



NOMBRE DE ALUMNO: FRANCISCO UBIN MALDONADO MORALES

**NOMBRE DEL PROFESOR: RAMIRO
ROBLERO**

**NOMBRE DEL TRABAJO: ENSAYO "EL
CUERPO HABLA"**

**MATERIA:
PROYECCIÓN
PERSONAL**

**GRADO: 8VO
CUATRIMESTRE.**

GRUPO: C

**FRONTERA COMALAPA, CHIAPAS A 14 DE ENERO
2022.**

EL CUERPO HABLA.

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

La cabeza, la espina dorsal y la pelvis forman un eje que debe tener una correcta alineación para caminar correctamente y el principio de alineación es apenas uno de los ocho principios del correcto caminar veamos en la erección, si van por la calle y se encuentran a un amigo que viene en la dirección opuesta a la suya con la vista clavada al piso, los hombros echados para delante, la espalda encorvada y las manos en el bolsillo podríamos creer que le pasa muchas cosas pero de todas ellas preocupantes, por lo contrario vemos a un individuo que viene caminando con la vista ligeramente arriba, la cara alzada, el mentón levantado y mirando el soslayo al pasar pareciera que se cree superior pero todo lo logra con la buena presencia física al caminar. Recordemos que aprendiendo a realizar las acciones se puede controlar la transmisión de los sentimientos correspondientes.

La postura estando parados o sentados también se convierte en un código de comunicación. Si se encuentra en una junta de trabajo en la que el gerente de ventas va a presentar su propuesta y dirigirse a todos ustedes lleva las manos a los bolsillos del pantalón que mensaje podría transmitir Wilder Image Development, dice he encontrado que la gente no confía en ti si no puede verte las manos cuando hablas...así que asegúrate de siempre tenerlas visibles.

Que es la imagen personal

Es todo aquello que tiene que ver con nuestra apariencia, forma de expresarnos con el mundo exterior. De los criterios de imagen personal, nos daremos cuenta de que en todos va involucrado un proceso físico-psicológico de percepción que abraza primeramente una sensación que se canaliza a un sistema nervioso central para de ahí pasar al proceso cerebral.

Percepción: se trata de la acción y el efecto de percibir, también con la palabra percepción se identifica con "conocimiento e idea" y por último con el significado para que este trabajo representa el concepto fundamental. También se dice que es la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos.

Imagen pública: es el resultado y por lo tanto está provocada por algo; dicho de otra manera es el efecto de una o varias causas, la imagen producirá un juicio de valor a quien las concibe, por lo que su opinión se convertirá en su realidad.

El juicio de valor: es el resorte que impulsa la acción individual consecuente: aceptar o rechazar lo percibido.

Buena imagen

Proyectar una imagen de credibilidad y seguridad, se ha convertido en una herramienta fundamental a la hora de promover la confianza y genera la autoridad, liderazgo y poder. La forma de vestir es una de las piezas que conforman la carta de presentación de los profesionales y una de las más determinantes a la hora de triunfar en una compañía.

El saludo.

Es un contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación. Originalmente el contacto se hacía llevando la mano hasta el antebrazo para demostrar que no se guardaba ninguna arma bajo la manga.

Juntas de trabajo.

Preparación, desarrollo evaluación de juntas: la organización como un sistema de comunicación exige, para su funcionamiento, el intercambio de información mediante formatos que permitan la interacción productiva de los involucrados. Las etapas de una junta de trabajo son importantes para que los objetivos previos se cumplan. Objetivos de la junta son fundamentales para orientar la sinergia de los participantes y garantizar la consecución de resultados.

Tipos de juntas:

- juntas informales son modelos libres los procesos de interacción es transversal y la información influye sin definir un centro de autoridad.
- juntas formales son modelos cerrados donde el centro de autoridad define los puntos de la agenda y atribuye orden de participación.

Buena postura.

La buena postura es más que pararse derecho para verse mejor, mantener el cuerpo en la posición correcta, ya sea que este en movimiento o quieto, puede ayudar a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud. Tipos de postura: postura dinámica se refiere a como se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger

algo, postura estática se refiere a como 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 vestir ropa y accesorios caros. Cosas diferentes es tener una solvencia económica y otra muy diferente es pertenecer al estilo elegante.

Autoestima.

Es el amor que una persona se tiene así misma, es el conjunto de las actitudes del individuo así mismo. Cuando hablamos de autoestima, hablamos de afirmación de ese ser humano falible, único, valiosísimo, que merece respeto y consideración por sí mismo, pero siempre reconociendo la existencia de los demás. Si bien es cierto la formación de la autoestima empieza desde que una persona nace, es perfectamente posible elevar nuestra autoestima a partir de cualquier edad.

<http://antología.universidad.uds>.