



UNACH

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

Carrera de Psicología Clínica

PSICOLOGÍA SOCIAL

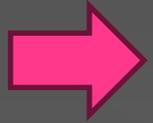
3er. semestre, paralelo "B".

Riobamba, junio 2025

Dr. Byron Boada A., Mg. / Psicólogo Clínico

CONVICCIÓN, RESPONSABILIDAD CONSCIENTE E INTEGRIDAD. (Dr. Byron Boada, Docente)

En la participación atlética convertida en fiesta deportiva, siempre se observa cosas trascendentes que se traducen en enseñanzas para la vida. En la 15K del 08 de junio de 2025, más de 18.000 atletas, de todas las condiciones, pusieron a prueba su fortaleza mental para vencer el cansancio y las inseguridades, ¿cómo?, corriendo para llegar a la meta, poniendo a prueba sus convicciones con pensamientos positivos. Por eso un atleta llevaba consigo, impregnado en su camiseta, el proverbio ruso "caer está permitido, levantarse es obligatorio", sabio mensaje de motivación que me recordó a **AKHWARI** en las olimpiadas de México 1968. Cuando ya había llegado a la meta el ganador de la maratón Mamo Wolde (etíope); después de más de una hora llegó a la meta el corredor JOHN STEPHEN AKHWARI de Tanzania, arrastrando su pierna derecha a causa de una grave lesión en la rodilla por haber caído en la competencia, ... 



escortado por patrulleros entró por la puerta principal del estadio olímpico Azteca para cruzar la meta; cumplido el reto y ante el asombro de todos, un periodista le preguntó: "¿Por qué has continuado si no tenías la más mínima posibilidad de ganar? ¿por qué no desististe?" La respuesta de AKHWARI fue contundente –mi país no me envió a México para comenzar la carrera, sino también me envió para terminarla. Por su naturaleza el ser humano tiene la capacidad de fortalecer su propio YO, lo que implica el uso consciente del pensamiento, la inteligencia y la voluntad, ¿el objetivo?: alcanzar logros que parecerían imposibles. Indiscutiblemente el Ser Humano puede crear propósitos elevados: Desmotivarse no es permitido, Motivarse es obligatorio. Recordando a la vez que el ejercicio físico estimula la liberación de endorfinas y serotonina, neurotransmisores importantes para el estado de ánimo, para provocar bienestar y felicidad; para alcanzar la plenitud.