

**Carlos Manuel Aguilar Hidalgo**

**JAVIER IVAN GODINES HERNANDEZ**

**CUADRO SINOPTICO**

**PROYECCIÓN PROFESIONAL**

**8° CUATRIMESTRE**

**ADMINISTRACION Y ESTRATEGIAS DE NEGOCIOS**

## UNIDAD 1

¿Qué es imagen personal?

un proceso físico-psicológico de percepción, que abarca primeramente una sensación que se canaliza al sistema nervioso central para de ahí pasar al proceso cerebral de la aprehensión, desciframiento y comprensión

Percepción es “la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos

La imagen es un resultado y por lo tanto está provocada por algo; dicho de otra manera, es el efecto de una o varias causas

podemos identificar imagen con percepción y desprender que nuestra imagen será la manera como somos percibidos y que serán los demás quienes nos la otorgarán basados en lo que hayan sentido de nosotros

La imagen producirá un juicio de valor en quien la concibe, por lo que su opinión se convertirá en su realidad

El juicio de valor es el resorte que impulsa la acción individual consecuente: aceptar o rechazar lo percibido. La conducta estará entonces condicionada por la imagen individual y será producto de la coherencia con el mensaje transmitido

El saludo

son nuestra mejor tarjeta de presentación. En la antigüedad el saludo era una señal de paz

- Conservar la mano limpia y libre de sudor
- Extender ampliamente su mano derecha con el pulgar hacia arriba y el resto de los dedos juntos
- Deslizar la mano dentro de la del otro hasta que se produzca el contacto completo
- Apretar firmemente, pero sin lastimar, sacudiendo la mano del otro no más de un par de veces

evite saludar:

- Pescado muerto. De manera débil y aguada
- Trueno-huesos. Que se puede traducir como un intento de intimidación
- Princesa. Ofreciendo solamente la punta de los dedos
- Sandwich. Tomar y sostener durante un tiempo con las dos manos la mano del otro puede tomarse como compasivo

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

Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos

Afecto: actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo, de tal suerte que la persona se sienta en paz

Atención: cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales

- Afirmación recibida.
- Afirmación propia
- Afirmación compartida
- *Dimensiones de la Autoestima*
- Dimensión afectiva, se refiere al sentimiento de ser aceptado y querido
- Dimensión social, es sentirse capaz de enfrentar con éxito diferentes situaciones sociales y el sentimiento de pertenecer a un grupo
- Dimensión académica, es la autopercepción de su capacidad de enfrentar con éxito las exigencias de los estudios
- Dimensión ética, se refiere a sentirse una persona buena y confiable