



**Mi Universidad**

*Nombre del Alumno: Kenia Gabriela Villatoro Alcázar*

*Nombre del tema: componentes de la imagen*

*Nombre de la Materia: proyección final*

*Nombre del profesor: María del Carmen Briones*

*Nombre de la Licenciatura: Trabajo social y gestión comunitaria.*

*Cuatrimestre: Octavo*

# 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 forma de caminar

Con el simple acto de caminar estamos comunicando un gran número de mensajes.

La postura

De acuerdo con Dreier (2010) la postura personal de los sujetos da cuenta de la orientación que siguen las personas al participar en diversas prácticas sociales

## ¿Qué es imagen personal?

Todo aquello que tiene que ver con nuestra apariencia, forma de expresarnos y relacionarnos con el mundo exterior. Básicamente esto refleja quiénes somos y qué tan dispuestos estamos a establecer una relación ya sea de tipo personal, profesional y laboral.

La percepción

Es "la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos".

Imagen pública

Es el efecto de una o varias causas. Estas causas siempre serán externas, ajenas al individuo y el efecto será interno, ya que se produce dentro del mismo individuo, en su mente. El efecto producido dependerá de la coherencia de las causas. En este sentido siempre nos referiremos a la imagen en su carácter mental.

## Buena imagen

El mundo contemporáneo exige a los ejecutivos ser más competitivos. Por ello, 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.

## El saludo

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

# COMPONENTES DE LA IMAGEN

## Juntas de trabajo

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

Es importante monitorear los resultados a partir de la calidad del modelo propuesto.

+Preparación  
+ Desarrollo  
+ Evaluación

## Objetivos de la junta

- Informa
- Educar
- Resolver problemas
- Tomar decisiones
- Generar ideas
- Decidir sobre una propuesta

## Buena postura

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.

La 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.

La exclusividad y el buen gusto, y lo reflejan también en su arreglo y manera de vestir.

- \*Corte de cabello y/o peinado impecable.
- \*Ropa de muy alta calidad, invierten a largo plazo conformando un guardarropa atemporal por varios años.
- \* Visten usando colores principalmente lisos, de diseño sobrio y generalmente en colores neutros.

## Autoestima

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.

- \*Aceptación tolerante de nuestras limitaciones
- \*Afecto
- \*Atención