



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

DANIELA ROCÍO VILLARREAL CERDIO

LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

PROYECCIÓN PROFESIONAL

CATEDRÁTICO: LIC. RUPERTO TRUJILLO PONCE

**TEMA: UNIDAD 1. IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS
COMPONENTES.**

TAPACHULA, CHIAPAS A 10 DE MARZO DE 2023

RESUMEN: UNIDAD UNO.- IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES.

Empezaremos haciendo mención de la importancia que tiene la imagen, como una herramienta de gran valor que pueda llevar al individuo por un camino de éxito como resultado de la gestión de su proyecto de vida. La imagen va mucho más allá, es decir, representa todo un 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, no solo como elemento integrador de su desarrollo propio, sino como articulador de un mejor ser dentro de los demás ámbitos de su vida.

Una imagen puede buscar simplemente representar la realidad o, más bien, tener una función simbólica, con una determinada carga significativa en su contexto cultural, pero cuando nos referimos al ser humano en su concepto de Imagen, éste puede significar más que una palabra, se determina como: una percepción, proyección, elemento diferenciador, como comunicación, apariencia, juicio de valor, herramienta, un plus a la persona, Identidad y como Marca Personal.

Cuando hablamos de imagen personal nos referimos a un tema muy amplio que abarca desde los rasgos físicos y forma de vestir hasta la postura y movimientos al sentarse, caminar, saludar, tono de voz, mirada, risa, sonrisa, higiene, cortesía, educación, entre otros.

La imagen personal es un estilo de vida y cada persona tiene la suya. Por eso es importante cuidar nuestra forma de ser y actuar, ya que la imagen es como una foto, es lo primero que los demás ven de nosotros en una rápida y fugaz mirada. Aunque no seamos conscientes, todos proyectamos nuestra personalidad a través de la imagen que ofrecemos al exterior. Hay dos tipos de imagen: La imagen privada y La imagen pública

La primera, es aquella que se tiene en la intimidad de la casa. Allí cada cual decide comportarse según su criterio; allí, cada cual decide vestirse como quiere, relajado o despreocupado, si así lo desea, pero afuera, las cosas cambian.

La segunda se refiere a la imagen pública o social es la opinión que tiene un grupo de personas acerca del comportamiento o la conducta de alguien, enmarcado dentro del contexto de comunicación verbal y no verbal, es decir, que tiene que ver mucho más con el mundo profesional, laboral, de ascensos, de conquistas, en el sector en el que se esté desarrollando cada individuo.

La imagen la componen varios elementos, podemos mencionar los siguientes; Imagen física o corporal (apariencia); Imagen interna; Imagen verbal e Imagen no verbal.

De lo antes mencionado, podemos aclarar que la imagen física es la primera impresión que damos cuando conocemos a una o varias personas, podemos aparentar una imagen verdadera o ficticia, de acuerdo a nuestra ropa, calzado o atuendos con lo que vestimos, si estamos peinados o un buen corte de cabello, si olemos rico. Por otro lado la imagen interna va relacionada a lo que pensamos, como queremos que nos miren las personas, que imagen queremos proyectara dentro de una sociedad. Y por último la imagen verbal o no verbal, se va a determinar de acuerdo a nuestro lenguaje, es decir, la forma de cómo nos expresamos verbalmente y también, la forma de nuestra expresión de nuestro cuerpo para llevar un mensaje de comunicación con los demás.

Para poder mejorar nuestra imagen personal es importa tomar en cuenta los siguientes puntos: Condiciones físicas: apariencia exterior. La voz, el tono y su modulación. Gestos e Indumentaria (ropa, calzado, limpieza, entre otros).

El estudio de la imagen profesional está relacionado directamente con la disciplina de la imagen pública (que abarca la identidad /imagen/ reputación corporativa/ organizacional etc.), por lo que podemos definir la imagen profesional como la percepción que se tiene de una persona o institución por parte de sus grupos objetivo como consecuencia del desempeño de su actividad profesional. Al concepto de imagen profesional se le ha relacionado con cuatro aspectos: la comunicación no verbal, el lenguaje corporal, el discurso y la vestimenta

La imagen personal habla por nosotros y en el ámbito profesional representa una herramienta que puede actuar a tu favor o en tu contra. Cuidar la marca personal puede ser un valor agregado que contribuirá al logro de tus objetivos. Así pues, La imagen, además de ser un elemento personal, representa también un factor elemental para el ámbito profesional, pues tu vestimenta hablará por ti y podría contribuir a alcanzar los objetivos propuestos.

Podríamos decir que la identidad-profesional expresa sobre la conciencia del cambio, equilibrio en las diversas esferas del ámbito personal, misión profesional, objetivos de carrera y la estrategia profesional a seguir. Desgraciadamente, no es fácil transmitir clara y adecuadamente este factor, a menos de que tengamos algunas evidencias que hablen de ello. No existe un lineamiento general de vestimenta profesional, pues el código de cómo vestirse variará notoriamente. Por ejemplo, un artista se vestirá de acuerdo a sus necesidades personales, por otro lado, la vestimenta de un oficinista podrá llevar saco y corbata, o simplemente un uniforme que le designe la empresa.

Dentro de la imagen personal y profesional es muy importante que tenemos en cuenta la postura, es decir, Una buena postura es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante en nuestra salud a largo plazo. El mantener nuestro cuerpo en la posición correcta, ya sea que esté en movimiento o quieto, puede ayudarnos a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud. Por otro lado, al hablar del lenguaje corporal, estamos hablando de la tradición, la geografía, la cultura, la herencia de los pueblos, el género, particularidades de nacimiento, la evolución, la religión y las características anatómicas.

En nuestra actualidad, nos exige ser más competitivos en cualquier ámbito en el que nos encontremos, es por ello que la imagen personal cobra especial importancia al momento de establecer contacto con las personas que nos rodean nuestro entorno, son las personas que contribuyen a generar una autopercepción favorable o desfavorable respecto a lo que somos, y como consecuencia, logramos el que ellos mismos nos concedan un nivel de competencia mayor en cada una de las actividades que llevamos a cabo, lo que tendrá un alto impacto en nuestra apego.

CONCLUSIÓN

La imagen personal y profesional son nuestras herramientas de comunicación. Son nuestras aliadas y debemos ser responsable de gestionarlas y liderarlas para transmitir un mensaje eficaz y con identidad propia.

Es importante que tomemos en cuenta los siguientes puntos para obtener una buena imagen personal y profesional:

- Saber tratar la imagen y su comunicación no solo superficialmente. Es una herramienta de comunicación que requiere conocimientos y habilidad para que hable a nuestro favor.
- Integrar los códigos de la imagen a nivel personal y profesional y gestionarlos según muestra personalidad e intereses con credibilidad y autenticidad.
- Ser profesionales por dentro y por fuera, ya que la imagen de nuestra personalidad va de dentro para fuera.
- Conocerse y aceptarse. La autopercepción de la propia imagen puede condicionar la gestión de nuestra imagen y al estado de ánimo. Sentirse a gusto con sigo mismo, es un factor básico para comunicar con seguridad.
- Entender que la vestimenta forma parte de la comunicación no verbal. Cualquier profesional tiene o debería tener definido su estilo de vestir e integrarlo con autenticidad.
- Gestionar la imagen de forma integral. Aspecto físico, vestuario, gestos mirada, sonrisa, modales, actitud y aptitudes a nivel profesional configuran nuestra imagen más la comunicación.
- Tratar la imagen física por gusto o tendencias es el error número uno. La Imagen personal va más allá de la belleza exterior, vestir bien, llevar una pieza de última tendencia, o un maquillaje impecable. Imagen es expresión.

BIBLIOGRAFÍA

Antología: Proyección Profesional.- Universidad del Sureste UDS. México, Pp. 10-36