Nombre del alumno: ARACELY MATIAS DIAZ

Nombre del profesor: LIKZA HALLY ROBLERO

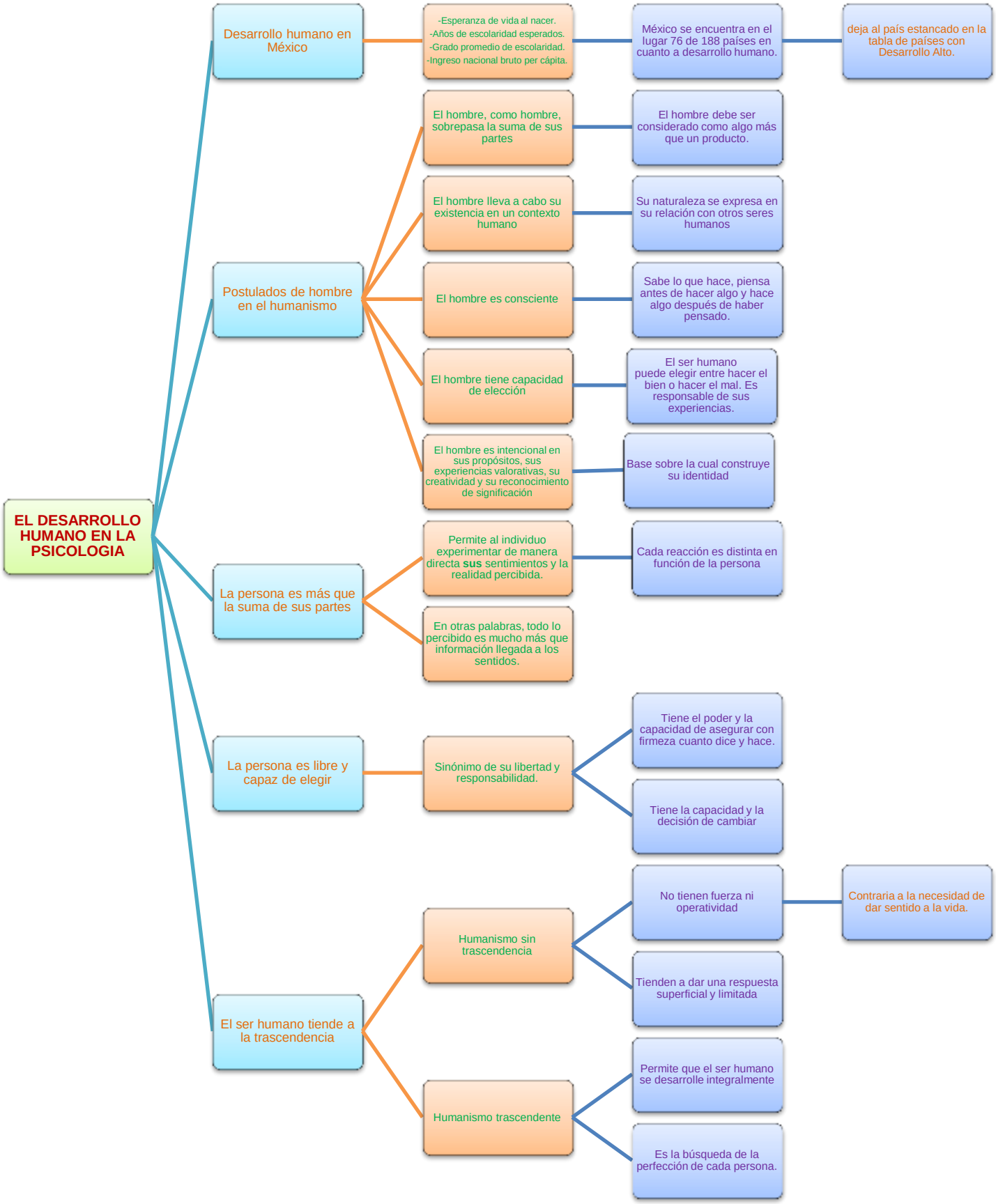
Nombre del trabajo: DESARROLLO HUMANO EN LA PSICOLOGÍA Y MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Materia: DESARROLLO HUMANO

Grado: SEXTO CUATRIMESTRE

Grupo: "A"

Frontera Comalapa, Chiapas a 11 de Julio de 2021.


EL DESARROLLO HUMANO EN LA PSICOLOGIA
Desarrollo humano en México
-Esperanza de vida al nacer.
-Años de escolaridad esperados.
-Grado promedio de escolaridad.
-Ingreso nacional bruto per cápita.
México se encuentra en el lugar 76 de 188 países en cuanto a desarrollo humano.
deja al país estancado en la tabla de países con Desarrollo Alto.
Postulados de hombre en el humanismo
El hombre, como hombre, sobrepasa la suma de sus partes
El hombre debe ser considerado como algo más que un producto.
El hombre lleva a cabo su existencia en un contexto humano
Su naturaleza se expresa en su relación con otros seres humanos
El hombre es consciente
Sabe lo que hace, piensa antes de hacer algo y hace algo después de haber pensado.
El hombre tiene capacidad de elección
El ser humano puede elegir entre hacer el bien o hacer el mal. Es responsable de sus experiencias.
El hombre es intencional en sus propósitos, sus experiencias valorativas, su creatividad y su reconocimiento de significación
Base sobre la cual construye su identidad
La persona es más que la suma de sus partes
Permite al individuo experimentar de manera directa sus sentimientos y la realidad percibida.
Cada reacción es distinta en función de la persona
En otras palabras, todo lo percibido es mucho más que información llegada a los sentidos.
La persona es libre y capaz de elegir
Sinónimo de su libertad y responsabilidad.
Tiene el poder y la capacidad de asegurar con firmeza cuanto dice y hace.
Tiene la capacidad y la decisión de cambiar
El ser humano tiende a la trascendencia
Humanismo sin trascendencia
No tienen fuerza ni operatividad
Contraria a la necesidad de dar sentido a la vida.
Tienden a dar una respuesta superficial y limitada
Humanismo trascendente
Permite que el ser humano se desarrolle integralmente
Es la búsqueda de la perfección de cada persona.

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

- **Diferencia entre emocion y sentimiento**
  - Emoción
    - Es la variación profunda pero efímera del ánimo, la cual puede ser agradable o penosa y presentarse junto a cierta conmoción .
  - Sentimiento
    - Estado del ánimo que se produce por causas que lo impresionan, y éstas pueden ser alegres y felices, o dolorosas y tristes.
- **Sentimientos básicos**
  - Miedo
    - Desconfianza que impulsa a creer que va a suceder algo negativo.
  - Enfado
    - Emoción que los seres humanos solemos manifestar a través de la furia, la irritabilidad, el resentimiento.
  - Tristeza
    - Relacionada con el bajo estado de ánimo y la frustración.
  - Alegria
    - Sentimiento que se experimenta cuando algo provoca felicidad o júbilo.
  - Amor
    - Sentimiento de afecto universal que se tiene hacia una persona, animal o cosa.
- **Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano**
  - Inseguridad.
    - Sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad. Incapacidad para tomar decisiones por miedo a equivocarse
  - Necesidad de Reconocimiento
    - Necesidad de atención y el respeto de los demás hacia nosotros.
  - Miedo a ser uno mismo
    - Temor a exponerse, hablar en primera persona o mostrarse por completo
  - Incapacidad de cambiar
    - Estancarse en el mismo lugar, no tener la capacidad de salir de la zona de confort.
  - Ansiedad.
    - Sentimiento de inquietud, nerviosismo, preocupación, temor o pánico por lo que está a punto de ocurrir o puede ocurrir.
- **Sentimientos que promueven el desarrollo humano**
  - Independencia
    - valerse por sí mismo, asumir sus responsabilidades y satisfacer sus necesidades sin recurrir a otras personas.
  - Capacidad de adaptación
    - Ser flexibles con nuestro entorno para así poder fluir entre las situaciones
  - Persistencia
    - capacidad de perseverancia de aquellas personas que tienen tenacidad y fuerza de voluntad
  - Autonomia
    - capacidad que tenemos las personas de sentir, pensar y tomar decisiones por nosotros mismos