

La importancia de controlar los impulsos



Editorial

Es evidente que no podemos tomar buenas decisiones si nos dejamos llevar por reacciones impulsivas. Al actuar de esta manera, no nos damos el tiempo necesario para evaluar las diferentes opciones y sus consecuencias.

La impulsividad también puede crear problemas al distraernos y evitar que nos centremos en lo verdaderamente importante para alcanzar nuestros objetivos. Además, nos genera estrés y, como resultado, perdemos nuestra capacidad analítica.

Es común que las personas impulsivas se vuelvan impacientes y busquen resultados inmediatos, sin estar dispuestas a postergar la gratificación.

Quizás lo peor de actuar de forma impulsiva es que va en contra de la planificación y la organización, aspectos fundamentales para lograr los objetivos deseados.

Por lo tanto, es importante dejar de lado nuestros primeros impulsos, especialmente en momentos tan difíciles como los que estamos viviendo, y tener la paciencia necesaria para seguir el camino que nos indique la candidata de la oposición.

<https://www.analitica.com/el-editorial/la-importancia-de-controlar-los-impulsos/>

[View PDF](#)

Copied to clipboard