



Mi Universidad

CUADRO SINOPTICO

**NOMBRE DEL ALUMNO: EMILIA ANAHI RODRIGUEZ
MORALES**

TEMA: COMPONENTES DE LA IMAGEN

PARCIAL: II

MATERIA: PROYECCION PROFESIONAL

NOMBRE DEL PROFESOR: LAURA JACQUELINE LOPEZ

**LICENCIATURA: TRABAJO SOCIAL Y GESTION
COMUNITARIA**

CUATRIMESTRE: OCTAVO CUATRIMESTRE

COMPONENTES DE LA IMAGEN

FÍSICO

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

Característica

Es una cualidad o rasgo distintivo que describe a una persona o a algo, sea un objeto, un conjunto de objetos, un lugar o una situación y lo destaca sobre un conjunto de semejantes.

Ejemplo

Se pueden percibir a simple vista, como por ejemplo el color de la piel, forma del cabello, la estatura, la forma del rostro y de las manos.

¿QUÉ ES IMAGEN PERSONAL?

La imagen personal es todo aquello que tiene que ver con nuestra apariencia, forma de expresarnos y relacionarnos con el mundo exterior, esto refleja quiénes somos y qué tan dispuestos estamos a establecer una relación personal, profesional y laboral.

Característica

La percepción

Es la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos, se puede interpretar como el recuerdo que nos queda después de haber tenido una experiencia.

Imagen pública

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, estas causas siempre serán externas, ajenas al individuo y el efecto será interno.

BUENA IMAGEN

Es una herramienta fundamental a la hora de promover la confianza, generar autoridad, liderazgo y poder, debe aprender a desarrollar una imagen integral, que abarque factores desde la vestimenta, hasta la identidad y el compromiso.

Logrando el equilibrio

Se divide

- *Reglas para causar una buena impresión.
- *Colores según las estaciones.
- *Personalidad de éxito.

EL SALUDO

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

Se divide

- *Conservar la mano limpia y libre de sudor. Si el sudor es un problema, lleve siempre consigo un pañuelo y limpie sus manos antes de saludar.
- *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

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.

Característica

- *Objetivos de la junta.
- *La convocatoria a junta.
- *El orden del día.
- *El lugar de la junta.
- *El participante de la
- *El líder de la junta.

COMPONENTES DE LA IMAGEN

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.

Característica

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

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.

Característica de los estilos

* Cómo son las personas que pertenecen al estilo elegante: Pertenecen a aquellos que proyectan ser refinados, educados, reflejan estatus, pero de manera sencilla, es decir, discreta.

*Cuál es su gran fortaleza: Reflejan éxito y seguridad en ellos mismos.

*Qué profesiones lo ejemplifican mejor: Las personas de estilo elegante pueden desempeñarse en varios giros profesionales.

*Cuál es su mayor riesgo: Verse y comportarse como personas ostentosas.

*Cómo sacar el máximo partido a este estilo.

*¿Podemos ser de estilo elegante sólo por desearlo? Es un estilo de vida que sólo algunas personas deciden adoptar, pero ser elegante no es tan complicado como parece y todas podemos llegar a serlo si queremos.

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.

Característica

***Afecto:** actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo.

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

***Afirmación recibida:** Es sumamente importante para un joven, un adulto, un anciano, hombre o mujer.

***Afirmación propia:** A medida que la persona crece puede y debe depender menos de la afirmación que viene de otros.

Afirmación compartida: Aunque parezca contraproducente cuanto más damos, más recibimos.