

**Nombre del alumno:**

Ana Virginia Méndez Sontay

**Nombre del profesor:**

Lic. Adriana Marisela Morales Sol

**Maestría:**

Licenciatura en Enfermería

**Materia:**

Desarrollo Humano

**Nombre del trabajo:**

Ensayo del tema:

“Desarrollo Humano”

## INTRODUCCIÓN

Es importante conocer cada aspecto del desarrollo de cada persona ya sea joven e adulta en cuanto a eso se toma satisfacer cada necesidad que tenemos priorizar el control de cada una de ellas como persona (la necesidad de autorrealización, la necesidad de autoestima, la necesidades sociales, las necesidades de seguridad y por ultimo tenemos las necesidades fisiológicas), en el cual como persona pasamos por esto sin darnos cuenta en el cual cada proceso es diferente que en ocasiones nos dan resultados diferentes a lo que no esperábamos e imaginábamos.

La ventaja radica en comprender que este fenómeno viene del proceso de crecimiento y autonomía, que se consolida como integración de la experiencia. Quien puede mantener una imagen favorable de sí mismo frente a una situación que limite sus deseos “es capaz de encontrar formas de superar dichas limitaciones y de convivir con las frustraciones y reacciones que éstas generan y encontrar así satisfacciones compensatorias y pautas constructivas de conducta que mantienen y aumentan la estima de sí mismo en el cual sin darnos cuenta de eso hay cambios que nos frustran pero para no tener ninguna dificultad debemos de superar y poder controlar o asimilar dichos cambios de la vida es decir acoplarse a lo que vivimos.

## DESARROLLO HUMANO

El desarrollo personal, conocido también como superación personal, crecimiento personal, cambio personal o desarrollo humano, es un proceso de transformación mediante el cual una persona adopta nuevas ideas o formas de pensamiento, que le permiten generar nuevos comportamientos y actitudes, que dan como resultado un mejoramiento de su calidad de vida, ayudando a mejorar como persona, abarcando gran variedad de temas como la productividad personal, el desarrollo personal de tipo social, el desarrollo personal profesional y de liderazgo, entre otros. Es el desarrollo de habilidades que benefician al capital humano, la empleabilidad, mejoran la calidad de vida, favoreciendo a la realización de sueño y aspiraciones.

En el cual la necesidad de autorrealización (desarrollo del potencial) eso nos quiere decir que desarrollamos cada potencial que tenemos en el cual lo damos a conocer de diferente modo esta etapa nos favorece y nos ayuda a mejorar habilidades que tal vez no descubrimos en el cual cada método o situación que nos encontramos debemos de actuar de manera calma en el cual cada punto no nos debemos que antisocialisarnos en el cual nos alejamos es decir que debemos de mejorar e interpretar las cosas malas que sean buenas.

Este último lo caracteriza como autonomía y se mide en el carácter humano cuya "virtud" se ve más claramente en el enfrentamiento con situaciones indeseables, así como en la facilidad para extraer de dichas situaciones, las más posibles satisfacciones. La necesidad de autoestima donde debemos de estar aceptamos a nosotros mismos es decir la confianza de sí mismo, el respeto de nosotros mismos o de los demás el éxito que tenemos ya que con nuestro autoestimó lo podemos todo pensar siempre positivamente en el cual no ser negativas con las cosas que aemos.

La seguridad que tenemos de nuestras decisiones que tomamos en el trabajo, en la casa o en la escuela o en cualquier situación que nos podemos encontrar. Las necesidades sociales ser aceptada o aceptar el afecto de cada persona y sobre todo respetar la intimidad de uno como persona y en la vida sexual en cuanto a eso aceptar y compartir lo que sabemos o nuestros conocimientos con los demás amigos, compañeros, familiares, esposa e esposo o novio e novia. Y por último tenemos las necesidades fisiológicas o básicas que realizamos a diario es decir alimentarnos y mantener o cuidar nuestra salud, el descanso, la respiración y el sexo.

La mayoría de las personas no estamos contentas con algunos aspectos de nuestras vidas, y nos gustaría cambiarlos. Pero muchas veces eso se queda en intención y nunca pasamos a la acción.

Todos nosotros queremos ser mejores en algo porque eso nos dará un mayor sentido de éxito y realización personal, desde querer ser un mejor padre o madre, ser mejor pareja, desenvolverte mejor en tu trabajo, ser más productivo y que el tiempo te rinda más, hasta ser mejor en algún deporte en cuanto a eso aceptar tal como somos.

Uno de los primeros en hablar del desarrollo y crecimiento personal, fue Abraham Maslow (1908-1970) uno de los grandes psicólogos quien hizo una jerarquización de las necesidades en forma de pirámide y las ubicó en relación a sus prioridades en la vida personal. Y como todo esto tiene que ver con la línea central que articula el pensamiento del autor, el amor es el eje que será tematizado siempre y en todos los capítulos: “Tal vez el proceso de crecer a través de la experiencia psicoterapéutica, pueda describirse como pasar del narcisismo a la experiencia del amor. Juan Lafarge denomina el “Desarrollo humano”, como relación entre el impulso del crecimiento y la búsqueda de autonomía

Abraham Maslow cree que el ser humano es un individuo cuyas necesidades crecen y cambian a lo largo de toda su vida. Dentro de estas últimas las necesidades de autor realización son fundamentales para el desarrollo de los talentos y creatividad de la persona para promover el crecimiento personal de los individuos, las parejas, las familias, los grupos y la sociedad; el desarrollo humano desde cualquier perspectiva conductual, psicoanalítica, Gestalt y de más paradigmas psicológicos, sobre la base de que el desarrollo humano. Radica en la proyección del enfoque centrado en la persona que ya se dejaba ver, en forma latente, desde sus primeras formulaciones, hasta convertirse en una disciplina científica.

Es un transcurso de constante cambio pues a medida que vayamos creciendo personalmente, siempre habrá nuevos retos y cosas que se puedan cambiar para mejorar tu vida además de eso tenemos que disfrutar lo que realizamos en el cual con una gran seguridad en nosotros mismos. A medida que vayas avanzando en los cambios, te sentirás más realizado y te liberarás de esa sensación de insatisfacción o dolor emocional que deriva de no ser lo que uno quiere ser, o saber que ni siquiera lo ha intentado por eso es muy importante conocer cada expectativa de cómo nos encontramos con nosotros mismos en la sociedad o con nosotros mismos.

Pero el punto de partida para avanzar en tu desarrollo personal y crecer como persona, es que reconozcas que quieres y necesitas cambiar, que debes mejorar tus capacidades, habilidades y relaciones personales, y que eres capaz de hacerlo si te lo propones es decir no dudar con nuestras habilidades.

## CONCLUSIÓN

El Desarrollo del ser humano Son aquellos cambios y continuidad que atraviesa a lo largo de su ciclo vital el ser humano, son las etapas que se debe vivir como persona, desde la concepción se va desarrollando, hasta llegar a la muerte, es un camino largo que pasa la persona. El Desarrollo en términos simplificados puede ser concebido como un proceso de transformación social orientado hacia un fin o meta. La necesidad de esta transformación puede surgir como efecto de las influencias de factores internos o externos o como resultado de la combinación de ambos factores.

Es importante conocer cada factor para el mejoramiento de nuestro desarrollo a pesar de cada momento de nuestra vida es decir vivir con ese entusiasmo y sentirnos mejor con nosotros mismos.

## REFERENCIAS

Lafarga Corona, Juan. (2013): Desarrollo Humano. El crecimiento personal., Ciudad de México, Trillas. Nussbaum Martha. (2006) El ocultamiento de lo humano: repugnancia, vergüenza y ley [Traducción de Gabriel Zadunaisky]. Buenos Aires/Madrid, Katz editores