



Nombre de alumno: Jenny Denis González Pérez.

Nombre del profesor: Alejandra Torres López.

Nombre del trabajo: Discurso de Oratoria.

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Comunicación Oral.

Fecha: 27 de Noviembre del 2023

AMOR PROPIO

¿Por qué nos importa la opinión que otros tengan de nosotros?

Buenas tardes, compañeros, maestra y público en general, mi nombre es Jenny Denis González Pérez y hoy les vengo a hablar del amor propio. La mayoría de nosotros los jóvenes, estamos pasando por una etapa en donde para sentirnos bien con nosotros mismos necesitamos la aprobación de otras personas, esto se debe a que no tenemos el suficiente amor propio para ser capaces de mostrar quienes somos realmente.

El amor propio es la aceptación, el respeto de las percepciones, el valor, los pensamientos positivos y consideraciones que tenemos hacia nosotros mismos y que puede ser apreciado por quienes nos rodean.

Actualmente, creemos que nos aceptamos así mismos pero ¿Cuántas personas se aceptan como son? ¿Cuántas personas realmente se aceptan tal y como son? ¿Cuántas personas se quieren así mismas a pesar de no tener el mejor? ¿Cuántas personas se visten como quieren sin importarles nada?

Una persona que realmente tiene amor propio no necesita que otras personas le estén diciendo constantemente lo bien que se ve o que realcen sus virtudes, si nos ponemos a pensarlo no tiene sentido, si estas flaco te dicen ``come más`` si estas plana te dicen ``tienes que tener mas curvas`` y si tienes sobrepeso te insultan, si no te quieres a ti mismo dicen que te haces la víctima y si te quieres eres egocéntrico. Realmente son cosas que no tienen sentido porque no existe un físico ideal, todos tenemos cuerpos y complexiones distintas por lo que deberíamos dejar de aparentar algo que no somos.

Quererse es algo complicado pero es algo que vamos aprendiendo a lo largo de la vida, aprendemos a pensar en nosotros primero y en nuestra felicidad, porque quererse no es fácil pero cuando más te quieras a ti mismo mejor te van a salir las cosas. A nivel físico es quitarse una preocupación de encima y poderte ver al espejo y decir ``me queda bien`` o ``me veo guapa o guapo``. A nivel psicológico cuando te quieres sufres menos por personas o cosas porque sabes que puedes salir de ahí o que tú no has tenido la culpa de lo que te ha pasado ni necesitas a esas personas en tu vida.

El amor propio es importante y que es un proceso lento pero aceptarse físicamente y psicológicamente te da tranquilidad y un sentimiento de poder sobre ti y los demás.

Y como dijo Sharon Salzberg <<Amar a otros es fácil, pero amarse a uno mismo es el verdadero desafío>>



UDS

PASIÓN POR EDUCAR