



MENOS ESTRESADOS, MÁS FELICES, MENOS ANGUSTIADOS.

Sin Estrés 146: Como Es Por Fuera Es Por Dentro

La conducta humana es el resultado de la interacción de muchos factores hereditarios y ambientales. Se puede entender, que en diferentes personas, varia la influencia de unos y otros. La cara que mostramos al mundo es, entonces, el producto de la genética que nos transmitieron y de las influencias a las que fuimos sometidos desde el mismo momento que asomamos la nariz al mundo.

Cuando el ser humano es débil o frágil, cuando su autoestima es baja, cuando no ha desarrollado su carácter o cuando por diversas circunstancias esos factores hereditarios no pueden manifestarse y las influencias externas son tan poderosas, que para bien o para mal, tienen más poder que los genéticos y son estos los que en última instancia modulan la conducta y reflejan las características del ambiente en el cual crecieron y se desarrollaron. Se produce entonces el fenómeno de “como es por fuera es por dentro

Pero hay veces que los factores genéticos, las tendencias y las preferencias con las que nacemos son tan fuertes que somos capaces de sobreponernos a factores externos importantes y poderosos para dar salida a tendencias innatas produciéndose el fenómeno inverso “como es por dentro es por fuera” lo que explica como es que de entornos difíciles o inadecuados aparecen individuos excepcionales que surgen en medio de las circunstancias más inverosímiles.

Todo esto tiene importancia para la educación de los jóvenes. Es preciso reconocer y darles la oportunidad para que manifiesten y desarrollen las tendencias, preferencias y habilidades congénitas y es necesario proporcionarles también ambientes adecuados con estímulos apropiados y valores sólidos para poder crear una sociedad sana, progresista y feliz

Este mensaje es un esfuerzo para promover la felicidad, el bienestar y el manejo del estrés. Nos interesan mucho sus observaciones, comentarios y preguntas. Escribanos y con seguridad le contestarle. Si no desea seguir recibiendo, mándenos un correo, escriba suprimir y será eliminado de la lista.

Isidoro Zaidman Presidente FUNDAPROSAL

Fundación para la Promoción de la Salud y el Bienestar

Costa Rica