



Mi Universidad

Super Nota

Nombre del Alumno: Ana Karen Cancino Borraz

Nombre del tema: Imagen profesional

Parcial: I

Nombre de la Materia: Proyección profesional

Nombre del profesor: Salomón Vázquez Guillén

Nombre de la Licenciatura: Medicina Veterinaria y zootecnia

Cuatrimestre: Octavo

PROFESIONAL

CONCEPTO DE IMAGEN PROFESIONAL.

Se considera imagen profesional a la consciente construcción, estimulación y manejo de una determinada percepción que ciertas personas, públicos o audiencias tendrán sobre una identidad personal específica, en un contexto y tiempo determinados, logrando una relación de beneficio mutuo. Esta identidad personal se proyecta a través de cinco factores: identidad-profesional, actitud, comportamiento, discurso y vestimenta.

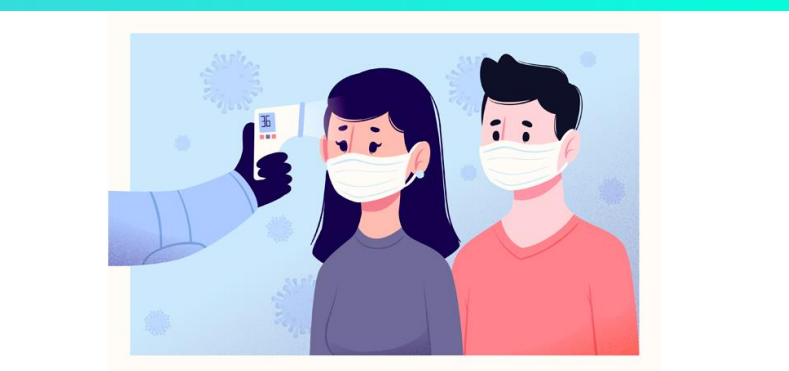


EL VALOR DE TU IMAGEN PERSONAL EN EL ÁMBITO PROFESIONAL

La imagen personal habla por nosotros y en el ámbito profesional representa una herramienta que puede actuar a tu favor o en tu contra. De acuerdo con estudios realizados el 55% de tu imagen está determinada por tu apariencia, el 38% por tu comunicación no verbal y el 7% por lo que se dice de ti. Por este motivo, es importante que tomes en cuenta que el 93% de esta impresión está determinado por la proyección que refleja tu imagen personal.

FACTORES DE PROYECCIÓN DE LA IDENTIDAD PROFESIONAL

- Vístete con un objetivo en mente: ¿quieres verte más formal y maduro o más juvenil y accesible?
- Evita las prendas arrugadas o sucias: inspecciona tu ropa.
- Aprende el lenguaje de los colores: los colores oscuros proyectan mayor poder y liderazgo, los claros denotan accesibilidad y cercanía.
- Cuida tu higiene personal: cada aspecto de ti es importante.
- Pon atención a los detalles: Si cuidas los detalles en tu imagen, las personas también pensarán que lo harás en tu trabajo.



UNA IMAGEN PROFESIONAL EN TIEMPOS DE HOME OFFICE

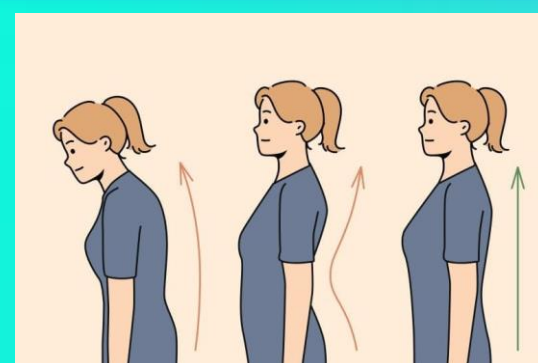
Por la actual crisis sanitaria relacionada con el Covid-19, decenas de miles de profesionistas se han visto forzados a abandonar sus oficinas y edificios de trabajo, para trasladar sus actividades laborales diarias a su propio domicilio particular. Por tanto, para un número mayoritario de mujeres y hombres en edad productiva, el teletrabajo sí es algo nuevo en sus vidas, lo cual implica, en varios casos, la falta de atención hacia determinadas consideraciones cuya inobservancia puede perjudicar su reputación profesional e incluso poner en riesgo su empleo o negocio.

BUENA POSTURA.

¿Qué es la postura?

La postura es cómo mantiene o sostiene su cuerpo. Hay dos tipos:

- **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. Es importante mantener una buena postura dinámica y estática.



LA IMAGEN CORPORAL.

El lenguaje corporal 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. El lenguaje corporal humano se inicia con la formación del feto dentro del seno materno. Ya en la infancia, antes de hablar, los niños desarrollan un lenguaje corporal.

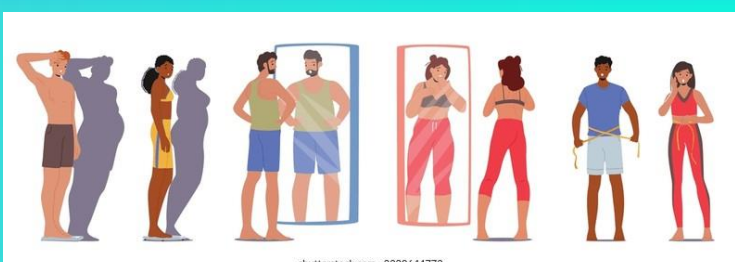


IMAGEN IDEAL VS. IMAGEN PROYECTADA.

La Imagen Ideal: Es una proyección de lo que quieres ser y todavía no has alcanzado.

La Imagen proyectada: Representa lo que eres hoy con tus imperfecciones y virtudes. Puedes lucir espléndido o quizá algún aspecto positivo o negativo esté tapado por la Imagen Ideal que te impide mostrarte auténtico.

