



Nombre de alumno: Paulina Cárdenas Guillén



Nombre del trabajo: Cuadro Sinóptico

Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Nayeli Morales Gómez

Grado: 8

Grupo: Turismo

Culto al vestir 1.7

El estilo elegante es mal entendido, pues muchos creen que significa vestir ropa y accesorios caros. Lo cual es un error. Una cosa es tener solvencia económica y otra muy diferente es pertenecer al estilo elegante.

Según la real academia española, describe la elegancia como "dotado de gracia, nobleza y sencillez" así como también la persona que tiene buen gusto y distinción para vestir.

Personas que pertenecen al estilo elegante:

Pertenece a aquellos que proyectan ser refinados, educados, reflejan estatus pero de manera sencilla, es decir, discreta. Provocan admiración, autoridad y respeto. Antes que cualquier otra cosa, les gusta ser percibidos como personas distinguidas y saben identificar el buen gusto.

Características que reflejan elegancia

Corte de cabello y peinado impecable, visten usando colores principalmente lisos, accesorios en muy buen estado aplicando la ley que entre menos es más, ropa en talla correcta, reflejan alto estatus ya sean formales o casuales, las mujeres jamás descuidan su maquillaje, su pulcritud es notable de inmediato.

Fortalezas de personas elegantes

Reflejan éxito y seguridad en ellos mismos. Generan confianza, brindan prestigio aunado a su distinción por el cuidado de los pequeños detalles que hacen una gran diferencia.

Dejan muy claro por sus acciones que son individuos cultos y educados, cualidades que despiertan en los demás admiración y respeto.

Riesgos

Verse y comportarse como personas ostentosas, que parezca que presumen, pero es importante entender que algunos tienen clase y otros únicamente aparentar tenerla.

¿cómo sacar provecho de ser alguien elegante?

Nunca olvidar que tu personalidad ya es capaz de inspirar respeto, confianza y autoridad por la distinción y elegancia que reflejas, Evita "presumir" que tienes un poder económico alto, no hace falta ver la marca de la ropa que usas. La calidad y el buen gusto se perciben de inmediato, Aprovecha a tu favor el liderazgo y admiración para inspirar a otros a crecer en sus vidas. • Identifica con cuál otro estilo se mezcla tu estilo elegante y comunica también su fortaleza.

Frase para motivarnos a ser elegantes

: "La moda se compra; la elegancia se aprende"

Coco chanel

Autoestima 1.8

Básicamente la autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma; para otros, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo

Las aes de la autoestima

Aprecio autentico por uno mismo, aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos tener afecto, una actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo, de tal modo que se sienta en paz y no en guerra, y atención cuidado y esmero por uno mismo

¿Cómo lograr tener autoestima?

Depende mucho de la voluntad, aceptarnos a nosotros mismos, tener afecto, pensar positivo, tomar conciencia, comprenderse y perdonarse.

Afirmación propia:

- Tomar conciencia de nuestros puntos fuertes como de nuestros puntos débiles, de nuestros logros como de nuestros fracasos (privilegiando lo positivo)
- Estar más dispuesto a comprenderse y perdonarse, que a culpabilizarse, condenarse y castigarse uno mismo.
- Expresar clara y abiertamente nuestras opiniones y sentimientos de manera apropiada.
- Defender nuestros derechos sin lesionar los ajenos.
- Extender nuestras posibilidades, potenciar nuestros talentos y descubrir nuestros recursos aún latentes.
- Cuidemos con esmero nuestro bienestar físico, psíquico y espiritual.

Afirmación compartida:

- Tomar conciencia de nuestros puntos fuertes como de nuestros puntos débiles, de nuestros logros como de nuestros fracasos (privilegiando lo positivo)
- Estar más dispuesto a comprenderse y perdonarse, que a culpabilizarse, condenarse y castigarse uno mismo.
- Expresar clara y abiertamente nuestras opiniones y sentimientos de manera apropiada.
- Defender nuestros derechos sin lesionar los ajenos.
- Extender nuestras posibilidades, potenciar nuestros talentos y descubrir nuestros recursos aún latentes.
- Cuidemos con esmero nuestro bienestar físico, psíquico y espiritual.

Diversidad cultural

Diversidad cultural es un principio que reconoce y legitima las diferencias culturales entre diversos grupos humanos, así como la existencia, convivencia e interacción entre diferentes culturas dentro de un mismo espacio geográfico.

Baja autoestima:

- Apática, temerosa, angustiada.
- Tiene complejo de inferioridad o superioridad.
- Insegura, sin iniciativa.
- Débil frente a la frustración, se derrumba fácilmente.
- Tendiente a vivir de la opinión ajena.
- Desconfía de sí mismo y de los demás

Características de personas con elevada autoestima

- Independiente, con iniciativa, espontánea.
- Orgullosa de sus logros.
- Responsable, comprometida.
- Tolerante a las frustraciones.
- Entusiasta, asume retos y desafíos.