



PASIÓN POR EDUCAR

NOMBRE DEL ALUMNO:

JUANA LORENZA VELAZQUEZ HERNANDEZ.

NOMBRE DEL PROFESOR:

LIC. MONICA QUEVEDO PEREZ.

NOMBRE DEL TRABAJO:

CUADROS SINOPTICOS.

MATERIA:

DESARROLLO HUMANO I.

PASIÓN POR EDUCAR

GRADO:

6 CUATRIMESTRE.

GRUPO:

A

Pichucalco, Chiapas a 13 de junio 2020

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO.

DEFINICION

Hablamos de sentimientos aquellas expresiones que son combinación, tanto de las sensaciones físicas como de las construcciones psicológicas y anímicas que una persona realiza ante determinados eventos. Podemos señalar que los sentimientos son una importante característica del ser humano ya que moldean y transforman su personalidad, carácter, autoestima y su visión del mundo.

SENTIMIENTOS POSITIVOS..

Euforia: este sentimiento nos hace sentir en subidón y nuestra percepción de que la vida es magnífica.

Admiración: es cuando contemplamos a algo o alguien de forma positiva.

Efecto: es una sensación placentera al conectar con alguien.

Esperanza: es tener fe en alcanzar aquello que uno anhela.

Motivación: es la reacción de entusiasmo y energía ante un deber o una acción.

Pasión: es un sentimiento que está íntimamente relacionado con el amor y tiende a aparecer en la esfera sexual.

Optimismo: percibimos la vida de manera positiva y sin miedo hacerle frente.

Gratitud: agradecimiento por alguien.

Satisfacción: es una sensación de bienestar por algo que ha ocurrido.

Amor: es un sentimiento complejo que expresa lo mejor de nosotros mismos.

Diversión: es focalizar nuestra atención en una acción que nos hace pasar el tiempo de forma agradable y nos aporta bienestar.

Bienestar: es el estado de equilibrio entre los niveles somáticos y psíquicos de la persona.

Entusiasmo: es el sentimiento que nace ante la motivación frente a un acontecimiento

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO.

CULPA.

Es un sentimiento de responsabilidad o remordimiento por alguna ofensa, crimen o equivocación, ya sea real o imaginaria, es decir, que la culpa es parte de la conciencia humana que te confronta y te condena por acciones.

Esta es un arma de doble filo porque si bien es cierto que en ocasiones te ayuda a tomar conciencia de las maneras correctas de actuar, en otras se convierte en un peso muy difícil de soportar, sobre todo si se trata de culpas imaginarias.

TIPOS DE CULPA.

Culpa real: es aquella generada por tu propio accionar.

Culpa imaginaria: es creada por tu mente basándose en la inseguridad.

Culpa infundida: es adoptada como consecuencia de opiniones negativas de tu entorno.

EJEMPLOS DE CULPA.

Culpa real: una mujer se encontraba planchando la ropa de su familia pero no se percató y por accidente quemo la camisa favorita de su marido. De igual manera una mujer se encontraba lavando trastes y por accidente se cayó el tazón preferido de su hija.

Culpa imaginaria: mi esposo está enfadado porque salí tarde de trabajar, me fui de casa y la semana siguiente mi madre se enfermó, exprese mi opinión sincera a una amiga por lo que es seguro que ahora está molesta conmigo, compre una blusa que me encanto pero no sé si a mi marido le gustara.

Culpa infundida: mi madre me dice que no brindo buena educación a mis hijos y que no les dedico el suficiente tiempo. Mi pareja dice que hago todo mal y que siempre estoy de mal humor. Mi jefe me dio a entender que no soy eficiente ni productiva porque no logre terminar con la tarea impartida. Mi padre me dijo que se siente solo porque me fui de la casa.

INSEGURIDAD

Es aquella que invita a la duda o incertidumbre, la que trae preguntas como: ¿estaré haciendo lo que es correcto o justo?, ¿será que soy buena en esto o aquello?, ¿voy a poder con todo esto? Etc.

Debemos saber que la inseguridad emocional tiene que ver con sentimientos, conductas, y pensamientos negativos que originan desconfianza hacia nuestras propias capacidades. La inseguridad se va formando y va tomando espacio a medida que crecemos.

Cabe destacarse que en muchos casos esta inseguridad puede desembocar en complejos estados emocionales tales como la paranoia, excesiva timidez que impide relacionarse con el entorno o directamente el aislamiento social total.

TIPOS DE INSEGURIDAD.

Inseguridad interna: esta se genera a través de sentimientos reprimidos o por el pensamiento negativo ante situaciones de mucha tensión, esto puede generar a la persona mucha presión y desconfianza en sus acciones o decisiones.

Inseguridad externa: es producida por amenazas externas, como situaciones de peligro que puedan afectar a la integridad física de la persona.