



**Nombre de alumno:**

**Xóchitl Elena Vázquez Flores**

**Nombre del profesor:**

**Psic. Luis Ángel Galindo**

**Nombre del trabajo:**

**Mapa Conceptual “unidad I & II”**

**Materia:**

**Grado: 6to Cuatrimestre**

**Grupo: LCF26SD0120-B**

Comitán de Domínguez Chiapas a 12 de Junio de 2022.

# DESARROLLO HUMANO

## DEFINICIÓN

ES UN CONCEPTO QUE HACE REFERENCIA A LOS ELEMENTOS NECESARIOS PARA QUE UNA PERSONA PUEDA DESARROLLAR SUS CUALIDADES Y CAPACIDADES SIN NINGÚN TIPO DE DISCRIMINACIÓN

CUALIDAD: ES UNA CARACTERÍSTICA QUE NACE CON EL INDIVIDUO, POR EJEMPLO, LA BELLEZA DE UNA PERSONA.

CAPACIDAD: REPRESENTA LA HABILIDAD QUE TIENE UNA PERSONA AL DESARROLLAR UNA TAREA., POR EJEMPLO LA CAPACIDAD DE BAILAR.

## PSICOLOGÍA

SE CENTRA EN

ESTUDIO DE LOS PROCESOS SISTEMÁTICOS DE CAMBIO Y ESTABILIDAD EN LAS PERSONAS

CAMBIO SISTEMÁTICO: ES UN PROCESO QUE FAVORECE UN CAMBIO ESTRUCTURAL DE TODO EL SISTEMA. ES UN CAMBIO QUE LLEVA A UNA TRANSFORMACIÓN RADICAL DE LA VIDA DE LOS EXCLUIDOS, A TRAVÉS DE LAS ESTRATEGIAS ESPECÍFICAS REQUERIDAS PARA PRODUCIR DICHSO CAMBIOS.

DESARROLLO DEL CICLO DE VIDA

- PERMITE ENTENDER LAS VULNERABILIDADES Y OPORTUNIDADES DE INVERTIR EN ETAPAS TEMPRANAS DE DESARROLLO HUMANO.
- RECONOCE QUE LAS EXPERIENCIAS SE ACUMULAN A LO LARGO DE LA VIDA.
- QUE LAS INTERVENCIONES EN UNA GENERACIÓN REPERCUTIRÁN EN LAS SIGUIENTES.
- EL MAYOR BENEFICIO DE UN GRUPO DE EDAD PUEDE DERIVARSE DE INTERVENCIONES PREVIAS EN UN GRUPO DE EDAD ANTERIOR.

## MÉXICO

EL PROGRAMA DE NACIONES UNIDAS PARA EL DESARROLLO (PNUD), CALCULA ESTE ÍNDICE TOMANDO EN CUENTA TRES DIMENSIONES BÁSICAS DEL DESARROLLO DE LAS PERSONAS EN EL MUNDO: SALUD, EDUCACIÓN E INGRESOS QUE SE PRESENTAN EN CUATRO INDICADORES:

ESPERANZA DE VIDA AL NACER

AÑOS DE ESCOLARIDAD ESPERADOS

GRADO PROMEDIO DE ESCOLARIDAD

INGRESO NACIONAL BRUTO PER CÁPITA

## POSTULADOS DEL HOMBRE EN EL HUMANISMO

ESTUDIO DE UNA PERSONA A NIVEL GLOBAL: PENSAMIENTOS, EMOCIONES, COMPORTAMIENTOS O CONTEXTO VITAL PARA OFRECER SOLUCIONES Y TRATAMIENTOS A SUS PROBLEMAS

CARL ROGERS, ENFOQUE CENTRADO EN LA PERSONA

- ACTITUDES PARA PROMOVER EL DESARROLLO HUMANO:
- CONGRUENCIA HACIA EL OTRO
  - CONSIDERACIÓN POSITIVA
  - EMPATÍA

ABRAHAM MASLOW, TEORÍA DE LAS NECESIDADES

- NECESIDADES BÁSICAS O FISIOLÓGICAS
- NECESIDAD DE SEGURIDAD
- NECESIDADES SOCIALES
- NECESIDAD DE AUTOESTIMA
- NECESIDAD DE AUTOREALIZACIÓN

GESTALT, POTENCIAL HUMANO

- EL INDIVIDUO CLASIFICA SUS PERCEPCIONES COMO UN TODO.
- EL TODO ES MÁS QUE LA SUMA DE SUS PARTES,

BUSCA EXPLICAR LA PERCEPCIÓN HUMANA Y LA MANERA EN LA QUE TOMAMOS DECISIONES SEGÚN NUESTRA FORMA DE PERCIBIR LAS COSAS EN NUESTRA MENTE.

# MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIÓN

## EMOCIÓN

## SENTIMIENTOS

CONJUNTO COMPLEJO DE RESPUESTAS QUÍMICAS Y NEURONALES QUE FORMAN UN PATRÓN DISTINTIVO

TEORÍAS PSICOLÓGICAS

EVALUACIÓN CONSCIENTE QUE HACEMOS DE LA PERCEPCIÓN DE NUESTRO ESTADO CORPORAL DURANTE UNA RESPUESTA EMOCIONAL.

LAS PRODUCE EL CEREBRO CUANDO DETECTA UN ESTÍMULO EMOCIONALMENTE COMPETENTE

MECANISMOS INNATOS

REPERTORIOS CONDUCTUALES APRENDIDOS

WUNDT PROPONE QUE LAS EMOCIONES PUEDEN EXPLICARSE POR LA CONJUNCIÓN DE TRES DIMENSIONES: PLACER-DISPLACER, ACTIVACIÓN-CALMA, TENSIÓN-RELAJACIÓN; ANÁLOGA A LAS TRES DIMENSIONES QUE PLANTEA SCHLOSBERG: AGRADABLE-DESAGRADABLE, ATENCIÓN-RECHAZO Y NIVEL DE ACTIVACIÓN.

SENSIBLES

SEGÚN M. SCHELLER SE CLASIFICAN EN

VITALES

SENTIMIENTOS BÁSICOS

EMOCIONES PRIMARIAS

EMOCIONES SECUNDARIAS

SE PRODUCEN

PROVIENEN

SE LOCALIZAN EN TODO EL CUERPO REFERENCIA AL YO, Y SON LOS MÁS PRÓXIMOS A LAS EMOCIONES

PERTENECEN AL ORGANISMO COMO UN TODO Y COMO CENTRO VITAL, SON DIFÍCIL DE LOCALIZARSE AL RELACIONARSE CON LA SOCIABILIDAD

MIEDO: CONFORMADO POR LA ANGUSTIA, LA PREOCUPACIÓN, EL PÁNICO

PLACENTERAS

DISPLACENTERAS

ALEGRÍA Y AMOR

MIEDO, TRISTEZA, ASCO E IRA

VERGUENZA, CULPA, ORGULLO, ENTUSIASMO, SATISFACCIÓN

SEGÚN FREUD, LA EMOCIÓN CONTIENE DOS ELEMENTOS DISTINTOS: POR UN LADO, LAS DESCARGAS DE ENERGÍA FÍSICA; POR OTRO LADO, CIERTOS SENTIMIENTOS (PERCEPCIONES DE LAS ACCIONES MOTRICES QUE SE PRODUCEN Y SENTIMIENTOS DE PLACER O DESAGRADO QUE DAN A LA EMOCIÓN SUS CARACTERÍSTICAS ESENCIALES).

PSÍQUICOS O ANÍMICOS

ESPIRITUALES

EL ENDADO: CONFORMADO POR LA RABIA, EL ODIOS, LA FRUSTRACIÓN

SON PARTES INTEGRANTES DEL YO, POR LO QUE SON INTENCIONALES Y REVELADORES DEL YO.

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

LA TRISTEZA: CORFORMADA POR LA SOLEDAD, LA MELANCOLÍA O PENA

WATSON REDUCE TODAS LAS EMOCIONES A LOS PATTERN-REACTION DEL RECIÉN NACIDO Y ESTOS, A SU VEZ, A LAS REACCIONES PROVOCADAS POR LOS CAMBIOS FISIOLÓGICOS. EL MIEDO, LA RABIA, EL AMOR (ESTE ÚLTIMO ENTENDIDO EN SENTIDO FREUDIANO DE LIBIDO) CONSTITUYEN LOS TRES TIPOS DE MODIFICACIÓN QUE SE PRODUCEN EN EL NIÑO; Y DE ESTOS TRES, SOLO EL MIEDO Y LA RABIA SON EMOCIONES, PUESTO QUE LA EMOCIÓN CONSISTE EN UNA SIMPLE REACCIÓN, LO QUE CAUSA LA EMOCIÓN ES –SEGÚN WATSON– LA SITUACIÓN.

LA ALEGRÍA: CONFORMADA POR EL GOZO, LA PAZ, LA ARMONÍA

EL AMOR: CORFORMADO POR DIOS, LA DICHA, EL EMBELESO

## CONCLUSIÓN

EN LOS ÚLTIMOS TIEMPOS HEMOS ESCUCHADO HABLAR DE UN TEMA QUE HA RECOBRADO GRAN IMPORTANCIA, ME REFIERO A LA INTELIGENCIA EMOCIONAL, ES IMPORTANTE MENCIONAR LA IMPORTANCIA PRIMORDIAL QUE TIENEN LAS EMOCIONES SOBRE ELLO, PUES COMO PODREMOS ENTENDER ANTES DE HABLAR DE INTELIGENCIA EMOCIONAL DEBEMOS CONOCER PRIMERO NUESTRAS EMOCIONES, Y ESTE ES UN CAMINO POR EL QUE LA MAYORÍA DE NOSOTROS NO TUVIMOS LA ENSEÑANZA NI LA FORMACIÓN DESDE PEQUEÑOS, ES POR ELLO, QUE SUELO ESTAR DE ACUERDO CON MUCHOS AUTORES SOBRE LA NECESIDAD DE INCLUIR ESTOS TEMAS EN LA ENSEÑANZA ACÁDEMICA, PARA QUE NUESTROS NIÑOS Y NIÑAS TENGAN LAS BASES CON LAS CUALES ENFRENTARSE A ELLOS MISMOS, ÁDEMÁS DE LA FORMACIÓN QUE SE RECIBE EN CASA, POR SUPUESTO.

AHORA BIEN, EL PSICOLOGO, PERIODISTA Y ESCRITOR DANIEL GOLEMAN, EN SU LIBRO TITULADO JUSTAMENTE “INTELIGENCIA EMOCIONAL” HACE UN INCAPIÉ SOBRE LO IMPORTANTE QUE ES DARSE CUENTA DE NUESTROS SENTIMIENTOS EN EL MISMO MOMENTO EN QUE ÉSTOS TIENEN LUGAR, CONSTITUYENDO LA PIEDRA ANGULAR DE LA INTELIGENCIA,

YO MISMA PUEDO DECIR, EN BASE A MI PROPIA EXPERIENCIA, SOBRE CÓMO MI NECESIDAD DE REFORZAR MI AUTOESTIMA, ME LLEVO A UN MUNDO COMPLETAMENTE NUEVO, EN EL QUE ABUNDA INFORMACIÓN SOBRE LA MANERA DE CONOCERSE A UNO MISMO, ESO ME LLEVÓ A LEER SOBRE LAS EMOCIONES, SOBRE ESTAS RESPUESTAS QUÍMICAS QUE OCURREN EN EL CUERPO CUANDO DAMOS LUGAR A LA ALEGRIA, AL MIEDO, Y AL ENOJO, POR MENCIONAR ALGUNOS.

ES UN PROCESO EXTENSO, PERO BASTANTE RECONFORMATE.

“NUNCA SE PUEDE ENCONTRAR LA PAZ EN EL MUNDO EXTERNO HASTA QUE HAGAMOS LA PAZ CON NOSOTROS MISMOS”. DALAI LAMA

## BIBLIOGRAFÍA BÁSICA Y COMPLEMENTARIA:

- 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/Scha ufler](http://biblioteca.clacso.edu.ar/gsd/collect/ar/ar010/index/assoc/D10142.dir/Scha%20ufler).
- 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,

## FUENTES ADICIONALES

- PÁGINAS CONSULTADAS DE INTERNET:

<https://brainly.lat/tarea/5655784>

<https://www.minsalud.gov.co/proteccionsocial/Paginas/cicloVida.aspx>

<http://vincentians.com/es/cambio-sistemico-un-proceso-para-cambiar-las-situaciones-injustas-que-afectan-a-los-pobres/>

<https://www.mexicosocial.org/mexico-y-su-desarrollo-humano/>

<https://www.psicologia-online.com/humanismo-definicion-teorias-y-caracteristicas-2946.html#:~:text=Postulados%20b%C3%A1sicos%20de%20la%20teor%C3%ADa%20humanista,-Algunos%20de%20los&text=Es%20mas%20que%20la%20suma,y%20la%20comprensi%C3%B3n%20de%20significados.>

<https://psicologiapractica.es/psicologia-gestalt/>

[https://www.philosophica.info/voces/emociones/Emociones.html#:~:text=Seg%C3%BAn%20Freud%20la%20emoci%C3%B3n%20contiene,la%20emoci%C3%B3n%20sus%20caracter%C3%ADsticas%20esenciales\).](https://www.philosophica.info/voces/emociones/Emociones.html#:~:text=Seg%C3%BAn%20Freud%20la%20emoci%C3%B3n%20contiene,la%20emoci%C3%B3n%20sus%20caracter%C3%ADsticas%20esenciales).)

- MAMMOLITI, M.(ANFITRIÓN) (2020-PRESENTE) PSICOLOGIA AL DESNUDO [PODCAST]. SPOTIFY.

<https://open.spotify.com/show/1TDJJoHWEq7Nbh3yEBOJOj?si=95e655edb15a40f8>