



**Mi Universidad**

**Ensayo**

*Nombre del Alumno: Cecilia del Carmen palomeque Vázquez*

*Nombre del tema: Acciones estratégicas para establecer la imagen personal y unidad III.*

*Parcial: Iro.*

*Nombre de la Materia: Proyección profesional*

*Nombre del profesor: Beatriz Adriana Méndez Gonzales*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería*

*Cuatrimestre: 8vo.*

## “INTRODUCCION”

Cuando hablamos en cambiar nuestra imagen, debemos entender en realidad que es imagen; porque hay ocasiones en las que creemos pensar algo correcto, cuando no lo es y en realidad podemos decir que es la percepción que la gente tiene de usted, o nosotros, eso incluye el aspecto que tiene, el cómo habla, viste y actúa. También sus habilidades, fortalezas y actitudes.

Al igual que la personalidad, la imagen podría tener muchas facetas. Como cuando hay una imagen suya cuando esta relajado en su casa, con sus amigos, con su suegra etc. Si intentamos cambiar de personalidad o pretender hacer algo que odiamos profundamente, entonces estaremos comportándonos deshonestamente y será rápidamente descubierto.

Mucha gente cuando escucha hablar de imagen personal, en realidad lo entiende como algo puramente estético y superficial, se debe a que no acostumbran ver definiciones que podríamos decir van más allá de una imagen física. O piensa que para que necesitan una asesoría de imagen personal si acudiendo al peluquero o a su centro de estética ya lo tienen todo más que cubierto. Pero en realidad no es del todo correcto, ni del todo incorrecto. La imagen es mucho más, imagen es percepción es comunicación, es decir cómo nos perciben los demás a través de todos los códigos que emitimos.

En este ensayo le hablaremos de la verdadera importancia de la imagen personal, física, comunicación verbal entre otras. Ya que podemos definir la imagen física como la percepción que se tiene de una persona por parte de sus grupos objetivo como consecuencia de su apariencia o de su lenguaje corporal. “Como te ven te tratan”, “La primera impresión es la que cuenta”, “Aunque la mona se vista de seda, mona se queda” son refranes producto de la sabiduría popular que hemos escuchado cientos de veces cada vez que en una reunión hablamos acerca de la imagen física.

La comunicación no verbal más que nada es todo aquello que podemos expresar a través de palabras incluso de señas, mientras que la no verbal es la información que transmitimos a través de los gestos y del lenguaje corporal. Aprender los códigos de comunicación no verbal que mandamos a través de nuestro cuerpo no solo nos sirve para ganar seguridad en nosotros mismos, sino para decodificar los mensajes positivos y negativos que los demás no están enviando de manera inconsciente.

El lenguaje corporal humano se inicia con la formación del feto dentro del seno materno. Ya en la infancia, antes de hablar, los niños desarrollan un lenguaje corporal. Éste se relaciona en forma importante con las actitudes mentales básicas. Según. Todo depende de la manera como podamos o queramos ver el mundo que nos rodea, de nuestros puntos de vista en los análisis que realizamos de las realidades propias y de las ajenas: ¿desde qué parte del mundo, desde qué país, desde qué etnia, vemos “lo bueno” y “lo malo”, al bueno y al malo, al violentador y al violentado, al invasor y al invadido, tanto en la actualidad como a través de la historia? El lenguaje corporal también está estrechamente relacionado con los estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas.

El lenguaje corporal se define como los siguientes puntos:

- Entorno correspondiente
- Género: masculino o femenino
- Condiciones anatómicas previas
- Estrés
- Tipo caracterológico del individuo o emociones y conductas.

El discurso es el lugar donde se construye el hablante y se ejercita la lengua para significar el mapa enunciativo de las relaciones humanas. En la palabra se marca la huella de nuestra personalidad y se desdobra la actitud del texto que siempre establece un particular sentido relacional con los destinatarios. Así, el uso de la lengua y sus efectos son detonadores de percepciones intelectuales o del juicio, afectivas o de sentimientos y volitivas o de la voluntad que establecen la distancia o cercanía del hablante con el texto y su entorno de impacto. En este plano, el discurso expresa las decisiones y ejecuciones del hablante en el mundo: es un acto del habla. Las competencias profesionales, son todas aquellas habilidades y aptitudes que tienen las personas que les permiten desarrollar un trabajo de forma exitosa. Las competencias técnicas de una profesión son valoradas para los empleadores, pero cada vez se valoran más todas aquellas competencias transversales que te ayudan a diferenciarte de los demás y te hacen más apto para un tipo de trabajo. La oralidad o imagen verbal es una de las imágenes subordinadas a la imagen personal o institucional que más peso tienen en la conformación de la percepción debido a que los estímulos que la conforman son las palabras en su forma oral o escrita. Cuántas veces nos ha sucedido que el primer gran impacto producido por una gran imagen física o profesional se vea demeritado en el momento en que el individuo tuvo que hablar o escribir algo, afectando el resultado final. Tener una buena imagen verbal es requisito indispensable para triunfar en el juego de la vida.

La asertividad se define asertividad como la habilidad personal que nos permite expresar sentimientos, opiniones y pensamientos, en el momento oportuno, de la forma adecuada y sin negar ni desconsiderar los derechos de los demás. Pues a esto nos referimos a una forma para interactuar efectivamente en cualquier situación que permite a la persona ser directa, honesta y expresiva la cual es una gran herramienta para expresar de una manera más contextual pues la concisión está vinculado a la economía de medios y a la brevedad para expresar un concepto con precisión y exactitud pues debe ser algo que nosotros como personas en la sociedad debemos ser concisos para así poder dar con exactitud y veracidad alguna información que vallamos a proporcionar y ser una persona que aplique en su vida la coherencia pues una persona es coherente cuando actúa de acuerdo a sus principios y a sus valores. Cuando una persona dice una cosa pero hace la contraria, entonces, muestra una contradicción entre hechos y palabras que genera sensación de poca coherencia ética frente al interlocutor. Lo que ocurre cuando una persona tiene poca coherencia entre hechos y palabras es que decepciona al otro porque le ha generado unas falsas expectativas que causan una expectativa muy decepcionante para las personas que cuestionan a la misma pues debe crearse una imagen ideal o bien una imagen proyectada pues la imagen personal y profesional como 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, misma que nos ayudará a generar opiniones favorables cada día más exigente era de la globalización. De la citada definición se deduce que el mundo contemporáneo nos exige ser más competitivos en cualquier ámbito en el que nos encontremos, es por ello que la imagen personal cobra especial importancia al momento de establecer contacto con las personas que rodean nuestro entorno, debido a, que, en muchas de las ocasiones son ellos los que contribuyen a generar una autopercepción favorable o desfavorable respecto a lo que somos, y como consecuencia, logramos el que ellos mismos nos concedan un nivel de competencia mayor en cada una de las actividades que llevamos a cabo, lo que tendrá un alto impacto en nuestra estima y que nos ayuda a desenvolvernos en el campo profesional y la imagen En el campo de la imagen pública, una de las imágenes subordinadas que intervienen en la regulación del comportamiento de las personas cuya conducta define el significado de las diferentes relaciones institucionales, es la imagen profesional; ésta permite evaluar la calidad simbólica de los vínculos que establece la persona con los públicos internos, externos o comerciales. Podemos definir la imagen profesional como la percepción que se tiene de una persona o una institución por parte de sus grupos objetivo como consecuencia del desempeño de su actividad profesional y así poder tener un buen desarrollo en ese ámbito profesional que a través de esta se emplea el implemento de valores que la sociedad hoy en día ha perdido de forma tan simultánea y tan grotesca.

### ***“CONCLUSION”***

Como conclusión en esta actividad tenemos diferentes formas y métodos para emplearlos en nuestro campo profesional para desempeñarnos con asertividad para ser personas asertivas que desde una primera impresión demos a demostrar las herramientas que a través de nuestra forma profesional hemos ido adquiriendo de una manera más compleja donde se desempeñe la concisión para siempre dar a saber de alguna manera lo que se propone de una forma que sea muy asertiva y ser coherente en todos los aspectos de la vida profesional para desenvolverse de la manera más profesional donde lo principal sea una imagen ideal que contenga toda la formación profesional tanto valores como principios éticos que hay en el campo profesional donde se desempeñan todos los conocimientos adquiridos durante el desarrollo del profesionalismo.