



**LIC: ICEL BERNARDO LEPE ARRIAGA**

ALUMNA: AURI PEREZ MORALES

MATERIA: PROYECCIÓN PROFESIONAL

TRABAJO: MAPA CONCEPTUAL

GRUPO: (A) 8° CUATRIMESTRE

LICENCIATURA: TRABAJO SOCIAL Y GESTIÓN  
COMUNITARIA

En la sociedad actual, la imagen personal juega un papel fundamental en la forma en que los individuos son percibidos por los demás. Mas allá de la apariencia física, la imagen abarca diversos aspectos, como la vestimenta, el lenguaje corporal, la comunicación verbal y la actitud. Estos elementos en conjunto influyen en la primera impresión que una persona causa en su entorno social, académico y profesional. La imagen personal no solo refleja la identidad y los valores de un individuo, sino que también puede ser una herramienta clave para el éxito en diferentes ámbitos de la vida. El concepto de imagen no se limita únicamente a la presentación externa de una persona. Existen diferentes tipos de imagen que pueden impactar la manera en que alguien es visto y comprendido. Entre ellos, la imagen física, la imagen profesional, la imagen social y la imagen digital desempeñan roles cruciales en distintos contextos. Cada uno de estos tipos de imagen este compuesto por diversos elementos que, al ser gestionados adecuadamente, permiten proyectar una impresión positiva y alineada con los objetivos personales y profesionales de un individuo. Comprender la importancia de la imagen personal implica reconocer que esta no se trata únicamente de estética, sino también de coherencia y autenticidad. La forma en que una persona se viste se expresa y se comporta debe estar en armonía con su personalidad y con el mensaje que desea transmitir. Para lograrlo, es necesario conocer los elementos que componen la imagen personal, como la vestimenta, la higiene, el lenguaje corporal, el tono de voz y la actitud. Estos aspectos, cuando se trabajan de manera consciente, pueden contribuir a fortalecer la confianza, mejorar la comunicación interpersonal y abrir oportunidades en distintos ámbitos. El presente trabajo tiene como objetivo profundizar en los conceptos básicos de la imagen, su importancia en la vida cotidiana y profesional, así como en los diferentes tipos de imagen que existen. Así mismo, se abordarán los elementos que la componen y se analizarán estrategias efectivas para mejorar la imagen personal. A través de este análisis, se busca resaltar la relevancia de la imagen como una herramienta de comunicación y proyección personal, destacando su impacto en el desarrollo individual y en la manera en que una persona se relaciona con su entorno.

# IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

## ¿Cómo se forma la imagen?

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, entre otros.

## ¿Qué es 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.

## ¿Qué es 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.

## ¿Qué es la imagen?

Es la percepción, proyección, elemento diferenciador, comunicación, apariencia, juicio de valor, herramienta, un plus, identidad, marca (personal Branding).

## ¿Por qué es importante la imagen?

Porque es el mejor capital de cada ser humano. Usted es su mejor activo.

## Elementos que componen la imagen:

- Imagen física o corporal: corresponde a todo lo relacionado con la apariencia, la presentación personal, con lo externo.
- Imagen interna: es todo lo relacionado con el ser interior. Es un viaje a lo interno de sí mismo, tener claro sus objetivos, saber como se ve, como cree que lo ven los demás.
- Imagen verbal: cada detalle es importante a la hora de proyectar una buena imagen. Saber enviar correctamente un mensaje sin errores de ortografía.
- Imagen no verbal: el cuerpo constantemente está hablando. Se debe tener especial cuidado con los gestos, la mirada, la expresión facial, y el tono de voz.

## ¿Qué es la imagen personal?

Es la forma en que una persona se presenta a los demás, a través de su apariencia, su comportamiento y su comunicación. Es una carta de presentación que refleja quien es y como se relaciona con los demás.

## Elementos de la imagen personal:

1. Apariencia física
2. Lenguaje corporal
3. Forma de hablar
4. Actitud y confianza
5. Presencia digital

## Importancia de la imagen personal:

- Impacta en las primeras impresiones
- Influye en la vida profesional
- Refleja la identidad y valores
- Mejora la autoestima

## Aspectos para tomar en cuenta para mejorar la imagen personal:

1. Cuidado personal y presentación
2. Lenguaje corporal y postura
3. Comunicación y actitud
4. Salud y bienestar
5. Desarrollo personal profesional

La imagen personal es un elemento fundamental en la manera en que los demás nos perciben y en la forma en que nos desenvolvemos en distintos ámbitos de la vida. Comprender sus conceptos básicos nos permite tomar conciencia de su importancia, ya que no solo influye en la apariencia física, sino también en la actitud, la comunicación y la seguridad personal. La imagen es un reflejo de nuestra identidad y puede ser clave para alcanzar el éxito tanto en lo personal como en lo profesional.

Existen diversos tipos de imagen, cada uno con características específicas que impactan la percepción de los demás. La imagen externa, la imagen profesional, la imagen social y la imagen digital son solo algunos ejemplos de como nos proyectamos en distintos entornos. Cada una de estas imágenes se construye a partir de elementos como la vestimenta, el lenguaje corporal, la higiene, la educación y la coherencia entre lo que expresamos y lo que realmente somos. Para mejorar la imagen personal, es necesario prestar atención a distintos aspectos que van más allá de la apariencia. La higiene, la vestimenta adecuada, el cuidado del lenguaje corporal y una actitud positiva son factores determinantes. Así mismo, la comunicación efectiva y la autoestima juegan un papel clave en la manera en que los demás nos perciben. Mantener hábitos saludables, como una buena alimentación, ejercicio y descanso adecuado, también contribuye a proyectar una imagen más enérgica y segura.

En conclusión, la imagen personal es una herramienta poderosa que influye en nuestras relaciones y oportunidades. No se trata de cambiar quienes somos, sino de potenciar nuestras cualidades y proyectar lo mejor de nosotros mismos. Al comprender los tipos de imagen y los elementos que la componen, podemos mejorar nuestra presencia de manera estratégica y consciente, logrando así una mayor confianza y mejores oportunidades en la vida cotidiana y profesional.

# BIBLIOGRAFÍA

1. Gordo, V . (2003) Imagología. México: Grijalbo
2. Gordo, V . [\(1999\). El poder de la imagen. México: Edamex](#)
3. Denis L. Wilcox, Phillip H. Warren K. Agee, Glen T. Cameron (2001)  
Relaciones Públicas -Estrategias y Tácticas. Madrid: Pearson Educación,  
S.A.