



**NOMBRE DEL ALUMNO: Marieli
Romero Curiel.**

**NOMBRE DEL PROFESOR: ANA SILVIA
LAZARO VALENCIA.**

MAESTRÍA: Lic. Psicología.

MATERIA: DESARROLLO HUMANO.

**NOMBRE DEL TRABAJO: CUADRO
SINOPTICO.**

Manejo de sentimientos y emociones.

Emoción

Son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores.

sentimientos

Es la suma de emoción mas pensamiento. Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional.

Sistema límbico.

Es un complejo de neuronas situadas en el cerebro y constituidos por varias partes; el tálamo, el hipotálamo, la amígdala y el hipocampo.

El neocórtex.

Parte inteligente y voluntaria del cerebro, y forma parte de la corteza cerebral o córtex. Esta conformada por seis capas de la zona mas externos del cerebro.

Emociones primarias.

*sorpresas. *miedo. *asco. *rabia.
*tristeza. *alegría. *ira.

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo.

*inseguridad. *angustia. *envidia.
*miedo a ser uno mismo. *miedo constante. *incapacidad de cambiar. *ansiedad. *necesidad de reconocimiento.

Sentimientos que promueven el desarrollo humano.

Utilidad de las emociones positivas, beneficios de las emociones positivas, resiliencia.