



**Nombre de alumna: lucero vazquez  
rodriguez**

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

**Nombre del trabajo: ensayo  
Materia: desarrollo humano**

**Grado: 6 cuatri**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grupo: B**

## Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

### Introduccion

Cuando el individuo se siente tranquila consigo mismo, es muy probable que tambien lo este con su entorno personal y laboral. El trabajador debe gozar de salud y de equilibrio emocional para poder rendir de forma mas exitosa y productiva. Al sentirse insentivado el esfuerzo que realiza se vera en gran medida.

Este desarrollo enriqueze el proceso natural de las personas dandoles una mayor conciencia de si misma ampliando los limites de su libertad para elegir y haciendolas mas responsables de ellas y su relacion hacia las demas. La mayoría de los seres humanos adultos somos personas inacabadas e incompletas nos falta crecer en varias direcciones y el desarrollo personal es una opcion de ese crecimiento.

### Desarrollo

Uno de los temas que aqui se conoce es el de la inseguridad ya que esta es la sensacion de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad y moldea la personalidad. Por ello los pensamientos negativos hacia uno mismo el miedo hacer defraudados o al no conseguir los deseos son un obstaculos que un emprendedor debera reconstruirla para poder cumplir con exito sus deseos.

Tambien el miedo hacer uno mismo es como el epicentro de toda la actividad es sin lugar a duda unos de los misterios mas intrigantes y mas dificiles de codificar. En cada individuo se esconde un mundo de experiencias, dolores, alegrias, perdidas, logros y frustraciones que junto a las relaciones sociales con lo circulos de primer grado con la familia y los amigos y posteriormente los laborales y amorosos conforman la personalidad y la identidad personal y cultural.

En ella tambien involucramos la capacidad de cambiar por ejemplo los pensamientos como no puedo cambiar, yo soy asi ,o no tengo la capacidad, no me criaron para esto, no solo son irreales si no que implica la frustracion de los objetivos personales y de negocio. Animarse a salir de la zona de confort que mantiene presa al alma imaginarse en un lugar diferente y con una personalidad distinta es uno de los pasos mas importantes para lograr la felicidad y el anseado crecimiento.

Al igual que la ansiedad es probablemente una de las emociones mas rechazadas apesar de su clara atribucion a la supervivencia del ser humano podriamos definirla como una reaccion emocional desagradable relativamente intensa que aparece cuando detectamos una posible amenaza. Esta anticipacion involuntaria aplica un estado de alerta y ayuda a movilizar nuestros recursos para hacer emitir una respuesta ante el peligro de lucha o escape. Y la respuesta en cuestion iria acompañada de cambios fisiologicos como el aumento de la tasa cardiaca, sudoracion, temblores, tension muscular etc.

## Conclusion

Considero que en el enfoque centrado en la persona reconoce el gran valor de cada persona promoviendo que el acompañamiento sea personal, atendido adecuándose a las necesidades individuales respetando el tiempo y el proceso de cada uno esta puede ser una experiencia terapeuta que propicie la responsabilidad y madures y que favorezca el desarrollo de potencialidades creativas estancadas o maniatadas por los miedos y ansiedades. Permitiendo que sea un verdaderamente un proceso de ayuda.