



Mi Universidad

Mapa Conceptual

Nombre del Alumno *José Alberto Hernández Contreras.*

Nombre del tema *Imagen y desarrollo de sus componentes y Proyección personal y profesional.*

Parcial *I.*

Nombre de la Materia *Proyección profesional.*

Nombre del profesor *Beatriz Adriana Méndez González.*

Nombre de la Licenciatura *Derecho.*

Cuatrimestre *8.*

Pichucalco Chiapas, 7 marzo de 2024

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

Concepto e importancia de la imagen

Es necesario reconocer la importancia de la imagen desde la óptica de la integralidad y convertirla en un recurso para su propio beneficio, en 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.

Imagen Personal

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.

Aspectos a tomar en cuenta para mejorar la imagen personal

Condiciones físicas: apariencia exterior.
La voz, el tono y su modulación.
Gestos.
Indumentaria.

Lenguaje corporal

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.

Tipos de imagen

La imagen pública
La imagen privada

Imagen profesional

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.

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. Cuidar tu branding personal puede ser un valor agregado que contribuirá al logro de tus objetivos.

Elementos que componen la imagen

Imagen física o corporal (apariciencia)
Imagen interna
Imagen verbal
Imagen no verbal

Buena postura

Una buena postura es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante de su salud a largo plazo. El mantener su cuerpo en la posición correcta, ya sea que esté en movimiento o quieto, puede ayudarle a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud.

Imagen ideal vs imagen proyectada

Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado.
Representa lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes.

PROYECCIÓN PERSONAL Y PROFESIONAL

↓
Conocimiento de sí mismo

↓
es una noción sobre las capacidades, limitaciones, aspiraciones, motivaciones y los temores que se tienen. Es un concepto dinámico que engloba la autoestima y la autovaloración, por lo que a menudo se utilizan estas palabras indistintamente.

↙ Autoestima

↘ Factores Cognitivos

Básicamente la autoestima 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.

Hipergeneralización.
Designación global.
Filtrado.
Autoacusación.
Personalización.

↓
Valores personales a cuidar y perfeccionar

↓
Factores afectivos

↓
Perfil profesional

Cortesía y buena educación.

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.

El término de perfil profesional suele hacer referencia tanto al producto de una experiencia educativa como a las características que posee un sujeto.

Dominio de sí mismo.

Serenidad.

Saber escuchar.

La comprensión.

↓
Factores de Comportamiento

↓
Identidad Profesional

↓
Modelo de desarrollo profesional

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.

la 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.

El 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.

↓
Sistemas de desarrollo profesional

Los sistemas de planificación profesional benefician tanto a los trabajadores como a la empresa (Russell, 1991). A los primeros les ayudan a descubrir sus intereses y habilidades y a aumentar su satisfacción gracias a la posibilidad de identificar y trasladarse a los puestos más coherentes con sus objetivos y planes.