

Ensayo

Desarrollo humano
Lic. Ramiro Roblero Morales

PRESENTA EL ALUMNO:

Eduardo de la Cruz Gerónimo

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:

**6to cuatrimestre “D” licenciatura en
administración de empresa**

Frontera Comalapa, Chiapas

19 de julio del 2020.

A continuación en este ensayo hablaremos sobre el tema de sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano, ya que para nuestras vidas este tema es de suma importancia, es un modelo terapéutico centrado en el paciente, con un fundamento humanístico y científico que es el desarrollo humano, se presentan las principales habilidades, actitudes, valores y experiencias necesarias para facilitar el desarrollo integral de los individuos. Y se centrará principalmente en las cualidades necesarias de un profesional idóneo en este enfoque. La inseguridad, necesidad de reconocimiento, miedo de ser uno mismo, incapacidad de cambiar, ansiedad, La angustia, la envidia, el miedo constante, la ira, Un estado de ánimo contextualiza el marco desde el que realizamos nuestras acciones. Su duración es prolongada y, a diferencia de las emociones, es menos específico, menos intenso y más duradero. No está producido por un estímulo, sino por una causa general. , Lo que empieza siendo una emoción, puede llegar a convertirse en un estado de ánimo si permanece en la persona durante un período de tiempo significativo.

La diferencia entre estado de ánimo y sentimiento es que el estado de ánimo permanece a lo largo de determinados períodos de tiempo, en tanto que los sentimientos suelen ser breves e inestables Las emociones ejercen una influencia muy importante en diferentes áreas del funcionamiento psicológico. En algunos momentos debemos regular nuestras emociones de Ira, Tristeza, Entusiasmo, para adaptarnos a nuestro entorno personal, social, laboral. En otras ocasiones, regulamos determinadas emociones para que no nos resulten desagradables o porque no se ajustan a nuestra visión de nosotros mismos, Los intentos de regulación pueden no tener éxito por falta de las estrategias adecuadas o de habilidades emocionales ,Cuando intentamos, de manera continuada, negar la existencia de una emoción, generalmente nos hace sentir confusos y mal No querer sentir una emoción puede conducirnos a no conocerla, desconfiar de ella y no aprender a utilizarla, La vivencia desproporcionada de las emociones, puede llegar a contaminar aspectos significativos de nuestro diálogo interno, impidiéndonos un comportamiento armónico , Una emoción inadecuada puede llevarnos a interpretar lo que sucede a fin de que “encaje” con ella, ignorando, o no haciendo caso, de lo que sí sabemos, pero que no “encaja” con la emoción ,Las emociones pueden hacernos variar tanto la forma de ver el mundo como las acciones de los demás.

A continuación nos centraremos en la exposición de un modelo de comprensión y explicación de inteligencia emocional, la inteligencia emocional entendida como una forma de procesamiento de la información.

Inseguridad

Esa terrible sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad que se interpone en la correcta toma de decisiones es lo que popularmente se denomina inseguridad emocional.

Necesidad de reconocimiento

El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades.

Miedo a ser uno mismo

La conformación del 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

El filósofo griego Heráclito de Éfeso postuló hacia el año 500 A.C que el cambio es la causa y origen de todas las cosas.

Ansiedad

Vivir esperando el futuro y adelantándose a los hechos es una de las sensaciones más desesperantes e inútiles que puedan existir.

La angustia

A angustia es una bomball, porque en ella se comprimen múltiples dimensiones negativas: el miedo, la sensación de amenaza, la negatividad, la incertidumbre, la baja resistencia a la frustración, el dolor.

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.

La ira

La ira es otra de las emociones más discriminadas, debido principalmente a que su presencia se relaciona con agresividad y daño.

CONCLUSIÓN

Se ha presentado aquí un nuevo Enfoque Centrado en la Persona, esbozando algunas de las condiciones necesarias para facilitar el desarrollo integral del individuo y de las instituciones.

Considero que el Enfoque Centrado en la Persona, reconoce el gran valor de cada persona, promoviendo que el acompañamiento sea personal, atendiendo y adecuándose a las necesidades individuales, respetando el tiempo y el proceso de cada uno.

Esta puede ser una experiencia terapéutica que propicie la responsabilidad y madurez 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.