



Universidad Del Sureste

Nombre de alumno: **Gloria Villatoro Hernández.**

Nombre del profesor: **L.C. Mónica Quevedo Pérez.**

Materia: **Desarrollo Humano.**

Nombre del trabajo: **Cuadro sinóptico
/sentimientos que obstaculizan el desarrollo,
sentimientos que promueven el desarrollo.**

Grado: **6to Cuatrimestre.**

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: A

Pichucalco; Chiapas a 11 de junio de 2020.

El Crecimiento personal, sólo está condicionado a la manera como el individuo se compromete con él mismo. De acuerdo a cómo nos comprometamos con esta labor de crecer personalmente, en esa misma medida vamos a crecer

Factores que facilitan el crecimiento laboral

Aprender a estudiar el entorno y a la gente que nos rodea.

Leer y prepararse continuamente.

Seleccionar amistades que estén en continuo crecimiento.

Desarrollar la autoestima.

Explorarse para conocer defectos y virtudes.

Establecer metas personales.

Trazar planes y cumplirlos.

Sentimientos positivos

Se forman en el individuo a través de su experiencia social, los sentimientos positivos nos impulsan de un modo mas constante y persistente al acercamiento, búsqueda, conservación y disfrute de las personas.

Características de los sentimientos

Son subjetivos.

Surgen poco a poco.

Promueven conductas éticas elevadas.

Fomentan el desarrollo del bien del otro.

Se desarrollan y fortalecen en variedad y cantidad.

Dependen más de la actividad cortical

Alegría

Simpatía

Respeto

Amistad

Confianza

Gratitud

Esperanza

Amor

Seguridad

Gozo,
decisión,
satisfacción.

Sentimientos que promueven el desarrollo

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo

El Crecimiento personal, sólo está condicionado a la manera como el individuo se compromete con él mismo. De acuerdo a cómo nos comprometamos con esta labor de crecer personalmente, en esa misma medida vamos a crecer, y mientras estemos menos comprometidos con nuestro crecimiento personal, más retardado será este proceso

La culpa es uno de los sentimientos que nuestro ego emplea para condicionarnos, originalmente una creación nuestra, el ego.

a medida que vamos otorgándole más y más poder, adquiere lo que podríamos llamar por simplificar cierto grado de autonomía.

Difícilmente una persona en su sano juicio le daría importancia a un sentimiento que no le beneficia como lo es la culpa

Culpa y los secretos

La culpa disfrazada de importancia

Cuando permitimos a la culpa controlar las acciones, cuando pensamos que es necesario sentirse culpable cuando ocasionalmente decimos NO. Sentirse culpable por ser incapaz de dar más allá de la capacidad.

nadie puede dar lo que no tiene, y si tú das lo mejor de ti mismo y lo haces de corazón entonces no hay lugar para la culpa.

los seres humanos somos libres, y por eso deberíamos siempre sentirnos libres de actuar sin acondicionamientos

Los secretos guardan relación con nuestras creencias y paradigmas de lo que crecimos considerando que es "bueno", "aceptable" y "deseable".

Así como piensas eres", y lo que somos es nuestro ser interno, nuestros pensamientos se encuentran en nuestro interior, dentro de nuestra mente, así podemos deducir que somos lo que guardamos dentro.

El mecanismo de los secretos nos lleva a guardar aquello que consideramos detestable y a mostrar y compartir los tesoros.

La culpa disfrazada de responsabilidad

Al disfrazarse de un falso sentido de responsabilidad la culpa podría hacerte sentir responsable aun cuando no lo eres.

Aprender es necesario: aprender por ensayo y error y tener la oportunidad de corregirlos y evitar repetirlos. Sentirnos culpable no aportan ningún beneficio.

Nuestra primera responsabilidad es con nuestro bienestar, si nadie puede dar lo que no tiene, al no sentirnos bien con nosotros mismos no estaremos en capacidad de complacer a nadie, sin importar el nivel de culpa que seamos capaces de desarrollar