



Diego Solorzano Deleón

Mapa conceptual

Materia: Desarrollo humano

Grado y grupo: 6A

Comitán de Domínguez Chiapas a 15 de junio 2020

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano.

La actividad psíquica determina el estado anímico y moldea la personalidad de manera positiva o negativa

Inseguridad

La inseguridad emocional es una sensación de nerviosismo o temeridad asociado a multitud de contextos

La señal más clara para determinar la inseguridad es evaluar los comportamientos de las personas en sociedad

Caso contrario es aquel que se muestra por demás de ególatra, arrogante o agresivo, que no es más que una inseguridad camuflada por un mecanismo de defensa

Necesidad de reconocimiento

El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades

El error del reconocimiento que impide crecer y concretar los sueños propios es cuando el ego en su afán de buscar admiración o aplausos desvía el camino

Obliga a la persona a tomar decisiones por los demás y no por uno mismo

Miedo a ser uno mismo

La conformación del yo como epicentro de toda la actividad psíquica

En cada individuo se esconde un mundo de experiencias, dolores, alegrías, pérdidas, logros y frustraciones

junto a las relaciones sociales con los círculos de primer grado como 55 la familia y los amigos, y posteriormente los laborales y amorosos conforman la personalidad y la identidad personal y cultural.

Incapacidad de cambiar

El cambio es inherente a la vida, necesario e imposible de detener.

Ansiedad

Preocupación y miedo intensos, excesivos y continuos ante situaciones cotidianas.

La ansiedad es probablemente una de las emociones más rechazadas a pesar de su clara atribución a la supervivencia del ser humano.

Esta anticipación involuntaria implica un estado de alerta y ayuda a movilizar nuestros recursos para así emitir una respuesta ante el peligro

Sentimientos que promueven el desarrollo humano.

Las emociones positivas son aquellas en las que predomina la valencia del placer o bienestar tienen una duración temporal y movilizan escasos recursos para su afrontamiento



Experimentar emociones positivas es una actividad específica de la naturaleza humana debido a que contribuye en la calidad de vida de las personas

Las emociones modifican nuestra forma de pensar

La resiliencia se refiere a la capacidad que tiene el ser humano para actuar y recuperarse después de vivir acontecimientos estresantes

Más que solucionar los problemas inmediatos, los buenos sentimientos ayudan a progresar internamente y a prepararse para tiempos más duros.

Principales ventajas del cultivo de las emociones positivas radica en que ejercen una gran influencia sobre el procesamiento

Las personas resilientes son aquellas que ante la adversidad, se doblan, pero no se rompen y que son capaces de experimentar emociones positivas en situaciones estresantes

Los sentimientos positivos no sólo cambian a la persona, sino que también se contagian.

Intelectual, la resolución de problemas, el razonamiento y las habilidades sociales