



Mi Universidad

ACTIVIDAD 2

**NOMBRE DEL ALUMNO: PAOLA JASMIN MARTINEZ
MORALES**

TEMA: MAPA CONCEPTUAL

PARCIAL: I

MATERIA: PROYECCION PROFESIONAL

**NOMBRE DEL PROFESOR: MTRO. RAMIRO ROBLERO
MORALES**

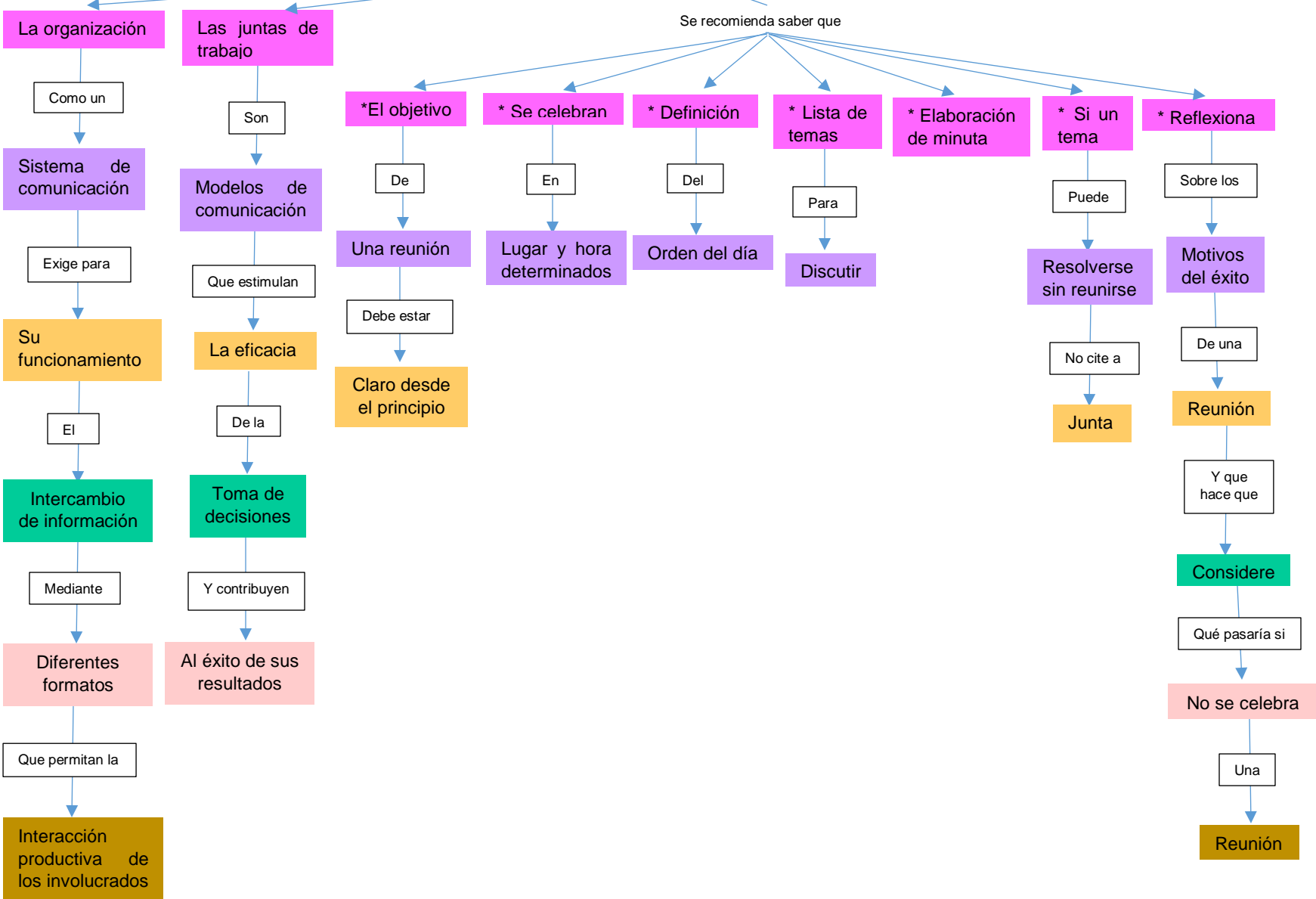
LICENCIATURA: CONTADURIA PUBLICA Y FINANZAS

CUATRIMESTRE: 8°

UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

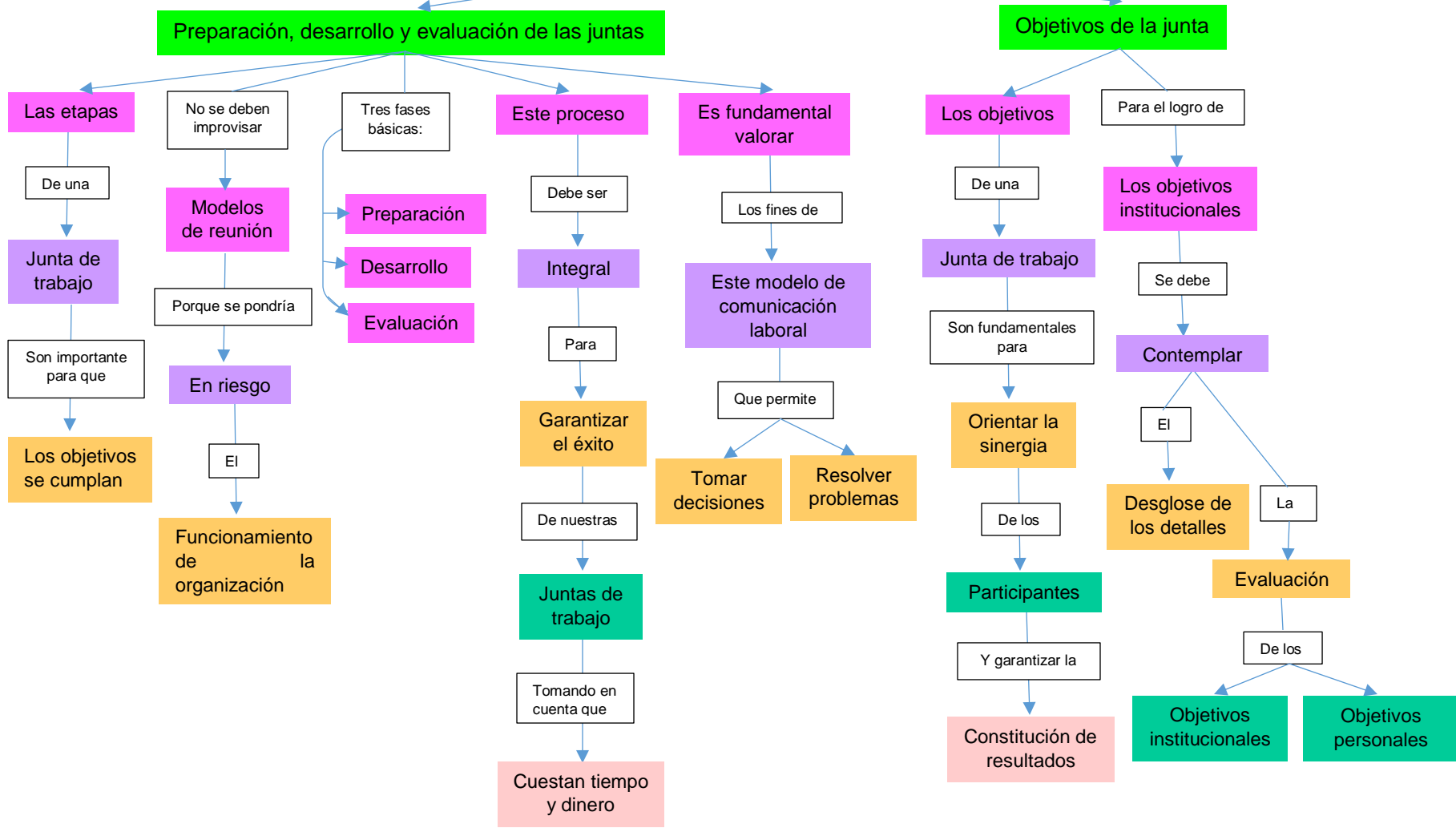
1.5.- Juntas de trabajo

Preparación, desarrollo y evaluación de las juntas



UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.5.- Juntas de trabajo



UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

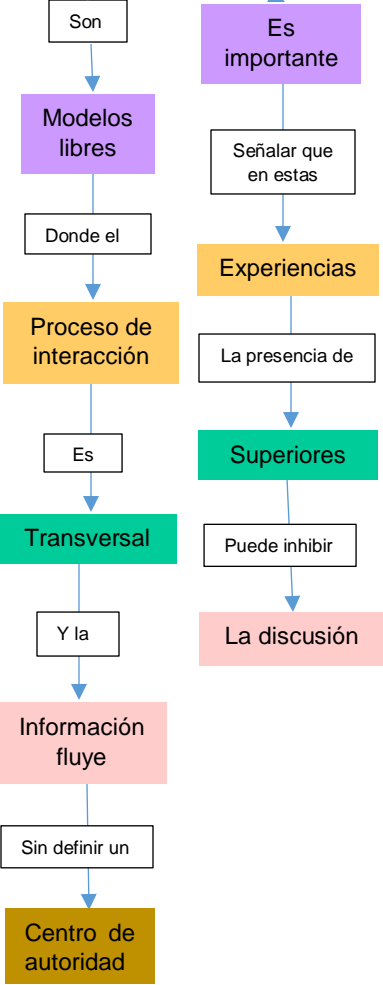
1.5.- Juntas de trabajo

Objetivos de la junta

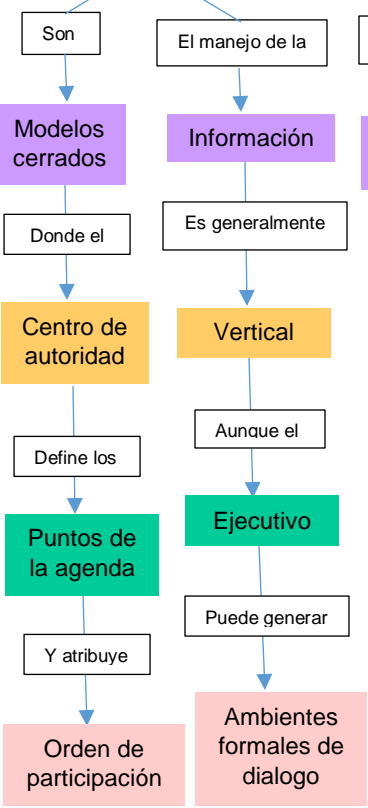
- Finalidad de una reunión
- * Informar
- * Educar
- * Resolver problemas
- * Tomar decisiones
- * Generar ideas
- * Decidir sobre una propuesta

Tipos de juntas

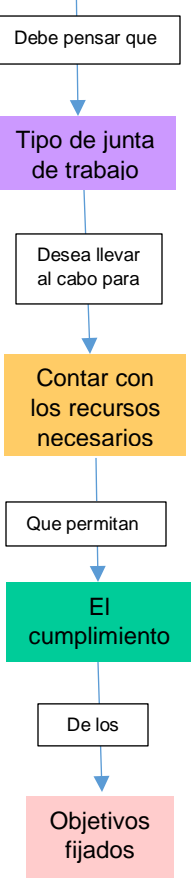
Juntas informales



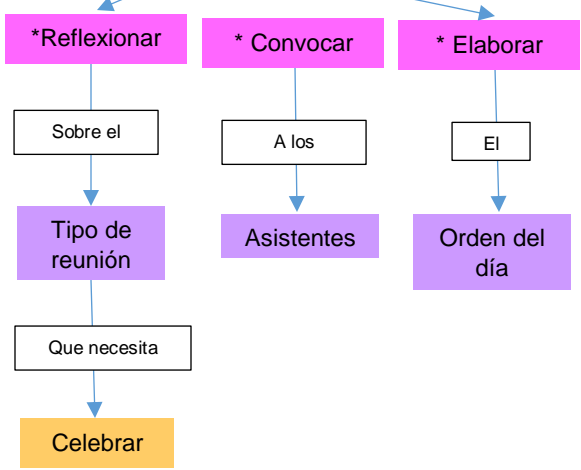
Juntas formales



El ejecutivo

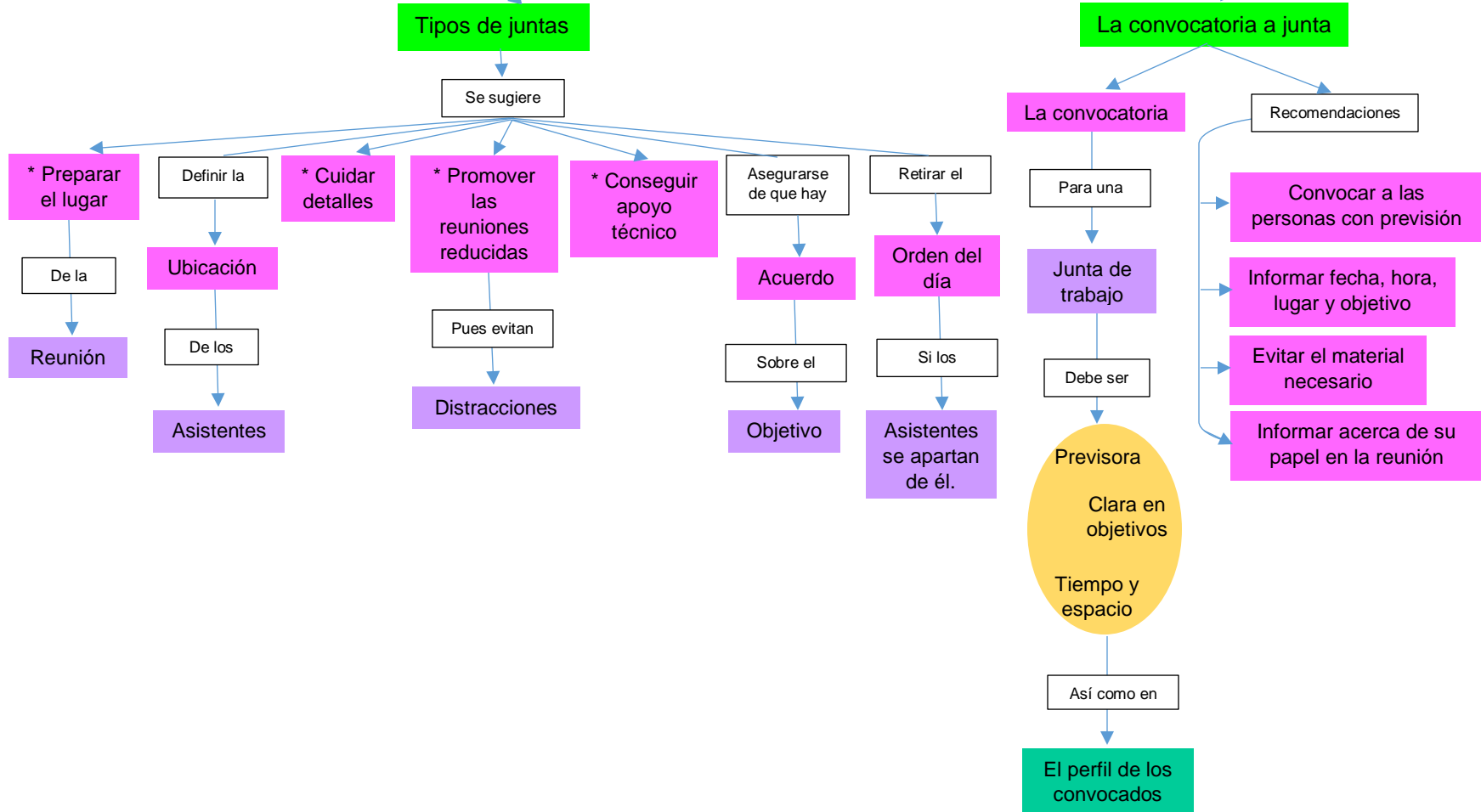


Se sugiere



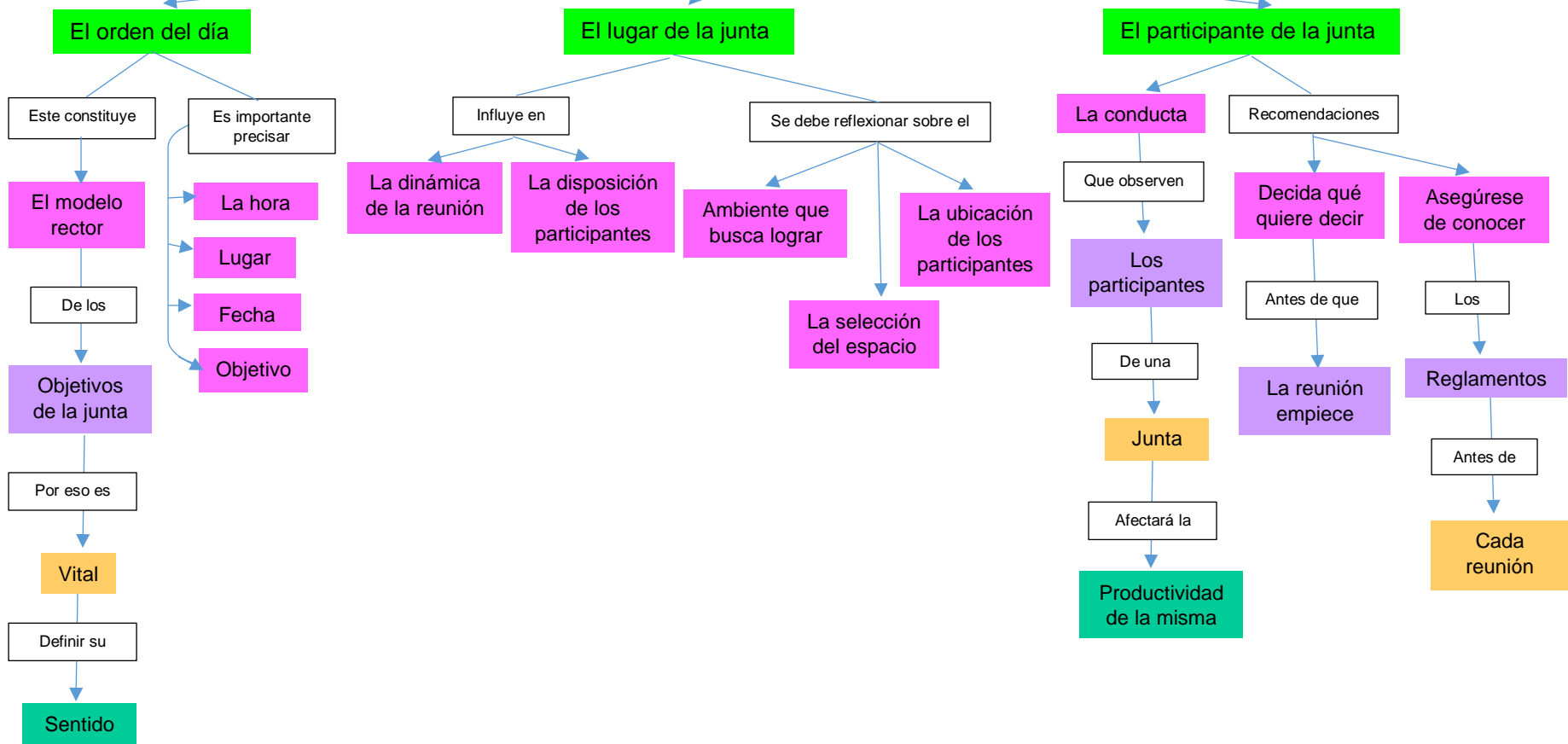
UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.5.- Juntas de trabajo



UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.5.- Juntas de trabajo

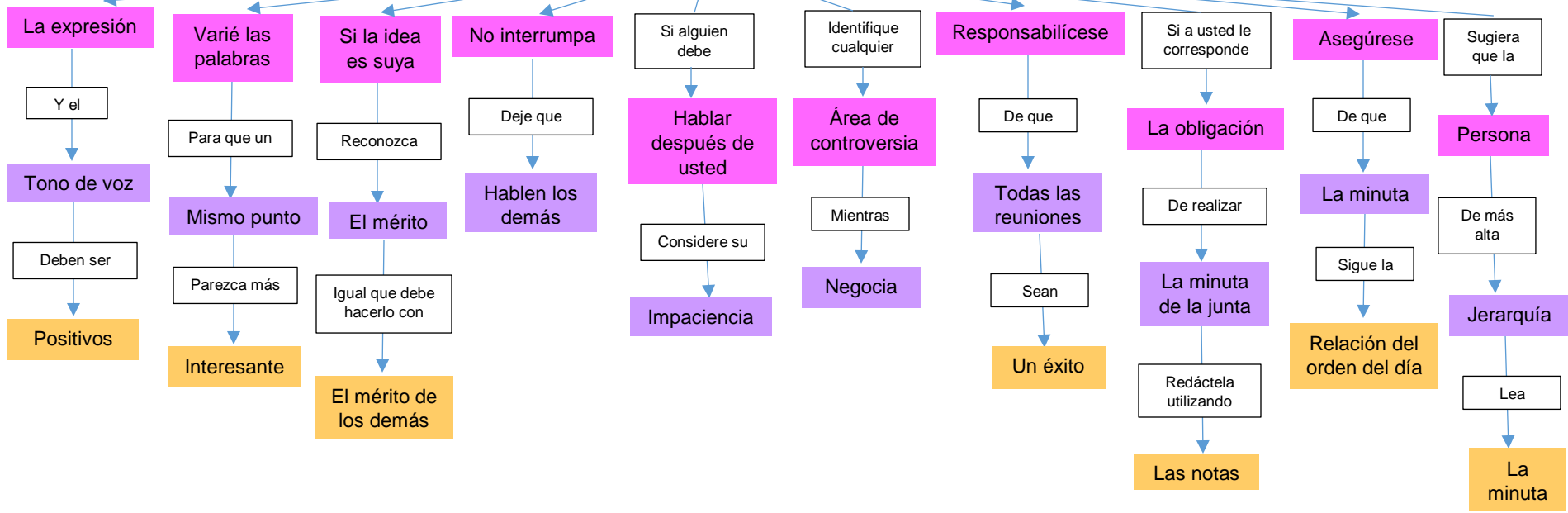


UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.5.- Juntas de trabajo

El participante de la junta

Recomendaciones



UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.5.- Juntas de trabajo

El líder de la junta

Presidir una

Junta de trabajo

Constituye una

Responsabilidad vital

Para conducir las

Diferentes capacidades

De los

Convocados por caminos comunes

Promoviendo la participación en

El análisis

La evaluación de resultados

El diseño de estrategias

La instrumentación de acciones

Quien tiene

La responsabilidad de presidir

Debe ser

Claro y preciso

En su

Discurso

- Previsor en las decisiones que se toman
- Amable pero con carácter
- Promover una cultura de dialogo y percepción
- Estimular respuestas
- Conocer a los asistentes de la reunión

En el

Escenario profesional

Las

Juntas de trabajo

Son

Muy complejas

Pues no solo implican

La interacción

Con un

Número determinado de personas

Es más que

Pararse derecho

Para

Verse mejor

Es una

Parte importante

De su

Salud a largo plazo

Es

Mantener su cuerpo

En la

Posición correcta

Ya sea que este

En movimiento o quieto

Puede ayudarle a

Evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud.

1.6.- Buena postura

Una buena postura

¿Qué es la postura?

La postura dinámica

Se refiere a

Como se sostiene al moverse

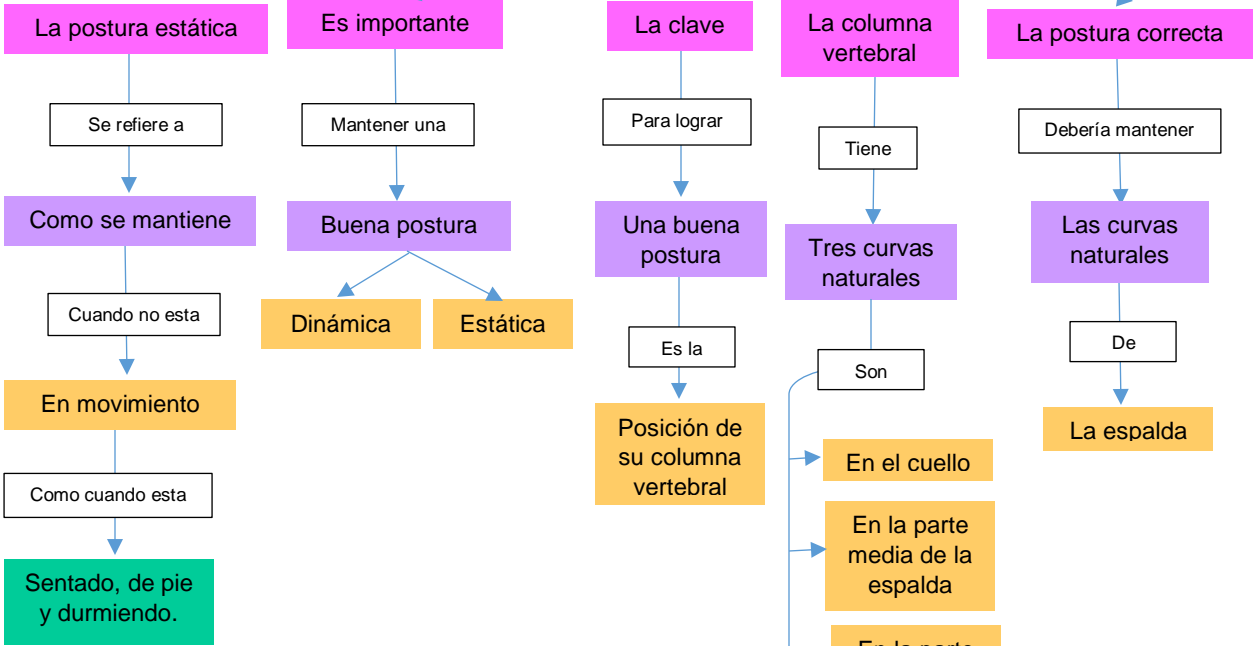
Como cuando esta

Caminando, corriendo o al agacharse

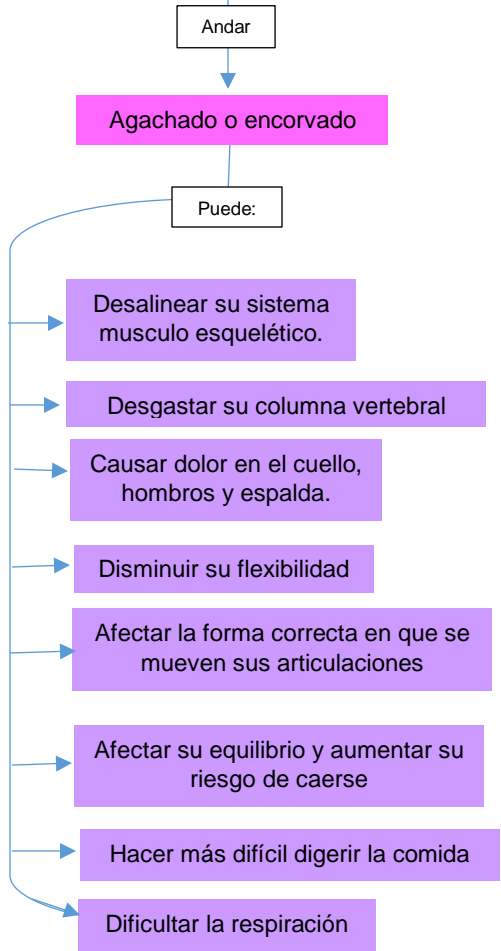
UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.6.- Buena postura

¿Qué es la postura?



¿Cómo puede la postura afectar mi salud?



UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.6.- Buena postura

1.7.- Culto al vestir

¿Cómo puedo mejorar mi postura cuando estoy sentado?

Es importante

Sentarse correctamente y tomar descansos frecuentes

Cambie frecuentemente su posición al estar sentado.

Haga caminatas breves alrededor de su oficina o casa.

Estire sus músculos suavemente

No cruce las piernas

Asegúrese de que sus pies toquen el piso

Relaje sus hombros

Mantenga los codos cerca de su cuerpo.

Asegúrese de que su espalda tenga un buen apoyo

Asegúrese de que sus muslos y caderas estén bien apoyados

¿Cómo puedo mejorar mi postura cuando estoy parado?

Póngase de pie en forma derecha

Mantenga sus hombros atrás

Evite que su estómago sobresalga

Coloque su peso principalmente en las puntas de tus pies

Mantenga su cabeza erguida

Deje que sus brazos cuelguen naturalmente a los lados

Mantenga los pies separados a la altura de los hombros

El estilo elegante

Es mal entendido pues

Muchos creen

Que significa

Vestir ropa y accesorios caros.

Las personas elegantes

Pertenece a

Este estilo

No por elección, sino por

Una manera particular innata

De

Conducirse y expresarse

Elegante

Según

La Real Academia Española

Significa

Dotado de gracia, nobleza y sencillez

Al referirse a

Una persona

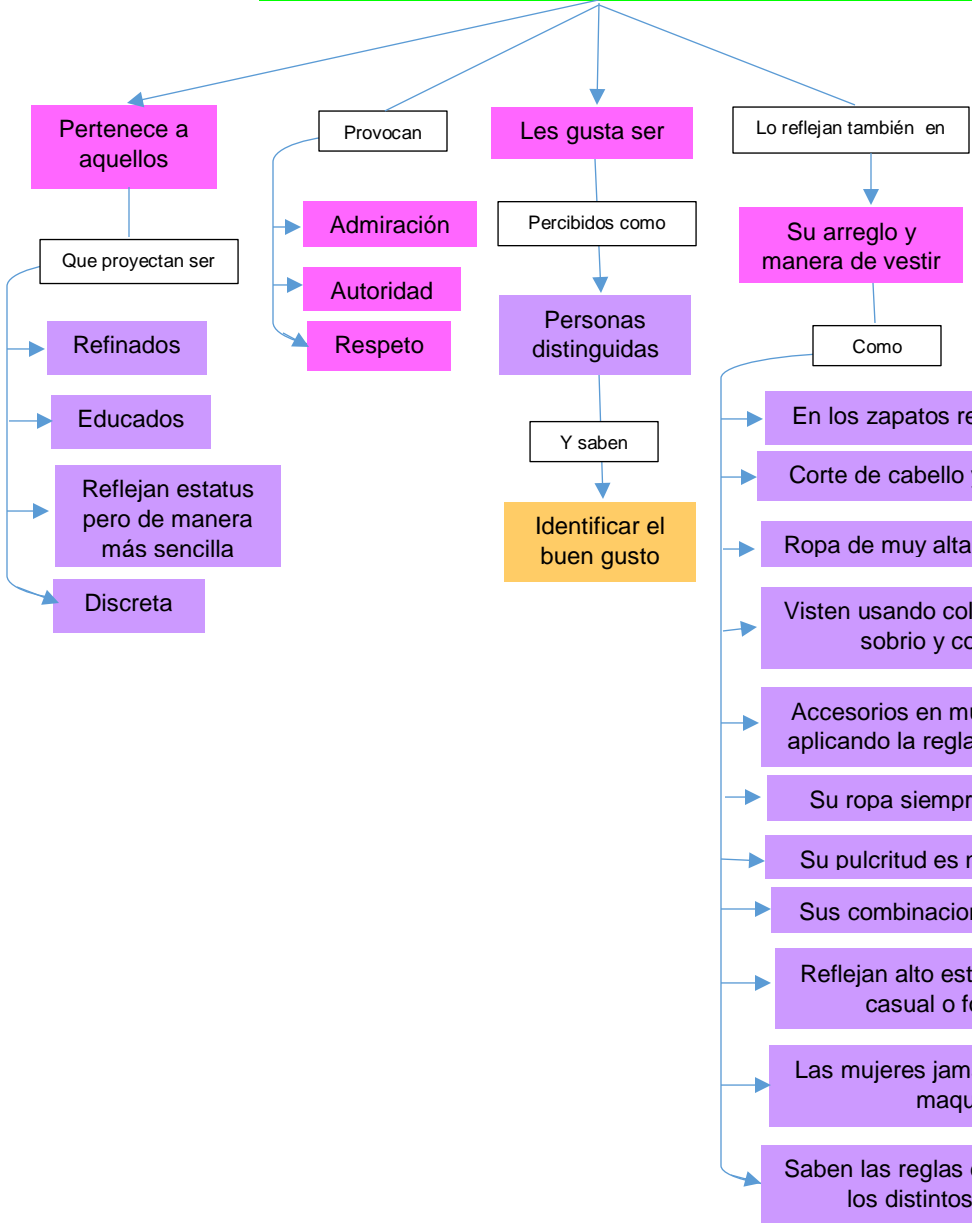
Significa

Que tiene buen gusto y distinción para vestir

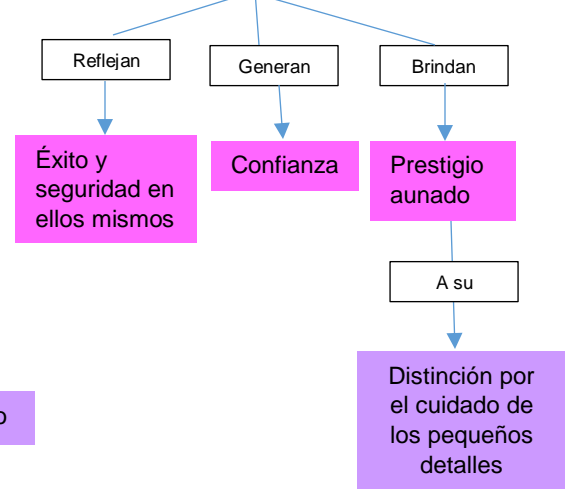
UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.7.- Culto al vestir

Como son las personas que pertenecen al estilo elegante



Cuál es su gran fortaleza



UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.7.- Culto al vestir

Que profesionales lo ejemplifican mejor

Se encuentran en

Posiciones de autoridad y liderazgo

Como

Directores generales de empresas

CEOs

Funcionarios públicos

Casa Bolseros

Altos Ejecutivos

Cuál es su mayor riesgo

Verse y comportarse

Como

Personas ostentosas

Que comuniquen que tienen

Solvencia económica

Por

Las marcas de ropa y bienes que compran y presumen

Como sacar el máximo partido e este estilo

Nunca olvidar

Que tu

Personalidad

Ya es capaz de

Inspirar respeto, confianza y autoridad

Por la

Distinción y elegancia que reflejas

Evita presumir

Que tienes

Un poder económico alto

Incorpora prendas cada año

En

Colores ausentes

En tu

Guardarropas

Aprovecha

A tu favor

El liderazgo y la admiración

Para

Inspirar a otros a crecer

En

Sus vidas

Identifica

Con cual otro

Estilo se mezcla tu estilo elegante

UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.7.- Culto al vestir

¿Podemos ser de estilo elegante solo por desearlo?

Coco Chanel

Dice

“La moda se compra; la elegancia se aprende”

1.8.- Autoestima

La autoestima

Es

El amor

Que

Una persona tiene por si misma

El conjunto

De las

Actitudes del individuo

Hacia

Si mismo

Las Aes de la autoestima

Aprecio autentico

De

Uno mismo

Como

Ser humano

Un aprecio

Que incluye

Talentos

Habilidades

Cualidades corporales

Cualidades mentales

Cualidades espirituales

Aprecio tolerante

De nuestras

Limitaciones

Debilidades

Errores

Fracasos

Afecto

Actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa.

De tal suerte que

La persona

Se sienta

En paz y no en guerra

Atención

Cuidado esmerado

De sus

Necesidades reales

Tanto

Físicas

Psíquicas

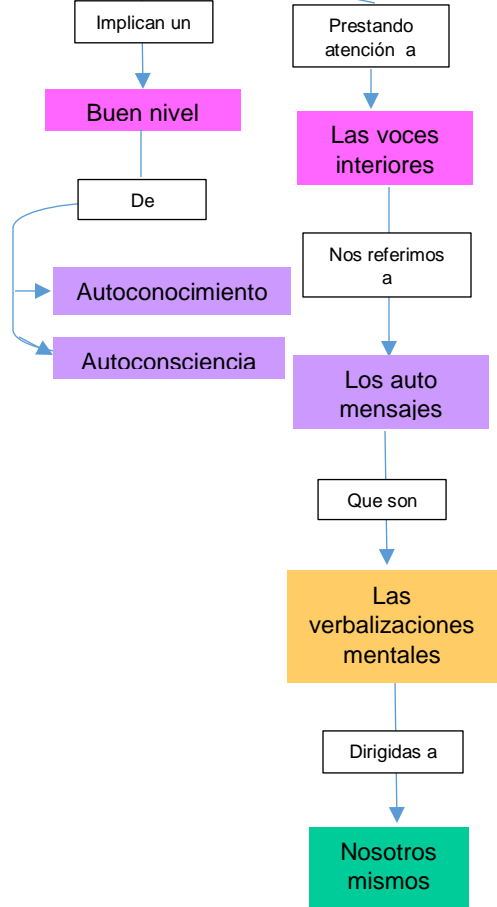
Intelectuales

Espirituales

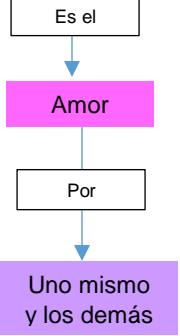
UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.8.- Autoestima

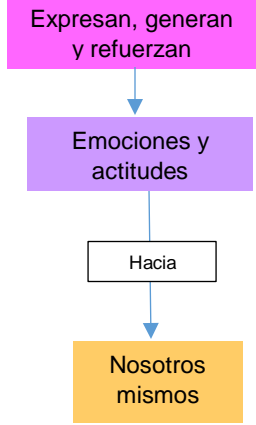
Las Aes de la autoestima



La autoestima

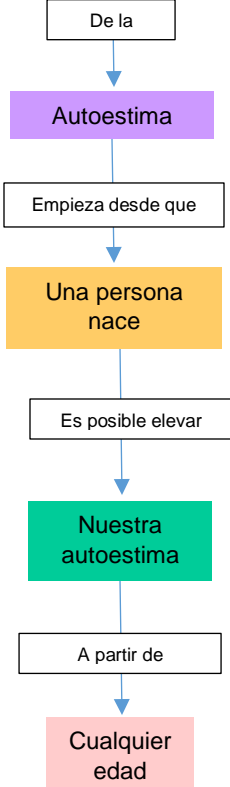


Los auto mensajes yo



Aprendamos a desarrollar nuestra autoestima

La formación

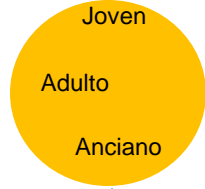


Tres fases

Afirmación recibida

Es sumamente importante

Para un



Recibir y deleitarse

Con el

- Aprecio
- Aceptación
- Afecto
- Atención

Afirmación propia

A través de

- Pensar positiva y realistamente acerca de nosotros mismos.
- Tomar conciencia de nuestros puntos fuertes como de los puntos débiles
- Estar más dispuesto a comprenderse y perdonarse
- Expresar clara y abiertamente nuestras opiniones y sentimientos
- Defender nuestros derechos sin lesionar los ajenos
- Extender nuestras posibilidades, potenciar nuestros talentos y descubrir nuestros recursos aun latentes
- Cuidemos con esmero nuestro bienestar físico, psíquico y espiritual

UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.8.- Autoestima

Aprendamos a desarrollar nuestra autoestima

Tres fases

Afirmación compartida

La persona

Que tiene

Elevada autoestima

Tiende a

Generar y fortalecer la autoestima

Si afirmamos

A los demás ofreciéndoles

- Aprecio
- Aceptación
- Afecto
- Atención

Ayudándoles a descubrir

Su potencial y talento

Dimensiones de la autoestima

Dimensión física

Referida al hecho de

Sentirse atractivo (a) físicamente

Dimensión afectiva

Se refiere al

Sentimiento

De ser

Aceptado y querido por los demás.

Dimensión social

Es sentirse

Capaz de enfrentar con éxito

Diferentes situaciones

Sociales

Y el sentimiento de pertenecer

A un grupo o comunidad

Dimensión académica

Es la

Autopercepción

De su

Capacidad de enfrentar con éxito

Las exigencias de

Los estudios

Dimensión ética

Se refiere a sentirse

Una persona buena y confiable

Asertividad

Es

Expresar nuestras necesidades, creencias, sentimientos y pensamientos

Se le define como

La capacidad de identificar

Sus

Derechos, aspiraciones y necesidades

UNIDAD 1 COMPONENTES DE LA IMAGEN

1.8.- Autoestima

Principales características

De una persona con

Autoestima elevada

- Independiente, con iniciativa, espontánea.
- Orgullosa de sus logros
- Responsable, comprometida.
- Tolerante a las frustraciones
- Entusiasta, asume retos y desafíos.
- Capaz de persuadir, creativa y con tendencia al liderazgo.

Autoestima baja

- Apática, temerosa, angustiada.
- Tiene complejo de inferioridad o superioridad
- Insegura, sin iniciativa.
- Débil frente a la frustración, se derrumba fácilmente.
- Tendiente a vivir de la opinión de los demás
- Desconfía de si mismo y de los demás.

¿Cómo desarrollar la autoestima de sus colaboradores?

Un empresario

Puede ser

Líder de sí mismo o de un número de colaboradores o trabajadores

Puede tener

Diversas formas

Para

Desarrollar la autoestima de ellos

Pautas:

- Ser claro al describir las expectativas
- Ser sincero y claro al reconocer lo que hacen bien los trabajadores
- Generar un clima institucional cálido, participativo y favorable.
- Mostrar confianza en los trabajadores
- Un empresario propiciar sentimientos de satisfacción
- Erradicar toda forma de trato
- Tener cuidado de no utilizar un lenguaje peyorativo o discriminatorio.

