



Nombre del alumno:

Esmeralda Domínguez Gordillo

Nombre del profesor:

Lic. Luis Galindo

Nombre del trabajo:

Cuadro Sinóptico Unidad II

Materia: Proyección Profesional

Comitán de Domínguez Chiapas a 29 de Enero del 202

Acciones estratégicas para establecer la imagen personal

Imagen Física

Es la percepción que se tiene de una persona por parte de sus grupos, objetivo como consecuencia de su apariencia o de su lenguaje corporal.

Comunicación No verbal

Estos códigos son mandados a través de nuestro cuerpo, sirve para generar seguridad en nosotros mismos.

Ademanos

Son palabras en movimiento. Son signos que dan comunicación complementaria y las palabras.

Gestos

Nuestra cara puede controlar y complementar o sustituir palabras

Contacto Visual

Establecer un buen contacto visual con las personas que interactuamos equivale a tener un sólido puente entre dos lugares distintos

Conducta táctil

Es el uso del tacto como medio de comunicación

Imagen Corporal

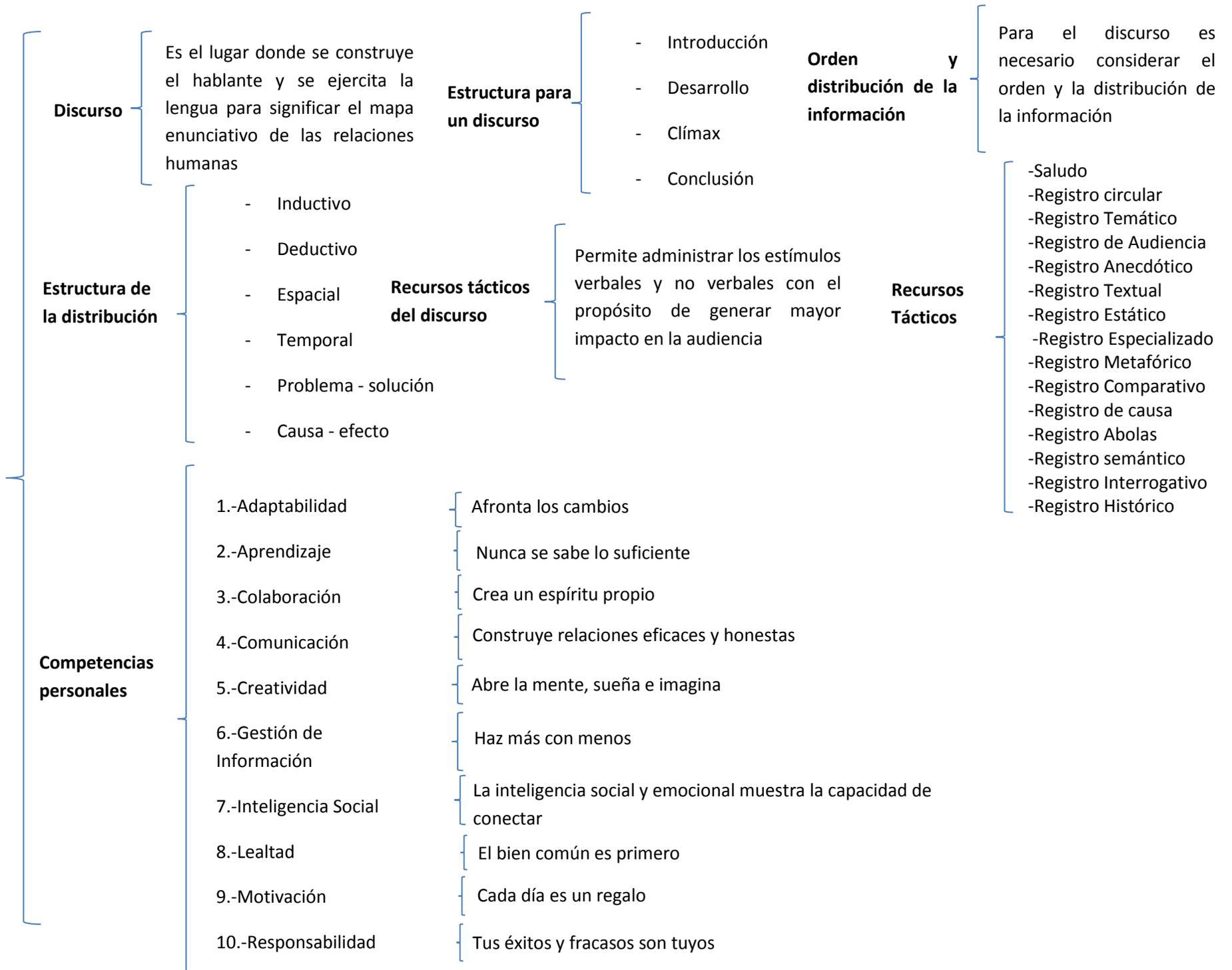
Está relacionado directamente con la tradición, la geografía, la cultura, la herencia de los pueblos, el género, las particularidades de nacimiento, la evolución, la religión y las características anatómicas

Puntos a considerar

- Condiciones anatómicas
- Tipo caracterológico
- Género
- Entorno Correspondiente
- Estrés
- Hábitos y dolencias corporales, psíquicas y mentales
- Técnica

La imagen física incluye

- Instrumentaría
- Formas
- Medidas (cara y cuerpo)
- Colores
- Patrones
- Texturas
- Postura (parase y sentarse)
- Modo de caminar
- Sonrisa
- Ademanos
- Contacto Visual
- Conducta Táctil



Competencias profesionales

Son todas aquellas habilidades y aptitudes que tienen las personas que les permiten desarrollar un trabajo de forma exitosa

Oralidad

Es una imagen subordinada 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 palabras en su forma oral o escrita

Requisitos que debe cumplir todo mensaje

- 1.-Sencillez
- 2.-Conocimiento
- 3.-Brevedad
- 4.-Orden
- 5.-Convicción

Expresión escrita

1.-Antes de escribir

Plantéate en cada ocasión si es mejor escribir un email o una llamada

2.-Ponernos a redactar

1.-Escribe correctamente respetándolas reglas básicas de gramática y ortografía

2.-Evitar el uso de lo subordinado

3.-Escribir párrafos cortos

3.-Algunos breves consejos para mejorar la comunicación

1.- Ordenare los pensamientos e ideas

2.-Conocer el buen manejo del lenguaje

Tipos de competencias

- 1.-Competencias de base
- 2.-Competencias técnicas
- 3.-Competencias Transversales

Manejo de la ansiedad

Respiración

Es la base de un buen funcionamiento orgánico y su práctica correcta mejora nuestro rendimiento físico, mental y espiritual

Sonrisa

Es el principal código de comunicación no verbal para transmitir confianza