



**Nombre de alumnos:** Lizbeth Fidelia Morales Cruz

**Nombre del profesor:** Lic. Nayeli Morales

**Nombre del trabajo:** Mapa conceptual

**Materia:** Desarrollo Humano

**Grado:** 6ºto cuatrimestre

**Grupo:** "A"



Comitán de Domínguez Chiapas a 16 de Junio del 2020

# SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Actividad psíquica determina el estado anímico y moldea la personalidad en favor o detrimento de las aspiraciones de cada individuo.

## INSEGURIDAD

es

Una terrible sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad que se interpone en la correcta toma de decisiones es lo que popularmente se denomina inseguridad emocional.

Erik Erikson postulo su teoría del desarrollo que es en los primeros años de vida.

de

Un ser humano cuando se adquieren las experiencias que devendrán en un adulto seguro o inseguro en un contexto determinado

## NECESIDAD DE RECONOCIMIENTO

el

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

el

Antónimo perfecto para el reconocimiento es precisamente ser indiferente a los esfuerzos o logros de alguien.

el

Estar demasiado pendiente del reconocimiento de un jefe, una pareja o un padre se convierte en una fuente que succiona energía y genera frustración y resentimiento.

## MIEDO A SER UNO MISMO

la

Conformación del yo como epicentro de toda la actividad psíquica es sin lugar a dudas uno de los misterios más intrigantes y más difíciles de decodificar

en

Cada individuo se esconde un mundo de experiencias, dolores, alegrías, pérdidas, logros y frustraciones que, junto a las relaciones sociales con los círculos de primer grado.

## INCAPACIDAD DE CAMBIAR

el

Cambio es inherente a la vida, necesario e imposible de detener. Así como las aguas de un río nunca son las mismas, las personas tampoco pueden serlo.

los

Pensamientos como: no puedo cambiar, yo soy así, no tengo la capacidad, no me criaron para esto, no solo son irreales, sino que implican la frustración de los objetivos personales y de negocios.

## ANSIEDAD

Vivir esperando el futuro y adelantándose a los hechos es una de las sensaciones más desesperantes e inútiles que puedan existir.

la

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

# SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EN EL DESARROLLO HUMANO

## LA ANGUSTIA

es

Una bomba, porque en ella se comprimen múltiples dimensiones negativas: el miedo, la sensación de amenaza, la negatividad, la incertidumbre, la baja resistencia a la frustración, el dolor. Nadie puede vivir eternamente angustiado.

es

Un afecto, un estado de afectación intensa. Cuando tenemos angustia, todo nuestro organismo lo percibe

## LA ENVIDIA

la

Envidia es ese sentimiento de dolor y tristeza por el bien ajeno, el deseo de poseer algo que otra persona ya tiene en su poder.

sus

Efectos pueden ser devastadores para aquel que los sufra, no solo en el terreno mental, sino también en el físico.

## EL MIEDO CONSTANTE

el

Miedo es una de las emociones más comunes entre los seres humanos y también de las más poderosas y limitantes.

en

Casos extremos, el miedo puede resultar tan paralizante que limite seriamente nuestra vida.

## LA IRA

la

Ira es otra de las emociones más discriminadas, debido principalmente a que su presencia se relaciona con agresividad y daño.

se

Trata de una respuesta emocional que aparece cuando de repente nos vemos obstaculizados en la consecución de un objetivo o en la satisfacción de una necesidad.

# 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; además, permiten cultivar las fortalezas y virtudes personales, aspectos necesarios que conducen a la felicidad.

## UTILIDAD DE LAS EMOCIONES POSITIVAS

el

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

Así es como las emociones positivas ayudan a otorgar sentido y significado positivo a las circunstancias cambiantes y adversas.

## BENEFICIOS DE LAS EMOCIONES POSITIVAS

una

De las principales ventajas del cultivo de las emociones positivas radica en que ejercen una gran influencia sobre el procesamiento intelectual, la resolución de problemas, el razonamiento y las habilidades sociales.

las

Investigaciones realizadas por un gran número de autores han demostrado que el experimentar emociones positivas está relacionado con la existencia de una organización cognitiva más abierta.

## RESILIENCIA

la

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

Barbara Fredrickson menciona las diez emociones positivas más comunes: Alegría, Gratitud, Serenidad, Interés, Esperanza, Orgullo, Diversión, Inspiración, Temor, Amor.

BIBLIOGRAFÍA

[https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/assignatura/d048706a820a5290502ae862d9d40c4c.](https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/assignatura/d048706a820a5290502ae862d9d40c4c)