



Cuadro sinóptico

Nombre del Alumno: Larissa Isis del c. Trejo Argueta

Nombre del tema: acciones estratégicas para establecer la imagen personal

Nombre de la Materia: proyección profesional

Nombre del profesor: Lic. Guadalupe de Lourdes abarca Figueroa

Nombre de la Licenciatura: trabajo social y gestión comunitaria

Cuatrimestre: 8 cuatrimestre.

Pichucalco Chiapas a, 24 de enero del 2023.

Acciones estratégicas para establecer la imagen personal

Definir la imagen física como la percepción que se tiene de una persona por parte de sus grupos objetivo como consecuencia de su apariencia o de su lenguaje corporal.

La comunicación no verbal

la comunicación no verbal es un proceso de comunicación mediante el cual se transmite un mensaje por medio de gestos, signos o indicios;

es decir, sin palabras, al contrario que la comunicación verbal. Gestos, lenguaje corporal, postura, expresión facial, contacto visual...

Se realiza a través de algunos códigos

-Ademanos

Son las palabras en movimiento.

-Gestos

son uno de los canales de comunicación no verbal con mayor componente cultural.

La imagen corporal

El lenguaje corporal está relacionado directamente con la tradición, la cultura, la herencia de los pueblos, el género, particularidades de nacimiento, la evolución, la religión y las características anatómica.

-Contacto visual

Establecer contacto visual significa vencer el miedo de conocer y dejar que nos conozcan.

-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.

Aspectos lenguaje corporal

-Contacto visual, las impresiones visuales son lo más importante dado que gracias al contacto visual se registran:

Apariencia externa y física, ademanes, gestos, mímica.

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.

el discurso expresa las decisiones y ejecuciones del hablante en el mundo: es un acto del habla.

Escribir un discurso requiere de una metodología, una estructura y el uso de recursos tácticos.

El discurso en su estructura presenta tres áreas constitutivas que definen su totalidad como mensaje.

- **Introducción:**

representa la ventana del mensaje en la cual debe establecer una relación positiva con el público

- **Desarrollo:**

es el cuerpo del discurso, la parte medular del texto.

- **Clímax:**

es la parte más intensa del mensaje y donde se apela a las emociones del público.

- **Conclusión:**

define el cierre discursivo. Es importante que la conclusión sea contundente, pues representa el último anclaje del mensaje

Los recursos tácticos del discurso

La dimensión táctica del discurso permite administrar los estímulos verbales y no verbales con el propósito de generar mayor impacto en la audiencia

Recursos

- saludo
- registro de temático
- registro circunstancial
- registro de audiencia
- registro anecdótico
- registro histórico

Competencias personales

El sector laboral está dominado en la actualidad por la tecnología y las relaciones virtuales.

Estas competencias aportan éxito y un importante valor añadido a la organización.

Algunas competencias

- adaptabilidad
- aprendizaje
- colaboración
- motivación

- comunicación, creatividad
- gestión de la información
- inteligencia social
- lealtad
- 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.

tres tipos principales de competencias según el modelo ISFOL

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

Oralidad

tienen en la conformación de la percepción debido a que los estímulos que la conforman son las palabras en su forma oral o escrita.

Tener una buena imagen verbal es requisito indispensable para triunfar en el juego de la vida

El manejo de la ansiedad

corresponden a un proceso físico-químico natural del que es prácticamente imposible escapar

ante cualquier situación de emergencia, nuestro cuerpo genera una droga natural que se llama adrenalina

la adrenalina nos añade fuerza, resistencia al dolor, valentía y muchas otras cualidades que nos permitirán hacer cosas que normalmente no podríamos

efectos físicos secundarios entre los que se encuentran: producir sudoración excesiva, movimientos corporales incontrolados

Una vez logrado el hecho de dominar la ansiedad debemos desarrollar la habilidad de hablar en público eficientemente

Requisitos que debe cumplir todo mensaje

- Sencillez, conocimiento
- Brevedad, Orden
- Convicción.

dos antídotos efectivos para abatir los efectos secundarios

La respiración y la sonrisa

Expresión escrita

escribir bien no es sinónimo de escribir eficazmente

con una buena formación en comunicación escrita se puede conseguir:

Ventajas de la comunicación escrita

Que comprendas mejor los textos que lees y saques ideas y conclusiones.

- Que mejores tu imagen personal y profesional

Algunos breves consejos para mejorar tu comunicación

- Ordenar los pensamientos e ideas.
- Conocer el buen manejo del lenguaje. Para ello, leer es imprescindible.

- Queda registro. Sobre todo, si usas los medios digitales
- Se puede consultar en cualquier momento.