

Unidad 1. Conócete a ti mismo

Qué factores determinan tu comportamiento

En esta unidad hemos tratado de los factores que conforman tu personalidad. En primer lugar, los que determinan más directamente tu comportamiento:

- Los impulsos, los deseos más elaborados y nuestros sentimientos y afectos, que son actitudes, positivas o negativas, hacia los demás.
- La facultad que nos permite anticipar las consecuencias de nuestras acciones, que es nuestra inteligencia, nuestra razón.
- Y la voluntad, que es la facultad mediante la que tomamos decisiones y las llevamos efectivamente a la práctica.

Tu identidad como persona

- Los componentes de la personalidad que deben controlar esos factores del comportamiento son: nuestro cuerpo, que debemos aprender a aceptar y a cuidar; el temperamento, que nos viene dado por la naturaleza; la sexualidad; la influencia del ambiente, en especial de la educación que recibimos; el carácter, y nuestros proyectos.
- Para ser felices en la vida, hemos de tener una imagen satisfactoria de nosotros mismos. Esta imagen va a ser la base de nuestro sentimiento de identidad como individuos.
- Todos debemos esforzarnos por adquirir una personalidad madura, creativa y satisfactoria, y hemos de aplicar toda nuestra fuerza de voluntad para lograr ese objetivo.

Cómo piensas realizar tu libertad

- En el desarrollo de tu personalidad, deberás tener en cuenta dos aspectos: el de tu libre realización personal y el de tu integración exitosa en la sociedad.
- Debes ejercer tu libertad, pero también tu responsabilidad, en cada uno de los niveles que componen tu personalidad.