

ENSAYO

DESARROLLO HUMANO

MTRA. MONICA LISSETH

QUEVEDO PEREZ



PRESENTA EL ALUMNO:

Nathasha Vanesa Aguilar Méndez

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:

**6to. Cuatrimestre "único" Psicología General.
Semi-escolarizado**

Pichucalco, Chiapas

10 de julio de 2021.

ENSAYO

EL DESARROLLO HUMANO EN LA PSICOLOGIA

EL MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

El desarrollo humano es una serie de cambios que experimenta el ser humano desde el momento de la concepción hasta la muerte, lo que se denomina “desarrollo del ciclo de vida”. Este podemos definirlo como un proceso que afecta a todas las áreas de la vida, pero las 3 principales son la física, cognitiva y psicosocial.

Los aspectos físicos incluyen el desarrollo del cuerpo y del cerebro, el desarrollo de habilidades sensoriales y motrices, y la salud general del cuerpo. El aspecto cognitivo incluye la mayoría de los pero esos mentales básicos y avanzados como el aprendizaje, memoria, atención, lenguaje, razonamiento, pensamiento y creatividad. Por su parte, el campo psicosocial categoriza emociones, personalidades y relaciones sociales. Casi desde sus inicios el desarrollo humano ha sido interdisciplinario, basándose en una amplia gama de disciplinas como son la psicología, psiquiatría, antropología, biología, genética entre otras.

Podemos decir que desde su origen el concepto de desarrollo humano les ha dado a las personas la libertad de elegir entre diversas maneras de vida que, sin consideradas valiosas, esto para dar la oportunidad de tener una vida plena, larga y saludable. El IDH ha servido como una guía que aproxima ese progreso dando prioridad a la libertad de las personas y no a la mera acumulación de recursos. El IDH mide el progreso conseguido por un país en tres dimensiones básicas del desarrollo humano: disfrutar de una vida larga y saludable, acceso a educación y nivel de vida digno.

Así como nosotros queremos lo mejor en nuestra vida la psicología humanista tiene como principal característica considerar al ser humano como un todo, sabiendo que existen múltiples factores que intervienen en la salud mental, en su crecimiento personal y en su autorrealización. Entre ellas convergen e interrelacionan aspectos como las emociones, el cuerpo, los sentimientos, la conducta, los pensamientos, etc. La psicología humanista aparece a mediados del siglo XX como una alternativa a las dos fuerzas principales: el conductismo y el psicoanálisis. Su finalidad era dar una respuesta diferente, abordando los

problemas del ser humano y ofreciendo una perspectiva desde el ámbito de la salud, más que de la enfermedad.



Teniendo como principal objetivo el ser humano, vamos a destacar que somos seres emocionales y a veces nos dejamos guiar mucho por nuestros impulsos. Se suele confundir las emociones y sentimientos, la emoción es definida por la neurociencia como una respuesta orgánica que crea reacciones bioquímicas en el cuerpo alterando el estado físico actual.

Los sentimientos son asociaciones mentales y reacciones hacia las emociones según nuestras experiencias personales.

La diferencia entre emoción y sentimiento es que las emociones son reacciones biológicas ante los estímulos, mientras que los sentimientos son reacciones o percepciones mentales ante esos mismos estímulos:

- Las emociones son reacciones orgánicas, mientras que los sentimientos son reacciones mentales.
- Las emociones surgen al tratar de interpretar los estímulos externos. Los sentimientos surgen al tratar de interpretar las emociones.
- Las emociones tienen una duración breve; por su parte, los sentimientos tienen una duración más prolongada.
- Las emociones se generan ante la ausencia de sentimientos, mientras que los sentimientos requieren de una emoción para poder procesar la información.
- Las emociones dependen de la interpretación sensorial (uso de los cinco sentidos). Las emociones dependen de las experiencias previas y de la forma en la que el individuo interpreta la realidad.

Bibliografía

-  Herrera Garnica, Gloria Rebeca de Fatima; Desarrollo humano; Pearson, 2013
-  Chen, C. (2020, 4 marzo). Diferencia entre emoción y sentimiento. Diferenciador. <https://www.diferenciador.com/diferencia-entre-emocion-y-sentimiento/>