

Mapa conceptual



NOMBRE DEL ALUMNO: Brisaida Trigueros Ramírez.

TEMA: componentes de la imagen

MATERIA: proyección profesional

NOMBRE DEL PROFESOR: Rubén Eduardo

LICENCIATURA: Enfermería

CUATRIMESTRE: Octavo cuatrimestre.

28 de febrero 2022; *Frontera Comalapa Chiapas.*

COMPONENTES DE LA IMAGEN

Físico

Podemos

Decir que una buena presencia física depende básicamente de dos factores: la forma de caminar y la postura.

La

Postura estando parados o sentados también se convierte en un código de comunicación.

aprendiendo a realizar las acciones se puede controlar la transmisión de los sentimientos correspondientes.

¿Qué es imagen personal?

va

involucrado 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 de la causa que la produjo traduciéndola en un efecto semejante a una experiencia o vivencia que a su vez se convierte en una imagen mental de lo percibido.

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

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.

Buena imagen

proyectar

Una imagen de credibilidad y seguridad, se ha convertido en una herramienta fundamental a la hora de promover la confianza y generar autoridad, liderazgo y poder.

todo

Profesional debe aprender a desarrollar una imagen integral, que abarque factores desde la vestimenta, hasta la identidad y el compromiso.

El

Vestuario más exclusivo no tiene sentido si la actitud de quien lo porta no proyecta liderazgo y personalidad.

La

seguridad y confianza que proyecte un profesional, deberá venir respaldada por sus logros académicos.

El saludo

el

saludo junto con el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación.

antigüedad el saludo era una señal de paz. Originalmente el contacto se hacía llevando la mano hasta el antebrazo para demostrar que no se guardaba ninguna arma bajo la manga.

A través del tiempo el saludo ha evolucionado hasta su forma moderna que incluye:

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.

Juntas de trabajo

La

Organización como un sistema de comunicación exige, para su funcionamiento, el intercambio de información mediante diferentes formatos que permitan la interacción productiva de los involucrados.

las

Juntas de trabajo son modelos de comunicación que estimulan la eficacia de la toma de decisiones y contribuyen al éxito de los resultados.

En este plano es fundamental definir la operación y finalidad de la junta, para lo cual se recomienda saber que:

El objetivo de una reunión debe estar claro desde el principio.

- Se celebran en lugar y hora determinados
- Definición del orden del día
- Lista de temas para discutir

Buena postura

una

Buena postura es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante de su salud a largo plazo.

El

Mantener su cuerpo en la posición correcta, ya sea que esté en movimiento o quieto, puede ayudarle a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud.

tipos

Hay dos:
postura dinámica se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo.

La postura estática se refiere a cómo se mantiene cuando no está en movimiento, como cuando está sentado, de pie o durmiendo. Es importante mantener una buena postura dinámica y estática.

Culto al vestir

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.

en

Ningún momento este adjetivo calificativo se asocia directamente con el tener dinero.

las

personas de estilo elegante pueden desempeñarse en varios giros profesionales, sin embargo, generalmente se encuentran en posiciones de autoridad y liderazgo como Directores Generales de empresas

“La moda se compra; la elegancia se aprende”.

Autoestima

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.

un

Ser humano puede errar, como todos los demás, y no le extraña ni entristece demasiado el hecho de fallar alguna vez.

Afecto: actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo, de tal suerte que la persona se sienta en paz y no en guerra.

Cuando

Hablamos de autoestima, hablamos de Afirmación de ese ser humano falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por sí mismo, pero siempre reconociendo la existencia de los demás.

Elaboración de minuta.

- Si un tema puede resolverse sin reunirse, no cite a junta.
- Reflexione sobre los motivos del éxito de una reunión y qué hace que a veces sea un fracaso.
- Considere qué pasaría si no se celebra una reunión habitual.

La

Clave para lograr una buena postura es la posición de su columna vertebral. Su columna vertebral tiene tres curvas naturales: En el cuello, en la parte media de la espalda y en la parte baja de la espalda. La postura correcta debería mantener estas curvas, pero no aumentarlas.

Anímate a pedir con sencillez a una persona de tu entera confianza, que te conozca y quiera, que te mencione lo bueno que vea en ti. No te arrepentirás.