

DESARROLLO HUMANO

EMOCIÓN Y SENTIMIENTOS

CUADRO SINÓPTICO

ALUMNO: JARIB JAHZIEL HERNÁNDEZ TOLEDO
MAESTRA: LUZ MARIA CASTILLO MORENO
6TO CUATRIMESTRE
2DA UNIDAD

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

- En los primeros años de vida cuando se adquieren las experiencias que devendrán en un adulto seguro o inseguro
- Alguien que se comporte de manera excesivamente tímida, retraída, paranoica o antisocial puede esconder en su interior una valorización muy baja,
- muestra por demás de ególatra, arrogante o agresivo, que no es más que una inseguridad camuflada
- Los pensamientos negativos hacia uno mismo, el miedo a ser defraudados o a no conseguir los deseos son un obstáculo

Obstaculos

INSEGURIDAD

- El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades.
- siempre expresan de alguna u otra forma la imperante necesidad de que otro apruebe y premie lo que se está haciendo.
- estar demasiado pendiente del reconocimiento se convierte en una fuente que succiona energía y genera frustración y resentimiento

la opinión ajena que muchas veces suele ser subjetiva y circunstancial, y abocarse a las verdaderas causas que movilizan una acción.

se divide en

NECESIDAD DE RECONOCIMIENTO

- En cada individuo se esconde un mundo de experiencias, dolores, alegrías, pérdidas, logros y frustraciones
- Tanto las críticas, los reproches, fracasos como una imagen distorsionadamente negativa de uno mismo conllevan a que una persona oculte su verdadera esencia
- uando el temor a exponerse, hablar en primera persona o mostrarse por completo es tan grande que se crean máscaras ilusorias que temporalmente frenan el dolor

junto a las relaciones sociales, laborales y amorosas conforman la personalidad y la identidad personal y cultural.

inevitablemente con el correr del tiempo producen estancamiento y falta de logros concretos.

MIEDO A SER UNO MISMO

el cambio es la causa y origen de todas las cosas.

INCAPACIDAD DE CAMBIAR Y ANSIEDAD

- El cambio es inherente a la vida, necesario e imposible de detener
- La ansiedad fuera de los límites es uno de los factores que más limitaciones causa y frena el crecimiento.
- la ansiedad patológica causa parálisis, ausencia de decisiones atinadas y una actitud pesimista y oscura frente a la vida

La fobia social, el trastorno obsesivo compulsivo, los ataques de pánicos o la ansiedad generalizada son algunos de los trastornos que se generan