



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Espinosa Cruz Yaneth del Rosario.

Nombre del tema: Cuadro Sinóptico de la 2 Unidad

Nombre de la Materia: Proyección profesional.

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello.

Nombre de la Licenciatura: Trabajo social y Gestión Comunitaria.

Cuatrimestre: 8 Cuatrimestre

Comitán de Domínguez Chiapas a 28 de Enero de 2022.

Acciones estratégicas para establecer la imagen personal

La comunicación no verbal

Ademanes

Signos que comunicación

- Expresión
- Gestos
- Movimientos
- Actitudes

Movimientos de una parte del cuerpo

Contacto visual

Puente de comunicación.

- Deja que se conozcan.
- Genera confianza.

Contacto táctil

Uso del tacto.
Permisibilidad de tocar

La imagen corporal

Aspectos el lenguaje corporal.

- Cabeza y cuello.
- Postura cinestesia.
- Las piernas y los pies.
- Boca.
- Voz.
- Cabello.
- Ropa adornos y joyería.
- Distancia corporal, física o prosémica.
- Olfatos y aromas.
- Sentido de tacto y piel.

Lenguaje corporal

- Condiciones anatómicas previas.
- Tipo caracterológico del individuo o emociones y conductas.
- Género.
- Entorno correspondiente.
- Estrés.
- Hábitos y dolencias corporales, psíquicas y mentales.
- Técnicas.
- Área geográfica.

Acciones estratégicas para establecer la imagen personal

Discurso

Como escribir un discurso

Estructura

- * Introducción
- * Desarrollo
- * Clímax
- * Conclusión

Claves

- * Captar la atención del público.
- * Comunicar seguridad.
- * Organizar los contenidos.
- * Presentar información de calidad.
- * Lenguaje y estilo consistente.
- * No discutir al manejar la información.
- * No ofender al público.
- * Evitar términos bruscos.

Orden y distribución de la información

- * Inductivo
- * Deductivo
- * Espacial
- * Temporal
- * Problema-solución
- * Causa- efecto

Los recursos tácticos del discurso

- * Saludo
- * Registro temático
- * Registro circunstancial
- * Registro de audiencia
- * Registro anecdótico
- * Registro textual
- * Registro estadístico
- * Registro especializado
- * Registro metafórico
- * Registro comparativo
- * Registro de caso
- * Registro audaz
- * Registro semántico
- * }registro humorístico
- * Registro interrogativo
- * Registro histórico

Competencias personales

* Adaptabilidad

Afronta los cambios.

* Aprendizaje

Ampliar los conocimientos.

* Colaboración

Crea un espíritu de equipo.

* Comunicación

Construye relaciones eficaces y honestas.

* Creatividad

Abre la mente, imaginar y sueña.

* Gestión de la información

Organizar los datos.

* Inteligencia social

Capacidad de conectar con los demás.

* Lealtad

Calidad moral y de los valores de los empleados.

* motivación

Sentirse estimulado y positivo.

* responsabilidad

Capacidad de asumir el control de las actividades.

Acciones estratégicas para establecer la imagen personal

Competencias profesionales

Tipos de competencias

Competencia de base

- Dan acceso a una formación o trabajo.
- Conocimientos básicos.

- Dominio de la lengua materna.
- Conocimiento de alguna lengua extranjera.
- Competencias básicas en matemáticas
- Competencias para el uso de las TIC.
- Técnicas para buscar empleo

Competencias técnicas

- Adquiridas después de una formación específica.

- Uso de cuchillos
- Técnicas de cocción de los alimentos.
- Organización de una cocina.

Competencias transversales

- Habilidades
- Aptitudes
- Desarrollar trabajos
- Organización de trabajo
- Trabajo en equipo
- Responsabilidad
- Iniciativa
- Relación interpersonal
- Disponibilidad para aprender
- autonomía

Oralidad

El manejo de la ansiedad

Que es la ansiedad

Respuesta anatómica y natural de nuestro cuerpo ante una situación ya sea amenazante o desafiante.

Efectos

Físico

- Sudoración excesiva.
- Aceleración de la frecuencia cardiaca.
- Temblores.
- Dolor de cabeza.
- Malestar estomacal
- Mareos.
- Insomnio.

Emociona

- Angustia.
- Miedo.
- Desanimo.
- Frustración.
- Estrés.

Antídotos

- La respiración.
- La sonrisa.

Requisitos que debe cumplir todo mensaje

- Sencillez
- Conocimientos
- Brevidad
- Orden
- Convicción

Acciones estratégicas para establecer la imagen personal

