

Nombre de alumnos:

Karla Francisca Gómez González

Nombre del profesor:

Lic. Likza Hally Roblero Muños

Nombre del trabajo:

Ensayo “Componentes de la imagen y Acciones estratégicas para establecer la imagen personal”

Materia:

Proyección Profesional.

Grado: 8vo cuatrimestre **Grupo:** C

INTRODUCCION.

El presente ensayo hablaremos sobre Proyección profesional que es una forma de definir una visión, establece una serie de pasos a seguir para poder obtener un buen resultado a lo largo de una carrera laboral y también personal, proyección profesional nos ayuda a poder identificar de manera adecuada a las diferentes personas con las que interactuamos día a día. Debemos de obtener conocimiento acerca de cada una de sus estrategias para el buen uso de proyección a realizar.

La imagen profesional tiene mucho que ver con la imagen personal, ya que van de la mano para poder dejar una buena impresión a las personas y así poder obtener muy buenos resultados, aprender a ser carismáticos con los demás para poder socializar y brindar confianza en sí mismo.

Físico

En proyección profesional debemos de tener en cuenta que el **físico** es muy importante, tener una muy buena postura y una buena manera de caminar habla mucho sobre nosotros, muchas personas caminan por naturaleza de una forma muy distinta a los demás y esa forma de caminar transmite lentitud, pereza, preocupaciones en ella.

Si nos guiáramos de una forma correcta para caminar con la cabeza en alto y con pasos muy largo entonces generaríamos preocupaciones, prisas por llegar al lugar destinado o también despreocupaciones pero una persona que se toma las cosas con calma y define bien sus tiempos,

Ambas cosas genera confusión ya que transmite un **lenguaje corporal** por que su estado de ánimo que lleva esa persona expresa falta de energía o bien si va con prisa genera preocupación, estando sentados o parados generamos o transmitimos diferentes códigos de comunicación.

La imagen personal

Es lo que los demás perciben ya sea nuestra apariencia, forma de vestir, de actuar y sobre todo nuestro cabello si está bien presentable o no habla mucho de nosotros, al trabajar en algo profesional debes de cuidar tu imagen para no provocar incidentes no deseados,

Como bien sabemos lo importante es la **imagen** que llevamos por dentro, debemos de proyectar lo interno ya que es muy importante porque si solo tienes una imagen externa pero la interior no es cómo debe de ser estaremos en serios problemas, la imagen ideal se construye desde pequeños cuando deseamos ser como tal artista o profesionista, estos son elementos que están en constante movimiento.

Percepción

Como trabajadores o ya sea jefes debemos de **percibir** tener una idea de cómo es esa persona para así poder interactuar más cómodamente con ella, así como nosotros

percibimos también nos perciben y se dan una idea de cómo nos proyectamos ante tal situación.

Cuando nos presentamos a una entrevista de trabajo nuestra imagen debe de ser presentable nosotros debemos de ir bien vestidos con la ropa adecuada la forma de sentarse de saludar debe de ser correcta para dejar buena impresión y que vean que si realmente existe una valoración y respeto de nosotros mismos y así también para un personal y jefe en un ámbito laboral.

Saludo

Al saludar a las personas debemos de conservar limpieza, saber extender ampliamente su mano derecha con el pulgar hacia arriba y el resto de los dedos juntos, apretar firmemente pero sin lastimar, debemos de saludar correctamente porque eso habla mucho de la persona.

Dos tipos de juntas formales e informales:

Las juntas de trabajo formales son las que se realizan por, medio de un conjunto de personas para poder exponer diferentes tipos puntos de vista, fomentar una participación para soluciones de problemas, antes de realizar una reunión debemos de tener claro cuál será nuestro objetivo a lograr tener bien detallada una estructura de pasos a seguir para una buen trabajo.

Las juntas de trabajo no solo se realizan en las empresas sino también en las comunidades o barrios para tratar asuntos relacionados con el bienestar de cada uno de los ciudadanos pero sería informal ya que el líder no puede definir solo sus propias reglas, si asume un un cargo muy importante pero debe dejar una participación abierta sobre todo él debe de generar seguridad de sí mismo para poder controlar a un grupo de persona.

La postura

Es como se mantenemos o sostenemos nuestro cuerpo, existen dos tipos las cuales son:

Postura dinámica: de cómo es tu manera de correr o agacharte para recoger algo.

Postura estática: se refleja cuando estamos sentados o como dormimos.

Tener una buena postura estaríamos cuidando nuestra salud ya que si no tenemos una buena postura estaría afectando partes de nuestro cuerpo que nos dañaría y marcaría para toda la vida, por eso es muy recomendable tener presente los dos tipos de posturas que debemos de portar para estar saludables y reflejar algo positivo en nuestra imagen corporal.

Si tenemos una postura negativa tenemos que mejorarla para que nos ayude en muchas cosas, debemos de mantener la misma postura al realizar todas nuestras actividades, demostrar seguridad en sí mismos.

Cultos al vestir

Al hablar de cultos de vestimenta no necesariamente habla de portar ropa o diferentes accesorios caros si no tener una buena actitud para poder realizar las cosas con entusiasmo por que si tenemos si portamos ropa cara pero lo interior no es positivo estamos fallando en esa parte.

Autoestima

Tener buena autoestima es muy importante porque genera diferentes tipos de pensamientos, percepciones, debemos de aceptarnos tal y como somos nuestra forma de vestir nuestro físico es parte de nosotros que debemos de admirar digan lo que digan los demás debemos de enfocarnos en cuidarnos para nosotros mismos no para los demás.

2.- Acciones estadísticas para establecer la imagen personal.

“Como nos ven nos tratan” nos molestamos en ocasiones de la forma en la que se comportan con nosotros porque nos tratan mal pero debemos de hacer una autoevaluación de nosotros mismos para analizar que nosotros no tratamos bien a la personas y es por eso que nos tratan mal en ocasiones, se debe de tener carácter para poder interactuar con las personas.

Comunicación no verbal

La comunicación no verbal tiene que ver con gestos, sonidos, movimientos y otros elementos paralingüísticos, o sea, que suelen acompañar al uso del lenguaje verbal para matizarlo y encauzarlo. Tanto es así que es posible transmitir no verbalmente un mensaje contrario a lo que se expresa mediante las palabras.

No verbal nos referimos a todas aquellas formas de comunicación que no emplean la lengua como vehículo y sistema para expresarse. Es decir, todas aquellas vías de transmisión de un mensaje que no requieren de las palabras ni del lenguaje verbal.

Imagen corporal

Lo es todo y dice mucho más de nosotros que nuestras propias palabras, damos a entender en qué estado de ánimo estamos, si estamos nerviosos tristes contentos, además que es una manera para llegar a comunicar mejor el mensaje.

Discurso

Una forma de comunicación en la que un emisor construye un mensaje y lo transmite a un receptor utilizando un código que usualmente es el lenguaje a través de un canal, que puede ser oral o escrito.

Un discurso más específico hace referencia a la acción que ejecuta una persona cuando habla ante un público y emite un mensaje previamente preparado. Este tipo de discurso busca orientar respecto a un tema y es desarrollado de manera tal que capte el interés del público.

Competencias personales y profesionales.

Podemos decir que las competencias personales o profesionales son la sumatoria de los conocimientos, actitudes, valores y habilidades para desarrollar mejor sus actividades. Son la sumatoria integral del ser humano para vivir su vida, son las herramientas que le permitirán alcanzar sus metas y sueños.

Oralidad.

La oralidad, es algo heredado, que constituye en lenguaje en sí desde el principio. Es una forma comunicativa que va desde el grito de un recién nacido hasta un diálogo generado entre amigos.

Expresión escrita

Transmitir un mensaje mediante escritos, por ejemplo carteles y llamar la atención del público, dar a conocer mensajes positivos.

Conclusión

Como trabajadores sociales debemos de tener buena presentación más que nada primero autoevaluarnos para saber cómo esta nuestra autoestima y así poder atraer cosas positivas a las personas, en el ámbito laboral y personal debemos siempre actuar con seguridad de sí mismos amarnos, respetarnos, valorarnos no porque me lo pida alguien más si no porque nosotros queremos vernos bien.

Un trabajador social debe de transmitir buen entusiasmo tener carisma y saber atender y reaccionar en situaciones complicadas para poder proyectar una seguridad y que el usuario se sienta seguro de si mismo y en confianza, tenemos que hacer el cambio ya que hay muchos trabajadores sociales que atienden interactúan con las personas pero portando un carácter fuerte muy negativo que intimida a las personas cuando no es lo correcto.

Debemos mejorar la calidad de vida de personas en un estado vulnerable teniendo carisma y carácter positivos hacia nuestros ciudadanos.

Bibliografía:

<https://www.youtube.com/watch?v=DfVEVHi-HWw>

Antología UDS Proyección Profesional.