



Mi Universidad

Ensayo

Nombre del Alumno: Sheyli Velázquez Rodríguez.

Nombre del tema: Asertividad, concisión, y coherencia entre imagen personal y profesional.

Nombre de la Materia: Proyección Profesional.

Nombre del profesor: Laura Jaqueline López Hernández.

Nombre de la Licenciatura: Psicología.

Cuatrimestre: Octavo.

Frontera Comalapa, Chiapas a 13 de febrero del 2022.

ASERTIVIDAD, CONCISIÓN, Y COHERENCIA ENTRE IMAGEN PERSONAL Y PROFESIONAL.

En este ensayo, se abordará de manera directa lo relacionado con la asertividad, concisión y coherencia entre la imagen personal y profesional. Resulta de importancia, pues de ello dependerá poder complementar y transmitir la información adecuadamente ante el grupo que nos desenvolvemos, sea este laboral, o académico. La imagen personal va de la mano con la imagen profesional, pues no es suficiente con mostrar solo una buena apariencia física (vestimenta, accesorios, higiene) sino al contrario, para conseguir una mancuerna perfecta con la proyección profesional debemos saber comunicar nuestra opinión ante los demás con el respeto y respetando también el resto de las opiniones, en el entendido de que estas pueden ser igualmente importantes.

Para lograr una perfecta imagen personal y una perfecta imagen profesional es necesario involucrar no solo los aspectos referidos al aspecto personal y la personalidad, desde luego la manera asertiva, la concisión y la coherencia con que nos expresamos, es lo que en realidad permitirá que tengamos una adecuada proyección profesional. La comunicación es el proceso de interacción más importante del ser humano, en el desarrollo de esta actividad se intercambian ideas, sentimientos, pensamientos, conocimiento, emociones, que permiten la evolución constante de las personas, la sociedad y las organizaciones.

Debe cumplirse con diferentes parámetros o requisitos para lograr una proyección profesional correcta, es la de facilitar el entendimiento de tus ideas haciendo uso de la coherencia al momento de transmitir las, así como ser conciso con las palabras o argumentos que se van a manejar dentro de un tema esto es básico en el área profesional. Es importantísimo ser coherentes a la hora de exponer cualquier idea o asunto ya que es muy importante que sepamos ser claros, puntuales y saber conectar exactamente los distintos temas de un asunto, sin perdernos, menos salir del punto central del tema que se está tratando ya que esto daría paso a una mala

imagen la cual es fundamental a la hora de las relaciones profesionales así como también dentro de las personales.

Desarrollo

Asertividad

Se considera que la asertividad es uno de los pilares fundamentales e irremplazables para el funcionamiento adecuado de cualquier empresa o compañía, Se considera que la comunicación asertiva es un factor determinante en la productividad de una empresa. Los seres humanos tenemos la necesidad de expresar pensamientos, sentimientos, emociones, ideas entre otros, todas estas situaciones al hacerse manifiestas, van marcando y evidenciando los rasgos de personalidad de cada ser humano. Una persona asertiva, debe ser la efectividad y claridad a la hora de comunicarse con sus semejantes, reconociendo sus propias virtudes y defectos, una persona asertiva debe tener la capacidad de expresarse en el momento indicado u oportuno con las palabras precisas e indicadas para la situación que se viva.

La forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva, una habilidad social, y sirve para comunicar -transferir un mensaje-, de manera clara, precisa y directa, sin herir los sentimientos de los demás. Clave para poder mantener una conversación coherente y resolutiva a distintos niveles ser asertivo se ha convertido en una necesidad para la mayoría de profesionales, juega un papel importante dentro de las áreas personales como laborales, también es muy importante que sepamos ser breves, exactos, puntuales al expresarnos por escrito y verbalmente.

Para desarrollarse dentro del área profesional se debe contar con asertividad a la hora de expresar temas de importancia, así como opiniones o puntos de vista y al igual tomar en cuenta opiniones de las demás personas para lograr integrarlas mediante el uso de un buen intercambio de ideas donde se incluya la opiniones de

los demás, así como hacerles saber que son importantes cada una de sus aportaciones.

La coherencia

La coherencia es una cualidad personal por la que se actúa en forma lógica y consecuente con sus ideas, principios y valores, es decir que hay una relación lógica entre lo que se piensa, se expresa y se actúa. Una persona es coherente cuando actúa de acuerdo a sus principios y a sus valores, son firmes en sus principios y valores principios que actúan como normas del obrar recto porque la ética personal ayuda a diferenciar entre el bien y el mal. 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, las personas que son coherentes consigo mismas tienen tranquilidad interior porque son honestas consigo mismas.

La coherencia entre pensamiento, sentimiento y acción muestra un grado de madurez profundo en una persona pensamos muchas cosas, pues miles son los pensamientos que nos acompañan a lo largo del día. Decimos algunas cosas, pero afortunadamente no tantas como las que pensamos, y ponemos en práctica solo unas pocas, una mínima parte. En ese proceso de puesta en marcha, lo importante es que, entre lo que pensamos, decimos y hacemos, exista una mínima coherencia que dé valor a la actividad que se desarrolla. Ser coherente es un valor difícil de alcanzar y sujeto siempre a cada acción que se realiza.

Lo importante es siempre la acción última, porque será la que se utilice para desdeñar un impecable recorrido. La coherencia es una actitud que se refleja en el comportamiento, la falta de coherencia se advierte cuando hay una franca contradicción entre lo que se opina y el ejemplo que se muestra. Una actitud que produce poca coherencia en la comunicación interpersonal es la mentira, La mentira es una actitud que refleja falta de respeto hacia el otro y también, hacia uno mismo, nadie puede transmitir una coherencia ante el otro si no tiene coherencia ante sí mismo.

Hay que saber ser y estar ante las diferentes situaciones que se nos presentan y los entornos que enfrentamos, siendo igualmente coherente con quienes somos, con nuestra propia personalidad y estilo, Ser coherente es un gran trabajo, porque implica un autoconocimiento de uno mismo y esto es algo que realizamos constantemente, Y lo más importante de todo es ser un mismo, ser original y ser fiel a lo que somos. La falta de coherencia se advierte cuando hay una franca contradicción entre lo que se opina y el ejemplo que se muestra.

Imagen ideal vs. Imagen proyectada.

Todo aquel proceso de cambio físico psicológico, que aplicamos en nosotros de manera individual con el objetivo de mostrar a los demás lo que somos en fondo y forma, Un cambio de imagen inicia de dos partes que se consideran fundamentales la imagen interna; que a su vez se subdivide en imagen espiritual e imagen intelectual. La imagen espiritual es fundamentalmente, todo aquel sistema de creencias, valores, principios, creencias, y todo lo que se lleva a cabo en busca de la verdad de las cosas. La imagen intelectual, son todos aquellos conocimientos empíricos, académicos, políticos, sociales y culturales conocimientos que hemos adquirido en el transcurso de nuestra vida diaria los cuales nos permiten desenvolvernos

En términos de imagen debe existir coherencia, de no ser así lo que nos llevaría de manera inmediata a perder toda credibilidad al momento de enviar cualquier mensaje, pues la imagen no es otra cosa que la habilidad que tenemos los seres humanos para comunicarse entre sí. No solo es imagen física, sino también la parte interna si le llegase a faltar algunos de sus elementos no logramos llegar a la parte importante, que es la imagen profesional.

La imagen personal es la guía que nos conducirá a lo que denominamos imagen profesional, y es aquí en donde cobra mayor importancia, el buen manejo de la comunicación. Todos los seres humanos tenemos una personalidad y una identidad de acuerdo a esa identidad, Esta forma de identificar nuestra identidad la manifestamos todos los días mediante diversos elementos y actitudes como por ej.

El peinado, la vestimenta, los accesorios, la postura, los modos, esto crean en la mente del receptor una imagen real que muchas veces difiere de la imagen ideal que uno cree proyectar.

La imagen personal es el reflejo de la personalidad y de las cualidades adquiridas por cada uno de nosotros, entender que el estilo tiene más que ver en como modulas al hablar, como te presentas en una conferencia, el ser educado, Para potenciar su imagen personal debe mantener una coherencia entre los cuatro canales de información que se utilizan al transmitir cualquier mensaje: su apariencia exterior, la indumentaria, los gestos y la voz, el tono y su modulación. Un aspecto físico impecable con una mente vacía, sin personalidad, no sirve el cuerpo es un elemento magnífico de comunicación y es la tarjeta de presentación de una persona, que debe ir acompañado del control del lenguaje verbal y no verbal.

La Imagen Ideal

La imagen ideal es la imagen que a ti te gustaría proyectar, aquellos cambios que te gustaría hacer, es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado. Cuando no tienes referentes y anhelas el éxito personal tiende a buscarla fuera copiando comportamientos que considera exitosos para ser reconocido, la apariencia y la forma de vestir, cuanto menos tenga que ver contigo ésa imagen es más fácil sentir frustración, puede llevarte a crear un estilo que te limite, tendencia a proyectarla en la apariencia. Se manifiesta en actitudes, vestimenta, modales, comunicación que en el fondo, no alcanzan su objetivo de satisfacción personal, Conlleva esfuerzo y el estilo proyectado necesita estar estudiado.

La Imagen proyectada

Representa lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes Lo que eres, tal y como eres tiene la capacidad de acción, cambio personal y movilización de recursos para alcanzar tus sueños. Por eso la imagen real necesita de la ideal para crecer, te avisa de la distancia que hay de dónde estás a dónde quieres llegar si a tu Imagen

proyectada le habla tu guía interno, todo lo que venga por delante será más fácil, entusiasmante y posible, estar en la Imagen proyectada es la posibilidad de crecer estirándola a una Imagen Ideal más cercana y alcanzable, la forma de expresión individual de la Imagen Real genera en ti tu Estilo Potenciador, el que sí quiere crecer sin límites.

Campo profesional e imagen

Una de las imágenes subordinadas que intervienen en la regulación del comportamiento, es la imagen profesional; ésta permite evaluar la calidad simbólica de los vínculos que establece la persona con los públicos internos, externos o comerciales. Existen diferentes factores que permiten entender de mejor manera el plano profesional de la imagen pública: Percepción, Grupos objetivo diferentes y específicos, Diferentes situaciones y contextos según grupos objetivo.

Esto que en un contexto profesional, en el que es importante reconocer que, como individuos, interactuamos con otros y aunque nuestro objetivo personal se enmarca en un ambiente laboral, En el mapa de la percepción es importante considerar el plano de posicionamiento personal, pues incide en la significación de las relaciones profesionales que se establecen con los distintos públicos que se puede trabajar de la siguiente manera: ¿Cómo necesito/quiero que me perciban los demás?, ¿Cómo me perciben actualmente?, ¿Qué acciones debemos realizar para lograr nuestro objetivo?.

Estos tres factores que intervienen en la percepción de las relaciones profesionales deben dimensionarse de manera integral, La calidad de las percepciones personales es central para cualificar la eficiencia de las relaciones personales, permite hacer habitable la organización y establecer escenarios de productividad institucional donde la comunicación sea un capital simbólico fundamental. La imagen profesional constituye el pensamiento estratégico que contribuye a generar ambientes de eficiencia y seguridad en el mapa de comportamiento y significación con los distintos públicos.

Conclusión

La asertividad concisión y coherencia entre la imagen personal y profesional son herramientas de comunicación, son tus aliadas y eres responsable de gestionarlas y liderarlas para transmitir un mensaje eficaz y con identidad propia. Parte del desempeño como profesional debe verse en la imagen que se refleja en el entorno en el que uno se desempeña. Tanto el aspecto físico, como el comportamiento corporal, la expresión oral y escrita tienen la capacidad de definirte y son los encargados de asignar un gran valor a la imagen profesional.

El saber complementar la asertividad concisión y coherencia entre la imagen personal y profesional permitirán proyectar una imagen de profesionalismo más allá de cómo te puedas desempeñar específicamente en tu profesión. La imagen personal permite mostrar credibilidad, seguridad y elegancia que pueden funcionar muy a favor en entrevistas de trabajo o en el entorno laboral, estos componentes reflejan la personalidad, debemos exponer a través de cómo uno se viste, cómo habla y cómo se desenvuelve en un contexto, su forma de ser y personalidad, aspectos básicos que demuestren su seguridad y capacidad.

Cumplir con diferentes parámetros o requisitos para lograr una proyección profesional correcta, es la de facilitar el entendimiento de las ideas haciendo uso de la coherencia al momento de transmitirlos, así como ser conciso con las palabras o argumentos que se van a manejar dentro de un tema esto es básico en el área profesional, de tal manera la imagen personal es la guía que nos conducirá a lo que denominamos imagen profesional.

Es importante comprender que la imagen que se debe proyectar es muy importante ya que es la base para partir al éxito, básicamente la imagen dentro del área tanto profesional como laboral implican mucho más que solo el verse bien, se debe contar con una serie de factores es esencial conocer el propio estilo de comunicación y ser consciente de los propios estados emocionales internos, recursos e intuiciones.

La comunicación de la imagen, es la herramienta a dominar para reflejar una actitud asertiva, a través de las cualidades oportunas según el objetivo toda habilidad requiere conocimientos, práctica y aptitud. De nada sirve que nuestra proyección profesional sea perfecta, si al hablar en público no lo hacemos de manera correcta, la agresión, la negación a las verdades ajenas y la no empatía, son factores que obstruyen nuestra proyección, debemos recordar que tanto la proyección profesional van de la mano.

Referencias

Chávez, F. R. (13/01/2009). *Imagen personal y su relación con la imagen profesional*.

FIORELLA. (28/08/2014). *La importancia de la Coherencia en nuestra Marca Personal*.

Salazar, M. E. (julio 23, 2015). *Armonía y coherencia. Claves para proyectar una imagen personal profesional*.