

IMPOTENCIA

NOSOTROS TE AYUDAMOS



**SOMOS
VALIENTES**

¡SOMOS VALIENTES!

¿Te has dado cuenta que en muchas ocasiones has sido valiente? ¿Cuándo ha ocurrido esto?

Somos Valientes es un recorrido por algunos estados de México, en donde diferentes niños nos comparten cómo viven su valentía. A través de sus historias de valor nos comparten sus experiencias, sentimientos y pensamientos acerca de lo que ocurre a su alrededor, nos hacen ver que es necesario e indispensable escuchar su voz. Somos valientes, te recordará que lo que sientes y lo que tienes que decir es importante y que no solamente tiene valor lo que vemos con los ojos sino también lo que experimentamos a través del resto de nuestros sentidos y el corazón.

En la serie, podrás que ver que al igual que tú, muchos niños están enfrentándose a diferentes retos todos los días, los cuales hacen que experimenten un torbellino de emociones: alegría, esperanza, orgullo paz pero también algunas otras como abandono, angustia y miedo. Vivir estas emociones que en ocasiones pueden parecer negativas, los llevan a tomar acciones, a realizar grandes cosas y a transformar la sociedad en la que vivimos.

¡Así como ellos, tú también eres valiente! ¡Ven a cambiar el mundo!

ACERCA DE LA IMPOTENCIA

La impotencia es la falta de fuerza para hacer algo. Cuando queremos hacer algo y no podemos hacerlo sentimos impotencia. Este sentimiento nos lleva a otros sentimientos como la frustración o la tristeza.

Qué hacer si se siente...

Pedir ayuda cuando sientes impotencia ante alguna circunstancia es una buena manera de superar esta limitación y poder salir adelante. No poder hacer algo es normal. Y el aceptarlo te lleva a buscar la manera de lograrlo o encontrar otro camino para conseguir aquello que quieres o deseas.

Referencia en el video

Frida se siente muy impotente porque en el mundo se hacen guerras sin razón, ella expresa su impotencia llorando ¡Frida es muy valiente y reconoce que todos lo somos!

