



Nombre del alumno:

María de los Ángeles Rodríguez del valle

Nombre del profesor:

Lic. Ramiro Roblero Morales

Nombre del trabajo:

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

Materia:

Desarrollo humano

Grado:

6°

Grupo:

“b”

INTRODUCCIÓN

Los sentimientos son las sumas de las emociones, es decir es el estado de ánimo como por ejemplo la tristeza, el miedo, la ira, la felicidad, alegría, amor, etc.

El objetivo del presente ensayo es conocer cuáles son los sentimientos que no nos permite cumplir nuestras metas, es decir, que algunos sentimientos pueden ser negativos para el desarrollo de todo ser humano en el mundo, es por ello que es importante saber cuáles son estos sentimientos.

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Uno de los sentimientos es la inseguridad, es la que nos hace sentir pena, fragilidad, entre otras, es decir, que refleja timidez, porque el ser humano se siente insuficiente para cumplir las expectativas de la sociedad y esto hace que por la inseguridad no podamos cumplir metas.

Otro sentimiento es la necesidad de reconocimiento, quiere decir que es la necesidad del ser humano por sentirse aprobado por la familia, amigos o toda la sociedad, por supuesto que obstaculiza porque en ocasiones cuando las personas anhelan ser aceptados o admirados toman decisiones para que la sociedad este conforme y feliz, sin embargo no es lo que verdaderamente deseaban.

Además este otro sentimiento, el cual es el sentir miedo a ser uno mismo según Riso (2012):

Quererse así mismo es quizá el hecho más importante que garantiza supervivencia en un mundo complejo y cada vez más difícil de sobrellevar. Si decides felicitarte dándote un beso, posiblemente las personas que te rodean evaluarán tu conducta como ridícula, narcisa o pedante. (p.17)

Cuando uno tiene miedo a demostrar quién es en verdad, no lo hace por miedo a burlas o críticas y eso son solo excusas por que la realidad es que somos nosotros quienes no nos aceptamos ni mucho menos nos queremos, porque si en realidad nos quisiéramos no tendríamos miedo amostrar quienes somos, así es como este sentimiento también forma parte de un obstáculo, porque nos limitamos.

La incapacidad de cambiar es un obstáculo porque no podemos quedarnos estancados viviendo siempre lo mismo, tenemos que aprender a fluir con los cambios de nuestra vida,

me refiero a que debemos tener la capacidad para hacer cosas nuevas si no lo hacemos podemos perder oportunidades.

La ansiedad también es un sentimiento que obstaculiza nuestros planes para ser mejor, ya que vivimos preocupados por lo que va a pasar o paso, solemos estresarnos y eso nos traerá problemas físicos, como por ejemplo la pérdida de sueño y por consiguiente pérdida de peso.

La envidia es un sentimiento donde deseamos algo que no es nuestro, esto solo nos causara dolor y estancamiento, no lograríamos avanzar porque nos aferramos a algo que no es de alguien más.

El miedo constante puede perjudicarnos emocional y físicamente, cuando hablo de miedo me refiero a temor a fracasar, a cambios, entre otros. Nos solemos cejar porque pensamos que no podríamos lidiar con cambios en nuestra vida así que nos seguimos limitando a conocer lo nuevo y preferimos la comodidad de lo antiguo.

El último sentimiento es la ira, es el enfado por frustración de un proyecto o también a acciones de segundas personas, suele ser un sentimiento agresivo, pero depende de nosotros si decidimos actuar con violencia, porque hay quienes que por ejemplo, preferimos guardar silencio para evitar peleas, puesto que este sentimiento es todo lo contrario del amor y para mí no es un sentimiento grato,” aquel que no ama, no ha conocido a Dios; porque Dios es amor” (1 Juan 4:8). Nosotros sentimos la ira pero depende de nosotros que hacemos con ella, puede ser un sentimiento que nos obstaculice y nos traiga problemas o puede ser un sentimiento que nos haga avanzar, como un motivador para hacer cosas buenas.

CONCLUSIÓN

Son diversos los sentimientos que pueden estancarnos y que evitan que lleguemos a nuestra meta como seres humanos, sin embargo somos libres de decidir qué hacemos con esos sentimientos si dejarnos llevar por ellos o, tomar un tiempo pensar y actuar como personas maduras, dejando la posibilidad de tomar decisiones no a base de sentimientos si no previa meditación. Como digo somos libres de tomar nuestras propias decisiones, pero deberíamos de tomar en cuenta, si con esos sentimientos negativos llegaremos a un buen lugar.

*Si eres paciente en un momento de ira, escaparás a cien días de tristeza
(Proverbio chino)*

REFERENCIAS

Riso W. (2012). *Aprendiéndose a querer a sí mismo*. Grupo Norma (p.168).

Valera C. (1602). *Biblia reina Valera*. Sociedades bíblicas unidas.