



Mapa conceptual

Nombre del alumno (a): Jesús Alexander Arismendi López

Nombre del tema: Imagen y Desarrollo de sus Componentes

Parcial: I ro.

Nombre de la Materia: Proyección Profesional

Nombre del profesor: Beatriz Adriana Méndez Gonzáles.

Nombre de la Licenciatura: Lic. En enfermería

Cuatrimestre: 8vo

Ixhuatán Chiapas 25 de enero del 2025

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

Es necesario

Reconocer la importancia de la imagen desde la óptica de la integralidad y convertirla en un recurso para su propio beneficio, en una herramienta de gran valor que pueda llevar al individuo por un camino de éxito como resultado de la gestión de su proyecto de vida.

1.1 Conceptos básicos e importancia de la imagen

El concepto general que las personas tienen de la imagen, lo han limitado a la apariencia, a lo externo; pero este concepto va mucho más allá.

La imagen significa entonces:

- Percepción → Proyección
- Elemento Diferenciador → Comunicación
- Apariencia → Juicio De Valor
- Herramienta → Un Plus

Percepcion

se recibe un estímulo visual que es procesado por el cerebro e interpretado como "agradable" o "desagradable".

Proyeccion

Es la consecuencia de una percepción de algo que "decimos, hacemos o traemos puesto".

Elemento Diferenciador

Una imagen diferente, porque se presenta una actitud, un comportamiento, unas cualidades que lo hacen diferente de los demás

1.2.1 Tipos de imagen

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.
- La imagen pública o social es la opinión que tiene un grupo de personas acerca del comportamiento o la conducta de alguien

1.2.2. Elementos que componen la imagen.

La imagen la componen varios elementos, entre ellos:

- Imagen física o corporal (apariciencia)
- Imagen interna
- Imagen verbal
- Imagen no verbal

1.2 Imagen Personal

nos referimos

a un tema muy amplio que 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.

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

Por lo anterior

Podemos deducir que 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.

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

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. Tener claro sus objetivos, saber cómo se ve, cómo 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, tener una buena redacción, contestar adecuadamente el teléfono, hacer uso correcto de la etiqueta en internet, todo lo anterior hace de la imagen la más impecable.

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.

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

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

El cuidado

De la imagen personal posee gran importancia, implica conocimiento y perfeccionamiento del aspecto interior y exterior.

Recuerden

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

1.3. Imagen Profesional

El concepto

la percepción que se tiene de una persona o institución por parte de sus grupos objetivo como consecuencia del desempeño de su actividad profesional”

Esta relacionado

Directamente con la disciplina de la imagen pública (que abarca la identidad /imagen/ reputación corporativa/ organizacional etc.).

En general

Al concepto de imagen profesional se le ha relacionado con cuatro aspectos: la comunicación no verbal, el lenguaje corporal, el discurso y la vestimenta

1.3.1 Concepto de imagen

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.

Cada uno de estos cinco factores podrá tener un peso distinto en la percepción estimulada, no siguiendo ninguna jerarquía y variando en su importancia, dependiendo de la persona, la situación y el tiempo.

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES

1.3.2 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. Cuidar tu branding personal puede ser un valor agregado que contribuirá al logro de tus objetivos.

La imagen

Además de ser un elemento personal, representa también un factor elemental para el ámbito profesional, pues tu vestimenta hablará por ti y podría contribuir a alcanzar los objetivos propuestos

La vestimenta laboral debe cubrir 4 puntos:

- El Rubro
- El Rol o cargo y las aspiraciones (el puesto al que deseas ascender)
- El lugar físico donde se desarrolla tu actividad
- Lo que el cliente espera ver.

1.3.3 Factores de Proyección de la Identidad Profesional

El factor de identidad-profesional

Abarca no sólo el aprendizaje (serie de conocimientos) adquirido en el área específica laboral de una persona en particular, sino también las habilidades competencias profesionales que posea

Expresa

Lo que un plan de vida y carrera conforma: conciencia sobre el cambio, equilibrio en las diversas esferas del ámbito personal, misión profesional, objetivos de carrera y la estrategia profesional a seguir.

Discurso

En el discurso, existen dos niveles de análisis, importantes por igual: el hablado y el escrito.

En el escrito

El redactar efectivamente tendrá un impacto determinante para la imagen profesional de cualquier persona

1.4. Buena postura.

Una buena postura

Es más que pararse derecho para verse mejor. Es una parte importante de su salud a largo plazo. El mantener su cuerpo en la posición correcta, ya sea que esté en movimiento o quieto, puede ayudarle a evitar dolores, lesiones y otros problemas de salud.

Existen 2 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

¿Cómo puedo mejorar mi postura?

- Tenga en cuenta su postura durante sus actividades diarias
- Manténgase activo.
- Mantenga un peso saludable
- Use zapatos cómodos de tacón bajo.

1.5. La imagen corporal.

El lenguaje corporal

También está estrechamente relacionado con los estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas

El lenguaje corporal

También está estrechamente relacionado con los estilos institucionales y personales, con las reglas de demostración y con las emociones y las conductas

Esta 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

Referencia bibliográfica.

Antología UDS dirección y liderazgo séptimo cuatrimestre.