



Mi Universidad

Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno: Hogla Rubí Sangeado Domínguez

Nombre del tema: Unidad II

Parcial: II Parcial

Nombre de la Materia: Proyección Profesional

Nombre del profesor: Lic. Beatriz Adriana Méndez Gonzales

Nombre de la Licenciatura: Lic. Enfermería

Cuatrimestre: 8vo Cuatrimestre

**ACCIONES
ESTRATÉGICAS
PARA
ESTABLECER
LA IMAGEN
PERSONAL.**

**IMAGEN
FISICA**

La imagen física como código de comunicación no verbal incluyendo solamente las prendas de vestir sino también el peinado, el maquillaje y los accesorios; y, por favor, no piensen que solamente me estoy refiriendo a los accesorios femeninos como los aretes, collares, pulseras y bolsa, incluyan también el cinturón, los zapatos, el reloj, los anteojos y el portafolios masculinos, por sólo mencionar de forma general algunos de ellos.

**COMUNICACIÓN
NO VERBAL**

Son los códigos de comunicación no verbal que mandamos a través de nuestro cuerpo no sólo nos sirve para ganar seguridad en nosotros mismos, sino para decodificar los mensajes positivos y negativos que los demás no están enviando de manera inconsciente.

ADEMANES

Los ademanes son signos que dan comunicación complementaria a las palabras, llegando a veces a sustituirlas, como sería el caso de levantar el pulgar para explicarle a alguien que les fue de maravilla en su junta

El problema de los ademanes radica en que nos pueden traicionar y hasta contradecirnos en el momento de una alocución pública. Pongamos por caso el que ustedes se lleven la mano a la boca mientras están hablando y ahí la mantengan unos cuantos segundos. Su audiencia sentirá que ustedes no están diciendo la verdad. Si se tocan constantemente la nariz estarán diciendo: “la verdad es que no estoy muy seguro de lo que estoy hablando”, y si se masajean inconscientemente las sienes revelarán el estrés que están sintiendo.

GESTOS

Nuestra cara, como ninguna otra parte de nuestro cuerpo, puede controlar, complementar o sustituir las palabras. Yendo todavía más lejos, puede llegar a contradecir lo que con palabras estamos diciendo. Imaginen que están charlando con alguien muy animadamente acerca del lugar en el que acaban de pasar sus vacaciones y que al mencionar un detalle en especial su interlocutor de pronto arruga la nariz

CONTACTO VISUAL

Establecer un buen contacto visual con las personas que interactuamos equivale a tener un sólido puente de comunicación entre dos lugares distantes. No hacerlo produce una sensación de desconfianza, inseguridad, disgusto por el otro y hasta falsedad.

CONDUCTA TÁCTIL

Es el uso del tacto como medio de comunicación. Es la permisibilidad de tocar y ser tocado dentro de las reglas de etiqueta cultural propias. Existe desde la conducta táctil profesional que no encierra ninguna emoción como la del médico, el sastre o el instructor del golf, hasta la conducta táctil sexual que es la máxima expresión de intimidad;

IMAGEN CORPORAL

La imagen personal es el conjunto de características físicas, atributos y actitudes que proyecta una persona y que los demás perciben. Es una carta de presentación que expresa la manera de cómo cada persona pretende comunicarse y lo que transmite con su presencia.

- Cabeza y cuello
- Contacto visual
- Postura o cinestesia
- Ademanos y movimientos. Los brazos y las manos.
- Las piernas y los pies
- Boca

DISCURSO

El discurso es el lugar donde se construye el hablante y se ejercita la lengua para significar el mapa enunciativo de las relaciones humanas.

PARTES

- Introducción
- Desarrollo
- Clímax
- Conclusión

COMPETENCIAS PERSONALES

El sector laboral está dominado en la actualidad por la tecnología y las relaciones virtuales. Por ello, cada vez más empresas demandan profesionales con una serie de competencias personales que puedan aplicar de forma transversal a su puesto de trabajo.

PUNTOS IMPORTANTES

1. Adaptabilidad
2. Aprendizaje
3. Colaboración
4. Comunicación
5. Creatividad
6. Gestión de la información
7. Inteligencia social
8. Lealtad
9. Motivación
10. Responsabilidad

COMPETENCIAS PROFESIONALES

Las competencias profesionales, son todas aquellas habilidades y aptitudes que tienen las personas que les permiten desarrollar un trabajo de forma exitosa.

TIPOS DE COMPETENCIAS

- Competencias de base.
- Competencias técnicas.
- Competencias transversales.

ORALIDAD

La oralidad o imagen verbal es una de las imágenes subordinadas 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 las palabras en su forma oral o escrita.

MANEJO DE ANSIEDAD

Para poder manejar las sensaciones desagradables de la ansiedad, tal vez les sea útil saber que corresponden a un proceso físico-químico natural del que es prácticamente imposible escapar.

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/9648e8a5f2ddbc718b95a368f9cba4c2.pdf>