



Cuadro sinóptico.

Nombre del Alumno: Jennifer Aracely Hernández García.

Nombre del tema: Imagen y desarrollo de sus componentes.

Parcial: 2ro.

Nombre de la Materia: Proyección profesional.

Nombre del profesor: Guadalupe Liseth Vázquez Recinos.

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 8vo.

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES.

Imagen personal.

La imagen personal es un estilo de vida y cada persona tiene la suya. Por eso es importante cuidar nuestra forma de ser y actuar, ya que la imagen es como una foto.

Abarca 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.

Tener una buena presencia, ser y sentirse agradable a la vista de los demás, nos hace sentir más seguros de nosotros mismos, lo cual mejora en gran medida nuestro desarrollo personal, profesional y social.

“La primera impresión es la que cuenta” por lo que pasar la crisis de los primeros cinco minutos en un primer encuentro con otra persona es quizás la prueba más difícil, dado que posterior a este tiempo las impresiones que se forman persistirán y se reforzarán.

Tipos de imagen.

La imagen debe convertirse en una ventaja competitiva en el mundo empresarial. Hay dos tipos de imagen:

- La imagen privada.
- La imagen pública.

La imagen privada: es aquella que se tiene en la intimidad de la casa. Allí cada quien decide comportarse según su criterio, decide vestirse como quiere, relajado o despreocupado.

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.

Elementos que componen la imagen.

La imagen la componen varios elementos, entre ellos:

- Imagen física o corporal.
- Imagen interna.
- Imagen verbal.
- Imagen no verbal.

Imagen Física o Corporal: Corresponde a todo lo relacionado con la apariencia, la presentación personal, con lo externo.

Imagen interna: Es un viaje a lo interno de sí mismo, cómo le gustaría ser percibido.

Imagen verbal: Saber enviar correctamente un mensaje sin errores de ortografía, tener una buena redacción, contestar adecuadamente el teléfono.

Imagen no verbal: corresponde a la postura corporal que se está adoptando.

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES.

***Aspectos a
tomar en cuenta
para mejorar la
imagen
personal.***

Mantener coherencia entre los cuatro canales de información:

- Condiciones físicas: apariencia exterior.
- La voz, el tono y su modulación.
- Gestos.
- Indumentaria.

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.

El cuidado de la imagen personal posee gran importancia, implica conocimiento y perfeccionamiento del aspecto interior y exterior. Cuando nos presentamos ante los demás, antes de haber pronunciado una palabra ya estamos transmitiendo datos e ideas, aún sin quererlo.

Recuerde “la primera impresión es la que cuenta” y si es positiva tendremos mucho terreno ganado.