



Nombre de la alumna: Beyra Alejandra
Ovando Flores.

Nombre del profesor: Likza Hally Roblero
Muñoz.

Nombre del trabajo: Ensayo unidad 1 y 2.

Materia: Proyección profesional

Grado: Octavo Cuatrimestre

Grupo: "C"

Frontera Comalapa, Chiapas a 14 de marzo de 2021.

INTRODUCCIÓN

En este trabajo se encontrarán temas muy importantes a cerca de los componentes de la imagen la cual está conformada por el físico, buena imagen, el saludo entre otros componentes que son muy necesarios aplicar en nuestra vida para obtener una buena presentación y mejores resultados. Así mismo se verán las acciones estratégicas para establecer la imagen personal la cual nos ayudara a tener una buena imagen y así estar consientes de nuestra identidad profesional y personal y lograr ser un verdadero profesional aplicando estos puntos que veremos a continuación.

DESARROLLO

El físico depende de dos factores que son la postura y la forma de caminar, ambas son necesarias aplicarlas porque son una forma de comunicar sin necesidad de utilizar el habla. La imagen personal es un proceso fisio-psicológico de percepción entonces al utilizar el físico correctamente nuestra imagen personal da una percepción que nos lleva a mejorar lo que estamos haciendo.

La imagen pública señala la representación o figura de una persona o una entidad que realiza una sociedad. Esto quiere decir que la imagen pública se compone del conjunto de rasgos reconocidos por la comunidad.

La percepción es la imagen que se percibe por si mismo y de los demás.

Una buena imagen es un reto para un profesional ya que al tener una buena imagen les da la oportunidad de dar créditos demostrando seguridad y credibilidad. La forma de vestir es uno de los requisitos para obtener una buena imagen.

El saludo junto con el contacto visual y la sonrisa son aliados para obtener una tarjeta de presentación. El saludo al paso del tiempo a evolucionado y nos enseña a como saludar de manera correcta:

- tener las manos limpias y libre de sudor
- extender ampliamente su mano derecha con el pulgar arriba
- apretar firmemente

tambien nos enseña como no debemos saludar:

- de manera debil y aguada
- tratando de traducir intento de intimidación
- ofreciendo solamente la punta de los dedos
- tomando y sosteniendo un tiempo con las dos manos la mano del otro
- no suelta la mano del otro sacudiendola muchas veces

Juntas de trabajo es una reunión de personas pertenecientes a determinada entidad para tratar asuntos de la misma la cual hay pasos para tener una buena reunión y son:

- tener claro el tema que se llevara a cabo
- se celebran el lugar y hora determinados
- definen el orden del día
- tener lista de temas para discutir
- elaboracion de minuta
- si el tema es facil de solucionar no citar
- reflexionar sobre los motivos
- considerar qué pasaría si no se celebra una reunión habitual

Algo importante de mantener una postura saludable durante las actividades cotidianas, no sólo ayuda a prevenir dolores de cuello, espalda, cintura, sino también a evitar que esos problemas se intensifiquen con el tiempo, también el pararse derecho hace que tu postura se vea mejor. Culto al vestir se refiere a como vestirnos de manera correcta para cualquier ocasión. La forma en que vamos vestidos habla de nosotros eso también transmite información. Es importante vernos bien a donde vallamos mas si hay profesionalismo de por medio, por ejemplo, a una entrevista de trabajo es necesario saber cómo se debe vestir apropiadamente porque demostramos la seguridad y confianza de lo que estamos haciendo.

La autoestima es el sentimiento que nos hace valorar nuestra personalidad y querernos a nosotros mismos, también es una motivación que nos permite avanzar en lo que deseamos y destacar nos valla bien o mal seguir intentando hasta obtener lo que deseamos.

El concepto de comunicación no verbal es muy amplio. Según, A. M. Cestero (1999) abarcaría todos los signos y sistemas de signos no lingüísticos que comunican o se utilizan para comunicar.

Esto quiere decir que la comunicación no verbal es transmitir a través de gestos, señas. Un claro ejemplo es como se comunican las personas sordomudas, a través de señales ya sea con las manos o gestos.

El discurso es el medio donde las personas dan a conocer sus opiniones, sus metas a seguir por ejemplo los presidentes, el discurso se conforma por:

- introducción
- desarrollo
- clímax
- conclusión

Las competencias individuales son aquellos rasgos individuales y características que nos permite desempeñar de forma óptima un puesto de trabajo.

En cuanto las competencias profesionales son las habilidades y aptitudes para desempeñar un empleo.

La oralidad es una forma de comunicación entre seres humanos, por tanto, funcionan para expresar nuestros pensamientos, ideas, deseos y sentimientos a otros, es decir, compartir información que por lo general genera una acción o reacción por parte del receptor.

CONCLUSIÓN

En conclusión, el tener una presencia física damos a demostrar seguridad y seriedad en lo que hacemos; si ponemos en práctica los componentes de la imagen obtendremos mejores resultados en los lugares que queramos trabajar. Al saber manejar la imagen personal se logra impactar positivamente en la opinión que se tiene de ti, convirtiéndola en un medio para alcanzar tus objetivos.

BIBLIOGRAFÍA

Cesteros, A. M. (1999). *Comunicación no verbal y enseñanza de lenguas extranjeras*. Madrid: Arcos/Libros.