



Nombre del Alumno: Gretel Shadia Escriba Pérez

Nombre del tema: sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

Parcial: 2 do

Nombre de la Materia: Desarrollo humano

Nombre del profesor: Hortensia Flores Guillén

Nombre de la Licenciatura: Lic. en Enfermería

Cuatrimestre: 6 to

# SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

## IDEA PRINCIPAL

Los sentimientos negativos como el miedo, la culpa, la envidia y el rencor son fuerzas invisibles que actúan como barreras internas, impidiendo que los seres humanos alcancen su pleno potencial, limiten sus relaciones y saboteen su crecimiento emocional, social y espiritual.



## ESTRUCTURA Y SECUENCIALIDAD



**El miedo: la jaula invisible**

El miedo es quizás el más primitivo y poderoso de todos los sentimientos limitantes. Paraliza, impide tomar decisiones, coarta la creatividad y nos encierra en zonas de confort.

**La culpa: el peso del pasado**

La culpa es una emoción que nos ancla al pasado. Sentirse culpable en exceso impide el perdón, tanto hacia uno mismo como hacia los demás. Funciona como una mochila cargada de piedras que entorpece cada paso hacia el crecimiento personal.

**La envidia: espejo de carencias**

La envidia surge cuando observamos en otros lo que creemos que nos falta. Es un sentimiento que en lugar de motivar, corroe desde dentro y nubla la percepción del propio valor.

**El rencor: fuego que consume**

El rencor es el resultado de heridas no sanadas. Mantenerlo vivo es como sostener una brasa ardiente con la intención de lanzarla a alguien más, pero el primero en quemarse es uno mismo.

## INTERPRETACION

Esta nota busca invitar a la reflexión interna. No se trata de rechazar los sentimientos negativos, sino de verlos como señales de algo más profundo que necesita ser atendido. El miedo puede señalar una falta de confianza, la culpa puede esconder un deseo de reparación, la envidia puede revelar sueños postergados, y el rencor puede encubrir un llamado al perdón. Comprender esto transforma el obstáculo en oportunidad.



## SIMBOLOGÍA



- La jaula invisible del miedo: Representa los límites autoimpuestos.
- La mochila de la culpa: Carga emocional que frena el avance.
- El espejo roto de la envidia: Visión distorsionada de uno mismo.
- La brasa ardiente del rencor: Autodestrucción disfrazada de justicia.