

**NOMBRE DEL TRABAJO:** MAPA CONCEPTUAL

**MATERIA:** FUNDAMENTOS DE AUDITORIA



**PRESENTA EL ALUMNO:** MISAEL ESPINOSA AGUILAR

**MODALIDAD:** PROYECCION PROFESIONAL

**Comitan De Domínguez Chiapas**

**a 16 De Enero Del 2022**

# COMPONENTES DE LA IMAGEN

## FISICO

Podemos decir que una buena presencia física depende básicamente de dos factores: la forma de caminar y la postura. Parece mentira que algo que aprendimos a hacer desde el primer año de edad, tengamos que reaprenderlo de adultos al tomar conciencia de que con el simple acto de caminar estamos comunicando un gran número de mensajes.

## LA POSTURA

En una conversación cara a cara si lo que desean hacer sentir a su interlocutor es que están fastidiados con su sola presencia, simplemente deslicense sobre el asiento hacia delante, llévense una mano a la boca y retírenle el contacto visual y verán el efecto devastador sobre su conversación.

## EL SALUDO

El saludo, junto con el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación. En la antigüedad el saludo era una señal de paz. Originalmente el contacto se hacía llevando la mano hasta el antebrazo para demostrar que no se guardaba ninguna arma bajo la manga.

Forma moderna que incluye para saludar

- Conservar la mano limpia y libre de sudor.
- Extender ampliamente su mano derecha con el pulgar hacia arriba y el resto de los dedos juntos.
- Deslizar la mano dentro de la del otro hasta que se produzca el contacto completo, es decir hasta el límite en el que se toquen ambos las uniones del pulgar con el índice.
- Apretar firmemente, pero sin lastimar, sacudiendo la mano del otro no más de un par de veces.

## ¿Qué es imagen personal?

Podemos entender por **imagen personal** todo aquello que tiene que ver con nuestra apariencia, forma de expresarnos y relacionarnos con el mundo exterior. Básicamente esto refleja quiénes somos y qué tan dispuestos estamos a establecer una relación ya sea de tipo personal, profesional y laboral. Cuidar de la imagen personal es un reto que debemos aceptar, pues esto nos permitirá comunicarnos con los demás de una forma asertiva, directa y agradable. Además, mantener una buena imagen nos hace sentir más cómodos y felices con nosotros mismos.

## IMAGEN PUBLICA

Hagamos un alto en la disertación para sacar algunas conclusiones básicas que nos permitan definir el término de la imagen pública: La imagen es un 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 en quien la concibe, por lo que su opinión se convertirá en su realidad

## JUNTAS DE TRABAJO

Las juntas de trabajo son modelos de comunicación que estimulan la eficacia de la toma de decisiones de la toma de decisiones y contribuyen al éxito de los resultados.

En este plano es fundamental definir la operación y finalidad de la junta, para lo cual se recomienda saber que: El objetivo de una reunión debe estar claro desde el principio. • Se celebran en lugar y hora determinados. • Definición del orden del día. • Lista de temas para discutir. • Elaboración de minuta. • Si un tema puede resolverse sin reunirse, no cite a junta. • Reflexione sobre los motivos del éxito de una reunión y qué hace que a veces sea un fracaso. Considere qué pasaría si no se celebra una reunión habitual.

## OBJETIVOS DE LA JUNTA

Los objetivos de una junta de trabajo son fundamentales para orientar la sinergia de los participantes y garantizar la consecución de resultados.

- Informar
- Educar
- Resolver problemas
- Tomar decisiones
- Generar ideas
- Decidir sobre una propuesta.

## BUENA IMAGEN

En definitiva, la importancia de mantener una buena imagen personal, radica en que será esta la guía que conducirá a una correcta imagen profesional. Está comprobado que una persona que proyecta habilidades de liderazgo y seguridad, combinadas con una buena presencia, logra cautivar a sus colaboradores y, por ende, lograr las metas y objetivos que se proponga.

## PARA CERRAR UNA NEGOCIACION

Reglas para causar una buena impresión.

Colores según las estaciones.

Personalidad de éxito.

Para tener un estilo definido y agradable además de útil, las personas deben conocerse de principio a fin y definir quién son, a dónde van y principalmente no debemos forzarnos a ser lo que no somos.

## BUENA POSTURA

Una buena postura es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante de su salud a largo plazo. El mantener su cuerpo en la posición correcta, ya sea que esté en movimiento o quieto, puede ayudarle a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud.

Hay dos tipos: La postura dinámica se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo.

La postura estática se refiere a cómo se mantiene cuando no está en movimiento, como cuando está sentado, de pie o durmiendo. Es importante mantener una buena postura dinámica y estática.

## ¿Cómo puede la postura afectar mi salud?

Desalinear su sistema musculoesquelético. • Desgastar su columna vertebral, haciéndola más frágil y con tendencia a lesiones. • Causar dolor en el cuello, hombros y espalda. • Disminuir su flexibilidad. • Afectar la forma correcta de cómo se mueven sus articulaciones. • Afectar su equilibrio y aumentar su riesgo de caerse.

## CULTO AL VESTIR

El estilo elegante es mal entendido, pues muchos creen que significa vestir ropa y accesorios caros. Lo cual es un error. Una cosa es tener solvencia económica y otra muy diferente es pertenecer al estilo elegante.

Las personas de estilo elegante: Cuál es su mayor riesgo Verse y comportarse como personas ostentosas, que en vez de un gusto refinado comuniquen que tienen solvencia económica por las marcas de ropa y bienes que compran y presumen. Por ello, es muy claro entender que "algunos tienen clase y otros sólo aparentan tenerla"

## AUTOESTIMA

Básicamente la autoestima es el amor que una persona tiene por sí misma; para otros, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo.

Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos. Un ser humano puede errar, como todos los demás, y no le extraña ni entristece demasiado el hecho de fallar alguna vez.

## CARACTERISTICAS

Principales características de una persona con ELEVADA autoestima:

- 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.

Principales características de una persona con BAJA autoestima:

- 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 ajena.
- Desconfía de sí mismo y de los demás