



Nombre de alumno: Cecilia Gpe. López García

Nombre del profesor: Sandy Naxchiely Molina Román

Nombre del trabajo: Mapa conceptual

Materia: Proyección profesional

Grado: 8vo. Cuatrimestre

Grupo: "B"

Comitán de Domínguez Chiapas

Componentes de la imagen

Físico

Es lo primero que se percibe

También llamada imagen formal

Tiene que ver con la estética, la postura, etc. Lo más importante es contar con elementos que garanticen una opción correcta de la imagen de la organización o de las personas

¿Qué es la imagen personal?

3 tipos de imágenes

Primera, retención en nuestra mente de lo percibido y su capacidad de reproducirlo de manera más o menos exacta, es decir, una especie de memoria visual o fotográfica

Segunda, referidas a nuestra capacidad de crear imágenes, a la facultad de la mente que puede reproducir de la memoria, interrelacionar ideas y crear

Tercera, una vez conformadas mediante el proceso físico-psicológico, pueden producir efectos en la conducta de los individuos

Llevando a imagen es percepción

“la sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos”

Buena imagen

Según los expertos debemos aprender a desarrollar una imagen integral, que abarque factores desde la vestimenta, hasta la identidad y el compromiso

Pero también tomar en cuenta que

Son los pensamientos estratégicos, los que una vez que son comprendidos permiten que enfoquemos de manera distinta nuestra imagen personal

El saludo

El saludo, junto con el contacto visual y la sonrisa, son nuestra mejor tarjeta de presentación

Que hacer

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

Que no hacer

Pescado muerto. De manera débil y aguada que transmite falta de entusiasmo y energía
Truenos-huesos. Que se puede traducir como un intento de intimidación, como compensación a algún complejo de inferioridad. Si llegar a toparse con uno de estos, protéjanse apretando también lo más que puedan
Princesa. Ofreciendo solamente la punta de los dedos
Sándwich. Tomar y sostener durante un tiempo con las dos manos la mano del otro puede tomarse como compasivo, sobreprotector.

Componentes de la imagen

Juntas de trabajo

Son modelos de comunicación que estimulan la eficacia de la toma de decisiones y contribuyen al éxito de los resultados

Esta debe hacerse de la siguiente manera

Preparación, desarrollo y evaluación

Buena postura

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, la postura es cómo mantiene o sostiene su cuerpo

Esta se divide en 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

Culto al vestir

Pertenece a aquellos que proyectan ser refinados, educados, reflejan estatus pero de manera sencilla, es decir, discreta. Provocan admiración, autoridad y respeto. Antes que cualquier otra cosa, les gusta ser percibidos como personas distinguidas y saben identificar el buen gusto

Autoestima

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

La Aes de la autoestima

Aprecio auténtico de uno mismo como ser humano, independiente de lo que pueda hacer o tener

Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos

Afecto: actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo, de tal suerte que la persona se sienta en paz y no en guerra, con sus pensamientos y sentimientos

Atención: cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales