



**Nombre de alumnos: Margarita flores
CRUZ**

**Nombre del profesor: Mónica Lisseth
Quevedo Pérez**

**Nombre del trabajo: Sentimientos que
promueve el desarrollo humano y que
obstaculizan el desarrollo humano**

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6to

Grupo: Único

Pichucalco, Chiapas a 14 de mayo 2020.

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

objetivo

Desarrollo humano es expandir oportunidades de las personas y permitir ser dueñas de su propia vida

sentimientos para nuestro desarrollo

ADMIRACION

Se produce cuando contemplamos a alguien o algo de forma positiva, pero también cuando nos llegan un cumplido, esto hace que seamos más felices, que rindamos más y mejor o que adquiramos nuevas habilidades sociales, lo que sin duda fomenta nuestra amabilidad, la tranquilidad, alegría y felicidad también aumenta con la admiración

AFECTO

Es una sensación tan placentera que sentimos cuando conectamos con alguien, ya desde niños tenemos esa necesidad de afecto para un buen crecimiento emocional que nos permita desarrollar buenas relaciones de confianza sobre nosotros mismo, una necesidad que también sentimos de adultos, abrazamos palabras amables, sonrisas sinceras, consejos, apoyo en todo lo que hagan, caricias o besos son la mejor forma de demostrar el afecto

AGRADO

El agrado no es otra cosa que el placer que sentimos ante lo que nos gusta, y es un sentimiento muy explotado desde todos los ámbitos, por ejemplo, la publicidad intenta jugar con los sentimientos de los potenciales destinatarios, y si cumple con su objetivo habrá despertado en nosotros esa sensación de agrado, este sentimiento es sinónimo de alegría, optimismo y seguridad, mientras que su antagonista es miedo que somos incapaces de vencer, es desagrado, la ira o la angustia

AMOR

Expresa lo mejor de nosotros mismo, entre los beneficios que nos aporta el amor destaca que nos proporciona un extra de vitalidad, hace que nos sintamos menos estresados o mejora la autoestima considerablemente, también refuerza la salud, fortaleciendo el sistema inmune o manteniendo alejados los problemas cardiovasculares, y hace que nuestra piel nuestro cuerpo luzcan radiante

GRATITUD

Es un sentimiento que tenemos hacia alguien y además de reforzar los vínculos sociales y familiares o experimentar mayor sensaciones de alegría y felicidad nos ayuda a descartar mejor y a sentirnos más energéticos lo que también ayuda a la concentración

OPTIMISMO

Disfruta de una mayor salud física, de mejor capacidad para gestionar las emociones estarás más animado y obtendrás mayores logros en la vida, ya que serás más persistente, al encarar los retos de forma optimista también te estresaras menos ya que sabrás hacer frente desde la calma a esas situaciones de tensión

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

concepto

Crecer o progresar es un proceso humano natural, el ser humano está programado para superarse, no para estancarse, aunque muchas personas no lo logren o crean que no puede, este tipo de mentalidad nos impide aprender de los errores, ampliar nuestro pensamiento y seguir enriqueciendo nuestro "yo", generando la resistencia al cambio y el apego a lo conocido como fuente de seguridad hasta terminar convirtiéndose en un obstáculo para el crecimiento personal

y

Sentimientos más sobresaliente que obstaculiza el desarrollo personal de todo ser humano

dos principales

sentimiento

CULPA

concepto

Es el sentimiento de responsabilidad o remordimiento por alguna ofensa, crimen o equivocación, ya se esté real o imaginario, es decir, que la culpa es esa parte de la conciencia humana que te confronta y te condena por acciones y/o pensamiento obstaculizan tu desarrollo personal

y

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

sentimiento

INSEGURIDAD

concepto

La inseguridad, esta se halla íntimamente relacionada con la culpa por que se trata de falta de confianza en ti misma, es ella la que te lleva a generar las denominadas culpas imaginarias

y

La inseguridad, es aquella que invita a la duda e incertidumbre, la que trae a tu mente preguntas como, ¿Estaré haciendo lo correcto o justo? ¿Sera que soy buena en esto u aquello? ¿Voy a poder con todo esto?, etc.

tipos de culpa

- > Culpa real: es aquella que genera por su propia acción.
- > Culpa imaginaria: es creada por tu mente basándose en la inseguridad.
- > Culpa infundida: es adoptada como consecuencia de opiniones negativas de tu entorno.