



**Nombre de alumno: Jazmin Judith Gomez
Altuzar**

**Nombre del profesor: Lic Yesica Dariana
Sanchez Sanchez**

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico.

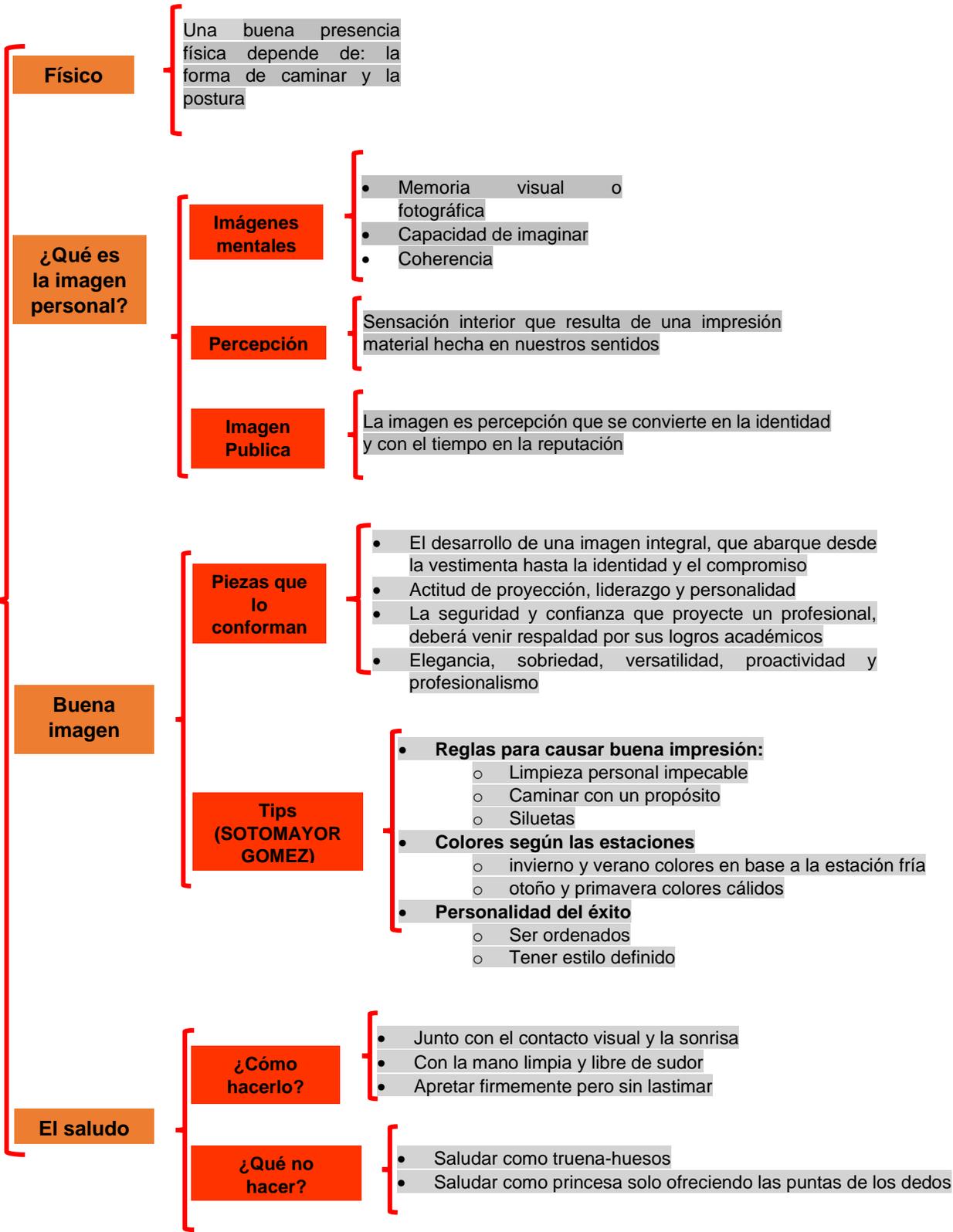
Materia: Proyeccion Curricular

Grado: 8°

Grupo: Ciencias de la Educacion

Ocosingo, Chiapas 3 de marzo de 2022

Componentes de la imagen



Físico

Una buena presencia física depende de: la forma de caminar y la postura

¿Qué es la imagen personal?

Imágenes mentales

- Memoria visual o fotográfica
- Capacidad de imaginar
- Coherencia

Percepción

Sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos

Imagen Publica

La imagen es percepción que se convierte en la identidad y con el tiempo en la reputación

Buena imagen

Piezas que lo conforman

- El desarrollo de una imagen integral, que abarque desde la vestimenta hasta la identidad y el compromiso
- Actitud de proyección, liderazgo y personalidad
- La seguridad y confianza que proyecte un profesional, deberá venir respaldada por sus logros académicos
- Elegancia, sobriedad, versatilidad, proactividad y profesionalismo

Tips (SOTOMAYOR GOMEZ)

- **Reglas para causar buena impresión:**
 - o Limpieza personal impecable
 - o Caminar con un propósito
 - o Siluetas
- **Colores según las estaciones**
 - o invierno y verano colores en base a la estación fría
 - o otoño y primavera colores cálidos
- **Personalidad del éxito**
 - o Ser ordenados
 - o Tener estilo definido

El saludo

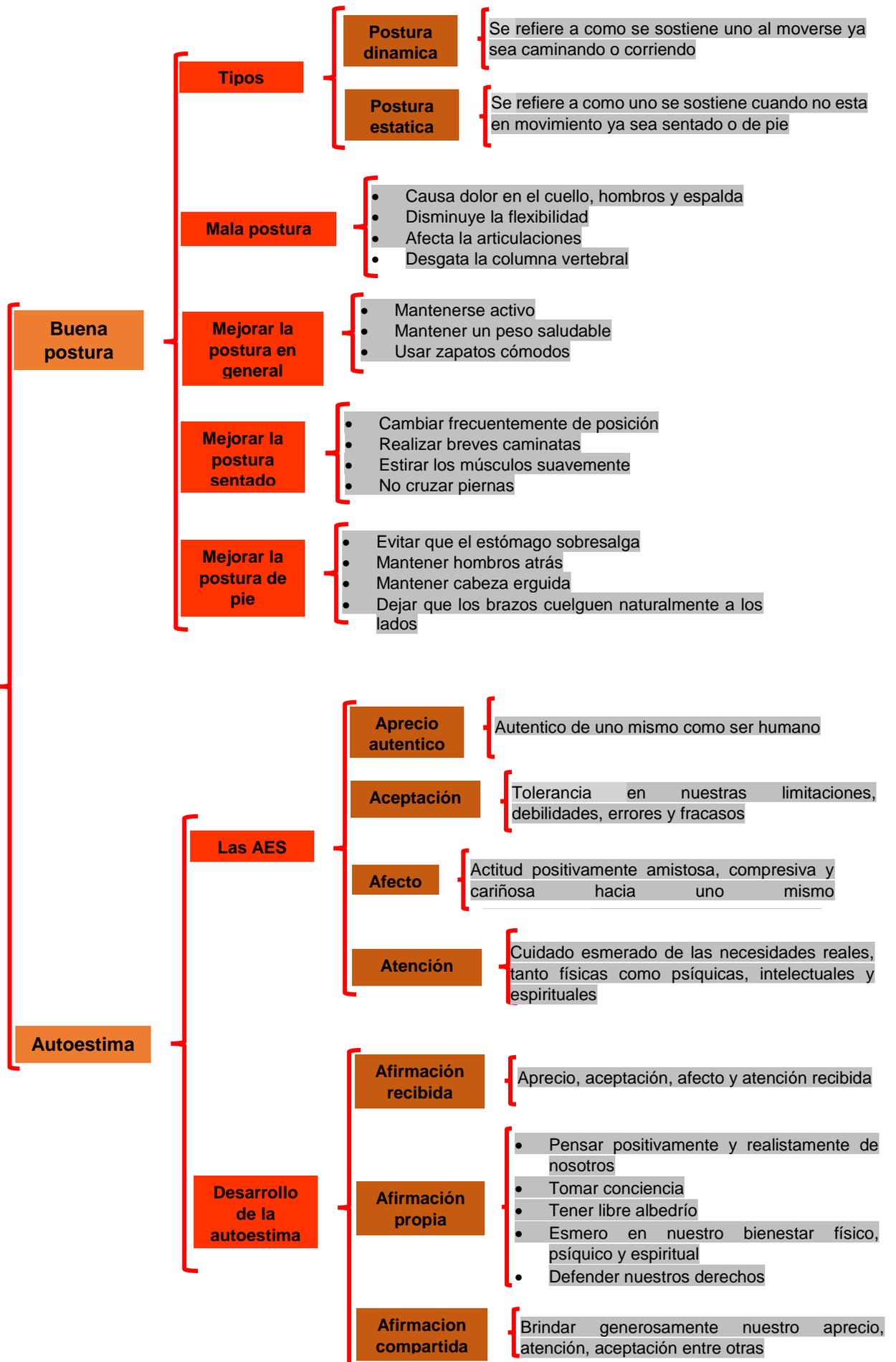
¿Cómo hacerlo?

- Junto con el contacto visual y la sonrisa
- Con la mano limpia y libre de sudor
- Apretar firmemente pero sin lastimar

¿Qué no hacer?

- Saludar como trueno-huesos
- Saludar como princesa solo ofreciendo las puntas de los dedos

Componentes de la imagen



Componentes de la imagen

Autoestima

Dimensiones

Física

Sentirse atractivo/a

Afectiva

Sentimiento de ser aceptado/a

Social

Sentirse capaz de enfrentar diferentes situaciones sociales

Académica

Autopercepción de la capacidad para enfrentar con éxito las exigencias del estudio educativo

Ética

Sentirse una persona buena y confiable

Asertividad

Capacidad de identificar los propios derechos, aspiraciones y necesidades. expresándolos y ejecutándolos sin afectar a los demás

Autoestima elevada

- Persona independiente
- Persona orgullosa de sus logros
- Persona tolerante a las frustraciones
- Persona entusiasta
- Persona comprometida

Autoestima baja

- Persona apática
- Persona insegura
- Persona con complejo de inferioridad o superioridad
- Persona desconfiada de si mismo

Conclusión

La autoestima se fomenta básicamente por medio de dos fuentes profundamente ligadas entre si:

- a) Autopercepción (observaciones y evaluaciones que se hace uno mismo)
- b) Percepción de la imagen que los demás tienen de nosotros, condicionado por el contexto social en el que se desenvuelve la persona

BIBLIOGRAFIA

UNIVERSIDAD, U. M. (ENERO-ABRIL 2022). *PROYECCION PROFESIONAL*. OCOSINGO, CHIAPAS: UDS.