

Nombre de la universidad

Universidad del sureste
UDS

Nombre de la materia

Desarrollo humano.

Nombre del catedrático

Luz María castillo.

Nombre del alumno

MALDONADO SALAZAR HEIDI YOSELIN

Fecha de entrega

12 de junio 2020

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano.

Es por ello que luego de analizar los fenómenos psicológicos que más obstaculizan el proceso de crecimiento y realización, enumeraremos aquellos que se presentan con mayor frecuencia y cumplen un rol clave en el sabotaje de los proyectos propuestos. Inseguridad: esa 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.

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.

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.

Todo proyecto o emprendimiento requiere un ser humano capaz de tener el valor de ser uno mismo exponenciando las experiencias positivas y minimizando las negativas.

Incapacidad de cambiar: El filósofo griego Heráclito de Éfeso postuló hacia el año 500 A.C que el cambio es la causa y origen de todas las cosas.

Así como las aguas de un río nunca son las mismas, las personas tampoco pueden serlo.

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

La fobia social, el trastorno obsesivo compulsivo, los ataques de pánicos o la ansiedad generalizada son algunos de los trastornos que se generan a raíz de una psiquis que no procesa de manera adecuada la realidad ni sus componentes.

Podríamos definirla como una reacción emocional desagradable, relativamente intensa que aparece cuando detectamos una posible amenaza.

Angustia: Es una forma de morir en vida y de cercar por completo nuestra posibilidad de ser libres, felices de autor realizarnos como personas. La angustia es un afecto, un estado de afectación intensa. Cuando tenemos angustia, todo nuestro organismo lo percibe.

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.

Ese rencor tan terrible y desmedido termina debilitando la salud del paciente, con resultados muy complicados de mitigar.

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.

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

Y si es verdad que el impulso inicial suele ser de descarga, la ira puede llegar a regularse como cualquier otra emoción.

Sentimientos que promueven el desarrollo humano.

Asimismo, son estados subjetivos que la persona experimenta en razón de sus circunstancias, por lo que son personales e involucran sentimientos.

Utilidad de las emociones positivas: Lo anterior lleva a distinguir una doble importancia de las emociones positivas.

Un razonamiento de este tipo es clave para el desarrollo de un aprendizaje significativo. Las emociones modifican nuestra forma de pensar: En esta misma línea, otras investigaciones hallan que los estados afectivos positivos facilitan la solución creativa de diversos problemas.

Resiliencia: Sin embargo, como sugiere, el papel de la resiliencia radica en desarrollar la capacidad del ser humano para afrontar, sobreponerse, salir fortalecido e incluso transformado por la adversidad.

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

El miedo se indujo con imágenes de vértigo desde grandes alturas y la tristeza, con escenas de muerte o de entierro.

Por consiguiente, los buenos pensamientos generan una reacción en cadena que abre el ánimo y la disponibilidad, lo que induce nuevas emociones positivas.