

La superación de los PROBLEMAS ES CUESTIÓN DE ACTITUD, sólo depende de tí



editorial

Daniel Fajardo Chunchi
DIRECTOR DE LA REVISTA UTOPIA

"Pensaba que nunca podría hablar en público sin ponerme nerviosa. Tenía terror cuando el profesor pedía que exponíamos una tarea. Ahora, después de varios ensayos, por fin logré hablar en público. Me dí cuenta que el principal problema era mi inseguridad". Estudiante de primer año de Ingeniería Electrónica, de 19 años de edad.

"Los trabajos y deberes de la universidad son demasiado extensos, exigen más tiempo del que dispongo, que estuve a punto de retirarme; hoy he logrado superar esta dificultad gracias a la constancia y voluntad; incluso, realizo más rápido los trabajos". Estudiante de segundo año de la carrera de Ing. Electrónica, de 20 años de edad.

"Gracias por sus palabras, me motivaron muchísimo. Las actitudes de mi mamá han dejado de molestarme y fastidiarme, ya no me iré de la casa; hasta mi mamá está cambiando, nos llevamos mejor". Estudiante de segundo año de la carrera de Administración de Empresas, de 20 años de edad.

"Creí que la vida estaba siendo cruel conmigo. Perdí a mi mamá, terminé con mi novio, me quedé sola, ya no quería vivir... Hoy me he dado cuenta que estas experiencias pusieron a prueba mis capacidades y mi coraje; y gracias a mi decisión de no darme por vencida, he logrado salir adelante. Hasta mi rostro ha cambiado... Tengo muchos amigos y no me siento sola". Estudiante de la carrera de Ingeniería Ambiental, de 22 años de edad.

Estimado lector/a, he colocado estas frases, ciertamente, amasadas de vida, de algunos/as estudiantes de la UPS, que me manifestaron a través de coloquios mantenidos en el espacio denominado "Centro de Escucha", que ofrece nuestra universidad.

Preferí colocar aquellos testimonios que muestran algo importante: cada persona tiene la capacidad y el poder interior, para emprender la tarea de enfrentar positivamente los problemas, aunque al inicio, parecieran imposible de vencerlos.

Ciertamente, tú, habrás vivido algunas dificultades en tu vida. Quizás, ahora tienes uno o más problemas por resolver. Es parte inherente a la realidad humana.

¿Cómo salir adelante y de manera satisfactoria frente a los problemas y dificultades que encontramos en la vida? ¿Es cuestión de aplicar algunas fórmulas?

Muchas personas viven acongojadas y agobiadas porque no saben responder adecuadamente frente a los problemas. Un problema es una forma mental con dos polos, uno positivo y otro negativo; esas formas se sostienen por la mente, y dejan de existir cuando la mente deja

de sostenerlas y de alimentarlas (María Eugenia Hassan).

Hay una palabra que es decisiva, porque de su aplicación depende el estilo de vida de cada varón o mujer. Se llama actitud. Entendiendo a la palabra actitud, como la tendencia, disposición o inclinación para actuar de una determinada manera. Es la antesala que mueve los comportamientos y las acciones de cada persona. Tiene tres componentes: cognitivo (lo que piensa), emocional (lo que siente) y conductual (manifestación de lo que piensa y siente).

Muchos problemas son parecidos, lo que hace la diferencia es la actitud. Una actitud positiva ayudará a tener una visión optimista de la vida. La actitud positiva llevará a que nadie se entierre en el pozo de la desesperación y del parálisis mental, sino que contribuirá en las estrategias necesarias para abrirse un espacio en la vida, con esperanza, valentía y decisión.

Que las adversidades y los acontecimientos desestabilizadores, se conviertan en trampolín para darle un giro total a tu vida y te ayuden a salir fortalecido/a y transformado/a, porque has logrado sacar el tesoro escondido que tenías guardado en tu interior.