Cuadro Sinóptico

Nombre del Alumno Xochilt Citlalli Mellanes Vargas

Nombre del tema Componentes De La Imagen

Parcial Primero

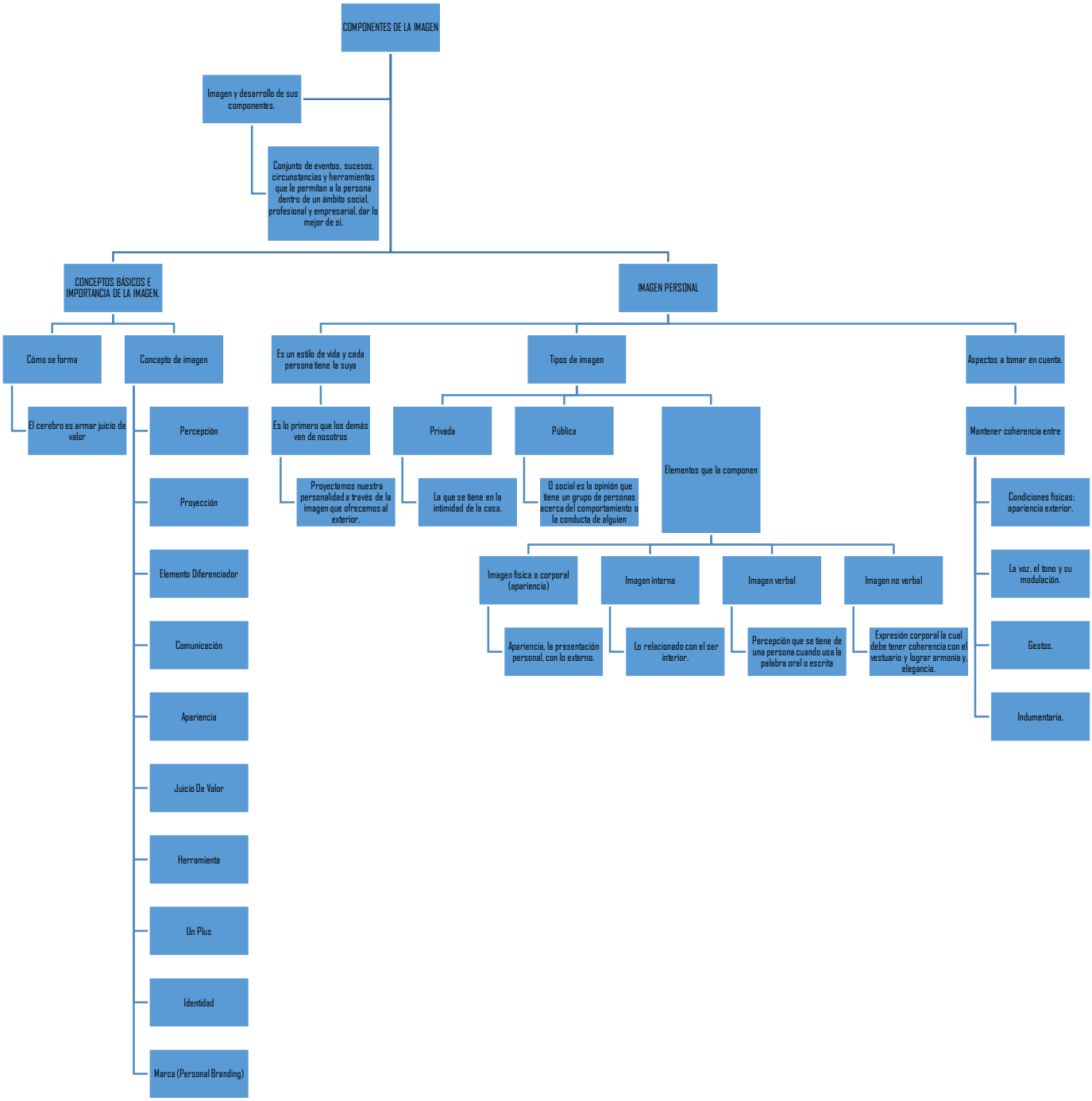
Nombre de la Materia Proyección Profesional

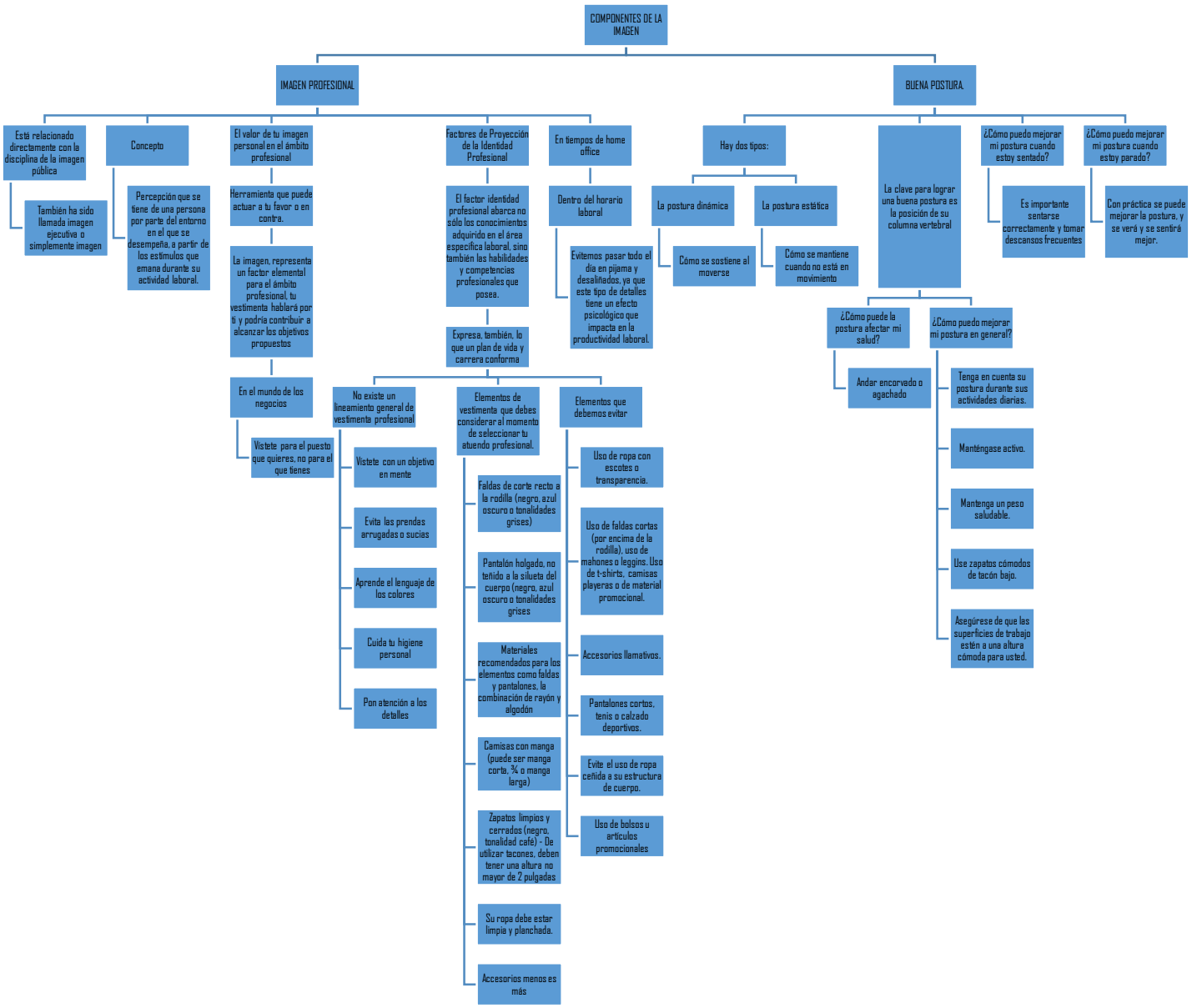
Nombre del profesor Profr. Luis Ángel Flores Herrera

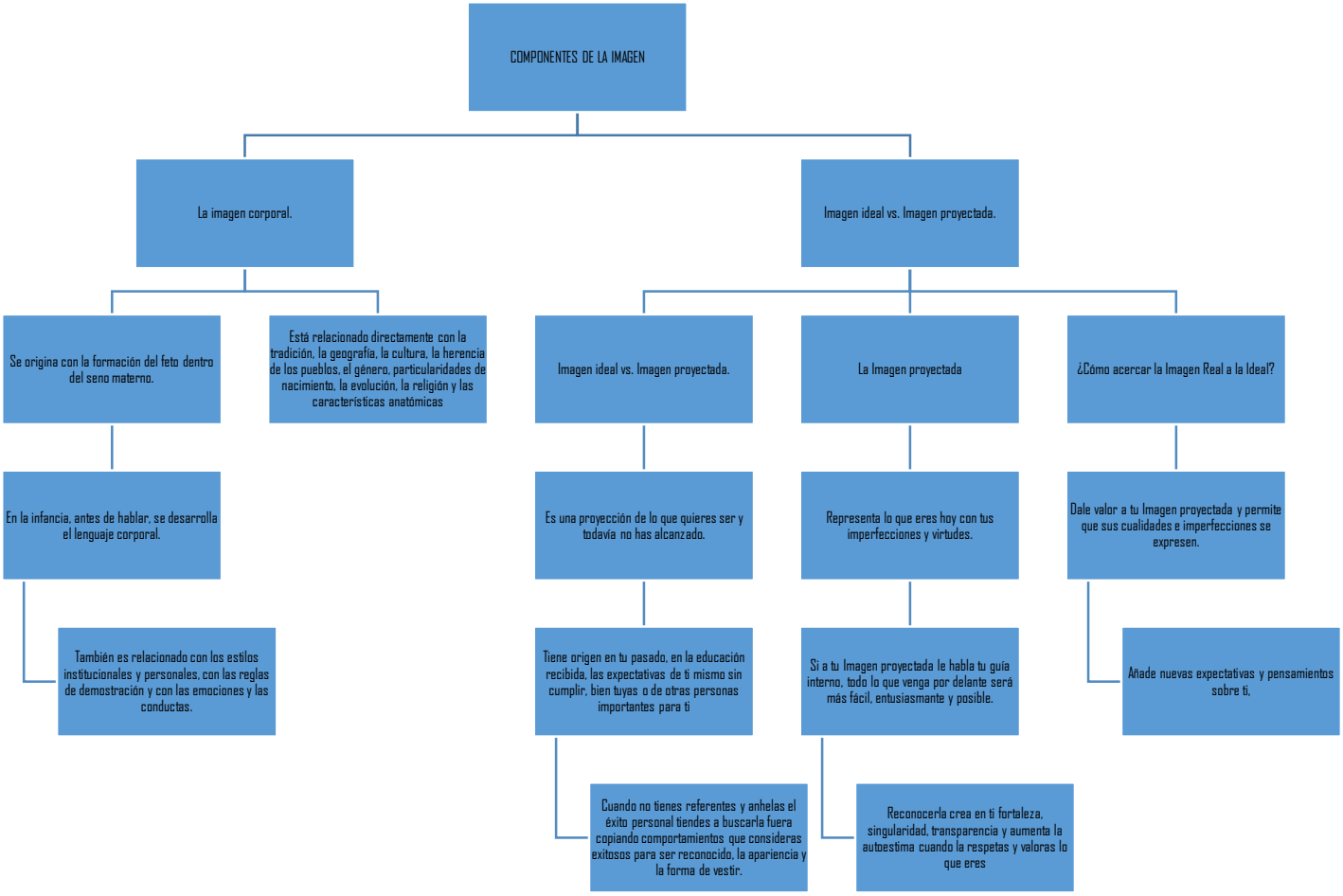
Nombre de la Licenciatura Derecho

Cuatrimestre Octavo

Tuxtla Gutiérrez, Chiapas a 20 de Enero de 2023


COMPONENTES DE LA IMAGEN
Imagen y desarrollo de sus componentes.
Conjunto de eventos, sucesos, circunstancias y herramientas que le permitan a la persona dentro de un ámbito social, profesional y empresarial, dar lo mejor de sí.
CONCEPTOS BÁSICOS E IMPORTANCIA DE LA IMAGEN.
IMAGEN PERSONAL
Cómo se forma
El cerebro es armar juicio de valor
Concepto de imagen
Percepción
Proyección
Elemento Diferenciador
Comunicación
Apariencia
Juicio De Valor
Herramienta
Un Plus
Identidad
Marca (Personal Branding)
Es un estilo de vida y cada persona tiene la suya
Es lo primero que los demás ven de nosotros
Proyectamos nuestra personalidad a través de la imagen que ofrecemos al exterior.
Tipos de imagen
Privada
La que se tiene en la intimidad de la casa.
Pública
O social es la opinión que tiene un grupo de personas acerca del comportamiento o la conducta de alguien
Elementos que la componen
Imagen fisica o corporal (apariencia)
Apariencia, la presentación personal, con lo externo.
Imagen interna
Lo relacionado con el ser interior.
Imagen verbal
Percepción que se tiene de una persona cuando usa la palabra oral o escrita
Imagen no verbal
Expresión corporal la cual debe tener coherencia con el vestuario y lograr armonía y, elegancia.
Aspectos a tomar en cuenta.
Mantener coherencia entre
Condiciones físicas: apariencia exterior.
La voz, el tono y su modulación.
Gestos.
Indumentaria.


COMPONENTES DE LA IMAGEN
IMAGEN PROFESIONAL
BUENA POSTURA
Está relacionado directamente con la disciplina de la imagen pública
También ha sido llamada imagen ejecutiva o simplemente imagen
Concepto
Percepción que se tiene de una persona por parte del entorno en el que se desempeña, a partir de los estímulos que emana durante su actividad laboral.
El valor de tu imagen personal en el ámbito profesional
Herramienta que puede actuar a tu favor o en contra.
La imagen, representa un factor elemental para el ámbito profesional, tu vestimenta hablará por ti y podría contribuir a alcanzar los objetivos propuestos
En el mundo de los negocios
Vístete para el puesto que quieres, no para el que tienes
Factores de Proyección de la Identidad Profesional
El factor identidad profesional abarca no sólo los conocimientos adquirido en el área específica laboral, sino también las habilidades y competencias profesionales que posea.
Expresa, también, lo que un plan de vida y carrera conforma
No existe un lineamiento general de vestimenta profesional
Vístete con un objetivo en mente
Evita las prendas arrugadas o sucias
Aprende el lenguaje de los colores
Cuida tu higiene personal
Pon atención a los detalles
Elementos de vestimenta que debes considerar al momento de seleccionar tu atuendo profesional.
Faldas de corte recto a la rodilla (negro, azul oscuro o tonalidades grises)
Pantalón holgado, no teñido a la silueta del cuerpo (negro, azul oscuro o tonalidades grises
Materiales recomendados para los elementos como faldas y pantalones, la combinación de rayón y algodón
Camisas con manga (puede ser manga corta, ¾ o manga larga)
Zapatos limpios y cerrados (negro, tonalidad café) - De utilizar tacones, deben tener una altura no mayor de 2 pulgadas
Su ropa debe estar limpia y planchada.
Accesorios menos es más
Elementos que debemos evitar
Uso de ropa con escotes o transparencia.
Uso de faldas cortas (por encima de la rodilla), uso de mahones o leggins. Uso de t-shirts, camisas playeras o de material promocional.
Accesorios llamativos.
Pantalones cortos, tenis o calzado deportivos.
Evite el uso de ropa ceñida a su estructura de cuerpo.
Uso de bolsos u artículos promocionales
En tiempos de home office
Dentro del horario laboral
Evitemos pasar todo el día en pijama y desaliñados, ya que este tipo de detalles tiene un efecto psicológico que impacta en la productividad laboral.
Hay dos tipos:
La postura dinámica
Cómo se sostiene al moverse
La postura estática
Cómo se mantiene cuando no está en movimiento
La clave para lograr una buena postura es la posición de su columna vertebral
¿Cómo puede la postura afectar mi salud?
Andar encorvado o agachado
¿Cómo puedo mejorar mi postura en general?
Tenga en cuenta su postura durante sus actividades diarias.
Manténgase activo.
Mantenga un peso saludable.
Use zapatos cómodos de tacón bajo.
Asegúrese de que las superficies de trabajo estén a una altura cómoda para usted.
¿Cómo puedo mejorar mi postura cuando estoy sentado?
Es importante sentarse correctamente y tomar descansos frecuentes
¿Cómo puedo mejorar mi postura cuando estoy parado?
Con práctica se puede mejorar la postura, y se verá y se sentirá mejor.


COMPONENTES DE LA IMAGEN
La imagen corporal.
Imagen ideal vs. Imagen proyectada.
Se origina con la formación del feto dentro del seno materno.
Está relacionado directamente 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
Imagen ideal vs. Imagen proyectada.
La Imagen proyectada
¿Cómo acercar la Imagen Real a la Ideal?
En la infancia, antes de hablar, se desarrolla el lenguaje corporal.
Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado.
Representa lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes.
Dale valor a tu Imagen proyectada y permite que sus cualidades e imperfecciones se expresen.
También es relacionado con los estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas.
Tiene origen en tu pasado, en la educación recibida, las expectativas de ti mismo sin cumplir, bien tuyas o de otras personas importantes para ti
Si a tu Imagen proyectada le habla tu guía interno, todo lo que venga por delante será más fácil, entusiasmante y posible.
Añade nuevas expectativas y pensamientos sobre ti,
Cuando no tienes referentes y anhelas el éxito personal tiendes a buscarla fuera copiando comportamientos que consideras exitosos para ser reconocido, la apariencia y la forma de vestir.
Reconocerla crea en ti fortaleza, singularidad, transparencia y aumenta la autoestima cuando la respetas y valoras lo que eres