



**Nombre de alumno: Queili yedani
Escandón López**

**Nombre del profesor: Javier Ivan
Godinez Hernandez**

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico

Materia: Proyección profesional

Grado: 8°

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: "C"

Comitán de Domínguez Chiapas a 13 de marzo del 2021.

¿Qué es imagen personal?

Cuando partimos desde cualquiera de los criterios de imagen personal, nos daremos cuenta de que en todos va involucrado un proceso físico-psicológico de percepción, a la cual abarca primeramente una sensación que se canaliza al sistema nervioso central para de ahí pasar al proceso cerebral de la aprehensión, desciframiento y comprensión de la causa que la produjo traduciéndola en un efecto semejante a una experiencia o vivencia que a su vez se convierte en una imagen mental.

La percepción

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 y que serán los demás quienes nos la otorgarán basados en lo que hayan sentido de nosotros.

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: aceptar o rechazar lo percibido.

Cuando la imagen mental individual es compartida por un público o conjunto de públicos se transforma en una imagen mental colectiva dando paso a la imagen pública.

Qué es imagen personal, el saludo y Autoestima

El saludo

El saludo, junto con el contacto visual y la sonrisa son nuestra mejor tarjeta de presentación, ya que en la antigüedad el saludo era una señal de paz.

Se dice que originalmente el contacto se hacía llevando la mano hasta el antebrazo para demostrar que no se guardaba ninguna arma bajo la manga.

El saludo ha evolucionado hasta su forma moderna como:

- 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, es decir hasta el límite en el que se toquen ambos las uniones del pulgar con el índice.
- Apretar firmemente, pero sin lastimar, sacudiendo la mano del otro no más de un par de veces.

Autoestima

Básicamente la autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma; para otros, ya que también es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo, porque cuando hablamos de autoestima, hablamos de afirmación de ese ser humano falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por sí mismo, pero siempre reconociendo la existencia de los demás.

Puede haber en uno mismo: talentos, habilidades, cualidades corporales, mentales, espirituales.

Dimensiones de la autoestima

- Dimensión física
- Dimensión afectiva
- Dimensión social
- Dimensión académica
- Dimensión ética

- Aprecio auténtico de uno mismo como ser humano,
- Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos
- Un aprecio que incluye Disfrutar de nuestros logros sin
- Jactancia de todo lo positivo,

Un joven

- Se acepta y reconoce serenamente los aspectos desagradables de su personalidad.
- Se responsabiliza de todos sus actos, sin sentirse excesivamente culpable por los desacertados.
- No le asustan sus defectos y prefiere triunfar,
- pero no se hunde cuando pierde: Afecto: y atención