



**Nombre de alumna: Yadis Guadalupe Gutiérrez Roblero**

**Nombre del profesor: Lic. Ramiro Roblero Morales**

**Nombre del trabajo: Sentimiento que obstaculizan el desarrollo humano**

**Materia: Desarrollo Humano**

**Grado: 6° Cuatrimestre**

**Grupo: "B"**

Frontera Comalapa, Chiapas a 19 de julio del 2020

*No tenía miedo a las dificultades: lo que la asustaba era la obligación de tener que escoger un camino. Escoger un camino significa abandonar otros. Paulo Coelho.*

## **INTRODUCCIÓN**

La sociedad actual muchas veces amenaza la paz interior del hombre, el siglo 21 forjó una sociedad donde los valores cívicos y éticos no están presentes en la mayoría de personas, si no parecen que con cada generación logran perderse cada día más, esto afecta en muchos campos pero sin duda uno de ellos es que impiden el desarrollo humano esto por las inmensas montañas de la indiferencia que ofrece la sociedad, haciendo despertar todos los instintos y emociones negativas en el ser humano logrando desatar un efecto en cadena, que de no tener la ayuda profesional estas conductas logran afectar en gran manera la salud mental y ocasionar hasta la muerte en algunas personas.

## **SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO.**

El año 2020 ha sido un año muy desagradable donde por situaciones de enfermedades mundiales, han desatado una ola de sentimientos y emociones negativas, aumentando el índice de muertes por suicidios y enfermedades mentales de manera desproporcionada, debido a la distancia con seres queridos, por las contingencias de quedarse en casa, por el miedo el contagio inminente de la enfermedad. La ayuda ha llegado en diferentes formas y tamaños dependiendo el tipo de país me refiero a países en desarrollo completos o que todavía están encaminados a el desarrollo, la ayuda ha llegado en forma de atención médica, víveres o dinero directamente pero de la ayuda psicológica nada se ha visto, y es que hoy en día ese es el problema de nuestra sociedad que poco nos importa el sentimiento ajeno, no hay empatía sobre las emociones haciendo caso omiso de que muchos de los actos catastróficos se han cometido por el arrebatamiento de las emociones que no permiten actos coherentes y con cabeza fría, Mulsow (2005) menciona que:

“Tomar en serio las emociones de las personas, es una capacidad que se desarrolla a lo largo del ciclo vital, exige empatía una aguda capacidad de escuchar y una disposición para observar los hechos desde la perspectiva del otro, sin perder la propia” (pág. 64)

Al desarrollar una inteligencia emocional nosotros podemos reflejar emociones positivas con las personas que nos rodean en nuestro círculo social, esto es el más claro ejemplo de un desarrollo humano completo haciendo de la empatía parte de nosotros lo que nos permite ayudar a las personas de muchas formas por ejemplo escuchándolas, dándoles

consejos , apoyar con actividades que orienten una conducta sana y sobre todo alcanzar la estabilidad emocional o mejor dicho una autoestima alta que nos permita hacerle frente a los problemas que nos quiera imponer la sociedad sin entrar en controversias, en opinión de Abraham Maslow las personas con una estima baja nunca llegan autorrealizarse y está claro ya que estas personas nunca están conforme consigo mismas ni con las personas que los rodean, ni en los Espacios que lo rodean Lo que hace más difícil que puedan sobresalir en la sociedad. Alcanzar un desarrollo humano no es una tarea fácil sino más bien un proceso complejo ya que hay muchos aspectos que interfieren para poder alcanzarla y son una lista de actitudes que muchas veces tomamos, Entonces las emociones negativas se hacen presente en el ser humano tales como: la inseguridad que afecta por el prejuicio que existe con uno mismo haciendo que las personas sean de carácter tímido o haciéndose inferiores con otras personas, por otra parte también esta las personas con un alto ego y con ínfulas de grandeza solo para esconder la inseguridad que tienen ellos mismos y lo inferior que logran sentirse que tienen que hacer inferior a los demás, otro aspecto negativo que detiene el desarrollo humano es la atención que necesitamos constantemente para tener la aprobación de las personas el sentirse importantes con los actos que realizan, entonces la falta de atención y necesidad de reconocimiento puede afectar de forma negativa a las personas al no ser reconocidas como ellas quisieran, esto se da en cada círculo social pero mayormente en los círculos de producción o laborales en donde la constante competencia hace que todos quieran sobresalir, queriendo ser como esas personas que sobresalen lo único que genera es el miedo a ser uno mismo, se deja un lado la esencia propia tratando de encajar con los demás, aun si viola sus pensamientos y posturas propias con tal de encajar, a este tipo de persona le es imposible desarrollar su potencial propio con tal de aparentar algo más, o por el contrario las personas que caen en negación no logran desarrollar un desarrollo humano optimo es decir, se aferran a que con los defectos que han nacido con esos morirán sin importar que tan esencial resulte el cambio en las personas que lo rodean como sus familiares, amigos o compañeros de trabajo, pero bueno estos son aspectos que afectan en verdad pero si los comparáramos en una escala están muy por abajo comparada con la ansiedad, la angustia , el miedo constante , que son problemas que básicamente afectan el estado emocional con un sentimiento de malestar de preocupación un sentimiento incómodo para las personas es decir tienden a cambiar su actitud pero por el miedo constante que hay en ellos, en su mayoría dejan de un lado sus actividades y si no reciben el apoyo adecuado algunas se quitan la vida por medio del suicidio dejando en evidencia la falta de atención que hay en ellos. En la última escala de emociones están las que desencadenan acciones en mal hacia el prójimo emociones como la ira y la envidia, estas se dan mayormente

en nuestra sociedad actual por el crecimiento constante que anhelan las personas sin importar a quienes puedan afectar, y es que la ira o la envidia llegan a afectar de manera muy grave que los pensamientos se nublan y la razón no se hace presente lo que provocan que lastimen verbalmente a otras personas o lleguen a una agresión física mayor. La solución para todo esto en primera instancia es una autocrítica y pensar si lo que hacemos es correcto o si puede llegar a afectar a alguien más, en los casos más graves es necesario recurrir a la ayuda de profesionales en el tema como psicólogos o de ayuda familiar.

## **CONCLUSIÓN**

Sabemos que mantener la serenidad en estos tiempos es algo casi imposible, ya que la sociedad no es prudente en sus actos y muchas veces somos parte de eso al no controlar nuestras emociones negativas que desencadenan impulsos malos que auto dañan a las personas mismas o al prójimo, es necesario encontrar nuestra paz mental por cualquier medio que no afecte a las demás personas con actividades físicas, cognitivas o alguna actividad que divague de las malas. Un cuerpo sano que alcanza un completo desarrollo humano debe estar bien físicamente, psicológicamente, socialmente y cultural mente según Enrique Rojas. No tengas miedo al escoger un camino y tener que abandonar otros, siempre y cuando sean por escoger otros mejores y necesarios en tu vida.

## **REFERENCIAS**

file:///C:/Users/LAP/Downloads/2759-Texto%20do%20artigo-9789-1-10-20080314.pdf