



Nombre de alumno: Lucenay Martínez Chirino

Nombre del profesor: Profra. Jezabel Ivonne Silvestre
Montejo

Nombre del trabajo: CUADROS SINOPTICOS

Materia: Etapas del desarrollo

Grado: Tercero

Grupo: A

Frontera Comalapa, Chiapas a 19 de Julio de 2020

A
U
T
O
R
R
E
A
L
I
Z
A
C
I
O
N

¿QUÉ ES LA AUTO-CORRECCIÓN?

Abraham n. maslow cree que en cada ser humano actúan dos sistemas de fuerzas en su interior.

El primero, que se atiene a la seguridad y a las posiciones defensivas, temeroso de la novedad y del riesgo y que se inclina por el retroceso y la fijación en el pasado, maximiza los peligros y minimiza los atractivos. el segundo impulsa al sujeto hacia el desarrollo, hacia el futuro, viviendo con plenitud el presente, orientado al funcionamiento pleno de sus capacidades

Como dijo Kierkegaard el yo no es algo que es, sino será, en una tarea. la autorrealización es, pues, el más ambicioso programa de desarrollo personal del ser humano.

LA PERSONA AUTO-REALIZADA MOTIVADA POR NECESIDADES DEL DESARROLLO

proceso dinámico que nace por el desarrollo de la personalidad de manera gradual y constante hasta adquirir un mínimo de madurez que nos permite cierta habilidad y autoafirmación a la hora de enfrentarnos a los problemas reales, soportar y superar frustraciones,

quien unicamente esta motivado por necesidades básicas de seguridad solo disfruta en circunstancias muy especiales de triunfos, aciertos, suerte, éxitos y experiencias únicas.

la persona autor realizada, motivada por necesidades de desarrollo, tiene la curiosa habilidad de "transformar las actividades medio en experiencias finales" como afirmaba de nuevo maslow.

RETRATO DE LA PERSONA AUTOR REALIZADA, MADURA Y FELIZ.

1.- es autosuficiente, se siente entusiasmada consigo misma y no le preocupa el rechazo de los demás.

2.- no teme a lo desconocido, admite los cambios de buen grado y saca el máximo provecho a los fracasos.

3.- encuentra un sentido, un porque a su existencia

4.- no pierde el tiempo en lamentaciones inútiles ni culpa a los demás de sus propios fracasos

5.- ha aprendido a pensar en positivo y no permite que las preocupaciones y pensamientos angustiosos inhiban su capacidad de acción.

6.- se mantiene en serenidad y calma tanto exterior como interiormente.

7.- utiliza el pasado solo en la medida en que puede servir para vivir con más plenitud y felicidad el presente y piensa en el futuro como próximos momentos.

8.- cuida su cuerpo y se esfuerza por mantenerlo vigoroso ágil y sano

9.- cree en el ser humano, comprende sus miserias e intenta descubrir en el interior de cada uno sus virtudes ocultas, su riqueza interior más preciada, sus valores. Sabe que por sí mismo no puede acabar con el odio, la violencia, el hambre, la injusticia social y demás plagas que azotan a la humanidad.

10.- está motivado y alentado por los valores humanos más altos y de rango superior en su constante búsqueda de la verdad, la justicia, la generosidad, la bondad y la belleza.

CALIDAD

Hablar de calidad de vida parece ser una tarea sencilla, pero es una construcción compleja, dado su contenido, no siempre palpable y a veces contradictorio, a la luz de su individualización según diferentes estilos y vitalidades.

las características que califican la vida de cada ser humano, porque no basta con sobrevivir, si no vivir con calidad para lo cual se debe tutelar el derecho de todos los seres a disfrutar de las condiciones óptimas que hagan posible la realización de la existencia.

VIDA

la noción de calidad de vida asumida, tiene a sustituir aquella predominante centrada en la posesión de bienes y en la función de utilidad, por un énfasis en la capacidad de las personas para desarrollar más plenamente sus vidas.

la noción de calidad de vida asumida, tiene a sustituir aquella predominante centrada en la posesión de bienes y en la función de utilidad, por un énfasis en la capacidad de las personas para desarrollar más plenamente sus vidas.

podemos definir la calidad de vida como sinónimo de progreso de mejoramiento de alguna o algunas de las condiciones de la existencia del hombre su medición implica aspectos subjetivos y objetivos.

PROGRAMA

Aprender a poner límites: requiere no solo de la convicción racional y el deseo de hacerlo. ya que esto obedece a la costumbre de muchos años de sometimiento, por lo tanto debemos entender que nos va a llevar un tiempo de proceso el lograrlo, no solo se tiene que poner límites a los demás, es muy importante aplicar esto a uno mismo, y suele ser un tanto más complicado, sin embargo, es quizás la meta más relevante en el proyecto de autorrealización.

Lograr ser yo. En el camino de nuestra propia edificación es determinante entender a fondo que mi vida es mía y que depende de mi la forma en que la viva si logro irme descubriendo, conociendo, aceptando y queriendo, habré logrado iniciar una vida de evolución y paz interna..

DE

EVOLUCIÓN

La familia: la familia es el grupo social más importante en la vida de todo ser humano ya que es ahí donde se encuentra depositado los factores y se comparten intereses socioeconómicos y morales hay vivencias muy difíciles de aceptar tales como enfermedad perdidas la muerte, el rechazo, el desamor los vicios la inmadurez, etc. La aceptación de la vida nos implica una gran necesidad de adaptación y equilibrio para no estancarnos en las miserias del espíritu y poder nutrirnos de la experiencia gratificante y trascender

PERSONAL

Entidad social y medio ambiente Es determinante tomar conciencia de que una actividad política participación social no s pertenecen y debemos estar activos dentro de todo acontecimiento para poder defender y hacer vales nuestros derechos.

PROYETO DE LA VIDA

Lo esencial es ser capaces de cambiar nuestra actual vida enajenada y lograr que a partir de ahora todo gire alrededor del Ser, que a final de cuentas es lo único eterno.

Nosotros tenemos la responsabilidad de elegir nuestro destino, puesto que se nos ha dado la capacidad de guiar nuestra embarcación como al navegante a quien se pone al timón de un velero.

Sin embargo hay unos pocos que toman en sus manos los cabos de las velas y se fijan un punto lejano en la distancia al cual deberán Llegar después de una larga travesía.

- Saber lo que queremos
- Tener un plan para lograrlo, con puntos de verificación y planes ab contingencia.
- Ejecutar con precisión dicho plan.

DESEO, CREENCIA Y EXPECTACIÓN.

Es importante que en primer lugar seamos capaces de crear nuestros objetivos y en segundo lugar, hagamos que estos se conviertan en realidad, ya que Dios nos dio la capacidad para materializar nuestras ideas y deseos.

Deseo: es la fuerza que mueve o impulsa

Creencia: creer que el deseo puede obtenerse, que es factible. Es la fuerza que nos mantiene, como la constancia.

Expectación: Es la fuerza que atrae, pues nos hace estar atentos a cualquier información relacionada con el deseo. Se constante y tena en la ejecución de tus planes y asegúrate de que cada uno de tus días te esté llevando directa y rápidamente a obtener lo que deseas.

Se constante y tena en la ejecución de tus planes y asegúrate de que cada uno de tus días te esté llevando directa y rápidamente a obtener lo que deseas.

OBJETIVO

Los objetivos son los pasos que necesitamos dar para alcanzar nuestra meta

Solo los objetivos concretos a corto plazo, me permitirán a lo largo del tiempo alcanzar mis metas

META

Tenemos que definir nuestras metas. ¿A dónde queremos llegar?, ¿Cuál es nuestro sueño en la vida?

Una buena forma de fijar nuestras metas es imaginando como nos gustaría ser dentro de 20 años.

Todo esto, o lo que tu decidas, son tus metas a largo plazo. Como verás, son bastantes generales aún, pero entre más claras las tengas, más fácil