

**Materia : Proyección Profesional**  
**Actividad: *CUADRO SINOPTICO***

#### UNIDAD II,III

**“Acciones estratégicas para establecer la imagen personal  
Asertividad, concisión y coherencia entre imagen personal y  
profesional ”**

#### Docente

**Mtra. María Elena Yáñez García**

#### Elaboró

**Susana Mondragón Gómez**



**Acciones estratégicas para establecer la imagen personal.**

**Asertividad, concisión y coherencia entre imagen Personal y profesional.**

**Introducción.**

La imagen física-Corporal : La percepción que se tiene de una persona por parte de sus grupos objetivo como resultado de su apariencia o su lenguaje corporal .  
Código de comunicación no verbal, formado por componente perceptual, cognitivo, y afectivo

**La comunicación no verbal.**

Transmisión de mensajes o señales; contacto visual, las expresiones faciales, los gestos, la postura y el lenguaje corporal

**La imagen corporal.**

**Lenguaje corporal** ; Se inicia con la formación del feto. En la infancia , los niños desarrollan un lenguaje corporal .  
Se relaciona con las actitudes mentales básicas y estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas. Implicaciones (anatomía, caracterología del individuo. Género. Entorno. Estrés. Hábitos y estado de salud. Técnica y área geográfica.

**Discurso.**

Expresa las decisiones y ejecuciones del hablante en el mundo.  
**Estructura** (Introducción, desarrollo, clímax y conclusión )

**Competencias personales.**

Son las habilidades, aptitudes y destrezas que ha adquirido una persona durante su vida; Adaptabilidad. Aprendizaje. Colaboración, Creatividad. Comunicación Gestión de la información . Inteligencia emocional,. Lealtad. Motivación y Responsabilidad

**Competencias profesionales.**

**Oralidad.**

Forma de comunicación verbal . Importante el manejo de la ansiedad a través de la ; Respiración y Sonrisa. Requisitos (Sencillez,. Conocimiento. Brevedad. Orden y Convicción

**Asertividad**

La asertividad es una habilidad social, que permite expresar sentimientos, opiniones, y pensamientos , y de manera clara, precisa y directa, sin herir los sentimientos de los demás

**Concisión.**

Brevedad para expresar un concepto con precisión y exactitud.

**Coherencia**

Implica un autoconocimiento de uno mismo, es algo que realizamos constantemente. Autoanalizarnos . Relación lógica y adecuada que identifica de una totalidad

**Imagen ideal vs. Imagen proyectada.**

**Imagen Ideal:** Proyección de lo que se quiere ser y aun no se ha alcanzando. Se manifiesta en actitudes, vestimenta, modales y comunicación que en el fondo, no alcanzan su objetivo de satisfacción personal .

**Campo profesional e imagen.**

La imagen profesional constituye el pensamiento estratégico que contribuye a generar ambientes de eficiencia y seguridad en la carta de comportamiento y significación con los distintos clientes –públicos. El impacto de la primera buena impresión lo constituyen el 55% de la imagen física, el 38% de su comunicación no verbal y solo el 7% corresponde a la comunicación verbal.

**Pilares**

Apariencia, lenguaje gestual y comunicación corporal, Lenguaje verbal Comportamiento y actitud

**Origen**

Ámbito familiar, escolar, de grupo, sexo, de genero, cultura

**Factores**

Movimientos corporales, expresión facial y distancia física

**Utilidades**

Comunicar nuestra identidad, Informar sobre nuestra capacidad de relacionarnos; Lograr precisión y entendimiento; Gestionar la interacción; Transmitir emociones y sentimientos; Influir en los demás y en nosotros mismos

**Recursos tácticos**

Saludo. Registros; Temático, circunstancia, de audiencia, anecdótico, Textual, Estadístico, Especializado, Metafórico. Comparativo. De Casos. Audaz, Semántico, Humorístico, Interrogativo e Histórico ,

**Competencias profesionales**

habilidades y aptitudes que tienen las personas que les permiten desarrollar un trabajo de forma exitosa .

**Tipos**

De base. Técnicas Transversales

**Expresión escrita.**

Manera de expresar el pensamiento e ideas a través de la escritura: Ventajas: (Registro. Posibilidad de consultar, Reflexión. Más adecuada para mensajes extensos y Apropriada para la comunicación Verbal

**Ventajas.**

Facilita la comunicación. Ayuda a mantener relaciones interpersonales satisfactorias. Mejora la autoestima . Favorece emociones positivas.

**Persona asertiva**

Es Positiva, Proactiva, Respetuosa

**Importancia**

En la imagen personal debe existir congruencia en la forma de decir, pensar y actuar

**Imagen proyectada**

Representa las fortalezas, destrezas, virtudes y debilidades presentes  
Está vinculada al presente, al aquí y al ahora y es la fuente de hacer la realidad. Reconocerla crea fortaleza, singularidad, transparencia y aumenta la autoestima cuando se respeta y valora lo que se es..

## Bibliografía

Yáñez García María E.(2022) Componentes de la imagen. Proyección Profesional. Universidad del Sureste, Comitán Chiapas.

De la Cruz Morales Maricela (2021) Desarrollo Humano, Universidad del Sureste. Comitán de Domínguez, Chiapas.