Mapa Conceptual

Nombre del alumno: Marcela Pulido Tovar

Nombre del tema: Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

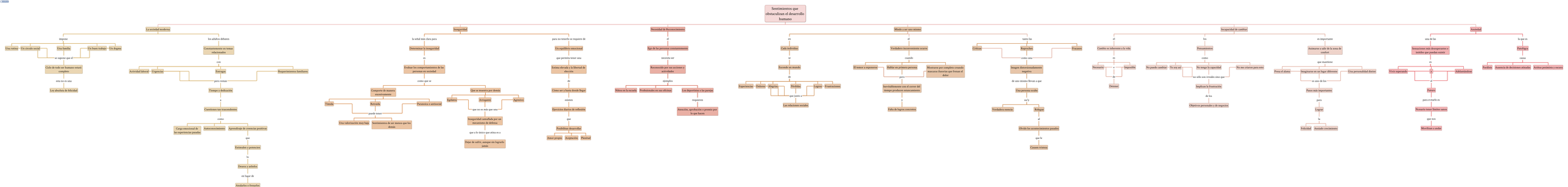
Módulo: 11

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Paola Jaqueline Albarrán Santos

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 6


Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano
La sociedad moderna
impone
Una rutina
Un círculo social
Una familia
Un buen trabajo
Un dogma
se supone que el
Ciclo de vida ser humano retará completo
esta no es una
Ley absoluta de felicidad
los adultos deberen
Constantemente en temas relacionados
con
Actividad laboral
Urgencias
Entregas
Requerimientos familiares
para estas
Tiempo y dedicación
Cuestiones tan trascendentes
como
Carga emocional de las experiencias pasadas
Autoconocimiento
Aprendizaje de creencias positivas
que
Estimulan y potencian
lo
Deseos y anhelos
en lugar de
Acatarlos o frenarlos
Inseguridad
la señal más clara para
Determinar la inseguridad
es
Evaluar los comportamientos de las personas en sociedad
como que se
Comporte de manera encantadoramente
Tímida
Retraída
Paranoica o antisocial
puede tener
Una valoración muy baja
Sentimientos de ser menos que los demás
Qué se muestra por dentro
Agitada
Acongojada
Agitadora
que no es más que una
inseguridad camuflada por un mecanismo de defensa
que a lo único que atina es a
Dejar de sufrir, aunque sin lograrlo jamás
para no tenerlo se requiere de
Un equilibrio emocional
que permita tener una
Estima elevada y la libertad de elección
de
Cómo ser y hacer donde llegar
existen
Ejercicios diarios de reflexión
que
Posibilitan desarrollar
Amor propio
Aceptación
Plenitud
Necesidad de Reconocimiento
el
Ego de ha perseguir constantemente
necesita ser
Reconocido por sus acciones y actividades
ejemplos
Niños en la escuela
Profesionales en sus oficinas
Los deportistas o las parejas
requieren
Atención, aprobación o premio por lo que hacen
Miedo a ser uno mismo
es
Cada individuo
se
Esconde en mundo
de
Espectacular
Dolores
Alegría
Pérdida
Cargas
Frustraciones
que junto a
Las relaciones sociales
el
Verdaderos incuestionable ocurre
cuando
El temor a enfrentar
Hablar en primera persona
Mostrarse por completo cruzado nuacaso finestras que frenan el dolor
para
Inevitablemente con el correr del tiempo produce estancamiento
Falso de logros concretos
tanto las
Críticas
Reproches
Frenazo
como una
Imagen distorsionadamente negativa
de uno mismo llevan a que
Una persona oculte
su Y
Verdadera esencia
Refugiar
se
Olvide los acontecimientos pasados
que le
Causen tristeza
Incapacidad de cambiar
el
Cambio es inherente a la vida
es
Necesario
imposible
de
Detener
los
Pensamientos
como:
No puedo cambiar
Yo sea así
No tengo la capacidad
No me criaron para esto
no sólo son irreales sino que
Implican la frustración
de los
Objetivos personales y de negocios
es importante
Animarse a salir de la zona de confort
que mantiene
Poca o el alerta
Imaginarse en un lugar diferente
Una personalidad diferente
es uno de los
Pasos más importantes
para
Lograr
Felicidad
Avanzar crecimiento
Ansiedad
una de las
Sensaciones más desagradables y terribles que puedan existir
es
Vivir esperando
Ansiedad
Adelantándose
Pasado
Ansiedad de decisiones atrasado
Actitud problemas y excusas
Pereza
para evitarlo es
Necesario tener límites sanos
que nos
Motivan a evolar
la que es
Patología
cuna
Pradera
Ausencia de decisiones atrasado
Actitud problemas y excusas