UNIVERSIDAD DEL SURESTE

DESARROLLO HUMANO T.S

TRABAJO SOCIAL Y GESTION COMUNITARIO

DOCENTE

LUCIA GUADALUPE MARTÍNEZ GÓMEZ

ALUMNA
MARY CRUZ SANTIZ GOMEZ

SAN CRISTOBAL DE LAS CASAS CHIAPAS
08/07/2020

Universidad Del Sureste, San Cristóbal De Las Casas, Chiapas.

Trabajo Social y Gestión Comunitaria

Desarrollo humano

Título

manejo de las emociones y sentimientos

Autor Santiz Gómez Mary cruz
Lugar san Cristóbal de las casas Chiapas
Fecha 08/07/2020

Manejo de emociones y sentimientos

Las emociones tienen su origen sobre todo en el sistema límbico y la parte más primitiva del cerebro, los sentimientos pertenecen al lóbulo frontal.

Las emociones

Interpretación cerebral que hacemos de los eventos y las sensaciones

Sistema límbico

Funciona de manera autónoma, e inconsciente

Las emociones se sitúan en el sistema límbico

Por varias partes

El tálamo, el hipotálamo, la amígdala y el hipocampo

Huberto Maturana

Una emoción se transforma en un sentimiento en la medida que uno toma conciencia de ellas es decir el sentimiento interviene

Las emociones

pueden tener

Función adaptativa, función motivacional, función social,

Tenemos que aprender, a percibir, comprender, regular.

Interpretación cerebral que hacemos de los eventos y las sensaciones

La función del sistema límbico es evaluar los estímulos

Dar órdenes al cuerpo (como alejarse o defenderse)

Paul Ekman

Desarrollo una lista de emociones

Alegría, miedo, ira, sorpresa, tristeza, asco.

Sentimientos que obstaculizan

Enfado, ira, miedo, culpa tristeza, frustración, vergüenza.

El Neocórtex

Es la parte inteligente y voluntaria del cerebro

Su función

Controla y regula la percepción, el conocimiento, la conciencia y la memoria, tanto a corto como a largo plazo. Toma decisiones y evalúa la conciencia futura, control de estados emocionales.

Sentimientos que promueven

Felicidad, amor, euforia, motivación, esperanza, entusiasmo, satisfacción.

Las emociones por tanto nos impulsa hacia una acción, son más intensas y duran menos tiempo que los sentimientos.