

DESARROLLO HUMANO
PREGUNTAS DE RETROALIMENTACION
NOMBRE DEL ALUMNO: Eliset López Álvarez

1.- ¿QUE SON LOS SENTIMIENTOS?

Estado de ánimo o disposición emocional hacia una cosa, un hecho o una persona.

2.- ¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?

Son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación a ciertos estímulos del individuo cuando percibe un objeto, persona, lugar, suceso o recuerdo importante.

3.- ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO?

La emoción son reacciones involuntarias a los estímulos y los sentimientos es la interpretación de las emociones, es decir que sin emoción no hay sentimiento, los sentimientos podemos controlarlos, esto es porque cada individuo tiene una percepción diferente de las emociones

4.- ¿QUE FACTORES FACILITAN EL CRECIMIENTO PERSONAL?

La Personalidad y Actitud, la Percepción de la vida, el Entorno.

5.- ¿QUE ES LA CULPA?

Sentirse responsable o compungido por una ofensa percibida, real o imaginaria. Puede ser parte de la reacción de duelo.

6.- DEFINE ¿POR QUE LA CULPA DISFRAZADA DE IMPORTANCIA OBSTRUYE NUESTRO DESARROLLO?

La mayoría de nosotros ha sido en algún momento de su vida condicionado para sentirse culpable. Esta culpa proviene generalmente de la familia, los amigos, la sociedad y/o la religión que, consciente o inconscientemente, nos enseña a sentirnos culpables por pensar o actuar de una manera determinada.

7.- ¿ES NECESARIO SENTIRSE CULPABLE POR SER INCAPAZ DE DAR MÁS ALLÁ DE TU CAPACIDAD? ¿POR QUÉ?

No, porque cada día podemos dar más y ser mejores en nuestra vida o en cada cosa que hagamos

8.- DEFINE ¿POR QUE LA CULPA DISFRAZADA DE RESPONSABILIDAD OBSTRUYE NUESTRO DESARROLLO?

La culpa es uno de los sentimientos que nuestro ego emplea para condicionarnos.

9.- ¿POR QUE APRENDER ES NECESARIO?

Para tener más conocimiento

10.-¿POR QUÉ NECESITAMOS ESTAR BIEN?

Para llevar una vida tranquila y llena de buenas cosas

11.-¿CÓMO INFLUYE LA CULPA EN LOS SECRETOS?

Aquellos secretos que nos avergüenzan suelen atormentarnos más que aquellos que nos hacen sentir culpables de algo

12.-¿QUÉ RELACION TIENEN LOS SECRETOS CON NUESTRAS CREENCIAS?

La actividad cerebral varía según las creencias religiosas en comprender que tiene pensamientos, emociones y deseos diferentes a los nuestros.

13.- DEFINE LA FRASE: ASÍ COMO PIENSAS ERES"

Que es el reflejo de tus sentimientos, que a cómo te ves eres, piensas y actúas

14.- ¿COMO PODEMOS ALIMENTAR NUESTRO SER?

De buenas amistades, buenas vibras, buenos pensamientos y buenas metas

15.- ¿QUÉ GENERAN EN LA PERSONA LOS SENTIMIENTOS POSITIVOS?

Mejores expectativas de vida

17.-¿Qué IMPACTO TIENE LA FELICIDAD EN LA PERSONA?

Una paz profunda y mucho entusiasmo

18.- DEFINE LA SIGUIENTE FRASE DE Antonio Damasio: “la emoción es un ingrediente necesario en casi todas las decisiones que tomamos”

Porque puede que en algún momento tomemos malas decisiones o digamos algo que realmente no sentimos, pero por enojo lo sacamos

19.-¿Qué SON LAS NEURONAS ESPEJO?

Son las que nos permiten reflejar las emociones de otra persona, ya sea buenas o malas

20.- ¿Qué ES LA FILOFOBIA?

Es el miedo a estar enamorado, afecta a la vida social y emocional de persona que lo sufre.

21.- ¿Qué ES LA OXCITOCINA?

Es una hormona que es liberada cuando nos abrazamos

22.- ¿CÓMO SE RELACIONAN LAS NEURONAS ESPEJO CON LA EMPATIA?

Las neuronas espejo son clave para la armonización de los individuos con el entorno, ya que permiten captar las emociones de los demás, no a través del razonamiento conceptual sino a través de la experiencia directa, afirman que esas neuronas dan la capacidad para empáticos, es decir, que nos hace sentir lo que sienten los demás