



***universidad del sureste***

***Ana mercedes Aguilar García***

***Lic. Mónica lisseth Quevedo Pérez***

***Trabajo social y gestión comunitario***

***Desarrollo humano***

***6° cuatrimestre***

***Cuadros sinópticos (sentimiento, emoción)***

***Pichucalco Chiapas a 07 de junio de 2020***



# Sentimiento

estado afectivo del ánimo que es provocado por una emoción hacia una persona, animal, objeto o situación.



Se origina de la conceptualización y valoración racional de las emociones y de las causas de estas

Tipos de sentimiento

Pensamiento negativo y positivo

los sentimientos negativos producen sensaciones de malestar en la persona y al resultar desagradables

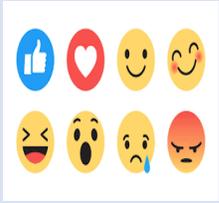
Los sentimientos positivos contribuyen en gran medida a preservar nuestra salud física y psíquica, debido a que ayudan a disminuir las sensaciones de estrés y ansiedad. Por otro lado, ayudan a paliar la aparición de los sentimientos negativos.

Lista de pensamientos positivos

- 1\_ amor
- 2\_ felicidad
- 3\_ esperanza
- 4\_ pasión
- 5\_ satisfacción
- 6\_ diversión

Pensamientos negativos

- 1\_ira
- 2\_miedo
- 3\_culpa
- 4\_enfado
- 5\_estres
- 6\_verguenza



# Emoción

## Clasificación

### Emoción primaria

Las emociones primarias también se conocen como emociones básicas, y son las emociones que experimentamos en respuesta a un estímulo. Para Paul Ekman, las afirmó que las emociones básicas son 6: tristeza, felicidad, sorpresa, asco, miedo e ira. Todas ellas constituyen procesos de adaptación y, en teoría, existen en todos los seres humanos.

### Emociones positivas

Dependiendo del grado en que las emociones afectan al comportamiento del sujeto, éstas pueden ser o bien positiva o bien negativas

Las emociones son estados afectivos que experimentamos. Reacciones subjetivas al ambiente que vienen acompañadas de cambios orgánicos - fisiológicos y endocrinos- de origen

### Emoción secundaria

Las emociones secundarias son un grupo de emociones que siguen a las anteriores. Por ejemplo, cuando experimentamos la emoción básica de miedo después podemos sentir las emociones secundarias de amenaza o enfado, dependiendo, claro está, de la situación que estemos viviendo

### Emociones negativas

Las emociones negativas son opuestas a las emociones positivas, porque afectan negativamente al bienestar de las personas. También se conocen como emociones tóxicas, y suelen provocar el deseo de evitarlas o evadirlas.