

UNIVERSIDAD DEL SURESTE
Medicina veterinaria y zootecnia

Jenifer Alejandra López Vicente

Octavo cuatrimestre

PROYECCION PROFESIONAL

Victor Antonio Gonzalez Salas

Tapachula Chiapas a 20 de enero del 2021

La manera de vestir transmite información sobre la propia persona, comunica determinados aspectos de su personalidad. Es una manera de expresión y de darse a conocer. Podemos decir por tanto, que es una forma de comunicación no verbal.

La primera impresión o el primer concepto que una persona desconocida va a tener sobre nosotros va a depender de nuestra apariencia física y, por tanto, de nuestra manera de vestir.

La forma en que vamos vestidos habla de nosotros, transmite información. De ahí la importancia de ir vestido de manera adecuada según las circunstancias. Así por ejemplo, cuando una persona va a una entrevista de trabajo, normalmente analiza qué vestimenta es la más adecuada y la que más le puede beneficiar para esa entrevista, irá vestida de una u otra manera según el puesto al que aspire, vestirá de forma diferente si se trata de una entrevista para trabajar en una discoteca o si se trata de una entrevista para un trabajo en un bufete de abogados.

En la forma de vestir se refleja parte de la personalidad de cada uno, se puede apreciar el buen gusto, la estridencia, la provocación, la elegancia?, refleja si la persona es más clásica o se deja guiar más por la moda, si es más agresiva o más pacífica, también encontramos diferencias según la edad.

La función básica de la ropa consiste en protegernos de la temperatura ambiente y de situaciones climatológicas extremas como en el caso de los tuareg del desierto que van vestidos con ropas oscuras y tapados hasta la cabeza, para impedir la penetración de los rayos solares, ya que el color oscuro repele los rayos del sol. Esta ropa, los protege durante el día de las elevadas temperaturas del desierto y durante la noche de las bajas temperaturas. O el caso de los esquimales que debido al enorme frío del Ártico suelen vestirse con pieles de foca o de oso. En estos casos, la ropa tiene una única función que es protegernos de la temperatura.

Sin embargo, en nuestra sociedad la ropa tiene además otras funciones. A través de ella, intentamos resaltar nuestra figura, nos sentimos más guapos, atractivos, elegantes? cumple con una clara función estética, nos satisface ir bien vestidos y hace que nos sintamos más seguros y atractivos.

La vestimenta cobra una importancia especial en el caso de los personajes públicos, hasta el extremo de que algunas personas tienen asesores para mejorar su imagen, como es el caso de políticos, altos ejecutivos, presentadores de televisión...los asesores de

imagen les indican qué deben ponerse en cada momento, y muy especialmente qué es lo que queremos decir con nuestra manera de vestir.

La autopercepción forma un concepto mental de quien y como somos, todos tenemos una imagen mental de nosotros mismos, es decir, una percepción y una idea de cómo somos tanto física como psicológicamente.

Nos formamos esa imagen a lo largo del tiempo, empezando en nuestra infancia. Esta idea de nosotros mismos puede coincidir con la idea que los demás tienen de nosotros o no, incluso esta idea puede coincidir con la realidad o no.

Cuando más realista sea el autoconcepto, más adecuada será nuestra interacción con el ambiente que nos rodea, más nos aceptaremos a nosotros mismos, mayor será nuestra capacidad de crecimiento personal y más sólida será nuestra autoestima.

CONCEPTO DE AUTOESTIMA ¿QUÉ ES?

La autoestima se puede definir como el resultado emocional que surge si aceptamos y nos gusta nuestro autoconcepto.

Contrariamente al pensamiento popular, la autoestima no surge de evaluarnos positivamente en cada situación, sino de observarnos con objetividad y sobre todo de estimar y aceptar nuestro autoconcepto.

La autoestima, no es un concepto fijo y estable, se manifiesta de forma cambiante en función de nuestra situación vital y nuestras circunstancias y se va modificando a lo largo de nuestra vida. De hecho, hemos comprobado en nuestra consulta, que es el único rasgo que siempre mejora al hacer un tratamiento psicológico.

Podemos afirmar que la autoestima es la base, los cimientos de nuestra salud psicológica. Si nuestra autoestima es adecuada, podremos interactuar con el mundo de forma sana, podremos afirmarnos en cualquier situación y defender nuestros derechos sin alteración. Con una autoestima sana seremos inmunes o poco vulnerables a los ataques emocionales del entorno y actuaremos con tranquilidad en cualquier situación, aceptándonos incondicionalmente, lo que hará que estemos satisfechos de nuestras reacciones y conductas.

Una autoestima sana previene enfermedades psicológicas como la depresión o la ansiedad. Es también una de las bases de las relaciones humanas, y por lo tanto, afecta de forma directa a nuestra manera de actuar en el mundo y de relacionarnos con los demás.