



NOMBRE DEL ALUMNO: JOANA LIZETH JIMÉNEZ JUÁREZ

**NOMBRE DEL TEMA: IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS
COMPONENTES.**

PARCIAL: 1ER

NOMBRE DE LA MATERIA: PROYECCION PROFESIONAL

**NOMBRE DEL PROFESOR: BEATRIZ ADRIANA MENDEZ
GONZALEZ**

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: ENFERMERÍA

CUATRIMESTRE: 8VO

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES.

IMPORTANCIA DE LA IMAGEN.

Los ojos reciben una serie de estímulos; estos, entran a través de la retina, pasan por el nervio óptico, y son procesados, analizados e interpretados en nuestro cerebro, decodificándolos como sensaciones y percepciones.

PERCEPCION

Como ya se mencionó, 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".

ENTOCES

de acuerdo a la realidad y el mapa de creencias del individuo, va a generar una reacción positiva o negativa

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.

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, es lo primero que los demás ven de nosotros en una rápida y fugaz mirada.

Aunque no seamos concientes, todos proyectamos nuestra personalidad a través de la imagen que ofrecemos al exterior. A menudo recordamos esa frase tan popular que dice: "La primera impresión es la que cuenta"

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

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

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. .

IMAGEN PUBLICA

es la opinión que tiene un grupo de personas acerca del comportamiento o la conducta de alguien, enmarcado dentro del contexto de comunicación 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 (apariciencia) ☒
- Imagen interna ☒
- Imagen verbal ☒
- Imagen no verbal

LA

- 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.
- Imagen verbal: Cada detalle es importante a la hora de proyectar una buena imagen.

Imagen no verbal. Como ya se mencionó, el 93% del lenguaje, es no verbal, por tal razón, es conveniente preocuparse por la postura corporal que se está adoptando

ASPECTOS A TOMAR EN CUENTA PARA MEJORAR LA IMAGEN PERSONAL.

Mantener coherencia entre los cuatro canales de información que a continuación se mencionan:

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

Estos elementos deben estar armonizados entre si para lograr con éxito nuestro propósito. Por lo que si se dice algo, el mensaje debe ser coherente con el contenido del mismo

El cuerpo es un elemento magnifico 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.

Por eso, 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, cada persona tiene la suya propia. El cuidado de la imagen personal posee gran importancia

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

De aquí en adelante, este artículo estudiará a detalle las implicaciones conceptuales de esta definición. Al analizar estos cinco factores de la definición, vemos que tres son visuales (actitud, comportamiento 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

Lo que sí es evidente es que el factor identidad profesional será el más difícil de proyectar. Un profesional financiero excelente, por ejemplo, podrá tener un conocimiento excepcional en su área

IMAGEN Y DESARROLLO DE SUS COMPONENTES.

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.

- 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 clave para lograr una buena postura es la posición de su columna vertebral. Su columna vertebral tiene tres curvas naturales: En el cuello, en la parte media de la espalda y en la parte baja de la espalda.

LA IMAGEN CORPORAL

El lenguaje corporal humano se inicia con la formación del feto dentro del seno materno. Ya en la infancia, antes de hablar, los niños desarrollan un lenguaje corporal. Éste se relaciona en forma importante con las actitudes mentales

básicas

TIPPS DE LENGUAJE CORPORAL

- ☑ Condiciones anatómicas previas. Tipo caracterológico del individuo o emociones y conductas. ☑
- Género: masculino o femenino. ☑
- Entorno correspondiente.
- Estrés.

- Hábitos y dolencias corporales, psíquicas y mentales, que pueden ser hereditarios o adquiridos luego del nacimiento. ☑
- Técnica.
- Área geográfica.

EL

lenguaje corporal está 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.

IMAGEN IDEAL VS. IMAGEN PROYECTADA

la imagen personal y profesional como todo aquel proceso de cambio físico-psicológico, que aplicamos en nosotros de manera individual con el objetivo de mostrar a los demás lo que somos en fondo y forma, misma que nos ayudará a generar opiniones favorables cada día más exigente era de la globalización.

Un cambio de imagen inicia de dos partes que se consideran fundamentales, y en este sentido, tenemos en un primer momento la imagen interna; que a su vez se subdivide en imagen espiritual e imagen intelectual.

Por otro lado, la imagen intelectual, son todos aquellos conocimientos empíricos, académicos, políticos, sociales y culturales; en fin, el gran cúmulo de conocimientos que hemos adquirido en el transcurso de nuestra vida diaria los cuales nos permite desenvolvernos con mayor seguridad en nuestro quehacer cotidiano

Con todo lo que ya hemos descrito, nos va quedando clarificada la idea de lo que es una imagen integral, y erradicar de una vez por todas el concepto erróneo existente en relación la imagen es únicamente lo superficial, pues si seguimos aplicando esa idea caemos de nueva cuenta en el terreno de la imagen física solamente, dejando de lado la parte interna.

REFERENCIA BIBLIOGRAFICA

- **ANTOLOGIA UDS**