



Mi Universidad

MAPA CONCEPTUAL

Nombre del Alumno: Carlos Oswaldo Garcia Aguilar

Nombre del tema: Imagen y desarrollo de sus componentes

Parcial: Unidad I

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Ana Laura Culebro Torres

Nombre de la Licenciatura: Enfermería LEN

Cuatrimestre: 8°

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

La imagen es importante desde la óptica de la integralidad y convertirla en recurso para el propio beneficio, es herramienta de gran valor, lleva al individuo por un camino de éxito como resultado de la gestión de su proyecto de vida.

IMAGEN

¿Cómo se forma la imagen?

De acuerdo a la percepción a la realidad y el mapa de creencias del individuo, se genera una reacción positiva o negativa. El cerebro arma un juicio de valor "Acepto" o "No Acepto" y construye una opinión de la otra persona.

La imagen significa entonces:

- Percepción
- Proyección
- Elemento Diferenciador
- Comunicación
- Apariencia
- Juicio De Valor
- Herramienta
- Un Plus
- Identidad
- Marca (P Branding)

Elementos que componen la imagen

IMAGEN FISICA O CORPORAL

Relacionado a la apariencia.

IMAGEN INTERNA

Relacionado con el ser interior.

IMAGEN VERBAL

Buena redacción al hablar o escribir.

IMAGEN NO VERBAL

Se relaciona con los gestos, mirada y tonos de voz.

IDENTIDAD-PROFESIONAL

Abarca el aprendizaje, habilidades y competencias que posee.

ACTITUD

Relacionado con la postura corporal y proyección de energía.

COMPORTEAMIENTO

Tiene que ver con las decisiones y acciones a seguir en ciertas circunstancias.

DISCURSO

Abarca el hablado y escrito, ambos deben ser bien redactados.

IMAGEN PERSONAL

¿Qué es?

Podría interpretarse como el recuerdo que nos queda después de haber tenido una experiencia.

Hay 2 tipos de imagen

IMAGEN PRIVADA

Es aquella que se tiene en la intimidad de la casa.

IMAGEN PÚBLICA

Es la opinión que tiene un grupo de personas sobre el comportamiento de alguien.

El estudio de la imagen profesional

Está relacionado directamente con la disciplina de la imagen pública. Es la proyección de la identidad personal en un ámbito laboral.

Factores de proyección de la imagen profesional

Concepto

Es la consciente construcción, estimulación y manejo de una percepción en ciertas personas que tienen sobre una identidad personal específica, en un contexto y tiempo determinado.

VESTIMENTA

No existe lineamiento general de vestimenta, pero deben cubrir 4 puntos:

- El Rubro
- El Rol o cargo y las aspiraciones
- El lugar físico donde desarrolla actividad
- Lo que el cliente espera ver.

BUENA POSTURA

Es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante.

¿Qué es?

La postura es cómo mantiene o sostiene el cuerpo.

POSTURA DINÁMICA

se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo.

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?

Andar encorvado o agachado puede:

- Desalinear su sistema musculoesquelético.
- Desgastar su columna vertebral, haciéndola más frágil y con tendencia a lesiones.
- Disminuir su flexibilidad.

¿Cómo mejorar mi postura?

- Mantenga un peso saludable.
- Estire sus músculos suavemente de vez en cuando para ayudar a aliviar la tensión muscular.
- Póngase de pie en forma derecha.
- Mantenga sus hombros atrás.

IMAGEN CORPORAL

Se relaciona en forma importante con las actitudes mentales básicas.

Se relaciona con:

Los estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas. Está relacionado con la tradición, la geografía, la cultura, la herencia de los pueblos, el género, particularidades de nacimiento, la evolución, la religión y las características anatómicas.

Para definir el lenguaje corporal, se consideran los siguientes puntos:

- Condiciones anatómicas previas.
- Tipo caracterológico del individuo o emociones y conductas.
- Género: masculino o femenino.
 - Entorno correspondiente.
 - Estrés.
 - Técnica.
- Área geográfica

IMAGEN IDEAL VS IMAGEN PROYECTADA

Una persona que cuida su imagen se siente más segura y confiada en lo que ofrece y transmitiendo una fuerza imparabile.

Imagen ideal

Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado.

Proyecta en la apariencia lo que quieres ser, aunque no lo hayas desarrollado.

Registra un diario de todo aquello que "deberías ser".

Imagen proyectada

Representa lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes. Lo que eres, tal y como eres tiene la capacidad de mostrarte a la realidad.

Si tu imagen proyectada le habla tu guía interno, todo lo que venga por delante será más fácil, entusiasmante y posible.

Reconocerla, crea en ti fortaleza, singularidad, transparencia y aumenta la autoestima cuando la respetas y valoras lo que eres.

BIBLIOGRAFIA

Universidad Del Sureste. PDF. Recuperado en 2022. Antología de Proyección Profesional
[ce5d8b398f98c3d0dde52533dcd3327-LC-LEN805 PROYECCIÓN PROFESIONAL.pdf \(plataformaeducativauds.com.mx\)](https://plataformaeducativauds.com.mx/ce5d8b398f98c3d0dde52533dcd3327-LC-LEN805_PROYECCION_PROFESIONAL.pdf)