

La importancia de la imagen personal

Pocas veces somos conscientes de la velocidad con que otros nos etiquetan y clasifican; basta una mirada o el cruce de un par de palabras, para determinar si alguien a quien acabamos de conocer podría ser el ejecutivo que buscamos, si estamos frente a un charlatán o a una persona inteligente, aunque tímida, si se trata de un individuo con personalidad complicada o alguien con dificultades para relacionarse.

La imagen que los demás se formen de nosotros, a partir de una primera impresión, es la que generalmente perdura y la que nos abre o nos cierra las puertas hacia nuevas oportunidades. Todos los seres humanos proyectamos una imagen frente a los demás, que comienza a formarse a partir de nuestros aspectos físicos, se fortalece con todo aquello que dejamos ver de nosotros y se consolida con lo que los demás perciben e interpretan de cada una de nuestras actuaciones. La imagen que a diario construimos, es un reflejo de cómo nos perciben los demás y puede o no ajustarse a lo que realmente somos y a lo que hemos querido que los demás crean y piensen de nosotros.

Una vez los demás se han formado esa imagen, difícilmente contamos con una oportunidad para cambiarla, por lo que la primera impresión que logremos será por lo general la que perdure y la que será fundamental en la decisión que se tome, dentro de cualquier proceso de selección. Cuidar nuestra imagen a lo largo del tiempo, para que siempre refleje lo que hemos querido mostrar, requiere de una total coherencia en nuestras actuaciones y comportamientos frente a lo que los demás piensan y esperan de nosotros. Cuando se pierde esa coherencia, así sea por un solo y desafortunado hecho, la imagen se deteriora o puede llegar a arruinarse totalmente, siendo casi imposible su recuperación.

Mantener hoy en día nuestra imagen demanda cuidados extremos, pues en una sociedad donde cada individuo tiene en su bolsillo una grabadora de voz, que a la vez es cámara de fotografía y de video, cualquier actuación fuera de tono puede ser registrada y subida en segundos a las redes sociales, arruinando para siempre una imagen y reputación construidas a lo largo de los años.

Vivimos tiempos descomplicados en los que cada cual establece su propio estilo de vestir, muchas veces alejado de lo que manda el protocolo y la etiqueta; personajes públicos, del mundo empresarial y especialmente del artístico, asisten a toda clase de actos y eventos, ataviados de las más variadas maneras, reforzando o deteriorando la imagen personal que cada cual ha querido mostrar.

Pero la imagen no es solo cuestión de maneras de actuar, estilos de vestir y modos de arreglarse; la forma como nos comunicamos determina también la forma como los demás nos ven; aunque las palabras que utilizamos son muy importantes en el proceso comunicativo, porque revelan nuestro conocimiento, grado de educación y respeto hacia los demás, son la entonación y el lenguaje corporal, los aspectos más determinantes de la imagen que los demás se formen de nosotros.

La entonación, así como el contacto visual, los gestos, el manejo de las manos y nuestra posición corporal, revelan la veracidad de nuestros mensajes, la forma como nos sentimos y nuestro grado de seguridad o incomodidad frente a determinadas situaciones. Cuando trabajamos en la creación de una determinada imagen que queremos proyectar lo importante es conseguir que ella refleje lo que realmente somos. Por ejemplo, si soy una persona insegura, antes que tratar de parecer seguro debo trabajar para conseguir esa seguridad que me hace falta, de modo que mis actuaciones reflejen lo que realmente soy y siento, porque las falsas imágenes se desmoronan con facilidad.

Un ejercicio interesante en la definición de la imagen que se quiere construir consiste en imaginar cómo nos gustaría ser recordados el día en que debamos partir de este mundo. Si uno quisiera, por ejemplo, que cuando se hable de lo que fuimos quienes nos conocieron digan: “era un hombre trabajador, íntegro, emprendedor y justo que se había ganado el afecto y respeto de sus familiares, amigos y colaboradores”, todas nuestras actuaciones deben reflejar precisamente esos calificativos, pues de lo contrario, habremos construido una imagen distinta a la que queríamos proyectar.

Fuente: Fernando Albán Díaz del Castillo para <https://www.larepublica.co/>