

INSTITUTO TECNOLÓGICO Y DE ESTUDIOS SUPERIORES MONTERREY
CAMPUS ESTADO DE MÉXICO

Nombre: Andrea Paola Campos Torres Matrícula: A01169767
Nombre: Grecia Guadalupe Higuera López Matrícula: A01370113
Nombre: Andrea Lorenzo Matrícula: A01169365
Profesora Nachyelli Buitrón.
Análisis y Expresión Verbal.
27 de octubre del 2014.
BOSQUEJO PERSUASIVO PARA MOTIVAR A LA ACCIÓN.

Tema: Autoestima.

Propósito general: Persuadir- motivar a la acción.

Propósito específico:

Lo que queremos lograr en el público: que reconozcan el nivel de autoestima que tienen e intenten mejorarlo.

Cómo pensamos lograrlo: motivando al público a que trabaje en su autoestima para así lograr mejorar su vida en todos los sentidos.

Análisis del público:

Es un público mixto, son alumnos de entre 11 y 13 años, de una escuela pública. La mitad de los alumnos son del sexo masculino y la otra mitad corresponde al sexo femenino. Todos estudian durante el turno vespertino el primer año de secundaria y la materia que les imparten en el horario que nosotros asistimos es la materia de español. Todos son adolescentes y se encuentran en una etapa difícil que creemos es importante para el resto de su vida, tanto personal como profesional.

¿Por qué le interesa mi tema al público?

Porque están entrando o están a punto de entrar a la adolescencia y creemos que es un tema muy útil, que a pesar de que suene muy trillado o aburrido, les va a interesar. Es importante que conozcan todo lo que implica la palabra "autoestima" y todas las ventajas que conlleva estar informados acerca de la misma. Muchas personas no saben ni siquiera el significado de ella, mucho menos conocen como impacta en la vida de todas las personas.

Tesis: Elevar la autoestima de cada persona es la base para tener un desarrollo integral óptimo.

GRECIA Introducción: ¡Tú eres alguien muy importante, quíete! Tú eres una persona única en el mundo, créeme que no hay alguien igual que tú en otro lugar, ni siquiera en el otro lado del continente. Tú tienes el poder de ser la persona que tú quieras, tienes las habilidades y capacidades para poder llegar tan alto como las estrellas en el cielo, pero ¿qué crees? Esto que te acabo de decir, solamente se puede lograr si conoces y sabes lo que significa la palabra autoestima, ¿alguien sabe qué quiere decir autoestima? (**ATENCIÓN**)

PAO Según el diccionario de la Real Academia Española, autoestima es la valoración positiva que las personas tienen de sí mismas; en otras palabras, autoestima es el valor que tú te das como persona y el respeto que sientes por ti mismo, pero díganme ¿quién de este salón se quiere mucho? para poder ser personas felices, lo primero que tenemos que hacer es querernos nosotros mismos. Así es, una de las grandes ventajas de tener una buena autoestima, es que nos ayudará a ser las personas más felices en todas las etapas de la vida. **(NECESIDAD)**

Bosquejo:

1. **ANDY** Se dice que la autoestima es la base para desarrollarse como persona en cualquier ámbito.
 - 1.1 Autoestima: es la valoración positiva o negativa que una persona hace de sí misma en función de sus pensamientos, sentimientos y experiencias. (definición)
2. **GRECIA** La autoestima está definida por. (clasificación)
 - 2.1 Autoimagen: es una representación mental que hacemos de nosotros mismos, es decir, es la manera en la que nosotros nos vemos, a nivel físico o psicológico. (definición)
 - 2.2 Autoconcepto: es uno de los elementos más importantes de la personalidad, el cual influye en el desarrollo personal, emocional y motivacional. Autoconcepto es el saber que clase de persona soy yo. (definición)
3. **PAO** Existen diferentes tipos de autoestima. (clasificación)
 - 3.1 Alta autoestima, es decir, las personas que confían mucho en sus capacidades, que toman decisiones, que les gusta tomar riesgos o tareas difíciles. (definición)
 - 3.2 Baja autoestima, es decir, las personas que se sienten inseguras, que no están satisfechas con sus cualidades o las que solamente ven sus características malas. (definición)
4. **ANDY** La autoestima está formada por tres componentes:
 - 4.1 Cognitivo: es en el que se encuentran los pensamientos, las ideas, las creencias y los valores, aquí es donde una persona descubre que es valiosa, que es apreciada por las demás personas y que tiene cualidades únicas. (definición)
 - 4.2 Conductual: es el que define lo que haces y lo que dices. (definición)
 - 4.3 Afectivo: lo que sentimos, define el valor que le damos a las cosas, a las situaciones y a las personas que nos rodean. (definición)
5. **GRECIA** ¿Cuándo se comienza a desarrollar la autoestima?
 - 5.1 Etapa 1: La infancia es la base del autoestima, ahí se comenzó a desarrollar, ya que los niños chiquitos son como unas esponjas que absorben todo lo que ven, escuchan o les dicen, sin distinguir entre lo bueno y lo malo. (ilustración)
 - 5.2 Etapa 2: La adolescencia es la etapa en la que se conserva la autoestima adquirida o se intenta cambiar, es importante saber que las personas que lo deseen pueden empezar a trabajar en su autoestima.

6. **PAO** La autoestima tiene muchos beneficios, los cuales son muy importantes:
(SATISFACCIÓN)
PAO 6.1 Ayuda a tener mejores relaciones con los demás.
ANDY 6.2 Ayuda a mejorar los niveles de estudio.
GRECIA 6.3 Ayuda a resolver los problemas con mayor facilidad.
PAO 6.4 La toma de decisiones será mucho más rápida.
ANDY 6.5 Estás más seguro de quién eres.
GRECIA 6.6 Vas a poder ver todas las características buenas de los demás.
PAO 6.7 Vas a disfrutar todos los buenos momentos y olvidar los malos.
ANDY 6.8 Vas a cuidar más tu salud, perdonarás más fácil y serás más optimista.
GRECIA 6.9 Serás una persona más contenta y compartirás tu alegría con todos los demás.

7. **PAO** Aquí te presentamos una serie de pasos a seguir para que tu autoestima esté en sus mejores condiciones y te ayude a tener una mejor calidad de vida:
(VISUALIZACIÓN)
ANDY 7.1 Haz lo que te apasiona.
GRECIA 7.2 Ayuda a los demás.
PAO 7.3 Reconoce tus capacidades.
ANDY 7.4 No le pongas atención a las críticas sin fundamento.
GRECIA 7.5 Aléjate de las personas negativas.
PAO 7.6 Sé positivo.
ANDY 7.7 No te compares con los demás. El
GRECIA 7.8 Recuerda todos tus éxitos.
PAO 7.9 Recuerda las veces en las que te has sentido muy feliz.

PAO Conclusiones: **(ACCIÓN)**

La autoestima no sólo es importante, es necesaria para nuestro desarrollo y nuestro vivir. La forma en que nos aceptemos nos ayudará a vivir una vida más plena donde podamos alcanzar objetivos y salir ante los fracasos. Así que ¿cómo está tu autoestima? Date cuenta hoy de lo que eres, de tus cualidades, de lo que vales y valórate, vive al máximo, sé feliz disfrutando lo que la vida te da y te dará, sigue los pasos mencionados y verás que tu forma de vivir cambiará. No dejes nunca de tener un pensamiento positivo. ¡No olvides lo mucho que vales!

FUENTES DE INFORMACIÓN:

Electrónicas:

Barradas, Alberto. *"Reflexiones sobre la autoestima"*

<http://albertobarradas.wordpress.com/2012/08/22/reflexiones-sobre-la-autoestima/> (22 de agosto de 2012).

Tus buenos momentos. “10 beneficios de tener una autoestima alta”
<http://tusbuenosmomentos.com/2011/05/10-beneficios-de-tener-una-autoestima-sana/> (2014)

Significados. “Significados de autoestima” <http://www.significados.com/autoestima/> (2013)

Real Academia Española “Autoestima” <http://buscon.rae.es/drae/srv/search?val=autoestima>
(2011)

Larraburu, Isabel. “La autoestima en la adolescencia”
<http://www.isabel-larraburu.com/articulos/psicologia-para-adolescentes/101-la-autoestima-en-la-adolescencia.html?lang=> (2010)