



**Nombre de alumno:**

Ángel Rodolfo Jiménez Deara

**Nombre del profesor:**

Yesica Dariana Sánchez Sánchez

**Nombre del trabajo:**

- Unidad II. Acciones para establecer la imagen corporal.
- Unidad IV. Estereotipos personales.

**Materia:**

Proyección Profesional

**Cuatrimestre: 8°**

**Grupo: "A"**

**Ciencias de la Educación**

Ocosingo, Chiapas a; 10 de Abril del 2023.



# UNIDAD II.

## ACCIONES ESTRATÉGICAS PARA ESTABLECER LA IMAGEN CORPORAL.

Elaborado por Angel Rodolfo Jimenez Deara

### 3.4 IMAGEN IDEAL VS IMAGEN PROYECTADA

- Como todo aquel proceso de cambio físico-psicológico
- Un cambio de imagen inicia de 2 partes
- Imagen interna; se subdivide en interna e imagen intelectual
- Imagen espiritual: Es aquel sistema de creencias, valores, principios y creencias
- Imagen intelectual: Aquellos conocimientos empíricos, académicos, políticos y culturales



- Cuando se oye o se habla de imagen, la mente va hacia hombres y mujeres espectaculares, mucho glamour, medidas perfectas, cuerpos esbeltos y con un gran atractivo
- Cuerpo es un elemento magnífico de comunicación y es la tarjeta de presentación de una persona

#### LA IMAGEN IDEAL

- Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado
- Está vinculada a la montaña de deseos y sueños que hay en el corazón y también a lo que debes ser
- Puede llevar a crear un estilo que te limite
- Se manifiesta en actitudes, vestimenta, modales, comunicación en el fondo



#### LA IMAGEN PROYECTADA

- Representa lo que eres hoy con sus imperfecciones y virtudes
- Vinculada al presente, al aquí y al ahora, es la fuente como su propio nombre indica para hacerte realidad
- Tal y como eres tiene la capacidad de acción, cambio personal y movilización de recursos para alcanzar sus sueños
- Te avisa de la distancia que hay de donde estás a donde quieres llegar, la capacidad y posee la fuerza de la autenticidad



#### COMO ACERCAR LA IMAGEN REAL A LA IDEAL

- Es más fácil cambiar lo que te pones que lo que piensas
- La imagen proyectada no es mala
- Consigue que te vista tu guía interno más que tu crítico
- Reescribe lo que quieres que se distinto en tu horario de vida
- Negocia contigo si tus defectos o imperfecciones son tan tremendos



### 3.5 CAMPO PROFESIONAL E IMAGEN



Una de las imágenes subordinadas que intervienen en la regulación del comportamiento de las personas

- la imagen profesional: Permite evaluar la calidad simbólica de los vínculos que establece la persona con públicos internos, externos y comerciales

#### FACTORES QUE PERMITEN ENTENDER EL PLANO PROFESIONAL DE LA IMAGEN PÚBLICA

- Percepción
- Grupos objetivos diferentes y específicos
- Diferentes situaciones y contextos según grupos objetivo



- Es importante reconocer que, como individuos, interactuamos con otros y aunque nuestro objetivo personal se enmarca en un ambiente laboral
- Este comportamiento se integra por conceptos como interacción, manejo del espacio y distancia de otros

#### AL HACER REFERENCIA A UN OBJETIVO SE POSICIONAMIENTO, HABLAMOS DE SITUACIÓN ESPECÍFICA A FUTURO

- ¿Cómo necesito/quiero que me perciban los demás?
- ¿Cómo me perciben actualmente?
- ¿Qué acciones debemos realizar para lograr nuestro objetivo?



- La imagen profesional constituye el pensamiento estratégico que contribuye a generar ambientes de eficiencia y seguridad en el mapa de comportamiento
- La regulación de conductas y protocolos hace posible producir y reproducir el capital institucional

# UNIDAD IV.

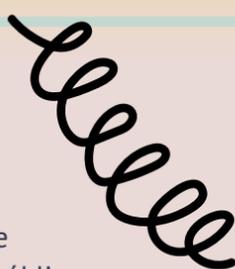


## ESTEREOTIPOS PERSONALES



### 4.3 DISEÑO DE TARJETA DE PRESENTACIÓN

- Es uno de los planos de identidad gráfica más personalizados
- Define la organización a la que pertenece
- Constituye el enclave de contacto que permite establecer relaciones entre organizaciones y públicos



Es necesario saber que:

- La tarjeta de presentación debe estar actualizada y en perfectas condiciones
- nunca debe darse con tachaduras o con el nombre escrito en bolígrafo
- Debe contener solo la información necesaria
- Ordenar en tamaño estándar
- Se entrega después de la presentación

### 4.4 DISEÑO DE CURRÍCULUM VITAE

- Es una locución latina que en español significa carrera de la vida.
- Su objetivo es describir la experiencia laboral, preparación académica, conocimientos y habilidades que califican a una persona para realizar determinado trabajo.
- Con la popularización de las bolsas de trabajo online, redes sociales y modelos de comunicación digital.



#### ELEMENTOS CLAVE QUE TODO CURRÍCULUM VIATE DEBE TENER

- Ya sea en versión online o escrita.

ELEMENTOS DE UN CV:

- Título

Se trata de presentar como profesionistas

- Datos personales

Nombre completo, teléfono de casa o celular y cuenta de correo electrónico.

- Objetivo

Muestra cuales son tus expectativas laborales a futuro, en que áreas buscar desarrollarte y qué actividades te gustaría desempeñar. El reclutador buscará conocer si tus metas son compatibles con la empresa y la vacante te ofrecen.

- Experiencia profesional

Puntos clave que atrae al reclutador en tu currículum es el apartado de la experiencia laboral.

- Preparación académica

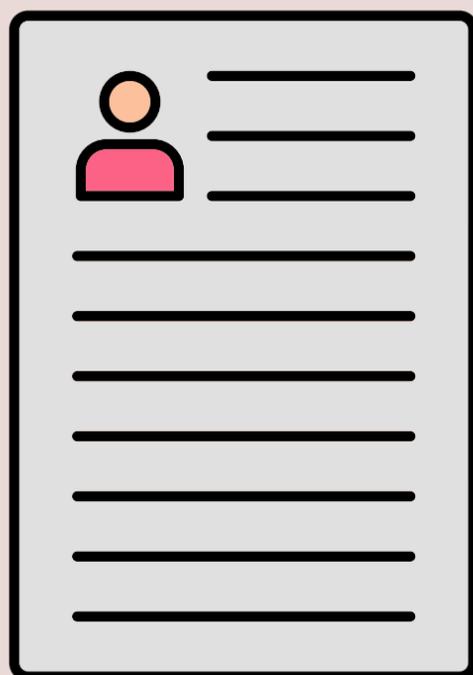
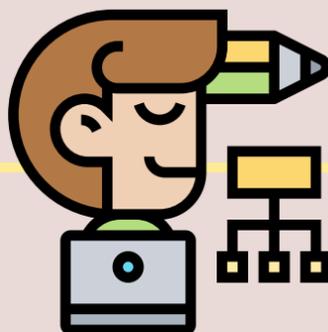
Habla de tus estudios, uno de los 1ros criterios que utilizan los reclutadores para su proceso, los expertos recomiendan incluir el último grado de estudio.

- Idiomas

Puede hacer la diferencia entre conseguir o no un empleo además impacta en el salario.

- Habilidades

Conocimientos adquiridos que permite realizar el trabajo, competencias que te distinguen de otros condidatos, dominio de software



#### ERRORES COMÚNES AL MOMENTO DE REDACTAR UN CV

- Descripción de sus experiencia laboral: redactan en menos de 30 palabras sus anteriores puestos de trabajo.
- El 14.4% de los CV no incluyen una foto del candidatos
- Suele ocultarse la fecha de nacimiento, el 21.7% no la introducen en su currículum.
- Dos de cada 10 CVs no recoge ninguna actividad ni profesional ni formativa en los últimos 6 meses y un 11% de los usuarios tampoco las registra en el último año.
- Más del 14% de los currículums tienen una única palabra en el campo de título profesional.
- El 4.7% de los currículums contienen direcciones de email poco profesionales





## 4.5 LA ENTREVISTA DE TRABAJO

Es la técnica más utilizada en los procesos de selección personal .

- Se establece el perfil del candidatos, a través de la entrevista se elige a uno de los candidatos para cubrir el puesto determinado.



### TIPOS DE ENTREVISTA

- Individual. Amplía la información del currículum y profundiza en tus aspectos y cualidades personales.
- Colectiva. Suele comenzar con la proposición de un tema o una tarea, evalúa la capacidad de trabajo en grupo, iniciativa, seguridad, liderazgo y capacidad de comunicar y la actitud de escucha hacia los demás.

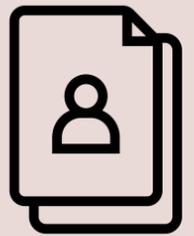


### PREPARACIÓN DE LA ENTREVISTA

- Situación que produce un alto grado de nerviosismo y ansiedad
- Infórmate previamente sobre el puesto, la empresa y el cargo
- Identifica tus puntos fuertes y débiles
- Analiza tu proyecto y tus argumentos
- Prepárate las preguntas que vas a formular
- Sé optimista y confía en tí mismo
- Analiza la imagen que quieres transmitir



### ¿QUÉ TE PUEDEN PREGUNTAR?



- Personalidad
- Formación
- Trabajos anteriores, actividades, funciones, proyectos, compañeros
- Empleo
- Vida privada
- Varias: incorporación al trabajo, opiniones, referencias



### ¿QUÉ ES LO QUE NO SE DEBE HACER EN UNA ENTREVISTA?

- Llegar tarde
- Tener el móvil encendido
- Enredarse en una discusión
- Responder de manera agresiva
- Evita características llamativas
- Mentir



### ¿EN QUÉ CONSISTE LA ENTREVISTA DE TRABAJO?



- Saludo
- Charla introductoria
- Conversación
- Despejar interrogantes
- Despedida



## **BIBLIOGRAFÍA.**

UDS. (2023). *Proyección Profesional* .