

Nombre: Isabel santizo Méndez



Profesor: Yaneth Fabiola Solórzano

Actividad: ensayo.

Escuela: UDS



## **INTRODUCCIÓN:**

el presente trabajo nos habla de la imagen personal, la cual es un estilo de vida que cada uno de nosotros tenemos y cada uno tiene diferente forma de actuar, de pensar, de expresarse, de sentir y de darnos a conocer lo que realmente somos, ya que en alguna ocasión podemos ver lo exterior de una persona a primera vista sin conocer lo interior, es decir, su personalidad.

la imagen es como una foto y es lo primero que los demás ven de nosotros en una rápida y fugaz mirada, por eso es muy importante cuidar nuestra imagen personal. Por eso a través de este ensayo damos a conocer la importancia de las diferentes personalidades y el estilo de cada uno de ellos.



# **Mi Universidad**

## DESARROLLO

### 1.1. Conceptos básicos e importantes de la imagen.

La imagen se forma a través de nuestros ojos con los cuales podemos observar y a través de nuestro cerebro podemos interpretar y relacionar de acuerdo a la realidad y creencias.

#### Concepto **de imagen:**

la imagen se centra en la percepción proyección, la comunicación y principalmente en la apariencia. Cuando hablamos de imagen personal nos referimos al rasgo físico, la forma de vestir, la postura, el movimiento al sentarse, caminar, saludar, al tono de voz, la mirada, la higiene, la educación, entre otras cosas, por eso es importante cuidar nuestra forma de ser y de actuar ante la sociedad.

### 1.2. **Imagen personal:**

Hablar de imagen personal enfoca todos los aspectos de una persona, tanto rasgos físicos como psicológicos, es decir su comportamiento ante la sociedad, su forma de vestir, su forma de actuar, por eso muy importante cuidar ambas partes para poder tener buen concepto ante la sociedad y principalmente ante uno mismo.

#### 1.2.1 **Tipos de imagen**

Todos tenemos dos tipos de imagen, nuestra imagen privada, es la que tenemos en casa como queremos vestirnos o actuar. Pero afuera todo es diferente.

La imagen pública es la opinión que las personas tienen de nosotros de nuestra conducta, nuestra forma de vestir, de caminar, de hablar y de muchas cosas más.

#### 1.2.2 **elementos que componen la imagen**

la imagen personal se compone de varios elementos entre ellos la imagen física o corporal, como la presentación personal, nuestra apariencia ante las personas. La forma de vestir de cada persona habla de nosotros y hasta de la religión que cada uno tiene.

La imagen interna es lo relacionado con nuestro interior, en los que queremos saber cómo nos ven los demás, como nos gustaría que nos perciban los demás.

### 1.2.3 aspectos a tomar en cuenta para mejorar la imagen personal

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.

**Nuestros cuerpos son nuestros jardines; nuestras decisiones, nuestros jardineros.**

<https://www.ruta67.com>

