



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre de alumno: Danilo Sánchez Espinoza.

Nombre del profesor: María Elena Yáñez García.

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico.

Materia: Desarrollo humano.

Grado: 6° cuatrimestre.

Grupo: Administración de empresas.

Ocosingo Chiapas, a 09 de Julio de 2022.

Unidad I. desarrollo humano México.	El en	<p>Desde el momento de la concepción, los seres humanos emprendemos un proceso de cambio que continua durante toda la vida. Una célula única se convierte en una persona que vive, respira, camina y habla.</p> <p>Esta célula única se convierte en un individuo singular, pero los cambios por los que pasamos los seres humanos durante la vida tienen aspectos en común.</p> <p>Los bebés crecen y se transforman en niños, que siguen creciendo hasta convertirse en adultos.</p> <p>De la misma manera, ciertas características humanas siguen pautas comunes. Por ejemplo, entre 10 y 15% de los niños son siempre tímidos y otro 10 a 15% son muy audaces.</p> <p>Individual y socialmente útiles, y para obtener medios suficientes para involucrarse y decidir sobre su entorno., El IDH Estudio del ciclo de vida: Los científicos del desarrollo han constatado que el desarrollo humano es un proceso de toda la vida, el cual es conocido como desarrollo del ciclo vital. En las primeras investigaciones, como los Estudios de Stanford sobre Niños Dotados que dieron seguimiento hasta la vejez al desarrollo de personas señaladas en la niñez como muy inteligentes.</p> <p>El desarrollo humano en la actualidad: Cuando el campo del desarrollo humano se instituyó como disciplina científica, sus metas evolucionaron para incluir la descripción, explicación, predicción e intervención. Por ejemplo, para poder describir cuando dicen su primera palabra los niños o que tan amplio es su vocabulario a determinada edad, los científicos sociales observan grupos numerosos de niños y establecen normas, o promedios, de las conductas en diversas edades.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Desde su origen, el concepto de desarrollo humano ha priorizado la capacidad de las personas para elegir entre formas alternativas de vida que se consideran valiosas. Esta noción se refiere a las oportunidades de los individuos para gozar de una vida larga y saludable, para acceder a conocimientos sintetiza el avance promedio de tres aspectos básicos del desarrollo humano, medido en un rango de cero a uno, en el que los valores más cercanos a uno significan un mayor desarrollo humano. ➤ Recientemente, el Informe Mundial sobre Desarrollo Humano 2010 introdujo una nueva metodología para el cálculo del IDH que refina las dimensiones de educación e ingreso y ajusta los referentes internacionales de todas sus variables y la manera en que éstas se sintetizan. 	<p>El campo del desarrollo humano se centra en el estudio científico de los procesos sistemáticos de cambio y estabilidad en las personas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Los científicos del desarrollo (individuos que trabajan en el estudio profesional del desarrollo humano) examinan las formas en que las personas cambian desde la concepción hasta la madurez, así como las características que se mantienen bastante estables. ➤ Que características son más probables que perduren? . ➤ Cuales son predecibles que cambien y por qué? ➤ Estas son algunas de las preguntas que se intenta responder con el estudio del desarrollo humano. 	<p>El trabajo de los científicos del desarrollo puede tener un efecto notable en la vida humana, ya que los resultados de sus investigaciones encuentran aplicaciones directas en la crianza, educación, salud y políticas sociales. Por ejemplo, investigadores de Boston observaron que los estudiantes de escuelas públicas que asistían a clases con hambre o con una dieta sin los nutrientes adecuados obtenían calificaciones más bajas y tenían más problemas emocionales y de conducta.</p>
		<p>La psicología humanista es mucho más un movimiento que una escuela, y si consideramos el conceptualmente amplio grupo de los autores humanístico-existenciales es, aún más que un movimiento, el reflejo de una actitud sobre el ser humano y el conocimiento.</p> <p>El primer presidente de la Asociación Americana de Psicología Humanista propuso los siguientes cinco puntos:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) hombre, como hombre, sobrepasa la suma de sus partes 2) El hombre lleva a cabo su existencia en un contexto humano. 3) El hombre es consciente. 4) El hombre tiene capacidad de elección 5) El hombre es intencional en sus propósitos, sus experiencias valorativas, su creatividad y su reconocimiento de significación. <p>La persona es libre y capaz de elegir: EXISTENCIA, libertad y opción son conceptos íntimamente vinculados, y podríamos aún decir que compenetrados, dentro del existencialismo. Establecer las relaciones entre la existencia, la libertad y la opción es algo obligado cuando se trata de estudiar el orden moral dentro de esta corriente ideológica.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La razón tiende a objetivar para hacer las cosas pensadas, pero el espíritu, el yo, debe ser por principio inobjetable. La existencia no es una idea, sino una realidad, la realidad de la propia subjetividad. No es un género ni una especie, porque el género y la especie son pensados y universales, y la existencia es real y singular. <p>Consecuencias de un "humanismo" sin trascendencia: Los principios abstractos y estériles de un humanismo sin trascendencia no tienen fuerza ni operatividad y tienden a darle al ser humano una respuesta superficial, muy limitada (por más que se presente como universal, y contraria a la necesidad que todo hombre y toda mujer tienen de darle un sentido a su vida y de descubrir una misión única en su relación con los demás, es decir, en su actuación social.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Porque lo que no se hace por respeto (amor) al otro, como tarea única e intransferible, quedará sin hacerse para siempre. Una visión limitativa por más importante que sea-del ser humano, trátase de sus preferencias políticas, sexuales, religiosas, intelectuales, etc., es una concepción parcial y por lo mismo excluyente. ➤ Un humanismo de este género, intrascendente, no es un verdadero humanismo, es, por el contrario, campo fértil para la manipulación ideológica y hace que el ser humano tenga una limitada identidad como persona y, por lo mismo, desconozca su compromiso con los demás, pero sobre todo el compromiso de hacerse a sí mismo y de ser con el otro; porque solamente en esta interacción se pueden descubrir los fines superiores de la vida. 	<p>Por su parte, dicha Asociación, propone cuatro puntos que compartirían los integrantes del movimiento:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) La psicología humanista se centra en la persona humana y su experiencia interior, así como en su significado para ella y en la auto presencia que esto le supone. 2) Enfatización de las características distintivas y específicamente humanas: decisión, creatividad, autorrealización. 3) Mantenimiento del criterio de significación intrínseca, en la selección de problemas a investigar en contra de un valor inspirado únicamente en el valor de la objetividad. 4) Compromiso con el valor de la dignidad humana e interés en el desarrollo pleno del potencial inherente a cada persona; para la psicología humanista es central la persona tal como se descubre a sí misma y en relación con las restantes personas y grupos sociales. <p>El ser humano tiende a la trascendencia: La vida humana tiene su razón de ser en una creación que debe continuarse en todo momento y en todos los seres humanos desde su concepción y más allá de la vida material, y que responde al primigenio impulso creador de su espíritu.</p>	<p>La persona es más que la suma de sus partes: Los principios de la formación de impresiones formuladas por Asch, son:</p> <ol style="list-style-type: none"> a) las personas se esfuerzan por percibir una impresión de otras personas, se tiende a completar la escasa información percibiendo a la persona como una unidad. b) las mismas cualidades podrían producir impresiones diferentes, ya que las cualidades interactúan entre sí de forma dinámica y pueden producir una nueva cualidad. c) Las impresiones poseen una estructura, hay cualidades centrales y otras periféricas. d) Cada rasgo posee la propiedad de una parte dentro de un todo. La introducción u omisión de un único rasgo alteraría la impresión global. <p>En suma, es preciso reconocer que una de las finalidades del ser humano es llegar a descubrir su propia humanidad, para conformar su acción a la de su propia naturaleza, una naturaleza a la vez immanente y trascendente, por su doble condición material y espiritual. Ortega y Gasset describen al ser humano magistralmente, como —un centauro ontológico, mitad de él sumido en la materia, mitad de él tendiendo hacia lo alto]].</p> <p>Consecuencias de un humanismo trascendente: Este es un humanismo que, inspirado en la tradición judeocristiana y en la cultura grecorromana, permite que el ser humano se desarrolle integralmente. En él caben todos los credos religiosos y todas las visiones políticas, sociales y filosóficas, sin hacer violencia a nadie. Es el lugar natural de la disidencia y de la democracia, porque es el ámbito en el que puede y debe sentirse la presencia de quienes piensan distinto. El bien común es la obra más acabada del humanismo trascendente, porque es la búsqueda de la perfección de cada persona y de cada comunidad, dentro de la natural diversidad. En suma, es el espacio más propicio para el desarrollo integral de la persona humana que es única, irrepetible, trascendente y, por todo ello, fin en sí misma.</p>
Unidad II. Manejo de sentimientos y emoción.	<p>Diferencia entre emoción y sentimiento:</p> <p>Emoción: Las emociones son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Estas respuestas son producidas por el cerebro cuando detecta un estímulo emocionalmente competente, es decir, cuando el objeto o acontecimiento, real o recordado mentalmente, desencadena una emoción y las respuestas automáticas correspondientes. ➤ Las respuestas provienen tanto de los mecanismos innatos del cerebro (emociones primarias) como de los repertorios conductuales aprendidos a lo largo del tiempo (emociones secundarias). <p>El concepto de emoción ha sido objeto de controversia, postulándose diversas definiciones:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Pinillos: Agitación del ánimo acompañada de fuerte conmoción somática. ➤ Las vivencias afectivas más simples relacionadas con la satisfacción o insatisfacción de las necesidades orgánicas, siendo la reacción afectiva correspondiente al tono emocional de las sensaciones. ➤ Darwin: Mecanismos innatos de adaptación al entorno. <p>Desde el punto de vista fisiológico-neurológico cada emoción está regulada por un centro regulador en la subcorteza cerebral:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Actividad cardíaca y vascular. ➤ La respiración. ➤ El trofismo muscular. ➤ Músculos expresivos de la cara. <p>Dentro de la fundamentación fisiológica de las emociones hay dos corrientes:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Sostiene que primero es la emoción y como consecuencia de ella se producen ciertas alteraciones fisiológicas. 2- Sostiene que primero se dan ciertas alteraciones fisiológicas y luego se tiene la emoción (W. James). <p>El mecanismo fisiológico de las emociones es:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Aparece un foco de excitación dominante en la corteza cerebral, el cual inhibe otras zonas. 2- Esta excitación o inhibición dan lugar al fenómeno de la contracción de la conciencia. 3- Esta contracción da lugar a que se fije única y exclusivamente en lo que ha motivado el efecto. 4- Se producen ciertas manifestaciones fisiológicas gobernadas por el sistema nervioso autónomo. 5- Devienen actos irracionales, que obran en desacuerdo con la conducta habitual, acompañados de cambios en los órganos internos y movimientos expresivos. <p>Los aspectos fisiológicos de la emoción humana se pueden estudiar gracias al método poligráfico al registrar simultáneamente diversas modificaciones funcionales como:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La tensión arterial. ➤ El ritmo respiratorio. ➤ El diámetro pupilar. ➤ El reflejo psico galvánico o resistencia eléctrica de la piel. ➤ El contenido de glucoesa en la sangre. ➤ Modificaciones del trazado electroencefalográfico. <p>En relación con los tipos de emociones podemos distinguir:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1- Personales: Se refieren y se centran en el Yo, y su núcleo es el bienestar personal del individuo. 2- Sociales: Se centran en los aspectos altruistas y bondadosos de la naturaleza humana. La emoción principal es la Simpatía o compenetración con los placeres y dolores ajenos, y adopta la forma de amistad. 3- Espirituales y Estéticos: Se basan en las necesidades más elevadas y dependen del grado de educación obtenido al apoyarse en el amor a la verdad, a lo sublime, a lo bello. <p>Entre estas teorías podemos destacar a las psicológicas y fisiológicas:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Teorías Psicológicas: Las emociones se explican desde aspectos conscientes y respuestas abiertas. ➤ Para Wundt: la emoción es el resultado de un flujo de sentimientos que se manifiestan a nivel fisiológico. ➤ Para James primero son ciertas alteraciones fisiológicas, y su conciencia es lo que provoca la emoción. ➤ Para Watson las emociones pueden ser condicionadas y extinguidas en determinadas situaciones, pues proceden del medio. ➤ Para Freud son descargas instintivas del ello (id). <p>Teorías Fisiológicas: Se apoyan y fundamentan en la base somática de las emociones.</p>	<p>Sentimientos: Los sentimientos, en cambio, son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional. Los sentimientos son conscientes, objetos mentales como aquellos que desencadenaron la emoción (imágenes, sonidos, percepciones físicas...).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Son estados de ánimo cualitativamente impregnados por formas superiores de placer y de dolor, cuya especificación remite a contenidos y valores culturales. ➤ Carecen de situaciones corporales agudas específicas al ser más suaves y duraderas. Se asocian poco con la conducta motora pero sí con el pensamiento y la imaginación. <p>En el siglo XVIII existen dos tendencias respecto a la relación entre la Sensación y los Sentimientos: - Se sostiene que el sentimiento se puede reducir a la sensación, sobre todo a la esfera orgánica. - Sensación y Sentimiento son Independientes, pues los sentimientos son actividades intencionales distintas a la inteligencia y la voluntad.</p> <p>Respecto a cómo se clasifican los sentimientos nos podemos encontrar con varias clasificaciones: Según M. Scheller se clasifican en:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Sensibles: Se localizan en todo el cuerpo con referencia al Yo, y son los más próximos a las emociones. (Placer, dolor). ➤ Vitales: Pertenecen al organismo como un todo y como centro vital. Son difíciles de localizar al relacionarse con la sociabilidad. (Bienestar, salud, calma, tensión). ➤ Psíquicos o Anímicos: Son partes integrantes del Yo, por lo que son intencionales y reveladores del valor del Yo. ➤ Espirituales: La persona no se entrega a nada ajeno, sino que constituye su valor y fundamento, y se encuentra consigo mismo en cada una de estas manifestaciones. <p>Según Young se clasifican en:</p> <ul style="list-style-type: none"> Simple: Se relacionan con el agrado, el desagrado olores y sabores. Orgánicos negativos o positivos: Hambre, sed, alivio. De Actividad: Aburrimiento, enojo, entusiasmo. De Actividades Sociales: Estéticos, morales, educativos. <p>Las emociones que no se perciben como sentimientos son inconscientes y, sin embargo, pueden tener efecto sobre nuestras conductas.</p>		
		<p>Sentimientos básicos:</p> <p>Aprende a contactar con tu silencio interior y entérate de que todo en el mundo tiene un motivo. No hay errores ni coincidencias. Todos los acontecimientos son bendiciones para que aprendamos. Es frase de Elizabeth Kubler-Ross, y bueno es aplicarla en nuestra vida. Antes de enfrentar un conflicto con las demás personas, es necesario tener conciencia de nuestros sentimientos y medir nuestras emociones.</p> <p>El primer sentimiento básico es el Miedo, el cual lo conforman (la angustia, la preocupación y el pánico).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La angustia: es sufrir aquello que no ha sucedido y lo más probable es que no suceda. ➤ La preocupación: nace cuando pensamos que todo es malo en nuestra vida, y nos preocupamos en lugar de ocuparnos del problema. ➤ El pánico: es cuando nace en nuestro corazón terror por la vida, y somos pesimistas en todo lo que nos va a suceder. Los tres alimentan al miedo y nos llevan a tener una autodestrucción. <p>El segundo sentimiento básico es el Enfado: lo nutren (la rabia, el odio y la frustración).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La Rabia: es esa sensación desgastante de agobio, que nos enferma el espíritu y la mente. ➤ El odio: este es uno de los sentimientos que más nos hiere y lástima, porque nos lesiona el alma, y nos apaga la alegría de vivir. ➤ La frustración: es un sentimiento de derrota y abandono espiritual, es una mezcla de rencor con desesperación. <p>El tercer sentimiento básico es La Tristeza, tiene sus dos sentimientos (La soledad y la melancolía).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La soledad: es esa falta de ilusión ante la vida. Valdría preguntarnos qué hacemos para sentirnos vivos y para salir de la rutina diaria. ➤ La melancolía o pena: es esa pesadumbre que sentimos de algo que sucedió y del recuerdo que nos lastima. ➤ La Tristeza: cuando dejamos que anide en el alma, poco a poco nos va desgastando y consumiendo, y si no logramos controlarla nos lleva a la depresión y al suicidio. <p>El cuarto sentimiento básico es la Alegría. Está conformada por tres sentimientos menores (el gozo, la paz y la armonía).</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ El Gozo: es esa felicidad anticipada; es saber paladear nuestra existencia. ➤ La paz: nace de la unión de mente y espíritu, y viene a nosotros al ser congruentes con lo que decimos, pensamos y hacemos. ➤ La Armonía: la tenemos cuando están equilibrados en conjunto nuestros sentimientos. <p>El quinto sentimiento básico es el mejor...¡El Amor! Los 3 canales para llegar a él son:</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ Dios, la dicha y el embeleso: Todo amor que no viene, o es generado por Dios, es un amor falso. ➤ La dicha: es nuestra actitud ante la vida para lograr la felicidad. ➤ El embeleso: nos lleva al amor porque le da significado a la vida. 		
		<p>Si tuvieras tiempo de sentarte un rato a solas y pensar en qué preciso momento de tu vida te arrebataron las fuerzas y las ganas de perseguir tus metas. Si supieras cuándo te depositaron directo en una rutina segura y a salvo que poco a poco te fue consumiendo. Y si tan sólo pudieras llegar a saber por qué la aceptaste sin siquiera un atisbo de inútil rebeldía. Quizás, y solo quizás, habría una manera de borrarlo todo y comenzar de nuevo.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ La sociedad moderna impone, entre otros tantos dogmas, conseguir un status económico estable, una familia constituida, amigos para disfrutar el tiempo libre y hobbies para recrearse durante el ocio. ➤ Los adultos se debaten constantemente en temas relacionados con la actividad laboral, las urgencias, entregas y requerimientos familiares. ➤ La actividad psíquica determina el estado anímico y moldea la personalidad en favor o detrimento de las aspiraciones de cada individuo. <p>Inseguridad:</p> <p>“Que ser valiente no salga tan caro, que ser cobarde no valga la pena” 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.</p> <p>Necesidad de Reconocimiento:</p> <p>“Que no te compren por menos de nada, que no te vendan amor sin espinas” El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades.</p> <p>Miedo a ser uno mismo:</p> <p>“Que el maquillaje no apague tu risa, que el equipaje no lastre tus alas” La conformación del yo como epicentro de toda la actividad psíquica es sin lugar a duda uno de los misterios más intrigantes y difíciles de decodificar.</p> <p>Incapacidad de cambiar:</p> <p>“Que gane el quiero la guerra del puedo, que los que esperan no cuenten las horas, que los que matan se mueran de miedo”</p> <p>Ansiedad: “Que el calendario no venga con prisas, que el diccionario detenga las balas” Vivir esperando el futuro y adelantándose a los hechos es una de las sensaciones más desesperantes e inútiles que puedan existir.</p>		
		<p>Sentimientos que promueven el desarrollo humano: Durante décadas pasadas la psicología se ha centrado en el estudio y tratamiento de los procesos patológicos que afectan al ser humano; pocos han centrado su estudio en los procesos que promueven el desarrollo y la felicidad personal; hay varios motivos por lo que apenas se ha prestado atención a los sentimientos positivos que en otras épocas.</p> <ul style="list-style-type: none"> ➤ En primer lugar, los afectos positivos son más difíciles de evaluar que los negativos. La alegría, el gozo y la satisfacción no se diferencian entre sí tanto como la irritación, la tristeza y la angustia. <ul style="list-style-type: none"> ➤ Así, la ciencia sólo separa un puñado de buenos sentimientos: por cada emoción positiva se conocen tres o cuatro sentimientos negativos. ➤ Así mismo, el abanico de los gestos corporales de los afectos negativos es también mayor. <ul style="list-style-type: none"> ➤ En todo el mundo las personas pueden distinguir un rostro triste o angustiado, sin embargo una expresión de alegría, diversión, felicidad y confianza contiene siempre los mismos atributos de la denominada sonrisa Duchenne: las comisuras bucales ascienden, la musculatura peri orbitaria se contrae de forma involuntaria, los pómulos se alzan y aparecen pequeñas arrugas en las comisuras oculares externas. 		

Bibliografía básica y complementaria:

▪ Antología: Desarrollo humano

▪ Unidad I y II

Autores:

- Desarrollo de liderazgo, National Minority Aids Council; Enlace: <https://targethiv.org/sites/default/files/file-upload/resources/desarrollo-de-liderazgo.pdf>
- Erotismo y sexualidad ; publicado en 2013; Pdf Enlace: <http://biblioteca.clacso.edu.ar/gsd/collect/ar/ar010/index/assoc/D10142.dir/Schaufler>.
- Herrera Garnica, Gloria Rebeca de Fátima; 2013 .Desarrollo humano; Pearson,
- Huerta Pérez, Isidro; 2011. Cimientos para el desarrollo personal;
- Sacasa, María del Carmen; ,2012. Programa de las Naciones Unidas para el desarrollo México; PNUD
- Suarez Pérez, Claudia Angelina; Desarrollo humano 3. 2011.La adolescencia; Trillas,