



**Mi Universidad**

***Super Nota***

**Nombre del alumno: Juan Daniel Lopez Alcazar**

**Nombre del tema: Imagen y desarrollo profesional**

**Parcial: 1**

**Nombre de la Materia: Proyección profesional**

**Nombre del profesor: Salomón Vázquez Guillen**

**Nombre de la Licenciatura: "Medicina veterinaria y zootecnia"**

**Cuatrimestre: Octavo**

# IMAGEN Y DESARROLLO 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.



## 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.



## 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.
- Aprende el lenguaje de los colores.
- Cuida tu higiene personal.
- 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

A pesar de que adaptarnos a cambios exige de un proceso natural que conlleva tiempo y esfuerzo, el optimismo resulta clave para superar los retos. Cuando las contingencias se presentan nos obligan a cambiar muchos de nuestros hábitos y rutinas, de manera imprevista, volviendo necesaria una adaptación rápida a las nuevas circunstancias.



## 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 estrechamente relacionado con los estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas.



## 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.

