



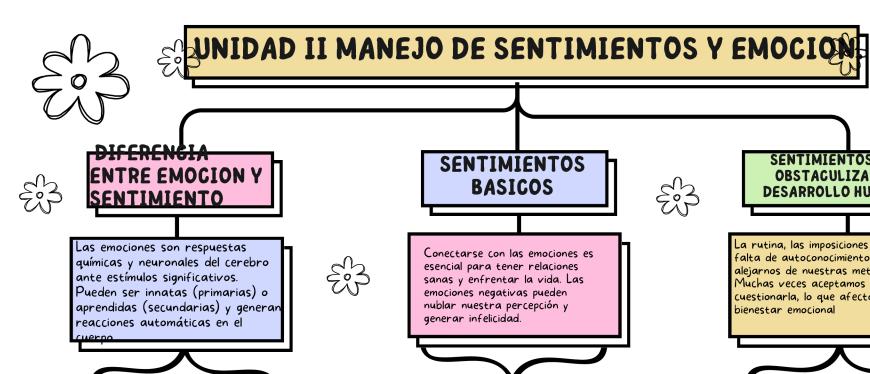
NOMBRE DEL ALUMNO: KARLA NALLELY PEREZ LOPEZ

NOMBRE DEL PROFESOR (A): YANETH FABIOLA SOLÓRZANO PENAGOS

MATERIA: DESARROLLO HUMANO

INSTITUCIÓN: UNIVERSIDAD DEL SURESTE "UDS"





SENTIMIENTOS QUE **OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO** 

La rutina, las imposiciones sociales y la falta de autoconocimiento pueden alejarnos de nuestras metas y sueños. Muchas veces aceptamos esta vida sin cuestionarla, lo que afecta nuestro bienestar emocional

## SENTIMIENTOS

Los sentimientos son la percepción consciente de nuestro estado corporal durante una emoción. Están influenciados por imágenes, sonidos y valores culturales, y reflejan formas superiores de placer o dolor.

**EMOCIONES Y** SENTIMIENTOS

Las emociones y los sentimientos son formas de afectividad. Las emociones son reacciones breves igadas a necesidades orgánicas, mientras que los sentimientos son más duraderos y se relacionan con necesidades culturales o sociales.

Las manifestaciones emocionales provienen de cinco sentimientos básicos: miedo (incluye angustia, preocupación y pánico), enfado, tristeza, alegría y amor. El miedo, por ejemplo, puede surgir incluso ante situaciones que quizás nunca ocurran.

tl crecimiento personal requiere revisar nuestras creencias, experiencias pasadas y estado anímico, ya que estos factores influyen directamente en la realización de nuestros provectos.

## INSEGURIDAD

La inseguridad emocional, influenciada por las experiencias tempranas, puede manifestarse de diversas maneras, desde la timidez extrema hasta la arrogancia defensiva. Estos comportamientos están ligados a una baja autoestima y miedo al fracaso.

Ambos procesos son funciones cerebrales, pero los sentimientos dependen más de la actividad de la corteza cerebral.



