Nombre de alumno: Celeste Díaz Bermúdez

Nombre del profesor: Nayeli Morales Gomez

Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico, Unidad I

Materia: Proyección Profesional

Grado: 8°

Grupo: u

Comitán de Domínguez Chiapas a 22 de Enero de 2021.

Componentes de la imagen

- **Culto al vestir**
  - Elegancia
    - Grácil, sencillo, de buen gusto y distinguido
      - Existe popularmente un misticismo alrededor del estilo elegante. Particularmente la creencia de que sólo puede obtenerse con dinero.
        - Su verdadero valor viene de proyectar discretamente refinamiento y educación
          - Quienes visten este estilo
            - *Provocan admiración, autoridad y respeto
            - *Se perciben distinguidamente e identifican el buen gusto
            - *No les molesta invertir en prendas de calidad y durabilidad
            - *Hay adaptabilidad a la vez que exclusividad en lo que usan
          - Se manifiesta en
            - *Corte y peinado impecables
            - *Ropa atemporal y de calidad, de colores lisos y estilo sobrio
            - *Accesorios sencillos y en buen estado
            - *Mantiene en mente buenas combinaciones de telas, estampados y color, tomando en cuenta la ocasión, la cultura que la rodea, clima…
            - *Buenos zapatos y pulcritud en todo el estilo
          - Ventajas y uso usual
            - *Refleja éxito y seguridad propia
            - *Genera confianza, representa prestigio y atención al detalle
            - *Da una imagen culta y educada
            - *Usualmente visto en cargos importantes como Funcionario Público, CEO, Director General y más cargos ejecutivos
          - Aspectos a cuidar
            - *Alejarse del presumir o cualquier rasgo ostentoso que pueda denotar de negatividad el conjunto
            - *No tratar de buscar el estilo por medio de marcas, precios desorbitantes o colores y prendas demasiado llamativos
            - *Buscar innovar, adquirir prendas nuevas cada cierto tiempo y mantenerse en un rango de color y corte favorecedores
- **Autoestima**
  - Amor propio
    - Se manifiesta en las actitudes hacia uno mismo y la percepción propia
      - Aprecio auténtico
        - Más allá de las posibilidades y pertenencias, se reconoce el valor intrínseco del Yo, viéndose como un igual ante los otros y celebrando con disfrute los logros, talentos, habilidades y cualidades que se poseen sin soberbia.
      - Aceptación
        - Se toleran las limitantes, errores y fracasos; ser comprensible con uno mismo y reconocer que un fallo no es el fin del camino es importante; al igual que el reconocer las debilidades y defectos personales, asumiéndolos responsablemente junto con sus desaciertos.
      - Afecto
        - Tener comprensión, cariño y paciencia para con uno mismo, sabiéndose parte de su cuerpo y entorno; aceptando y nutriendo los pensamientos, la imaginación y el cuerpo con los que se convive.
      - Atención
        - Hay interés y atención en el cuidado personal, físico y mental. Se busca mantener una buena higiene, una calidad de vida buena, proteger la integridad física y psíquica, sin recurrir a excesos que dañen a la misma.
      - Desarrollo del Autoestima
        - Afirmación recibida
          - Recibir aprecio, aceptación y cariño. El reconocimiento logra generar y alimentar buenos pensamientos y actitudes
        - Afirmación propia
          - Recibir aprecio, aceptación y cariño. El reconocimiento logra generar y alimentar buenos pensamientos y actitudes
        - Afirmación compartida
          - Se elogia y procura a los demás, alimentando su autoestima y mostrándonos seguros en la propia, seguramente en posición de recibir retroalimentación también
      - Dimensiones de la Autoestima
        - Física
          - Sentir afinidad por el propio físico, ignorando cánones, estereotipos o prejuicios. Comprende la higiene, cuidado de la apariencia y la salud.
        - Afectiva
          - Sentirse incluido y querido por el grupo. Abriéndose al aceptar y querer las propias características y las de los demás.
        - Social
          - Enfrentar con éxito situaciones sociales, manteniendo un sentido de pertenencia dentro de una comunidad, encontrando identidad y solidaridad. Se establecen relaciones sociales.
        - Académica
          - Percibir las capacidades propias para estudiar y conocer conceptos, estrategias y técnicas. Desarrollando y valorando nuestras habilidades intelectuales y creativas.
        - Ética
          - Saberse una persona íntegra, con valores y un buen compás moral; capaz de cuestionar y pensar de forma crítica tanto a sí mismo como a su entorno, siendo fiel al propio ideal.