



DESARROLLO HUMANO

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

TRABAJO SOCIAL Y
GESTION
COMUNITARIA

TITULO:
CUADRO
SINOPTICO
"MANEJO DE
SENTIMIENTOS Y
EMOCIONES"

FECHA:
08/JULIO/2020

CUATRIMESTRE 6

Catedrático: lucia

Guadalupe Martínez Gómez

Stephanie de Jesús

González Morales

Correo:

stheffgonzalez1@gmail.com



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

Trabajo Social y Gestión Comunitaria

Trabajo Social VI

“Manejo de sentimientos y emociones”

Stephanie de Jesús González Morales
Nuevo León
08/julio/2020

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| Diferencia entre emoción y sentimientos | 1 su origen automático VS razonando. | Sentimiento es el fruto del pensamiento y la emoción es innata. | Sistema límbico: en sete se sitúan las emociones y es inconsciente. | Función: el hipocamo manda información a la amígdala y esta ordena al neocortex que a su vez este actúa. |
| | 2 la velocidad y rapidez con la que aparecen y cambian. | Para que haya un sentimiento antes tiene que ver una emoción. | Una emoción dura al menos 1 minuto y lo que queda es un sentimiento. | |
| | 3 la intensidad: las emociones son muy potentes mientras que los sentimientos son más suaves. | Las emociones son muy intensas nos llevan a actuar sin pensar. Mientras que los sentimientos nos hacen reflexionar en lo que mejor podemos hacer. | | |
| Emociones | 1. Función adaptativa | Tiene la capacidad de adaptarse a diversas situaciones ya que el organismo está preparado para actuar de forma adecuada a cada situación. | | |
| | 2. función motivacional | La conducta emocional nos dirige a realizar y enfocarnos hacia determinadas metas | | |
| | 3. función social | Predecir el comportamiento que se puede presentar y como se puede desarrollar y según el contexto. | | |

