

La importancia de la autoayuda en el crecimiento personal, por Fredis Villanueva

De entrada les diré, que existen muchos caminos que nos conducen hacia el crecimiento personal y que todos los seres humanos poseemos sabiduría, vivencias y habilidades especiales, necesarias para cambiar y mejorar. De manera, que desde el mismo momento en que uno toma la **decisión de potencializar** nuestra personalidad hacia un **cambio intrínseco en nuestra vida**, posteriormente, este cambio influye claramente en nuestras relaciones interpersonales, al igual, que en otros tipos de relaciones, hasta tal punto, que las personas de nuestro más cercano entorno, **“notan la diferencia”**... Así que, sin más preámbulo, pasamos a profundizar un poco más, sobre el tema de hoy: **“La importancia de la autoayuda en el crecimiento personal”**.

Los seres humanos a lo largo del camino de nuestra vida experimentamos diversas situaciones, unas más satisfactorias que otras. Precisamente es ahí, donde puede surgir el compromiso, **‘de yo pa’yo’**, -como decían nuestros abuelos-, mejorar y crecer como persona y como profesional y empezar a vivir una vida nueva.

Si queremos no sólo darle importancia, sino llevarlo a la práctica también, a nuestro tema de hoy, tenemos que empezar por **aprender a confiar en nosotros mismo**; esto nos conlleva a creer en las habilidades, capacidades y destrezas que poseemos y una buena forma de hacerlo, es cuando comenzamos a desarrollar la autoconfianza en nosotros mismos a través de pequeños éxitos que vamos **cosechando en el camino de la vida**, en la medida que emprendemos el sendero del crecimiento personal. Además, tenemos que **desarrollar con objetividad** nuestro propio concepto de ciertos temas que nos afectan o personas que necesariamente tenemos que ir alejándonos de ellas, sí porque sí.

Para terminar la idea del párrafo anterior, asimismo, es importante aprender a no depender bajo ningún sentido de la **aprobación o reprobación de los demás**, porque eso no permitirá hacernos una introspección sincera y, menos aún, lograr un mejor desarrollo personal.

En mi muy humilde reflexión final, pienso que: la autoayuda es un proceso en el cual buscamos **fortalecernos para resolver**

conflictos por nuestra propia cuenta, de manera, que nos permita alcanzar el muchos éxitos y, por ende, una mejor calidad de vida.

Antes de finalizar, agradezco a todas esas **personas difíciles** de mantener con ellas una relación amistosa dentro del marco del respeto y la honestidad, por haberme revelado, **exactamente aquello que no quiero ser, ni seré**. Para explicarme mejor, daré un ejemplo corto, preciso y conciso: **las cosas que no son de uno, tienen dueño, por lo tanto, hay que dejarlas donde están**.

En síntesis: cuando hablamos de superación personal, desarrollo personal, calidad de vida y éxito, necesariamente debemos estar **comprometido**, consigo mismo de capacitarse, leer, hablar con personas de bien y visitar las páginas de este prestigioso **Diario "La Mañana"** que ayer **15 de marzo, cumplió 70 años, construyendo con su trabajo de informar importante aporte en el avance de una Venezuela democrática**, donde ninguno de sus hijos tengan que morir al intentar de huir del país.

Gracias por invertir su valioso tiempo en leerme, ojalá se sienta gratificado(a) por la inversión del mismo.

iUn abrazo lleno de bendiciones!

iHasta el próximo miércoles, Dios mediante!

Por Fredis Villanueva.