos e incluso sus principios, si es necesario, sin dañar su identidad.