



***Nombre del Alumno:*** Shirley López López

***Nombre del tema:*** imagen y desarrollo de sus componentes

***Nombre de la Materia:*** Proyección Profesional

***Nombre del profesor:*** Miguel Ángel Villatoro Aguilar

***Nombre de la Licenciatura:*** Contaduría Pública Y Finanzas

***Cuatrimestre:*** 8

# CONCEPTOS BASICOS E IMPORTANCIA DE LA IMAGEN

Percepción, proyección, elemento diferenciador, comunicación, apariencia, juicio de valor, herramienta, plus, identidad, marca.

**Imagen personal:** estilo de vida y cada persona tiene la suya, es importante cuidar nuestra forma de ser y actuar.

Imagen privada

Es aquella que se tiene en la intimidad de la casa, cada quien decide comportarse según su criterio.

Imagen pública o social

Es la opinión que tiene un grupo de personas acerca del comportamiento o conducta de alguien

## ELEMENTOS DE IMAGEN

IMAGEN FISICA

Relacionado con apariencia, la presentación personal, con lo externo.

IMAGEN INTERNA

Todo lo relacionado con el ser interior. Es viaje a lo interno del sí mismo, tener claro sus objetivos.

IMAGEN VERBAL

Saber enviar correctamente un mensaje sin errores de ortografía, tener una buena relación.

IMAGEN NO VERBAL

Conveniente preocuparse por la postura corporal que se está adoptando.

## IMAGEN PROFESIONAL

Consiente construcción, estimulación y manejo de una determinada percepción que ciertas personas tendrán sobre una identidad personal.

El valor de tu imagen personal en el ámbito profesional es la herramienta que puede actuar a tu favor o en tu contra.

## POSTURA

Mantener el cuerpo en posición correcta ya sea que este en movimiento o quieto, evita dolores, lesiones y otros problemas

Tener en cuenta su postura durante sus actividades diarias, como mirar televisión.

Mantenerse activo. Cualquier tipo de ejercicio ayuda a mejorar su postura, todo ejercicio puede ser útil.

Mantener un peso saludable. El peso extra puede debilitar los músculos abdominales, columna vertebral.

Usar zapatos cómodos de tacón bajo.

Asegurarse de que las superficies de trabajo estén a una altura cómoda con usted.