



**MATERIA: PROYECCION PROFESIONAL**

**TAREA: ENSAYO**

**NOMBRE: MIGUEL ANTONIO DOMINGUEZ  
PEREYRA**

**8VO CUATRIMESTRE**

**LIC:**

**ADMINISTRACION ESTRATEGICA Y DE  
NEGOCIOS**

**UNIDAD I**

A continuación, veremos y analizaremos lo aprendido en clase usando diferente perspectiva de lo que es la imagen personal siendo este ensayo de uso informativo, conociendo cosas importantes sobre este tema.

En la actualidad cualquiera persona que te observe u observes rápidamente conoces que tipo de personas son y así como nosotros nos creamos perspectivas de las otras, pero no siempre las personas suelen ser como uno las observan, por eso debemos conocerlas bien.

Para conocer un poco más sobre el tema, les dejo a continuación un poco de información sobre este.

### ¿Qué es la imagen personal?

Cuando partimos desde cualquiera de los criterios de imagen personal, nos daremos cuenta de que en todos va involucrado un proceso físico-psicológico de percepción.

### Imagen es percepción

Se trata de “La acción y efecto de percibir” o “Conocimiento e idea” es “La sensación interior que resulta de una impresión material hecha en nuestros sentidos”

A manera personal, con el paso del tiempo comencé a comprender que tan importante es la imagen en una persona o más bien, como puede impactarle nuestra imagen a una persona, ya que no es lo mismo ver a alguien con un buen traje, a alguien con tenis, pantalón de dudosa procedencia y una playera antigua, simplemente me quedó marcado el dicho, como te ven te tratan y vaya que, si es cierto, simplemente con ir bien vestido a restaurantes, o lugares de interacción social te dan cuenta.

La imagen personal abarca una sensación que se canaliza al sistema nervioso central para de ahí pasar el proceso cerebral de la aprehensión, desciframiento y

comprensión de la causa que la produjo traduciéndola en un efecto semejante a una experiencia o vivencia que a su vez se convierte en una imagen mental de lo percibido.

Lo que con toda sencillez podría interpretarse como el recuerdo que nos queda después de haber tenido una experiencia de cualquier clase y que evocaremos cada vez que nos refiramos a lo que lo causo. Podemos identificar imagen con percepción y desprender que nuestra imagen será la manera como somos percibidos y que serán los demás quienes nos la otorgarán basados en lo que hayan sentido de nosotros.

### Postura y su importancia

La postura estando parados o sentados también se convierte en un código de comunicación. En una conversación cara a cara si lo que se desean hacer sentir a su interlocutor es que están fastidiados con su sola presencia, simplemente deslícense sobre el asiento hacia adelante, llevándose una mano a la boca y retírenle el contacto visual y verán el efecto.

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. Esto hablando de salud claramente.

La postura da mucho de qué hablar, como lo vimos en clase, una persona va a demostrar si está ansiosa, indispuesta, de acuerdo o como sea que se sienta en ese momento, solamente con ver su postura corporal, ahora, es importante recalcar que una persona va a dar a notar su personalidad solamente con su postura, es decir, si es alegre, seria, si esta triste o cualquier indicio de su forma de ser.

El lenguaje corporal refleja la identidad de una persona y, de ese modo, nos da pistas sobre sus sentimientos y pensamientos.

Asimismo, el uso que le damos a nuestro lenguaje corporal puede alejar o acercar a las personas, ya que, ciertas posturas pueden indexar rechazo, desagrado o

desinterés. Por ello, saber sobre el lenguaje corporal es importante, no solo para saber leer al otro, sino también para ser conscientes de lo que podemos transmitir con nuestro cuerpo.

Además, saber sobre el lenguaje corporal, no solo te será útil para presentar tu mejor versión, sino que también te ayudará emocionalmente. Un estudio de la Universidad de Princeton descubrió que, al modificar tu expresión corporal de manera proactiva, puedes también cambiar tu estado de ánimo. Aprender a dominar nuestro lenguaje corporal es parte del desarrollo para nuestra inteligencia emocional.

La imagen personal nos va a comunicar mucho con el mundo exterior, es súper importante poder desarrollarlo y utilizarlo, ya que nos puede abrir, o por el contrario, cerrar muchas puertas, las cuales nos van a servir de mucho en un mundo laboral actual como en el que estamos, no obstante también es importante saber cómo analizar a las personas con su imagen personal y lenguaje corporal.

Si bien el lenguaje corporal no es lo más importante en nuestro discurso de presentación, este sirve para darle mayor credibilidad. Asimismo, causa una mejor impresión y genera mayor confianza si aprendemos a dominarlo.

Es importante saber sobre el lenguaje corporal en una entrevista para que puedas transmitir una imagen positiva de ti mismo a la persona que te estará evaluando.

## Referencia

*Attention Required!* | Cloudflare. (s. f.). <https://www.gestiopolis.com/que-es-la-imagen-personal/>