

CUADRO SINOPTICO

DESARROLLO HUMANO

BAYRON IRAM VIDALS CAMPOSECO

PRESENTA EL ALUMNO:

Joel Benjamin Nieves Santizo

GRUPO, SEMESTRE y MODALIDAD:

6to. Cuatrimestre “B” Enfermería Semiescolarizado

Frontera Comalapa, Chiapas 30 de mayo del 2020

DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO.

Emoción Las emociones son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores. Estas respuestas se manifiestan de forma física (sudar, enrojecer, tener palpitaciones, llorar... y de forma conductual ponerse a correr, llorar, abrazar a alguien

El sentimiento es la suma de emoción más pensamiento. Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional. Según el biólogo Huberto Maturana, una emoción se transforma en sentimiento en la medida que uno toma consciencia de ella.

El Sistema Límbico

Las emociones, en un primer momento, se sitúan en el sistema límbico, que es un complejo de neuronas situadas en el cerebro y constituido por varias partes: el tálamo, el hipotálamo, la amígdala y el hipocampo. El sistema límbico funciona en parte de manera autónoma, a pesar de que está conectado y controlado por la corteza cerebral.

El Neocórtex

El neocórtex es la parte inteligente y voluntaria del cerebro, y forma parte de la corteza cerebral o córtex. Está formada por seis capas de la zona más externa del cerebro. Controla y regula la percepción, el conocimiento, la conciencia y la memoria

El agente esterilizante es un gas. Se utilizan para aquellos materiales termosensibles, ya que el proceso de esterilización se realiza a baja temperatura (unos 50º C.)

¿Es lo mismo emoción que sentimiento

Tal como ya se ha explicado, una emoción es una respuesta que da el cuerpo ante un estímulo determinado, mediante un proceso biológico complejo. El sentimiento es una respuesta del cuerpo elaborada mentalmente, a partir de la relación con la emoción

El Circuito Básico: El Sistema Límbico

El estímulo llega, a través del oído, al tálamo. Éste envía la información a la amígdala. b) La amígdala investiga, a través de la memoria emocional del hipocampo, si el ruido es un peligro o no. c) Cuando la amígdala tiene la respuesta (supongamos que el ruido es peligroso) da órdenes al hipotálamo para que el cuerpo actúe.

El Circuito Inteligente: El Neocórtex

a) El estímulo llega, a través del oído, al tálamo. Éste envía la información a la amígdala. b) La amígdala investiga, a través de la memoria emocional del hipocampo, si el ruido es un peligro o no, y al mismo tiempo envía la información al neocórtex. c) El neocórtex evalúa el estímulo utilizando la razón y la memoria, y decide la respuesta. d) El neocórtex envía su decisión a la amígdala. e) La amígdala, de acuerdo con las órdenes del neocórtex, envía la información necesaria al hipotálamo. f) El hipotálamo activa el cuerpo para que se produzca la respuesta que le ha pedido la amígdala.

Vacío

SENTIMIENTOS BASICOS

Los psicólogos especialistas han discutido mucho sobre qué son las emociones básicas y qué tenemos en común los humanos y el resto de los mamíferos. La idea de que existen emociones básicas parte de que se expresan con las mismas características faciales y tienen conductas y respuestas similares

MIEDO

La sangre se reparte en lugares imprescindibles para tomar una actitud evasiva. Puede ocurrir que nuestro organismo se paralice antes de tomar una salida acertada, pero el cuerpo se encuentra sometido a un estado de máxima alerta. Se asocia al nerviosismo, ansiedad, preocupación, inquietud y, en un nivel más grave, con la fobia y el pánico.

SORPRESA

Elevar nuestras cejas expresando sorpresa nos permite ampliar el campo visual y que nuestra retina reciba más luz. Esta reacción aumenta la información sobre el acontecimiento, facilitando la mejor manera de elección ante la nueva situación

ASCO

Un gesto facial de disgusto se perfila para bloquear las fosas nasales en caso de percibir una sustancia desagradable y facilitarnos la necesidad de expulsarla.

TRISTEZA

En caso de pérdidas, se asocia a una función adaptativa y reparadora. La tristeza provoca una disminución de la energía e ilusión por las actividades cotidianas, paraliza nuestro metabolismo y nos limita y aísla. En casos graves podemos llegar a la depresión.

ALEGRIA

Se suprimen sensaciones negativas o de incomodidad. Se anulan prácticamente todas las reacciones fisiológicas de importancia, excepto la sensación de tranquilidad y calma corporal. Se asocia con el placer, la diversión, la armonía sensual y, en niveles algo más altos, con la euforia y el éxtasis.

RABIA IRA

. Nuestro cuerpo reacciona enviando sangre hacia las manos, favoreciendo el empleo de armas o haciendo que la persona esté preparada para golpear de manera contundente. Se acelera la frecuencia cardíaca y se elevan hormonas (adrenalina) que predisponen nuestro organismo para emprender la acción. Se asocia con la hostilidad la furia, la indignación y, en casos extremos, con el odio patológico.

SENTIMIENTOS
QUE
OBSTACULIZAN
EL
DESARROLLO
HUMANO

La actividad psíquica determina el estado anímico y moldea la personalidad en favor o detrimento de las aspiraciones de cada individuo. Es por ello que luego de analizar los fenómenos psicológicos que más obstaculizan el proceso de crecimiento y realización, enumeraremos aquellos que se presentan con mayor frecuencia y cumplen un rol clave en el sabotaje de los proyectos propuestos.

Esa terrible sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad que se interpone en la correcta toma de decisiones es lo que popularmente se denomina inseguridad emocional

INSEGURADAD

El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades. Los niños en la escuela, los profesionales en sus oficinas, los deportistas o las parejas siempre expresan de alguna u otra forma la imperante necesidad de que otro apruebe y premie lo que se está haciendo.

NECESIDAD DE
RECONOCIMIENTO

La conformación del yo como epicentro de toda la actividad psíquica es sin lugar a dudas uno de los misterios más intrigantes y más difíciles de decodificar

MIEDO A SER UNO MISMO

El filósofo griego Heráclito de Éfeso postuló hacia el año 500 A.C que el cambio es la causa y origen de todas las cosas.

INCAPACIDAD DE CAMBIAR

Vivir esperando el futuro y adelantándose a los hechos es una de las sensaciones más desesperantes e inútiles que puedan existir. La ansiedad fuera de los límites sanos que nos movilizan a andar, es uno de los factores que en la actualidad más limitaciones causa y frena el crecimiento.

ANSIEDAD

La angustia porque en ella se comprimen múltiples dimensiones negativas: el miedo, la sensación de amenaza, la negatividad, la incertidumbre, la baja resistencia a la frustración, el dolor. Nadie puede vivir eternamente angustiado

ANGUSTIA

La envidia La envidia es ese sentimiento de dolor y tristeza por el bien ajeno, el deseo de poseer algo que otra persona ya tiene en su poder. Podemos hablar de un sujeto, un bien material o algún aspecto intelectual de suma importancia

ENVIDIA

El miedo es una de las emociones más comunes entre los seres humanos y también de las más poderosas y limitantes

MIEDO

La ira La ira es otra de las emociones más discriminadas, debido principalmente a que su presencia se relaciona con agresividad y daño. En realidad, se trata de una respuesta emocional que aparece cuando de repente nos vemos obstaculizados en la consecución de un objetivo o en la satisfacción de una necesidad

IRA

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO.

Las emociones positivas son aquellas en las que predomina la valencia del placer o bienestar tienen una duración temporal y movilizan escasos recursos para su afrontamiento; además, permiten cultivar las fortalezas y virtudes personales, aspectos necesarios y que conducen a la felicidad. Asimismo, son estados subjetivos que la persona experimenta en razón de sus circunstancias, por lo que son personales e involucran sentimientos

Utilidad de las emociones positivas

Experimentar emociones positivas es una actividad específica de la naturaleza humana debido a que contribuye en la calidad de vida de las personas (Fredrickson, 1998). Lo anterior lleva a distinguir una doble importancia de las emociones positivas: por un lado, como detonante para el bienestar; por el otro, como un medio para conseguir un crecimiento psicológico personal y duradero.

Beneficios De Las Emociones Positivas

Una de las principales ventajas del cultivo de las emociones positivas radica en que ejercen una gran influencia sobre el procesamiento intelectual, la resolución de problemas, el razonamiento y las habilidades sociales

RESILENCIA

La resiliencia se refiere a la capacidad que tiene el ser humano para actuar y recuperarse después de vivir acontecimientos estresantes. Por su parte, para describir a personas que soportan el estrés y no sucumben ante la enfermedad. a su vez, la concibe como la capacidad del individuo para afrontar las adversidades de la vida, superarlas y —ser transformado positivamente por ellas

Diez emociones positivas más comunes

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