



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CAMPUS TABASCO

LIC. ENFERMERIA

DOCENTE: LIC. ALBERTO DE JESÚS LÓPEZ MUÑOZ

6TO CUATRIMESTRE GRUPO: Q

ALUMNO: CARLOS EDUARDO MAGAÑA OSORIO

DESARROLLO HUMANO

CUADRO SINÓPTICO:

UNIDAD II MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

2.1 DIFERENCIAS ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTOS

2.2 SENTIMIENTOS BÁSICOS

2.3 SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

2.4 SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

VILLAHERMOSA TABASCO, 20 DE MAYO DEL 2020

Manejo de sentimientos y emociones

Emociones

Son respuestas de nuestro organismo ante estímulos exteriores.

*Forma Física: Sudar, Enrojecerse, Tener Palpaciones Y Llorar.

*Forma Conductual: Correr, Llorar, Abrazar

Sentimiento

Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional. El sentimiento interviene en las reacciones fisiológicas un componente cognitivo y subjetivo

Cerebro Reptil (Tronco Cerebral Y Cerebelo)

-Sostiene las funciones básicas de la vida incluyendo el mantenimiento y control del ritmo cardíaco y las respiración y funciones vitales .

-Regula los niveles de sueño y vigila

Sistema Límbico

-Definida como el cerebro emocional

-Funciona de manera autónoma controlando por la corteza cerebral.

-Evalúa si son perjudiciales o beneficiosa

-Ordena al cuerpo para que responda de manera adecuada a defenderse en los estímulos que sean peligrosos o que sean favorables

Circuito Básico

-Es un mecanismo de respuesta automático en inconsciente

-Tiene la ventaja que el tiempo de respuesta sea rápida y fundamental en las situaciones que no pueden esperar una evaluación racional

Diferencia De Emoción Y Sentimiento

Emoción: Es una respuesta que da el cuerpo ante un estímulo determinado mediante un proceso biológico complejo

Sentimiento: Es una respuesta del cuerpo elaborado mentalmente

Manejo De Sentimientos Y Emociones

Función Adaptiva

Función importante de la emoción para preparar al organismo de ejecutar la conducta exigida por las condiciones ambientales, movilizandando la energía necesaria así como dirigir la conducta

Función Social

- Las Emociones cumplen una función importante es la comunicación social.
- Facilitar las interacciones social
- Controlar la conducta
- Permite la comunicación de los estados afectivos
- Promover la conducta pro social

Emociones Primarias

- Sorpresa: Eleva nuestra cejas expresando sorpresa y nos permite ampliar el campo visual y que nuestra retina reciba más luz.
- Asco: Gesto facial de disgusto se perfila para bloquear las fosas nasales percibiendo una sustancia desagradable facilitando la necesidad de expulsar.
- Rabia irá: Reacciona enviando sangre hacia las manos, favoreciendo el empleo de armas o haciendo que la persona esté preparada para golpear de manera contundente
- Tristeza: Provoca una disminución de energía e ilusión para actividades cotidianas, paralizado nuestro metabolismo y nos limita y aísla
- Alegría: Se practica todas las reacciones psicológicas de importación asociando se con el placer , diversión, armonía sensual, en niveles más alto con la euforia y éxtasis

Manejo De Las Emociones Y Sentimiento

Sentimientos Que Obstaculizan El Desarrollo Humano

- Inseguridad: Terrible sensación vulnerable, fragilidad, inferioridad que interpone en la correcta decisión
- Necesidad de reconocimiento: El ego constante necesidad ser reconocido vapor sus acciones y actividades
- Incapacidad de cambiar: El cambio es inherente ala vida, necesario e imposible de detener así como las aguas de un río nunca son los mismas, las personas tampoco pueden serlo
- Ansiedad: Es Probablemente una de las emociones más rechazadas a pesar de sus clara atribuciones ala supervivencia humana
- Angustia: Se comprime múltiples dimensiones negativas el miedo, la sensación de amenaza, la negatividad , la incertidumbre, la baja resistencia de las más poderosas y limitantes
- Las Irá: Es otra de las emociones más discriminadas, debido principalmente a que seprecencia se relaciona con la agresividad y daño

Sentimientos Que Promueven El Desarrollo Humano

- Alegría
- Gratitud
- Serenidad
- Esperanza
- Interés
- Orgullo
- Diversión
- Inspiración
- Temor
- Amor