

Universidad del sureste



Especialidad: psicología

Nombre del alumno: Gerardo Vidal Vázquez

Cuatrimestre:8°

Materia: proyección profesional

Tarea: resumen

Fecha de entrega:04/04/2024

1.imagen y desarrollo de sus componentes

en un mundo donde la globalización está a la orden del día, trascendiendo barreras, límites y fronteras para dar paso a un entorno más competitivo, encaminando a las personas a una búsqueda permanente de “ese algo” que las haga diferenciar de los demás, para lograr acceder a todo un mundo lleno de posibilidades profesionales, empresariales, tecnológicas, comunicacionales entre otras, la imagen va mucho más allá; 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.

1.1 conceptos básicos e importancia de 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. esta percepción de acuerdo a la realidad y el mapa de creencias del individuo, va a generar una reacción positiva o negativa, 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, percepción: como ya se mencionó, se recibe un estímulo visual que es procesado por el cerebro e interpretado como “agradable” o “desagradable”. la imagen que usted represente, debe ser percibida en lo posible, como positiva asertiva, eficaz y coherente. proyección: es la consecuencia de una percepción de algo que “decimos, hacemos o traemos puesto”. permanentemente se está proyectando algo con la imagen: por ejemplo, confianza, credibilidad, profesionalismo, o por el contrario, descuido, desorden, abandono. 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

1.2 imagen 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, 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, a menudo recordamos esa frase tan popular que dice: "la primera impresión es la que cuenta" por lo que pasar la crisis de los primeros cinco minutos en un primer encuentro con otra persona es quizás la prueba más difícil, dado que posterior a este tiempo las impresiones que se forman persistirán y se reforzarán, en función del comportamiento posterior que tenga el individuo por lo anterior, podemos deducir que tener una buena presencia, ser y sentirse agradable a la vista de los demás, nos hace sentir más seguros de nosotros mismos, lo cual mejora en gran medida nuestro desarrollo personal, profesional y social

1.2.1 tipos de imagen

Hay dos tipos de imagen:

La imagen privada

La imagen pública

la imagen privada 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 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; 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.

1.2.2 elementos que componen la imagen

imagen física o corporal: corresponde a todo lo relacionado con la apariencia, la presentación personal, con lo externo. la ropa habla de cada persona; esta puede proyectar descuido, sencillez, modestia. los accesorios pueden decir hasta la religión que se profesa, el oficio, la creatividad o el arte que se realiza. es importante verse impecable, limpio, ordenado y aseado. reconocer los colores que mejor van de acuerdo con el tono de piel, identificar las prendas que mejor quedan

imagen interna: es todo lo relacionado con el ser interior. es un viaje a lo interno de sí mismo, tener claro sus objetivos, saber cómo se ve, cómo cree que lo ven los demás. cómo le gustaría ser percibido

imagen verbal: cada detalle es importante a la hora de proyectar una buena imagen. saber enviar correctamente un mensaje sin errores de ortografía, tener una buena redacción, contestar adecuadamente el teléfono

imagen no verbal. como ya se mencionó, el 93% del lenguaje, es no verbal, por tal razón, es conveniente preocuparse por la postura corporal que se está adoptando. el cuerpo constantemente está hablando. se debe tener especial cuidado con los gestos, la mirada, la expresión facial, y el tono de voz.

1.2.3 aspectos a tomar en cuenta para mejorar la imagen personal

al hablar de imagen personal, nuestra mente imagina a hombres y mujeres espectaculares, con mucho "glamour", cuerpos esbeltos, atractivos. ¿pero si no poseemos esas cualidades físicas nuestra imagen personal debe verse afectada? por supuesto que "no", las personas son más que un aspecto físico, el cuerpo es un elemento magnífico de comunicación y es la tarjeta de presentación de una persona, por lo que debe ir acompañado del control del lenguaje verbal y no verbal. por eso, cuando se habla de imagen personal no se debe referir únicamente al traje que vestimos sino a algo más amplio; podemos decir que es un estilo de vida, la forma de ser y actuar y en consecuencia, cada persona tiene la suya propia. el cuidado de la imagen personal posee gran importancia, implica conocimiento y perfeccionamiento del aspecto interior y exterior, cuando nos presentamos ante los demás, antes de haber pronunciado una palabra ya estamos transmitiendo datos e ideas, aún sin quererlo. nuestra personalidad se proyecta a través de la imagen que ofrecemos al exterior.