



**Mi Universidad**

## **Cuadro sinóptico.**

**NOMBRE DEL ALUMNO:** Mireya López Vázquez.

**TEMA:** Imagen y desarrollo de sus componentes.

**MATERIA:** proyección profesional.

**NOMBRE DEL PROFESOR:** Rubén Eduardo Domínguez García.

**LICENCIATURA:** Enfermería

**CUATRIMESTRE:** octavo cuatrimestre.

# Conceptos básicos e importancia de la imagen.

## ¿Cómo se forma la imagen?

Los ojos reciben una serie de estímulos; estos, entran a través de la retina, pasan por el nervio óptico, y son procesados, analizados e interpretados en nuestro cerebro, decodificándolos como sensaciones y percepciones.

## Concepto de imagen.

El concepto general que las personas tienen de la imagen, lo han limitado a la apariencia, a lo externo; pero este concepto va mucho más allá. A continuación se mencionan diferentes acepciones del significado de imagen, para comprender buena parte de su dimensión.

**Percepción:** Como ya se mencionó, se recibe un estímulo visual que es procesado por el cerebro e interpretado como agradable o desagradable.

**Proyección:** Es la consecuencia de una percepción de algo que decimos, hacemos o traemos puesto

**Elemento Diferenciador.** Frente a varias personas, quizá con la misma profesión u oficio, se debe procurar una imagen diferente, porque se presenta una actitud, un comportamiento, unas cualidades que lo hacen diferente de los demás.

## 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.

**El valor de tu imagen personal en el ámbito profesional**

La imagen personal habla por nosotros y en el ámbito profesional representa una herramienta que puede actuar a tu favor o en tu contra.

### Factores de Proyección de la Identidad Profesional

En la definición de lo que es la imagen profesional y que se ofreció desde un inicio, comprende, igualmente, a los cinco factores de proyección de la identidad personal.

Podríamos decir que la identidad-profesional expresa, también, lo que un plan de vida y carrera conforma: conciencia sobre el cambio, equilibrio en las diversas esferas del ámbito personal, misión profesional, objetivos de carrera y la estrategia profesional a seguir.

Desafortunadamente, no es fácil transmitir clara y adecuadamente este factor, a menos de que tengamos algunas evidencias que hablen de ello. Actitud y Comportamiento.

### Diferencia entre la actitud y el comportamiento

Radica en que el primer factor está más relacionado con la postura corporal y la proyección de la energía a lo que algunos podrían llamar vibra, mientras que el segundo tiene que ver con las decisiones y acciones a seguir en ciertas circunstancias o contextos, además del dominio y efectividad de los protocolos profesionales saludos, reuniones de trabajo, comidas, presentaciones y demás.

### Discurso.

Existen dos niveles de análisis, importantes por igual: el hablado y el escrito. En el hablado, no sólo se refiere a las cuestiones del mensaje y el manejo de la lengua en sí, sino también a las características.

Sin embargo, en el mundo profesional, de negocios o académico, este factor tiene un impacto que no puede soslayarse. Inclusive, en ocasiones, este factor puede ser el determinante para establecer, dañar o reforzar una efectiva imagen profesional.

Buena postura.

¿Qué es la postura?

La postura dinámica se refiere a cómo se sostiene al moverse, como cuando está caminando, corriendo o al agacharse para recoger algo.

La postura estática se refiere a cómo se mantiene cuando no está en movimiento, como cuando está sentado, de pie o durmiendo

¿Cómo puede la postura afectar mi salud?

Una mala postura puede ser perjudicial para su salud. Andar encorvado o agachado puede:

- Desgastar su columna vertebral, haciéndola más frágil y con tendencia a lesiones.
- Causar dolor en el cuello, hombros y espalda

- Afectar su equilibrio y aumentar su riesgo de caerse.
- Hacer más difícil digerir la comida.

Imagen corporal.

Se inicia con la formación del feto dentro del seno materno.

El lenguaje corporal también está estrechamente relacionado con los estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas.

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.

Autoestima.

Que es

Es el amor que una persona tiene por sí misma; para otros, es el conjunto de las actitudes del individuo hacia sí mismo, o la percepción evaluativa de uno mismo.

Aceptación tolerante de nuestras limitaciones, debilidades, errores y fracasos. Un ser humano puede errar, como todos los demás, y no le extraña ni entristece demasiado el hecho de fallar alguna vez.

Afecto:

Actitud positivamente amistosa, comprensiva y cariñosa hacia uno mismo, de tal suerte que la persona se sienta en paz y no en guerra, con sus pensamientos y sentimientos

Atención:

Cuidado esmerado de sus necesidades reales, tanto físicas como psíquicas, intelectuales y espirituales. No nos referimos a las "necesidades creadas" artificialmente por la publicidad agresiva y engañosa. La persona que se autoestima prefiere la vida a la muerte, el placer al dolor.

# Factores Cognitivos.

Luego, puede agregarse información acerca de cómo se ha llevado a cabo.

Se refiere a



A la formación del concepto que se tiene de uno mismo, basado en las experiencias que se han tenido a lo largo de la vida.

Tienen un peso fundamental y contribuyen al propio conocimiento.

También las creencias que se forman con la experiencia sobre las habilidades, cualidades, capacidades, valores y límites.

Autoeficacia:



Ya sabemos que el auto concepto es una visión compuesta de uno mismo a través de las experiencias.



La autoeficacia se refiere a las valoraciones que hacemos de las capacidades personales, representa el sentimiento de confianza que se tenga para ejecutar eficazmente alguna actividad.



También representa hasta qué punto crees que puedes alcanzar las metas personales.

Factores afectivos.



Este aspecto se refiere a qué tan bien o mal evalúas tus propias habilidades, aptitudes, destrezas y virtudes, es decir, lo que te define como persona.



Además es justo anotar que las emociones y los afectos están involucrados en la concepción de uno mismo.

Emociones



Son aspectos que pueden impulsar o limitar una acción, nos afectan positiva o negativamente



El afecto fluctúa entre la euforia y la depresión.

Factores de Comportamiento.



Se refiere a la conducta, el llevar a la práctica actividades congruentes con los factores cognitivos y afectivos, es decir, que lo que haces sea igual a lo que sientes y por supuesto, piensas.

Auto concepto

Es una de las cosas más importantes relacionadas con el éxito escolar, las manifestaciones de la personalidad.

Algo que debe quedar claro es que el auto concepto se construye y se desarrolla, es decir, va cambiando siempre, pero lo importante es comprender su trascendencia en la vida.

Modelo de desarrollo profesional.



Es el proceso por el que las personas progresan a través de una serie de etapas caracterizadas por distintas tareas de desarrollo, actividades y relaciones.

✦ Modelos de ciclo de vida.

✦ Modelos basados en la organización.

✦ Modelo del patrón de dirección.

Identidad Profesional.



Se asocia con el hecho de tener experiencias, formas de entender y conocimientos técnicos comunes, así como maneras coincidentes de percibir los problemas y sus posibles soluciones

La identidad común es producida y reproducida mediante la socialización ocupacional y profesional a través de trayectorias educativas compartidas y coincidentes.

La profesión y el trabajo.



Son factores de identidad individual y social. Generalmente forman parte importante de la vida de las personas.

Además de convertirse en el principal modo de mantenerse económicamente, la profesión aporta prestigio social y realización personal. Realizar el mismo trabajo crea intereses intelectuales, sociales y económicos comunes.

Perfil profesional.



Es un concepto que puede interpretarse con facilidad, intuitivamente, y se utiliza de manera flexible



El término de perfil profesional suele hacer referencia tanto al producto de una experiencia educativa como a las características que posee un sujeto. Hasta el momento, los diferentes autores no han arribado a una única definición del perfil profesional.

Análisis de la jerarquía de las necesidades de satisfacción del ser humano.



Hay un autor clave para entender qué tipo de necesidades tienes, lo interesante es que estas necesidades son universales.



Es decir, no importa tu raza, posición económica, ni nacionalidad. Lo interesante es que la prioridad de unas necesidades u otras depende de ciertas condiciones, en especial de la satisfacción del nivel anterior.

