

La madurez emocional, por Fredis Villanueva

Cuántas veces hemos escuchado, tal o cual fruta, aún no está madura o en determinado problema hay que actuar con mucha madurez o fulano si es infantil, le hace caso a todo lo que diga la gente y se pone a discutir o alguien que nos haya dicho, me gustaría llegar a la madurez con un título universitario... Así que, sin más preámbulo, pasamos a profundizar el tema que nos ocupa hoy: "La madurez emocional".

El término madurez se define como el punto en el cual una persona u objeto, llega a un **estado de crecimiento o desarrollo avanzado**. Se puede aplicar el tema en tres casos diferentes; **uno: la madurez emocional de una persona** con respecto su buen juicio, prudencia o sensatez... **dos: la madurez de las frutas o vegetales** que llegan a un cierto estado... **tres: la madurez etaria** la edad de una persona que disfruta plenamente de sus capacidades y que todavía no ha alcanzado la ancianidad. En todos los casos se apunta a **cierto crecimiento y nivel de desarrollo superior**. Sin embargo, nos vamos a central en **la madurez emocional**.

En específico cuando hablamos de madurez emocional, nos estamos refiriendo al hecho de que una persona, **manifiesta actitudes adultas y responsables**. Según nuestra teoría, no se trata de alguien con comportamientos infantiles, rebeldía o insensatez, sino alguien **razonable, reservado e inteligente**. A eso le sumamos, que una persona con madurez emocional piensa, habla, escribe y actúa, de manera coherente con una conducta, tanto sobre sí misma, como sobre el entorno en el cual se desenvuelve, **alejada de cualquier situación que la pudiese definir infantil**.

En ese sentido, una persona es emocionalmente madura, cuando ha desarrollado en su pensamiento y en su conducta, actitudes que la hacen superar el infantilismo y las aplica, tanto hacia su persona, como hacia su entorno. Además, **acepta con gratitud las críticas, las analiza y estudia para mejorar**, sabe controlar su temperamento, no reacciona como un niño mimado ante las adversidades, **asume con responsabilidad las consecuencias de sus actos** y no se justifica con excusas de poca credibilidad.

En mi muy humilde reflexión final, pienso que: alcanzamos la madurez cuando nos enfrentamos a la vida con una mejor realización de las emociones, con **conciencia plena y paz interior**. Aunque la edad es un factor importante en las

actitudes emocionales, no necesariamente es la única variable, porque una persona puede **lograr su madurez emocional a través de las lecciones que aprende** y de las situaciones que vive. Diría yo, entre paréntesis, disculpen mi yoísmo, que no **hay un libreto que nos indique como madurar emocionalmente**, tampoco se manifiesta por etapa, como la madurez biológica, sino que depende de cada **persona, según sus valores ético-morales, conceptos familiares, educación y de su autoestima.**

En síntesis: madurez emocional es un estado que todos los seres humanos estamos en capacidad de poder alcanzar y lo logramos cuando percibimos, entendemos y ponderamos, el conocimiento y las emociones adquiridas, como **resultado de la sumatoria de las experiencias personales.** Esto con el objetivo de crecer personalmente o de transmitir dicho conocimiento y experiencias a los demás.

Gracias por invertir su valioso tiempo en leerme, ojala se sienta gratificado por la inversión del mismo.

¡Un abrazo lleno de bendiciones!

¡Hasta el próximo miércoles, Dios mediante!