

# **Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano**

**DESARROLLO HUMANO**  
LIC. Ramiro Roblero Morales

**PRESENTA EL ALUMNO:**

**José Alberto Herrera Vazquez**

**GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:**

**6to. Cuatrimestre “D” Administración de empresas**

**Semiescolarizado**

**Frontera**  
**Comalapa, Chiapas**

**18 de Julio de 2020**

## Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

Los sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano son aquellos que impiden que una persona sea segura de sí misma y por esto no puede desempeñarse en sus actividades ya que no lo hacen porque piensan que estará mal o que no lo podrán hacer, los factores principales que obstaculizan el desarrollo humano son:

### La inseguridad

Es algo que se interpone en la toma correcta de decisiones por ejemplo cuando una persona va a realizar un trabajo y comienza a dudar de que, si podrá hacerlo, esto también se conoce como inseguridad emocional. La inseguridad se puede ver también en personas que se comporte de manera excesivamente tímida, retraída, paranoica o antisocial, también se puede ver en personas que tratan de ocultar la inseguridad mostrándose de una forma agresiva ante los demás. Los pensamientos negativos a si a uno mismo o el miedo a ser defraudados pueden ser un obstáculo que un emprendedor deberá evitar para poder cumplir su con éxito sus deseos

### La necesidad de reconocimiento

Nos habla acerca de que cualquier persona presentan la necesidad de que alguien apruebe o premie sus acciones y actividades, por ejemplo, cuando tienen algún logro o realizan actividades que son muy difíciles, muchas personas tienen la necesidad de ser premiado para sentiré bien con ellos mismos y para poder desempeñarse en las demás actividades esto se presenta desde los niños de primaria hasta los profesionales de oficina, el error del reconocimiento que impide crecer y concretar los sueños propios es cuando el ego en su afán de buscar admiración desvía el camino y obliga a la persona a tomar decisiones por los demás y no por uno mismo.

### Miedo a ser uno mismo

Esto puede suceder cuando una persona es criticada por hacer algo es lo que conllevan a que una persona oculte su verdadera esencia, el verdadero inconveniente puede ocurrir cuando el temor a exponerse, hablar en primera persona o mostrarse por completo es demasiado grande que le impide a la persona mostrarse como lo que es y lo oculta por el miedo a ser rechazado, saberse único, distinto y con la capacidad de lograr cualquier meta deseada debería ser el motor para vencer a paso firme y seguro el miedo a ser uno mismo.

## Incapacidad de cambiar

Dice que el cambio es inherente en la vida y es imposible detener, pero a veces muchas personas no pueden cambiar ya sea de la forma en que se comportan con las demás personas o en la forma en que realizan sus actividades, muchas personas se centran en la idea de que no pueden cambiar y esto implica la frustración de los objetivos personales y de negocios.

## Ansiedad

La ansiedad es un factor que en la actualidad causa más limitaciones y frena el crecimiento, la ansiedad es un trastorno que se genera a raíz de la psiquis que no procesa de manera adecuada la realidad ni sus componentes, algunas veces la ansiedad puede causar parálisis, ausencia de decisiones atinadas y una actitud pesimista y oscura frente a la vida. La ansiedad es probablemente una de las emociones más rechazadas a pesar de su clara atribución a la supervivencia del ser humano, se puede presentar cuando se detecta una posible amenaza y genera algún tipo de defensa, pero en algunos casos puede aparecer cuando no le corresponde y puede producir un malestar intenso. Uno de los problemas más comunes que se ve con la ansiedad es el estrés.

## La angustia

La angustia es la que comprime múltiples dimensiones negativas que pueden ser el miedo, la sensación de amenaza, la negatividad, la incertidumbre, la baja resistencia a la frustración y el dolor, la angustia es algo con lo que las personas no pueden vivir tranquilas, cuando tenemos angustia todo nuestro organismo lo percibe, nuestro corazón se acelera, se siente una sensación de presión en el pecho, la respiración se entrecorta.

## La envidia

La envidia es ese sentimiento de dolor y tristeza por el bien ajeno, el deseo de poseer algo que otra persona ya tiene en su poder. Los efectos de la envidia pueden ser malos para la persona que los sufre tanto como mentalmente como físicamente, las personas envidiosas suelen tener una baja autoestima, un miedo irrefrenable a sentirse inferiores a los demás, esto provoca soledad de no poder compartir sus experiencias con las demás personas.

## El miedo constante

El miedo es una de las emociones más comunes entre los seres humanos y también de las más poderosa y limitantes este también puede llegar al límite de dañar nuestra salud, muchas veces para evitar el miedo algunas personas pueden llegar a cambia de pareja, de casa o de trabajo, en casos extremos, el miedo puede resultar tan paralizante que limite seriamente nuestra vida.

## La ira

La ira es otra de las emociones más discriminadas, debido principalmente a que su presencia se relaciona con agresividad y daño, esto se trata de una respuesta emocional que aparece cuando no vemos obstaculizados en la consecución de algún objetivo, la ira puede presentarse cuando algo no nos parece y nos molesta provocando enojo o enfado, el enfado realmente nos empuja a reaccionar, sin embargo, la responsabilidad de la forma que va a adoptar dicha reacción, recae sobre nosotros.