

**Nombre del alumno:**

**Nazareth González González**

**Nombre del profesor: Likza Hally  
Roblero Muñoz**

**Nombre del trabajo: Ensayo**

**Materia: proyección profesional**

**Grado: octavo cuatrimestre**

Frontera Comalapa, Chiapas a 19 de enero del 2021.

## Ensayo

### **Componentes de la imagen y acciones estratégicas para establecer la imagen personal**

La imagen es muy importante, porque nadie puede evitar proyectar una imagen, la forma en que vestimos, nuestros gestos hablan por sí solos, a través de ello reflejamos liderazgo, seguridad personal, experiencia, cultura, capacidad, autoestima, etc.

El físico es una de las mejores tarjetas de presentación del individuo a la hora de comunicar o expresar cosas, nuestra apariencia física resulta ser información no verbal, el cómo nos vemos y como otras personas nos perciben, también considerado una representación mental y virtual, que influye mucho en sociedad a la hora de relacionarnos con los demás.

**“William James dice que todos los seres humanos necesitamos del anhelo de ser aceptados por los otros”**

Y estoy de acuerdo; la preocupación por la imagen personal que todos queremos proyectar a los demás, no es una novedad de la sociedad actual; y se transmite con la expresión del cuerpo, la voz, el rostro, formas, volúmenes, colores, vestimenta y todos los adornos superficiales que se tienen que usar para encajar en sociedad.

Pero también es fundamental Cuidar de nuestra salud para tener buena garantía en nuestro físico, y proyectar buena imagen, proveniente de todo el conjunto de cualidades que transmitimos en la imagen externa; y de lo que se puede sobreponer, como, vestuario, maquillaje, peinado, accesorio, entre otros retoques que sea necesarios para corregir aquellos aspectos que no son de nuestro agrado, y que nos generen inseguridades, estos cambios nos darán una actitud más abierta y positiva hacia los demás.

**“La imagen personal: es la información que una persona transmite de forma consciente o inconsciente, a los otros, a través de las diferentes máscaras y lenguajes”**

Proyectar una imagen positiva y segura y seguridad, es una herramienta fundamental a la hora de promover la confianza y generar autoridad, liderazgo y poder.

Por lo tanto el tipo de ropa influye mucho en el impacto positivo o negativo que queremos transmitir; y el aspecto del culto al vestir abre puertas al éxito, lo cual hay

que saber utilizar para lograr nuestros objetivos, los colores influyen mucho para encajar en cierta ocasión.

### **Retomo lo que dice Pereira**

**“Lo importante es asumir en la mente y en el cuerpo una mixtura contextualizada, que realce el perfil integral que se busca tener. Siendo necesario lograr un equilibrio estratégico entre cuerpo, personalidad y competencias profesionales, sin tener una colección de Versace o de Armani”.**

Estoy de acuerdo con este autor;

Porque nuestras distintas capacidades no se mide con lo que llevamos puesto, pero si la imagen profesional es un elemento fundamental en cómo nos comienzan a percibir los demás. Este elemento crea un aura a nuestro alrededor que muestra a los demás el mensaje que hemos decidido transmitir. Identidad, vestimenta, actitud, comportamiento y discurso son los factores de la imagen profesional que influyen mucho en nuestro lugar de trabajo y causar buena impresión.

Otra herramienta básica para tener una mejor presentación es el saludo; retomado como muestra de cortesía, afecto, atención, considerado una señal de respeto hacia los demás y la oportunidad para agradar, abriendo puertas y relaciones gigantes en cualquier nivel de la vida, nos permite vincularnos con seres humanos para crear estrategias, posibilidades de relaciones , y muchas situaciones que son convenientes entre dos partes, es importante el contacto visual y la sonrisa ,lo cual crean un vínculo mucho más fuertes, el tono de voz firme y claro, sembrar un mensaje positivo en la otra persona, por ejemplo que tenga un excelente día.

Nuestra personalidad se forma a través de los valores, enseñanzas y de los conocimientos que nos han transmitido nuestros padres, maestros, amigos... funciona al transmitir buena comunicación y es pilar para la construcción de la reputación logrando un buen desempeño en nuestra vida diaria, la seguridad que tenemos de nosotros mismos infieren en crear competencias profesionales desarrollando nuestras capacidades, habilidades, actitudes iniciativa aptitudes... permitiendo desarrollar nuestro trabajo de forma eficaz, sabiéndonos adaptar al puesto de trabajo.

En conclusión

La percepción de la imagen personal es variable de acuerdo a la cultura, y sociedad, en la que nos encontremos, en muchas ocasiones somos manipulados consciente o inconscientemente para encajar en las reglas que pone la sociedad, por ejemplo en las instituciones educativas nos imponen un uniforme para poder tomar clases, en la mayoría de trabajos tenemos que usar una vestimenta adecuada, para distinguirnos entre los demás y cumplir con el requisito de buena presentación, fuera de estos espacios podemos vestirnos cómodamente y de la mejor manera que nos venga en gana; el tema de la imagen es muy extenso e importante como profesionales, para transmitir un mensaje positivo en los demás y ser exitosos.

En lo personal quisiera compartir que gracias al tema halle varias páginas de construcción positiva, de distintas motivaciones, que no se me ocurrió anotar todos los link pero los pocos que pude recuperar se los dejo aquí

Bibliografías

<https://imagenhttps://imagedemujer.com/la-imagen-personal-y-su-importanciademujer.com/la-imagen-personal-y-su-importancia>

<https://youtu.be/DfVEVHi-HWw> <https://youtu.be/uwXUJ0quTlq>

<https://www.youtube.com/watch?v=FaEUPy1IkRA>

<https://www.youtube.com/watch?v=j5vopNyhGrw>

[https://www.youtube.com/watch?v=2ak3WOj\\_ojc](https://www.youtube.com/watch?v=2ak3WOj_ojc)

<https://www.youtube.com/watch?v=h4-bruyvbRQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=wd5bL6tD-fk>