



DESARROLLO HUMANO

“SUPER NOTA”

LIC. EN ENFERMERIA

ALUMNA: YULISSA LIZETH GARCIA GREENE

PROF. JAVIER IVAN GODINEZ HERANDEZ

6TO CUATRIMTRE.

GRUPO: “A”

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez Chis. A 18/07/20

## SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

### INSEGURIDAD

Alguien que se comporte de manera excesivamente tímida, retraída, paranoica o antisocial puede esconder en su interior una valoración muy baja y sentimientos de ser menos que los demás.



### NECESIDAD DE RECONOCIMIENTO

El error del reconocimiento que impide crecer i concretar los sueños propios es cuando l ego en su afán de buscar admiración o aplausos desvía el camino y obliga a la persona a tomar decisiones por los demás y no por uno mismo.



### MIEDO A SER UNO MISMO

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



### INCAPACIDAD DE CAMBIAR

Los pensamientos como el "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

**La ansiedad fuera de los límites que nos movilizan a andar es uno de los factores que en la actualidad más limitaciones causa y frena crecimiento.**



## SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO



Cultivar en nosotros mismos sentimientos positivos permite ensanchar nuestro repertorio de ideas y de acciones y nos ayudan a cimentar y construir recursos mentales duraderos.

**LAS EMOCIONES POSITIVAS CAMBIAN A LAS PERSONAS PARA MEJOR, LES ABREN LA ESPERANZA HACIA EL FUTURO, AUMENTA LA RESISTENCIA Y REFUERZA LOS VINCULOS SOCIALES.**

### SENTIMIENTOS QUE TE AYUDARAN A TENER UNA VIDA PLENA:

EUFORIA.

AFECTO.

ADMIRACION.

OPTIMISMO.

GRATITUD.

SATISFACCION.

AMOR.

AGRADO.



El bienestar y la felicidad forman un binomio inseparable. Por lo tanto, cuando aumenta este sentido de bienestar subjetivo, la persona se vuelve más creativa y su personalidad refleja una actitud rozagante. Los sentimientos positivos son útiles para la salud en tanto que previenen enfermedades y reducen la ansiedad, las emociones positivas hacen desaparecer los efectos