



### ENSAYO

*Nombre del Alumno: Caren Yesenia López Pérez*

*Nombre del tema: imagen*

*Parcial: I*

*Nombre de la Materia: proyección profesional*

*Nombre del profesor: Laura*

*Nombre de la Licenciatura: Psicología*

*Cuatrimestre: 8°*

*Grupo: "A"*

*Comalapa, Chiapas 13 de Febrero del 2022*

*Frontera*

**PROFESIÓN:** Es la capacidad calificada, exigida y requerida por la sociedad para destinarla al bien común. Cualquier reconocimiento extendido como tal, expresa calidad y competencia, pero no muestra las cualidades y valores personales que como tal. Es un reconocimiento que le brinda un nuevo perfil a su personalidad, obligándose así, al respeto mutuo con la sociedad.

**FORMACIÓN PROFESIONAL:** Se refiere al alto grado de conocimientos que busca y logra un individuo mediante su interés particular y que le confiere la posibilidad de desempeñarse racional y éticamente. Según Emilio Filippi, sería un propósito que mueve a hacer tal o cual cosa, para realizarse como persona.

Hoy en día nos damos cuenta cuan importa es dar una buena proyección profesional, de acuerdo a las lecturas realizadas una acción dice mucho de nosotros hacia los demás y hace notar muchas alertas ante la sociedad, de las cuales muchas se dan anotar mediante la imagen física, la postura, la vestimenta, en un saludo, en los gestos, etc. en lo que respecta a una imagen personal. Dentro de estos aspectos aparecen ciertas habilidades que se van desarrollando o adquiriendo dentro de la sociedad y cada uno de ellos hace que día con día se vaya adquiriendo un nuevo aprendizaje en el ambiente laboral o en un ambiente social, Se dice que la imagen personal va de la mano con la imagen profesional.

Para lograr una verdadera imagen personal y una perfecta imagen profesional es necesario involucrar no solo una imagen de aspecto personal o de personalidad, si no dé también lograr nuestro punto de vista y la verdad, es importante que resalte nuestra opinión y saber aceptar las opiniones de los demás ya que es importante saber escuchar y aprender de los demás y para ello debemos de tener una manera de asertividad, la concisión, la coherencia y esto hará que nos expresemos de una manera adecuada y precisa ante la sociedad y la cual daremos a conocer una buena proyección profesional, dentro del entorno que nos encontremos.

Dentro de ello encontramos habilidades para el desarrollo de las cuales son de gran ayuda dentro de la proyección profesional, y vemos lo que es la asertividad que se define como la habilidad de expresarnos de una manera amable, ya sea

de manera abierta, directa y adecuada logrando expresarnos de una manera diferente de no afectar a los demás y esto hará que podamos llegar a un acuerdo mutuo de lo cual se mantendrá una buena relación que beneficia a ambas partes ya que se trata de que ninguno de los dos salga dañado, ya que se trata de que se pueda tener una libertad de expresión y que este sea equitativo, ya que se debe de respetar los derechos de los demás.

La comunicación asertiva ha sido una herramienta muy útil ya que su forma de comunicación es honesta y tiene el propósito de comunicar sin tratar de hacer sentir mal a alguien, es un principio del cual se trata de no agredir o dañar a alguien, se trata de trazar un buen plan y que este no lastime o cause problemas con los demás. Debemos de buscar técnicas de ayuda para tener una buena asertividad y este sea un ambiente diferente ante los demás y no cause incomodidades a los oyentes y sea de una manera clara y precisa.

Al mantener una comunicación asertiva, esta puede tener grandes ventajas ya que nos abre más puertas ante la sociedad y hace que nos sintamos más seguros de sí mismo y esta ayuda a mantener una relación estable con los demás, mediante la asertividad podemos establecer grandes vínculos con la sociedad, ya que gracias a que esta herramienta se crea un vínculo satisfactorio y es menos propenso a molestias o disgustos ante los demás, para ello debemos ser concretos y precisos sin perder el objetivo del cual estamos tratando lograr o la meta a la que se quiere llegar. Se debe de ser claros y precisos con los demás ya que eso hará llamar la atención aún más de los escuchas que se encuentran alrededor, así mismo daremos a demostrar nuestra capacidad como personas.

Por tanto la asertividad no pretende lograr lo que nosotros queremos a través del control o la manipulación de los demás, muy al contrario lo que pretende es ayudarnos a ser nosotros mismos, desarrollando nuestra autoestima a través de la comunicación interpersonal eficaz dese el respeto a nosotros mismos y a los demás. Al mantener una comunicación asertiva las personas se sienten seguras y en un buen ambiente y eso hace que las personas se sienten en confianza.

La comunicación es una gran imagen personal de los cuales ha sido de gran ayuda dentro de un ambiente laboral, empresarial o educativo, la asertividad ha sido una herramienta muy útil dentro de estos entornos, ya que establece vínculos un poco más afectivos hacia los demás de los cuales se va creando entornos diferentes y hace de eso un ambiente mejor, la asertividad es una conducta y no una característica personal, y por tanto, como cualquier otra conducta puede aprenderse. Existen técnicas y reglas que aprendidas y aplicadas nos permiten ejercer la asertividad de forma eficiente. Para ello hay que prepararse a negociar y hay que cumplir las reglas que implican una negociación eficiente.

Dentro de ello encontramos lo que es la concisión que se asocia con el lenguaje y la expresión que se da a conocer ante la sociedad. La palabra conciso la empleamos cuando queremos expresar que un argumento, comentario, se caracteriza por ser breve, concreto y no rebuscado, es decir, va directamente al punto en cuestión, no da vueltas, ni rodeos. Ser conciso implica llegar o hablar claramente sin rodeos, que no esté lleno de tanta palabrerías. La concisión no es otra cosa que la brevedad y precisión con la cual alguien se expresa de modo oral o bien por escrito.

Las personas coherentes tienen principios y valores firmes, que son personas más éticas que saben cómo sobrellevar algo bueno como malo, transmite sinceridad, lo que le ayuda a establecer relaciones personales sólidas porque la amistad verdadera requiere de un compromiso y de una seriedad en la palabra. También es importante que mencionemos que cuanto más preciso sea el enunciado más sencillo será su interpretación y comprensión y permitirá hallar la solución en cuestión. Por otra parte, la lógica también utiliza de manera recurrente enunciados o proposiciones, como también se los llama.

Dentro de todo ello también podemos ver lo que es la imagen, de la cual es un aspecto muy importante que dice y demanda mucho de nuestra personalidad. La imagen personal es el conjunto de características físicas, atributos y actitudes que proyecta una persona y que los demás perciben. Es una carta de presentación que expresa la manera como cada persona pretende comunicarse y lo que

transmite su presencia. Inevitablemente, la imagen personal es un mensaje que termina siendo percibido por el interlocutor silenciosamente.

identidad e imagen personal se relacionan a través de un lenguaje no verbal, expresando atributos que particularizan a una persona y evidenciando aspectos como: cuidado de su imagen, personalidad, estilo de vida, edad y aceptación de sí misma, grado de exposición a las redes sociales, complejos, seguridad, autoconocimiento, gusto estético, comportamiento y comunicación, sentido del protocolo.

También, la postura corporal juega un papel importante, generando comunicación no verbal, pudiendo reflejar firmeza o inseguridad, personalidad, estado de ánimo, hábitos. Así, para fomentar una primera impresión provechosa es preciso transmitir seguridad, sinceridad, optimismo y empatía. La primera apreciación depende de elementos adecuadamente combinados: imagen derivada de la apariencia física, lenguaje no verbal, actitud personal, lo que dice y cómo se dice.

La IMAGEN tiene 3 grandes pilares: La ACTITUD, que es tu forma de pensar. Esa actitud personal hace la diferencia entre el fracaso y el éxito. Cuando tus pensamientos son positivos y te ejercitas en ello, se volverá un hábito y tendrás una actitud más poderosa. La buena actitud ayuda a lograr negociaciones exitosas, por ejemplo.

La COMUNICACIÓN. El 93% de la comunicación de todo ser humano está determinada por sus mensajes no verbales, por lo que la vestimenta habla a los demás sin palabras todo el tiempo. Y el lenguaje corporal es determinante al momento de comunicar.

La VESTIMENTA. El color y estilo de nuestra ropa es probablemente el más poderoso y de inmediato impacto. La ropa no solo nos cubre el cuerpo y protege, es una declaración visual sobre nosotras porque define quiénes somos y puede impulsar nuestra confianza cuando sabemos que nos vemos bien.

Básicamente esto refleja quiénes somos y qué tan dispuestos estamos a establecer una relación ya sea de tipo personal, profesional y laboral.

Cuidar de la imagen personal es un reto que debemos aceptar, pues esto nos permitirá comunicarnos con los demás de una forma asertiva, directa y agradable. Además, mantener una buena imagen nos hace sentir más cómodos y felices con nosotros mismos.

Dentro del mundo laboral, las primeras impresiones son las que cuentan y no es para más. Ser puntual, organizado y disciplinado es fundamental para los supervisores y líderes de una empresa.

Mostrar un buen desempeño acompañado de productividad y carisma puede hacer que un trabajador logre crecer dentro de una compañía. A esto hay que sumarle cómo se desenvuelve con sus compañeros y qué tipo de tratos logra establecer con su equipo de trabajo. Ser positivo es una buena herramienta que puedes implementar y así proyectar una buena imagen personal y corporativa

No en todos los casos la imagen personal hace referencia a las prendas o accesorios que utilizamos para vernos bien. Existen otros aspectos que hacen que la imagen personal resalte y sea tenida en cuenta en diferentes contextos.

Una buena actitud: Sin duda la actitud es la entrada a cualquier parte. Estar tranquilo o esbozar una buena energía, hace que las personas se interesen por lo que dices y piensas. Sin importar donde te encuentres o bajo qué contexto estés, intenta siempre ser auténtico y constructivo.

Cordialidad: es que ser amable no nos cuesta nada. A donde llegues siempre saluda y siempre que te vayas, despídete. La imagen personal se basa en expresarse de buena forma y a través de esos modales se logra determinar cómo es esa persona. La imagen personal es una herramienta útil dentro del campo laboral y tiene gran impacto en el entorno social. Cada uno tiene una imagen diferente de las cuales depende como será en su entorno

Bibliografías: <https://es.scribd.com>, [proyección profesional Uds.](https://www.proyeccionprofesional.com), [www.encyclopediadetareas.net](https://www.encyclopediadetareas.net), [psicoterapeutas.com](https://psicoterapeutas.com)