



Ensayo

NOMBRE DEL ALUMNO: ISELA YANET HERNÁNDEZ MÉNDEZ

TEMA: IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

NOMBRE DE LA MATERIA: PROYECCIÓN PROFESIONAL

NOMBRE DEL PROFESOR: LIC. YANETH FABIOLA SOLÓRZANO PENAGOS

CARRERA: LICENCIATURA EN ENFERMERÍA

GRADO: OCTAVO CUATRIMESTRE

El presente ensayo se refiere al tema de imagen y desarrollo de sus componentes, que se puede definir como “ese algo” que nos diferencia de los demás para ello hay que comprender nuestra imagen personal que es parte de lo esencial de lo que somos, de lo que queremos transmitir con los demás y lo que realmente pensamos de nosotros mismos. Todo esto encaminado a un análisis que nos dará a entender la importancia de la imagen personal como medio para alcanzar mejores oportunidades laborales, los puntos analizados en este ensayo es describir el concepto básico e importancia de la imagen, llevar a cabo un enfoque y de reflexión sobre la imagen personal, así como los tipos de imagen, elementos que componen la imagen y los aspectos a tomar en cuenta para mejorar la imagen personal. Este ensayo contiene un factor muy interesante que es mi comprensión y mi juicio personal en donde plasmo mis ideas principales ya que la imagen personal es la primera impresión que causamos en ámbitos personales, social, laboral, empresarial y profesional.

La imagen personal es una herramienta valiosa y significativa, *“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”*. Es por ello que la imagen personal va más allá de la moda y es algo muy importante en estos tiempos nos permite comunicar con la sociedad nuestra identidad, valores y profesionalismo a través de nuestra apariencia ya que desde el momento en que nosotros entramos a cierto lugar proyectamos confianza, seguridad de nosotros mismos y por supuesto respeto, influye mucho nuestra manera de caminar, la presentación, nuestros rasgos físicos, abarca nuestra postura, la actitud que desempeñamos y nuestros movimientos, costumbres, la higiene, el tono en que nosotros hablamos, las palabras y nuestra expresión facial hablan mucho de nuestra personalidad y nuestra identidad ya que estas características influyen en las primeras impresiones que causamos en algún trabajo, una buena imagen transmite proyección, profesionalismo y credibilidad lo que puede abrir puertas y aumentar oportunidades profesionales. Una vestimenta adecuadamente puede demostrar que estamos bien informados y que nos importa nuestra apariencia profesional, lo que nos ayuda a destacar y ser tomado más en serio para un puesto del sector profesional, es importante mencionar lo importante que es deber cuidar nuestra imagen. La imagen debe convertirse en una ventaja competitiva en el mundo empresarial es por ello que existe dos tipos de imagen la imagen privada y la imagen pública. *“la imagen privada es aquella que se tiene en la intimidad de la casa”*, es algo reservado de nosotros mismos en el cual llega un punto en que yo me siento yo misma, vestirme a mi manera, cómodamente y segura de no ser juzgada por mi apariencia es una sensación de tranquilidad, despreocupación, de calma total. *“la imagen pública o social es*

la opinión que tiene un grupo de personas acerca del comportamiento o conducta de alguien”, la imagen personal que mostramos en el trabajo o sociedad es algo más que la apariencia, la imagen que mostramos en nuestra propia marca, aquella que queremos proyectar en los demás y es muy crucial para muchos aspectos a futuro.

Los elementos que componen una imagen son *“imagen física o corporal, imagen interna, imagen verbal y no verbal”*, todo esto corresponde de una manera generalizada a lo relacionado con la apariencia, relacionado con nuestra esencia, con nuestra identidad tanto internamente como externamente, en el mundo laboral actual no basta con tener habilidades y conocimientos profesionales si no ayudando a lograr metas personales o profesionales, y pueden convertirse en un aliado para el crecimiento profesional, personal y adaptando una postura corporal conveniente, es por ello que un gesto dice más que las palabras que uno quiere expresar. *“la imagen que se quiere proyectar, no se puede hacer la reingeniería de sí mismo, si no se conoce cuáles son las fortalezas y las debilidades que se tienen”*.

Uno de los aspectos a tomar en cuenta para mejorar nuestra imagen personal es el cuidado que nosotros brindamos a nuestro aspecto físico, como anteriormente mencionaba, un aspecto importante y es que en la imagen personal desarrollamos autoconciencia de nuestra identidad personal y profesional en búsqueda permanente de ese “algo” que nos hace diferente a los demás y especiales, únicos en un mundo lleno de posibilidad para alcanzar mejores oportunidades laborales.

Para concluir y en resumen de todo lo anterior la imagen personal es de gran importancia ya que es lo primero que los demás ven de nosotros y como tal es el momento en donde nos proyectamos como personas porque cuando una persona se presenta ante otras, antes de empezar a hablar o decir la primera palabra ya está transmitiendo un concepto de sí misma aun sin darse cuenta, es por esta razón y por el anterior análisis planteado en el ensayo es importante cuidar nuestra apariencia personal principalmente a lo relacionado con nuestra higiene como ya se había comentado anteriormente de importante el lugar donde se esté desempeñando un cargo y más en el ámbito laboral, en el trabajo es algo indispensable, y se recomienda la interacción asertivamente, para lograrlo asumir una actitud respetuosa, coherente en la que esté presente el profesionalismo, una imagen proyectora que pueda impactar tanto interna como externamente, ayudando a lograr metas personales y profesionales que nos ayuden a nuestro crecimiento profesional, procurando siempre tener o ser una persona Branding y recordar que la primera impresión es la que cuenta.

Fuentes de consulta

UDS. 2024. Antología de proyección profesional. Unidad I. pág.: 11-16. Recuperado el 25 de enero del 2024.

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/9ae1ba40cad27f6890c03d423d18a8ab-LC>
<LEN801%20CALIDAD%20EN%20LOS%20SERVICIOS%20DE%20ENFERMER%C3%8DA.pdf>