



Mapa Conceptual

Nombre del Alumno: *Jesús Alberto Pérez Morales*

Nombre del tema: *Unidad I (Imagen y Desarrollo de sus Componentes)*

Parcial: *Segundo*

Nombre de la Materia: *Proyección Profesional*

Nombre del profesor: *LAEA. Beatriz Adriana Méndez González*

Nombre de la Licenciatura: *Licenciatura en Derecho*

Cuatrimestre: *Octavo*

Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco, Chiapas; marzo 14 de 2022

Imagen y Desarrollo de sus Componentes

Conceptos básicos e importancia de la imagen



Imagen Personal



Imagen Profesional

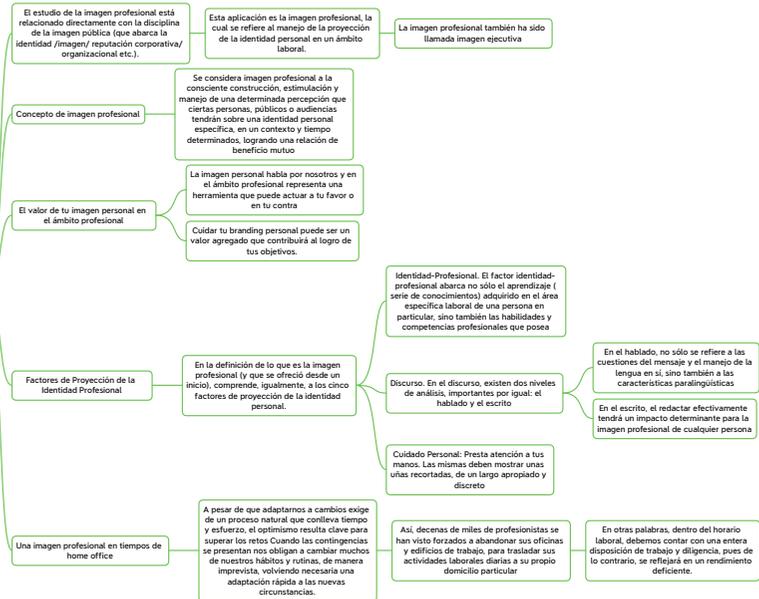


Imagen y Desarrollo de sus Componentes

Buena postura

Una buena postura es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante de su salud a largo plazo

¿Qué es la postura?

La postura es cómo mantiene o sostiene su cuerpo. 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

¿Cómo puede la postura afectar mi salud?

Una mala postura puede ser perjudicial para su salud. Andar encorvado o agachado puede:

Desalinear su sistema musculoesquelético.

Desgastar su columna vertebral, haciéndola más frágil y con tendencia a lesiones.

¿Cómo puedo mejorar mi postura en general?

Tenga en cuenta su postura durante sus actividades diarias, como mirar televisión, lavar los platos o caminar

Manténgase activo. Cualquier tipo de ejercicio puede ayudar a mejorar su postura, pero ciertos tipos de ejercicios pueden ser especialmente útiles

La imagen corporal

El lenguaje corporal humano se inicia con la formación del feto dentro del seno materno

Para definir el lenguaje corporal, tenemos que considerar los siguientes puntos

Condiciones anatómicas previas.
Tipo caracterológico del individuo o emociones y conductas.
Género: masculino o femenino.
Entorno correspondiente.
Estrés.
Hábitos y dolencias corporales, psíquicas y mentales, que pueden ser hereditarios o adquiridos luego del nacimiento.
Técnica.
Área geográfica.

Imagen ideal vs. Imagen proyectada.

Podemos definir la imagen personal y profesional como todo aquel proceso de cambio físico-psicológico, que aplicamos en nosotros de manera individual con el objetivo de mostrar a los demás lo que somos en fondo y forma, misma que nos ayudará a generar opiniones favorables cada día más exigente era de la globalización

La Imagen Ideal
Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado

La Imagen proyectada
Representa lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes. Puedes lucir espléndido o quizá algún aspecto positivo o negativo esté tapado por la Imagen Ideal que te impide mostrarte auténtico



Mapa Conceptual

Nombre del Alumno: *Jesús Alberto Pérez Morales*

Nombre del tema: *Unidad II (Proyección Personal y Profesional)*

Parcial: *Segundo*

Nombre de la Materia: *Proyección Profesional*

Nombre del profesor: *LAEA. Beatriz Adriana Méndez González*

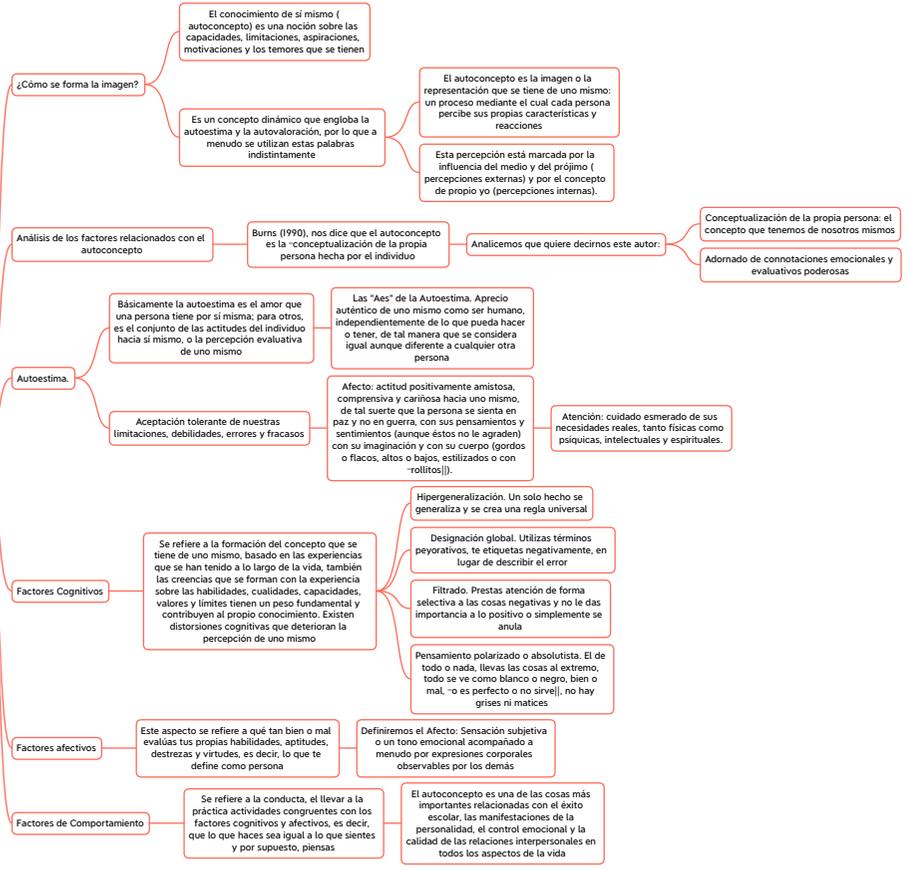
Nombre de la Licenciatura: *Licenciatura en Derecho*

Cuatrimestre: *Octavo*

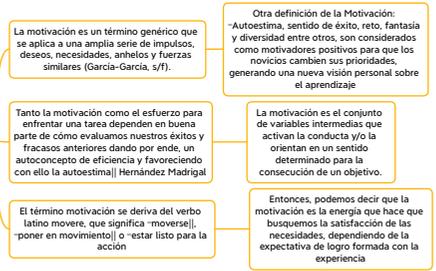
Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco, Chiapas; marzo 14 de 2022

Proyección Personal y Profesional

Conocimiento de sí mismo



Análisis de la motivación como un factor de logro



Análisis de la jerarquía de las necesidades de satisfacción del ser humano

