

Empoderamiento Emocional

El hombre a diferencia de los demás seres vivos, no está determinado por el medio natural, ni condicionado por sus instintos, sino que es capaz de actuar y modificar el medio natural en el que se desenvuelve su vida, dado que está dotado de inteligencia, creatividad, talento y voluntad, todas ellas facultades humanas. Todas estas potencias puestas al servicio de si mismo, le permiten sin dudas, construir y proyectarse a la sociedad.

La responsabilidad, la diligencia y el trabajo honesto concebidos como un valores, le posibilitan alcanzar sus objetivos, tanto aquellos que implican la satisfacción de las necesidades biológicas, de seguridad, sociales y de estima, como los de realización personal. Para el logro de estos fines, desarrolla actividades y construye así su propia identidad, y en referencia a esta, los individuos se definen a si mismos, habla de quiénes son, qué hacen y qué sentimientos imprimen en lo que realizan cotidianamente. Estos son los ejes principales de la construcción de la identidad, la autoestima y la valoración social de mujeres y varones.

A este conjunto de valores, aunado a la disponibilidad de hacerse responsable de su vida y de sus capacidades para lograr construir el futuro que se desea, se denomina potenciación o empoderamiento personal. Abordar el tema del empoderamiento implica cada día valorar y agradecer lo que tiene, proyectar o propiciar cada uno según sus posibilidades, nuevos proyectos de vida, contemplando no sólo lo material, sino también, aquellos que lo dignifiquen como persona espiritual y emocionalmente.

Hoy más que nunca se impone una reflexión profunda acerca de este conjunto de valores. ¿Cómo fomentar estos valores? A través del empoderamiento personal, el cual nos permite desarrollar nuestras habilidades para ejercer influencia en los acontecimientos y personas importantes de nuestro entorno, a través de la toma responsable de control de nuestras habilidades cognitivas, emocionales, sociales, físicas.

de tiempo: será una inversión