



Alondra Gabriela García Ramírez
Nayeli morales
Desarrollo humano

Sentimientos que

Obstaculizan el desarrollo humano.

Moldea la personalidad en favor o detrimento de las aspiraciones de cada individuo.

Inseguridad

Terrible sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad que se interpone en la correcta toma de decisiones

Miedo a ser uno mismo

Tanto las críticas, los reproches, fracasos como una imagen distorsionadamente negativa de uno mismo conllevan a que una persona oculte su verdadera esencia

Ansiedad

En el momento uno percibe una amenaza continua, un estrés constante o una ansiedad corrosiva, aparece la toxicidad, es decir, la emoción negativa que todo lo invade.

La ira

Se trata de una respuesta emocional que aparece cuando de repente nos vemos obstaculizados en la consecución de un objetivo

Promueven el desarrollo humano

Las emociones positivas tienen un objetivo fundamental en la evolución, en cuanto que amplían los recursos intelectuales, físicos y sociales de los individuos

Utilidad de las emociones positivas

Por un lado, como detonante para el bienestar; por el otro, como un medio para conseguir un crecimiento psicológico personal y duradero.

Beneficios de las emociones positivas

Ejercen una gran influencia sobre el procesamiento intelectual, la resolución de problemas, el razonamiento y las habilidades sociales

Resiliencia

Capacidad que tiene el ser humano para actuar y recuperarse después de vivir acontecimientos estresantes

Alegría, gratitud, serenidad, interés, esperanza, orgullo, diversión, inspiración, temor, amor.

