

¿QUÉ ES EL DESARROLLO HUMANO?

El Desarrollo Humano es un proceso de cambio a través del cual una persona trata de adquirir una serie de cualidades que aumentarán la calidad de su vida; es decir, conducirán a esa persona a una vida mejor.

Esta vida mejor no debe entenderse como una vida con más comodidades materiales, aunque estas también pueden aparecer como un resultado del cambio personal. Lo que el individuo trata de hallar a través de la superación personal es un estado de satisfacción consigo mismo y con las circunstancias que lo rodean.

Son muchos los factores que conspiran en contra de un estado de esta naturaleza. Es frecuente encontrar personas que viven oprimidas por sentimientos de angustia, temor o incluso ira contra sí mismas o contra los demás. La causa de esto son creencias erróneas acerca de lo que es la vida; por ejemplo, la creencia de que la manera de alcanzar la felicidad es tener más y consumir más.

Durante el proceso de cambio la persona que busca su crecimiento personal trata de conseguir la liberación de esas creencias erróneas para así estar en condiciones de afrontar la vida con otro enfoque, bajo otra perspectiva. Esto se llama *proceso de liberación o de despertar*. A esa persona que ha conseguido ese objetivo se la puede llamar una "persona evolucionada", dado que ha experimentado una evolución en su actitud frente a la vida.

Llegar a convertirse en una persona no es un proceso fácil. Implica dejar atrás muchas formas de comportamiento que se han adquirido como consecuencia de la vida en sociedad y que ya se han convertido en parte integrante de uno mismo. Este proceso te pide que te conviertas en una persona diferente de la que eras, algunas veces lo llaman "renacer".

Ante la magnitud del esfuerzo que esto implica es comprensible que algunos decidan seguir siendo como eran antes, a pesar de todos los inconvenientes que ello les ocasiona. Para otros, es imposible seguir en las condiciones en que se encuentran y solamente les queda tratar de cambiar, si es que la vida ha de tener algún significado para ellos.

Si tú eres de los que han decidido que no les queda otra opción que cambiar, estas páginas te pueden ayudar mostrándote algunas de las conductas a evitar y cuáles son las que debes preferir. La resolución de evolucionar o no, la debes asumir tú como una condición preliminar para que exista alguna posibilidad de cambio.

La seguridad que proporciona lo conocido y la inseguridad que provoca lo desconocido son algunos de los motivos por los cuales las personas se resisten al cambio. También es cierto que las cualidades de la persona evolucionada no son precisamente las que promueve la sociedad. Generalmente, asumir una actitud evolucionada representa enfrentarse con la manera de pensar de la mayoría y esto no suele ser grato para nadie.

En realidad, iniciar el camino del desarrollo humano implica tener la intención de adoptar formas de pensamiento que han sido características de las grandes personalidades de la humanidad. Estas grandes personalidades no lo fueron precisamente por haber seguido las instrucciones de algún libro sobre *cómo conseguir amigos e influir en las personas*.

El Desarrollo Humano tiene tres áreas de intervención:

- El área intrapersonal: todo lo que tiene que ver con la relación de la persona consigo mismo: la autoestima, la historia personal, el manejo de sentimientos y necesidades, los valores, la corporeidad y la conciencia (que es la capacidad de darse cuenta de uno mismo).
 - El área interpersonal: las relaciones humanas y la comunicación.
 - El área grupal: es la parte comunitaria del ser humano.
- 

En la persona, estas tres áreas se desarrollan íntegramente, no se pueden separar una de la otra.

Las **creencias básicas** del movimiento del desarrollo del potencial humano son:

- Cada persona merece la dignidad y el respeto inherentes al ser humano.
- Toda persona tiene un impulso interno e inalienable al crecimiento.
- La capacidad de crecimiento se vuelve necesidad, solo si la persona conecta con el sentido de su vida y decide asumirla por sí misma, en apertura, solicitud y creatividad.
- La necesidad de liberar el propio potencial se descubre a través de encuentros significativos, en un clima de aceptación, estima y congruencia humana en el que se suspende el juicio y se facilita la comunicación.
- De esta manera la persona puede abrirse, ampliar su conciencia y asumir sus propios aprendizajes para adoptar ante la vida actitudes cada vez más libres, creativas y responsables.
- Así también se puede orientar productivamente en los ámbitos familiar, grupal y comunitario, hasta llegar a un compromiso social y trascendente.

Referencia:

Rodríguez F., Fernanda. (2018). *Introducción al Desarrollo Humano*. Recuperado de:
<https://es.slideshare.net/FernandaRdzF/desarrollo-humano-86033680>