

LUIS GERARDO MORENO RAMIREZ

LIC. NAYELI MORALES

PROYECCION PROFESIONAL

CUADRO SINOPTICO

COMPONENETES DE LA IMAGEN

PRIMERA UNIDAD

28/12/2021

Tipos de Liderazgo

FÍSICO

Parte de esta imagen, se da al momento de caminar, por lo que se debe hacer en una postura recta, ya que este es un código de comunicación

La imagen personal, la percepción nos permite darnos una idea sobre alguna persona al momento de imaginarlo, de estas existen tres tipos de imágenes mentales

La primera es la memoria visual fotográfica, la segunda la capacidad de imaginar y la tercera son las imágenes mentales

IMAGEN PERSONAL

Dentro de esta nos podemos encontrar a la buena imagen, donde el mundo contemporáneo exige a los ejecutivos ser más competitivos, por lo que se debe de dar una imagen de credibilidad y seguridad

Entonces esto influye mucho en la forma de vestir, un autor dice "son los pensamientos estratégicos, los que una vez que son comprendidos permiten que enfoquemos de manera distinta nuestra imagen personal"

Lola García: Aunque no se es consciente, todos proyectan una personalidad a través de la imagen que ofrece el exterior.
Abel Gallardo: un líder puede ser formal y casual a la vez, dependiendo de su estilo de liderazgo, pero que esto no debe incrementar su presencia

Buena postura

Esta es muy importante ya que es como sostiene o mantiene su cuerpo, la clave es lograr una buena postura en la posición de su columna vertebral

Para mejorar la postura, se debe estar siempre activo, ser consciente de nuestra postura, peso saludable, zapatos cómodos y algo que también funciona como complemento, que las superficies en las que estemos, sean de una altura adecuada

Al momento de estar sentado, podemos mejorar la posición tratando de cambiar de posición, caminatas breves, estiramientos de músculos, no cruzar las piernas, que los pies toquen el piso, relajar los hombros, entre otras cosas