



# Mi Universidad

## Ensayo

*Nombre del Alumno: XOCHITL CONCEPCION PEREZ ALMEIDA*

*Nombre del tema: ENSAYO UNIDAD 1 Y 2*

*Parcial 1*

*Nombre de la Materia: DESARROLLO HUMANO*

*Nombre de la Licenciatura: LIC EN ENFERMERIA*

*Cuatrimestre 6TO*

*CUNDUACAN, TABASCO A 20 DE MAYO DEL 2023.*

## UNIDAD 1

El ser humano vive en un constante cambio desde su fecundación hasta el último momento de su vida, es por ello que el desarrollo humano se encarga de estudiar cada uno de estos procesos y su objetivo principal es el promover el crecimiento personal, en el presente ensayo trataremos de abordar diversos temas relacionados con este proceso. 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. Los científicos confirman que el desarrollo humano es un ciclo vital ya que está en proceso toda la vida y su evolución es permanente debemos tener en cuenta que 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. 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. El IDH 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. El más reciente Informe Mundial sobre Desarrollo Humano 2011, ubicó a México en la posición 57 del ordenamiento internacional, con un IDH de 0.770. De acuerdo con ese informe, el país se encuentra en el segundo grupo de países con mayor desarrollo humano; es decir, en la categoría que agrupa al 25% de países catalogados con desarrollo humano alto.

### POSTULADOS DEL HOMBRE EN EL HUMANISMO

Como mencionábamos anteriormente una de las disciplinas que se basan en el desarrollo humano es la psicología, teniendo como la rama que se inclina más a ello la cual es la psicología humanista la lectura la cataloga más un movimiento que una escuela, y si consideramos el concepto muchos autores humanísticos-existenciales la catalogan que aún más que un movimiento, es el reflejo de una actitud sobre el ser humano y el conocimiento.

Y para eso se siguen los siguientes pasos:

1. El 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.

Entonces comprendemos que el humanismo valora al ser humano y sus cualidades. El humanismo también ha ayudado a impulsar la creación de leyes que protegen los derechos de las personas a vivir libremente y sin discriminación, así como llevar una vida responsable, con ética para que lleguemos a la autorrealización como menciona Maslow en su pirámide de las necesidades del ser humano y contribuir al bien común.

### **LA PERSONA ES MÁS QUE LA SUMA DE SUS PARTES**

La oración de la psicología Gestalt dice que el “todo es mayor que la suma de sus partes” esto nos hace reflexionar que el ser humano va más allá de su estructura, sus sentidos si no que engloba, sentimientos, emociones, experiencia, su pasado y presente. Las personas se esfuerzan por formarse una impresión de otras personas, Las mismas cualidades podrían producir impresiones diferentes, ya que las cualidades interactúan entre sí de forma dinámica y pueden producir una nueva cualidad. Es por ello que todas nuestras experiencias las formamos para que tenga un sentido para nosotros, y que a la larga nos ira formando nuestro carácter y encontrar el equilibrio y bienestar permitiendo un sano desarrollo personal.

## **UNIDAD 2**

Las emociones y sentimientos son situaciones que vivimos en el día a día, en esta unidad trataremos de comprender la diferencia de las emociones y sentimientos y lo importante que es aprender a manejarlas. A las emociones podemos definir las como agitaciones o estados de ánimo producidos por ideas, recuerdos, apetitos, deseos, sentimientos, pasiones. 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. Los comportamientos ante las emociones aparecen como una respuesta a una situación y varían en su naturaleza y estructura de acuerdo con la situación y con el individuo. Los sentimientos en cambio son producto de la observación por parte de la mente de los cambios generados por las emociones. Las emociones, además de generar acciones, pueden también crear sentimientos, cuando estas se hacen conscientes y se interpretan de determinada manera.

continuamente podemos utilizar nuestra capacidad intelectual para recordar, pensar o imaginar determinados episodios que generan sentimientos y tendencias emocionales. Incluso cuando dormimos, algunos sueños, al recordarlos, condicionan nuestras emociones y nuestros sentimientos.

Los tipos de emociones que podemos distinguir:

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.

Cada persona reacciona de forma distinta a un mismo estímulo emocional y hay emociones positivas y también negativas; entre las positivas se encuentran: la felicidad, paz. Compasión, gratitud, ternura entre otras, mientras que en las negativas se encuentran: el miedo, la ansiedad, angustia, desesperación, estrés, depresión, y muchas más que alguna vez en nuestra vida hemos experimentado.

En cambio, en los sentimientos podemos encontrar diversas clasificaciones como:

1. Sensibles: Se localizan en todo el cuerpo con referencia al Yo, y son los más próximos a las emociones. (Placer, dolor...)
2. Vitales: Pertenecen al organismo como un todo y como centro vital. Son difíciles de localizar al relacionarse con la sociabilidad. (Bienestar, salud, calma, tensión...)
3. Psíquicos o Anímicos: Son partes integrantes del Yo, por lo que son intencionales y reveladores del valor del Yo.
4. 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.

Y hablando de los sentimientos y las emociones hay que aclarar que son funciones cerebrales, y en sus mecanismos fisiológicos ocupan un papel central los procesos nerviosos, pero en los sentimientos dependen más de la actividad cortical. Para eso siempre será necesario para

poder reconciliarnos con nosotros mismos y para enfrentar los problemas de la vida. Y este aprendizaje nos llevará a tener buenas relaciones con las personas que nos rodean. Es muy importante conectarnos con nuestras emociones, para poder comunicarnos con los demás.

### **SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO**

La actividad psíquica determina el estado anímico y moldea la personalidad en favor o detrimento de las aspiraciones de cada individuo. Es por ello por lo que luego de analizar los fenómenos psicológicos que más obstaculizan el proceso de crecimiento y realización. El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades. Actualmente, se piensa que la mayor parte de las enfermedades psíquicas tiene su origen en una lucha entre el poder del cerebro, para aflorar su potencial en forma de emociones y sentimientos. como mencionábamos antes también existen emociones o sentimientos negativos que si no sabemos cómo manejarlas nos pueden llevar al fracaso o a un estado mental donde muchas veces es difícil de salir e incluso pueden llevar a la muerte, o a cometer un acto del cual más adelante nos podemos arrepentir. Pero en determinado momento, las etiquetadas como negativas pueden no serlo y beneficiarnos por sumirnos en un estado que puede salvarnos la vida; el miedo, por ejemplo, en muchas ocasiones nos previene y defiende de elementos peligrosos.

### **SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO**

Y así también hay sentimientos y emociones positivas que nos pueden ayudar a realizarnos como persona a tener una estabilidad con nosotros mismos, 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.

En conclusión, el Desarrollo humano depende de las experiencias, sentimiento y emociones que vivimos día a día, de cómo nos sentimos y de las metas que nos proponemos alcanzar, pero antes que lleguemos a esa autorrealización tenemos que experimentar diversas cosas en nuestra vida cotidiana. las emociones y los sentimientos están continuamente con nosotros, en toda nuestra vida y nuestro tiempo, son consecuencia de la interacción. No existen emociones buenas o malas, pero si podemos clasificarlas en positivas o negativas en función de como su persistencia condicione un estado de ánimo.

# Referencias

(s.f.). Obtenido de eureka-11-1-17.pdf (bvsalud.org)

PALLARÉS, M. (2010). *EMOCIONES Y SENTIMIENTOS*. MARGE BOKS.

SURESTE, U. D. (s.f.). *ANTOLOGIA DE DESARROLLO HUMANO*.