



Universidad del Sureste Campus Comitán

Proyección profesional.

Maestra: Ana Laura Culebro Torres.

Súper nota

Lourdes Ruiz López.  
Ocosingo Chiapas a 05 de Febrero del 2023

# FÍSICO

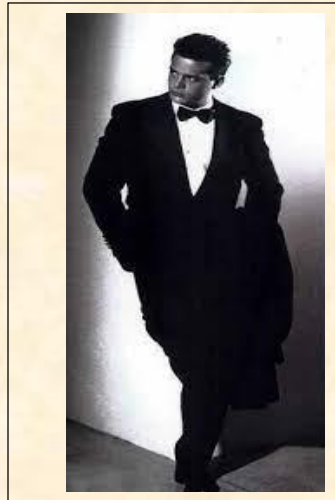
## FORMA DE CAMINAR Y LA POSTURA.

### POSTURA

#### ¿Qué mensaje transmitirá?

Evitemos caminar con la pelvis hacia adelante, con las puntas de los pies hacia afuera, transmite lentitud, pereza, falta de energía placidez y despreocupación.

Por el contrario si se camina con la vista ligeramente hacia arriba, la cara alzada, el mentón levantado y mirando el soslayo al a pasar, pareciera que el mundo no te merece y se cree superior.

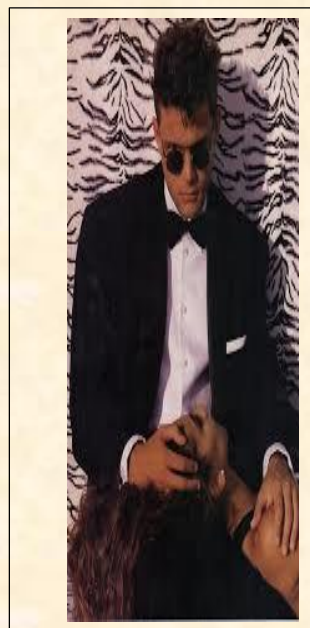


Wilger Image Development Dice, "he encontrado que la gente no confiará en ti si no puede verte las manos cuando hablas...así que asegúrate de siempre tenerlas visibles, parado o sentado.



#### Imagen personal.

Proceso Físico-Psicológico de percepción, convierten una imagen de lo percibido, especie de memoria visual o fotográfica. Imágenes mentales que habiendo quedado grabadas van a influir en las preferencias y las decisiones del ser humano



#### TIPOS DE IMAGEN.

La imagen debe convertirse en una ventaja competitiva. Imagen privada: es aquella que se tiene en la intimidad de la casa, relajado o despreocupado.

Imagen pública o social dentro del contexto de comunicación verbal y no verbal, abarca el mundo profesional, laboral, de ascensos, conquistas en el ambiente que se esté desarrollando cada individuo



### **Elementos que componen la imagen.**

Imagen Física o corporal (apariciencia), Interna, verbal, no verbal.

### **Juntas de Trabajo.**

Preparación, desarrollo y evaluación de las juntas.

Modelos de comunicación que estimulan la eficacia de la toma de decisiones y contribuyen al éxito de los resultados.

Tres fases básicas:

- ✚ Preparación
- ✚ Desarrollo.
- ✚ Evaluación

### **Autoestima**

ES el amor que una persona tiene por sí misma; percepción evaluativa de uno mismo.

Apreció auténtico de uno mismo como ser humano, independiente de lo que pueda hacer o tener. Un aprecio que incluye todo lo positivo Habilidades, cualidades corporales, mentales, espirituales. Disfrutar de los logros sin jactancia fanfarronería y soberbia.



### **Tipos de Juntas.**

Juntas Informales. Modelos libres, la interacción es transversal y la información fluye, la presencia de superiores puede inhibir la discusión.

Juntas Formales:

Modelos cerrados donde el centro de autoridad define los puntos de la agenda.

Convocatoria a junta.

Orden del día.

Lugar de la junta.

El participante de la junta  
Líder de la junta.

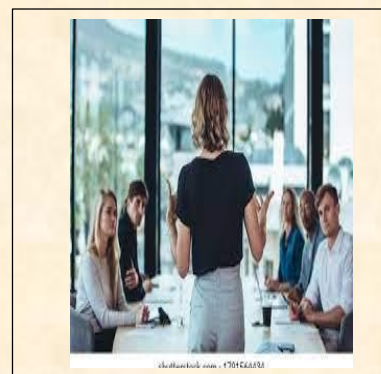
Las juntas de trabajo son muy complejas, procurar el desarrollo de ambientes de responsabilidad y eficiencia que faciliten, administren de forma inteligente de estímulos verbales y no verbales el logro exitoso de las metas.



### **Imagen profesional.**

Consiente construcción, estimulación y manejo de una determinada percepción de ciertas personas, públicos o audiencias sobre una identidad específica.

5 Factores de la definición Visuales (actitud, comportamiento y vestimenta), oral (discurso visual o escrito) Identidad profesional.



### **Aceptación tolerante**

De nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos, Un ser humano puede errar, como todos los demás, no le extraña ni se entristece demasiado el hecho de fallar alguna vez, se acepta. Se responsabiliza de todos sus actos, no le asustan sus defectos y prefiere triunfar, pero no se hunde cuando pierde.

Afecto: actitud amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo, sentirse en paz no en guerra.

Atención cuidado esmerado de sus necesidades reales

### **Comunicación no verbal.**

Mucha de la información que se transmite no proviene de las palabras que dices.

Es toda aquello que comunicamos sin hacer uso de la palabra, sino lo que hacemos a través de gestos, comportamientos y sonidos

Engloba todas las señales conscientes e inconscientes del cuerpo, brindan información sobre el estado emocional o intenciones de una persona, todas las expresiones no verbales de los gestos, la expresión facial, la postura corporal y el movimiento



### **Que define el lenguaje corporal.**

Condiciones anatómicas previas.

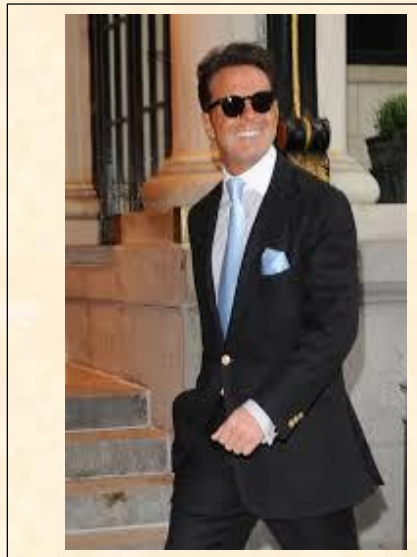
Emociones y conductas del individuo.

Género: Masculino o femenino.

Estrés.

Hábitos y dolencias corporales, psíquicas y mentales, que pueden ser hereditarios o adquiridos luego del nacimiento.

Técnica, Área geográfica.



### **Imagen corporal.**

Se inicia con la formación del feto dentro del seno materno. Los niños desarrollan un lenguaje corporal.

Moller y Hegedahi depende de la manera de ver el mundo que nos rodea, lo bueno y lo malo.

Estrechamente relacionado con los estilos institucionales y personales con las emociones y las conductas

### **Vestimenta**

El vestuario, debe lucir siempre bien limpio, planchado y en perfecto estado de conservación.

Vestir la ropa adecuada te ayuda indudablemente, a proyectar una imagen respetable y mejorara notablemente tu autoconfianza, desempeña ayuda a la creatividad y a tener un pensamiento y una visión más amplia.

### **Lenguaje corporal**

Está estrechamente relacionado con los estilos institucionales y personales.

Sumiso, agresivo, asertivo.

Voz.

Habla.

Expresión facial.

Contacto visual.

Movimientos

Corporales



### **Discurso**

Existen dos niveles de análisis, importantes: El hablado (pronunciación, dicción modulación, tono acento, volumen y timbre)

Escrito: Redactar efectivamente tendrá un impacto en la imagen profesional. Conocer los lineamientos básicos de la gramática (sintaxis, ortografía, acentuación y puntuación)

Bibliografía, Antología proporcionada por la universidad con los diferentes temas.