

UDS

Nombre de alumno: Judith Calvo Díaz

Nombre del profesor: Luis Ángel Galindo Arguello

Carrera: Diseño Gráfico

Nombre del trabajo: Mapa conceptual; El desarrollo humano en México y manejo de sentimientos y emociones

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6to cuatrimestre

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 21 de Mayo de 2022.

UNIDAD

1 Y 2

DESARROLLO HUMANO EN MÉXICO

EL

El desarrollo humano es un proceso evolutivo que continúa durante la vida. Este es el conjunto de cambios que experimentan todos los seres humanos desde el momento de la concepción y hasta su muerte

ES

También conocido como desarrollo del **ciclo vital**.

ESTE

Proceso afecta todos los ámbitos de la vida pero los tres principales son el físico (crecimiento del cuerpo, capacidad motriz y sensorial), el cognoscitivo (aprendizaje, memoria, atención, lenguaje, razonamiento, pensamiento y creatividad) y el psicosocial (las emociones, la personalidad y las relaciones sociales)

EL

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

LAS

Las emociones son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales de nuestro cuerpo ante cambios o estímulos que aparecen en nuestro entorno y en nosotros mismos. Por ejemplo, si estamos cruzando la calle distraídos y escuchamos el ensordecedor sonido de un claxon (estimulo externo) cerca, nos asustaremos.

CADA

Cada emoción está regulada por un centro regulador en la subcorteza cerebral: a) actividad cardíaca y vascular. b) la respiración. c) el trefismo muscular. d)Músculos expresivos de la cara.

DENTRO

Dentro de la fundamentación fisiológica de las emociones hay dos corrientes:

DESARROLLO HUMANO ACTUAL

EL

Cuando el campo del desarrollo humano se instituyó como disciplina científica, sus metas evolucionaron para incluir la **descripción** (se puede comprender mejor), **explicación** (¿Qué? ¿Cómo? ¿Por qué?), **predicción** (pronosticar o advertir) e **intervención** (arreglar el problema).

EL

Estudio del desarrollo humano está en evolución permanente.

Y

Desde sus inicios, el estudio del desarrollo humano ha sido interdisciplinario. Basándose en una amplia gama de disciplinas: **psicología, psiquiatría, sociología, antropología, biología, genética, ciencias de la familia** (el estudio interdisciplinario de las relaciones familiares), **educación, historia y medicina.**

EL

DESARROLLO HUMANO EN MÉXICO

EL

El **IDH** (índice de desarrollo humano) es un importante indicador del desarrollo humano que elabora cada año Naciones Unidas. Se trata de un indicador que, a diferencia de los que se utilizaban anteriormente que medían el desarrollo económico de un país, analiza la salud, la educación y los ingresos.

EL

1ERA

Sostiene que primero es la emoción y como consecuencia se producen ciertas alteraciones fisiológicas.

2DA

Sostiene que primero se dan ciertas alteraciones fisiológicas y luego se tiene la emoción (W. James).

LOS

Tipos de emociones son: **Personales:** Se refieren y se centran en el Yo, y su núcleo es el bienestar personal del individuo. **Sociales:** Se centran en los aspectos bondadosos de la naturaleza humana. La emoción principal es la Simpatía en los placeres y dolores ajenos, y adopta la forma de amistad. **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...

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...).

LA

Clasificación de los sentimientos según M. Scheller se clasifican en: Sensibles, Vitales, Psíquicos o Anímicos y Espirituales

LOS

SENTIMIENTOS BÁSICOS

Progreso del IDH varía sustancialmente de país a país y la magnitud de este crecimiento no es igual para todos los países. El cálculo internacional del IDH se obtiene mediante registros de distintos organismos internacionales que captan información confiable y comparable para más de **ciento ochenta países** en el mundo.

IDH EN MEXICO



POSTULADOS DEL HOMBRE EN EL HUMANISMO

EL

La **psicología humanista** es un enfoque de la psicología que se centra en el estudio de una persona a nivel global. Valora sus pensamientos, emociones, comportamientos o contexto vital para ofrecer soluciones y tratamientos a sus problemas

LOS

Fundamentos de la psicología humanista son: a) La persona es más que la suma de sus partes. b) La persona es libre y capaz de elegir. c) El ser humano tiende a la trascendencia.

ALGUNOS

Principales representantes del humanismo son:

LAS

Manifestaciones emocionales proceden de **cinco sentimientos básicos**: El Miedo (angustia, preocupación, pánico), el Enfado (la rabia, el odio y la frustración), la Tristeza (la soledad y la melancolía), la Alegría (el gozo, la paz y la armonía) y el Amor (Dios, la dicha y el embelleso)

LOS

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

DESPUES

De analizar los fenómenos psicológicos que más obstaculizan el proceso de crecimiento y realización, enumeraremos aquellos que se presentan con mayor frecuencia y cumplen un rol clave en el sabotaje de los proyectos propuestos.

LA

Inseguridad es 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.

EL

Necesidad de reconocimiento es el ego de las personas que constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades. Todos siempre expresan de alguna u otra forma la imperante necesidad de que otro apruebe y premie lo que se está haciendo.



Rollo May

EL

Nos ayudó a entender los mecanismos subyacentes del sufrimiento y las crisis humanas. Lo hizo combinando el existencialismo con el humanismo. Rollo May centró gran parte de sus trabajos en el estudio de la ansiedad. Nos ayudó a verla de otro modo, como catalizador capaz de hacernos tomar decisiones más valientes.



Abraham Maslow

EL

Hizo la pirámide de las necesidades, en donde dice que el ser humano tiene necesidades y conforme las vaya satisfaciendo va necesitando más. En ella, se trata de explicar lo que motiva la conducta humana. como las necesidades fisiológicas, de seguridad, protección, afiliación, afecto y de estima.



Ludwig Binswanger

EL

Fue un psiquiatra y escritor suizo que introdujo el término. Nos hizo ver con dicha idea que el ser humano está abierto a cualquier experiencia. fue el primer psiquiatra existencialista. Gracias a él se puso la atención en la realidad personal y el contexto que rodea al paciente.

EL

Miedo a ser uno mismo. Tanto las críticas, los reproches, fracasos como una imagen distorsionadamente negativa de uno mismo conllevan a que una persona oculte su verdadera esencia y relegue al olvido los acontecimientos pasados que le causan tristeza.

LA

Incapacidad de cambiar, el cambio es inherente a la vida, necesario e imposible de detener. Así como las aguas de un río nunca son las mismas, las personas tampoco pueden serlo.

Y LA

Ansiedad es el vivir esperando el futuro y adelantándose a los hechos es una de las sensaciones más desesperantes e inútiles que puedan existir. La ansiedad fuera de los límites sanos que nos movilizan a andar, es uno de los factores que en la actualidad más limitaciones causa y frena el crecimiento.

LOS

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

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. Así, la ciencia sólo separa un puñado de buenos sentimientos: **por cada emoción positiva se conocen tres o cuatro sentimientos negativos.**

Conclusión

El desarrollo humano a servido para analizar el proceso que vive una persona desde el momento desde que nace hasta que muere. Donde a este proceso le llamamos ciclo de vida vital. Este proceso afecta todos los hábitos de la vida pero los tres principales son el físico, el cognoscitivo y el psicosocial. El aspecto físico incluye el crecimiento del cuerpo y del cerebro, el desarrollo de las capacidades sensoriales y de las habilidades motrices y en general la salud del cuerpo. El aspecto cognoscitivo incluye la mayoría de los procesos psicológicos básicos y superiores (aprendizaje, memoria, atención, lenguaje, razonamiento, pensamiento y creatividad). El hábito psicosocial por su parte agrupa las emociones, la personalidad y las relaciones sociales. En México el IDH se estudia mediante La fórmula para calcular el IDH consiste en un promedio simple de las tres fuentes: $IDH = 1/3(IEV) + 1/3(IE) + 1/3(IPIB)$ En donde: IEV = índice de esperanza de vida, IE = índice de educación, IPIB = índice de producto interno bruto. México volvió a caer en el ranking del Índice de Desarrollo Humano (IDH) de la Organización de las Naciones Unidas (ONU), al ocupar la posición 76 en un ranking de 188 países. El país cayó dos posiciones en comparación con 2017, cuando ocupó la mejor posición de los últimos años (74). Actualmente el desarrollo humano como disciplina científica trata de explicar la descripción, explicación, predicción y intervención. Después vamos con los sentimientos y las emociones, muchos nos confundimos con esto y no sabemos distinguirlas. Las emociones son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo. 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. Cada emoción está regulada por un centro regulador en la subcorteza cerebral: actividad cardíaca y vascular, la respiración, el trefismo muscular, Músculos expresivos de la cara. Y las emociones podemos distinguirlas como: Personales, Sociales y Espirituales y Estéticos. Y por lo tanto los sentimientos 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...). Los sentimientos nos podemos encontrar con varias clasificaciones: Sensibles, Vitales, Psíquicos o Anímicos y espirituales. Encontrandonos con lo sentimientos básicos del ser humano: El Miedo, el Enfado, la Tristeza, la Alegría y el Amor.

Bibliografía

Páginas web:

Cervantes, L. (2018). *Psicología del Desarrollo Humano*. Steemit. <https://steemit.com/cervantes/@cjliriano86/psicologia-del-desarrollo-humano>

Rovira, S. (s.f.). *Predicción afectiva: una habilidad mental muy útil*. Psicología y mente. Consultado el Miercoles 18 de mayo de 2022. <https://psicologiaymente.com/psicologia/prediccion-afectiva>

Vergara, C. (2016, 28 de Julio). *¿Cuáles son las cuatro metas de la psicología?*. Actualidad en psicología. <https://www.actualidadenpsicologia.com/cuatro-metas-psicologia/>

Datos Damacro. (s.f.). *México índice de desarrollo humano*. Consultado el miercoles 18 de mayo de 2022. <https://datosmacro.expansion.com/idh/mexico>

Buret, P. y Alvarez, M. (2018, 19 de febrero). *Humanismo: definición, teorías y características*. Psicología Online. https://www.psicologia-online.com/humanismo-definicion-teorias-y-caracteristicas-2946.html#anchor_6

La Mente es Maravillosa. (s.f.). *Ludwig Binswanger, pionero de la psicología existencial*. Consultado el Miercoles 18 de mayo de 2022. <https://lamenteesmaravillosa.com/ludwig-binswanger-pionero-de-la-psicologia-existencial/>

La Mente es Maravillosa. (s.f.). *Rollo May: biografía del padre de la psicología existencial*. Consultado el Miercoles 18 de mayo de 2022. <https://lamenteesmaravillosa.com/rollo-may-biografia-del-padre-de-la-psicologia-existencial/>

Psicológicamente. (s.f.). *Emociones ¿Qué Son Y Para Qué Sirven?*. Consultado el Miercoles 18 de mayo de 2022. <https://www.psicologicamenteonline.com/emociones-que-son-y-para-que-sirven/>

Libros:

Papalia, E. Sally, M. y Duskin, R. (2010). *Desarrollo humano*. Mc Graw Hill. (Original publicado en 1984).

UDS. (2022). *Antología Desarrollo humano*. UDS.