



**Nombre de alumnos: Dania marthita flores Abelar**

**Nombre del profesor: NAYELI  
MORALES GOMEZ**

**Nombre del trabajo: cuadro sinóptico**

**Materia: DESARROLLO HUMANO**

**Grado: sexto**

**Grupo: B**

**Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de junio de 2020**



## Sentimientos básicos

### Miedo,

el cual lo conforman (la angustia, la preocupación y el pánico). La angustia: es sufrir aquello que no ha sucedido y lo mas probable es que no suceda. La preocupación: nace cuando pensamos que todo es malo en nuestra vida, y nos preocupamos en lugar de ocuparnos del problema. Y el pánico: es cuando nace en nuestro corazón terror por la vida, y somos pesimistas en todo lo que nos va a suceder. Los tres alimentan al miedo y nos llevan a tener una autodestrucción.

### Enfado

lo nutren (la rabia, el odio y la frustración). La Rabia: es esa sensación desgastante de agobio, que nos enferma el espíritu y la mente. El odio, este es uno de los sentimientos que mas nos hiere y lastima, porque nos lesiona el alma, y nos apaga la alegría del vivir. Y la frustración: es un sentimiento de derrota y abandono espiritual, es una mezcla de rencor con desesperación. Los tres alimentan al enfado y nos llevan tercer sentimiento que es la

### Tristeza

tiene sus dos sentimientos (La soledad y la melancolía). La soledad: es esa la falta de ilusión ante la vida. Valdría preguntarnos que hacemos para sentirnos vivos y para salir de la rutina diaria. Y la melancolía o pena: es esa pesadumbre que sentimos de algo que sucedió y del recuerdo que nos lastima. La Tristeza, cuando dejamos que anide en el alma, poco a poco nos va desgastando y consumiendo, y si no logramos controlarla nos lleva a la depresión y al suicidio

sentimientos básicos: El Miedo, el Enfado, la Tristeza, la Alegría y el Amor. El primer sentimiento básico es el Miedo, el cual lo conforman (la angustia, la preocupación y el pánico). La angustia: es sufrir aquello que no ha sucedido y lo mas probable es que no suceda

### Alegría

Esta conformada por tres sentimientos menores (el gozo, la paz y la armonía). El Gozo: es esa felicidad anticipada; es saber paladear nuestra existencia. La paz: nace de la unión de mente y espíritu, y viene a nosotros al ser congruentes con lo que decimos, pensamos y hacemos. Y la Armonía: la tenemos cuando están equilibrados en conjunto nuestros sentimientos.

### Amor

Los 3 canales para llegar a él son: (Dios, la dicha y el embeleso). Todo amor que no viene, o es generado por Dios, es un amor falso. La dicha: es nuestra actitud ante la vida para lograr la felicidad. Y el embeleso nos lleva al amor porque le da significado a la vida. No olvidemos que para tener una buena comunicación con nuestro prójimo, debemos dejar que afloren estos sentimientos básicos. Y para ello, solo se logra mirando a nuestro interior y siendo por encima de todo, honestos y sinceros con nosotros mismos.