



- ♥ *Nombre del Alumno:* KARLA VALERIA RAMOS CANSINO
- ♥ *Nombre del tema:* CARACTERÍSTICAS QUE CAMBIAN EN EL SER HUMANO
- ♥ *Parcial:* 2
- ♥ *Nombre de la Materia:* ENFERMERIA CLINICA I
- ♥ *Nombre del profesor:* SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO
- ♥ *Nombre de la Licenciatura:* ENFERMERIA

# "Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano"

Los sentimientos negativos como el miedo, la envidia, el rencor y la culpa actúan como barreras internas que impiden el crecimiento personal, afectando la salud mental, la toma de decisiones y las relaciones interpersonales. Reconocer y transformar estos sentimientos es esencial para alcanzar el pleno desarrollo humano



Se introduce la importancia del desarrollo humano y cómo los sentimientos influyen en este proceso. Se plantea la hipótesis de que no solo factores externos, sino también los internos (emocionales), juegan un papel clave.





Se identifican y explican los principales sentimientos que actúan como obstáculos:

**Miedo:**Paraliza la acción y evita que las personas salgan de su zona de confort.

**Envidia:**Provoca comparaciones destructivas, baja autoestima y resentimiento.

**Rencor:**Ata al pasado y dificulta el perdón, afectando la paz interior.

**Culpa:**Genera autoboicot, impidiendo el avance personal.

**Ansiedad:**Saturación emocional que bloquea el pensamiento claro y decisiones racionales.





Se enfatiza la importancia de la inteligencia emocional y la introspección como herramientas para superar estas barreras, proponiendo la sanación emocional como camino hacia la libertad y el crecimiento integral.

Presentación del tema con enfoque reflexivo.

Cuerpo o desarrollo: Identificación de sentimientos negativos y su impacto.

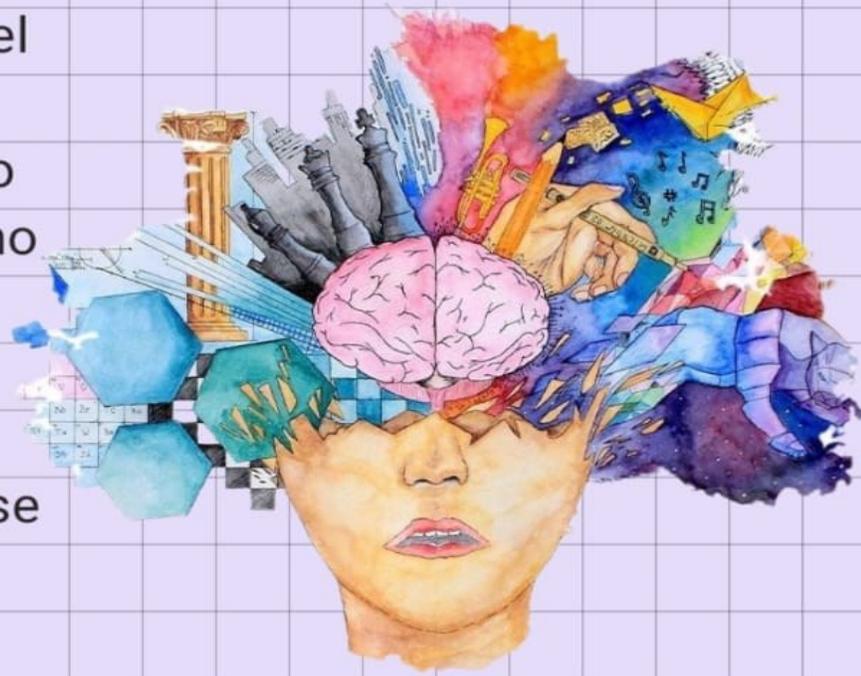
Conclusión: Llamado a la conciencia emocional y transformación personal.

Recomendaciones prácticas.

Terapia, meditación, escritura emocional, apoyo social.



Esta nota puede interpretarse como una guía reflexiva sobre cómo los sentimientos mal gestionados pueden frenar el potencial humano. También invita a ver cada emoción no como un enemigo, sino como una señal de algo que necesita ser sanado o comprendido. Es una invitación a responsabilizarse de las emociones, no a reprimirlas.



El Miedo: Representado por una cadena o una jaula, que impide volar.

La Envidia: Como un espejo roto, que distorsiona la percepción de uno mismo.

El Rencor: Un ancla oxidada, que arrastra al pasado.

La Culpa: Una mochila pesada, cargada de piedras del ayer.

La Ansiedad: Un torbellino o laberinto, que confunde y abrumba.