



## **Cuadro sinóptico.**

Nombre del Alumno: Francisco Javier Jacob Ramírez.

Nombre del tema: Imagen personal.

Parcial: 2ro.

Nombre de la Materia: Proyección profesional.

Nombre del profesor: Guadalupe Liseth Vázquez Recinos.

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 8vo.

# IMAGEN PERSONAL

## Imagen personal.

Es el conjunto de características físicas, atributos y actitudes que proyecta una persona y que los demás perciben. Es una carta de presentación que expresa la manera de cómo cada persona pretende comunicarse y lo que transmite con su presencia.

Aunque no seamos conscientes, todos proyectamos nuestra personalidad a través de la imagen que ofrecemos al exterior.

Aunque es importante cuidar la imagen personal en todas las áreas de la vida, es especialmente importante en el ámbito laboral.

## Tipos de imagen.

Hay dos tipos de imagen:

- La imagen privada.
- La imagen pública.

Imagen privada: es aquella que se tiene en la intimidad de la casa. Cada uno decide como comportarse o vestirse.

Imagen pública: 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.

## Elementos que componen la imagen.

La imagen la componen varios elementos:

- 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, tener claro sus objetivos, saber cómo se ve, cómo cree que lo ven los demás. Cómo le gustaría ser percibido.

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

Imagen no verbal: son los gestos, la mirada, la expresión facial, y el tono de voz.

# IMAGEN PERSONAL

**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.

Las personas son más que un aspecto físico, poseen también valores excepcionales y una mente maravillosa, lo que hace que realmente seamos seres únicos.

Cuando se habla de imagen personal no se debe referir únicamente al traje que vestimos sino a algo más amplio; podemos decir que es un estilo de vida, la forma de ser y actuar y en consecuencia.

Cuando nos presentamos ante los demás, estamos transmitiendo datos e ideas, aún sin quererlo. Nuestra personalidad se proyecta a través de la imagen que ofrecemos al exterior.