

SENTIMIENTO Y EMOCIÓN



Sentimiento

A lo largo de nuestra vida experimentamos muchos sentimientos, que tienden a manifestarse como sentimientos positivos o sentimientos negativos. Los sentimientos, son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional.



Emoción

Las emociones son una reacción de nuestro organismo psicofisiológico, cognitiva y conductual, que nos conduce a reaccionar de una determinada manera ante un agente externo, como estar contentos por recibir una buena noticia, o internos, como estar tristes, al recordar un recuerdo amargo.

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano.

- Inseguridad.
- Necesidad de reconocimiento.
- Miedo a ser uno mismo.
- Incapacidad de cambiar.
- Ansiedad.

Sentimientos que promueven el desarrollo humano.

- Alegría.
- Gozo.
- Satisfacción.
- Felicidad.
- Confianza.
- Diversión.

Sentimientos básicos

- Miedo, conformado con angustia, (sufrir por aquello que no ha sucedido y que no sucederá), preocupación (pensamos que todo es malo en la vida, y nos preocupamos en lugar de ocuparnos) y pánico (nace en nuestro corazón terror por la vida, y son pesimistas).
- Enfado, conformado por la rabia, (emoción de elevada intensidad de enfado) el odio, (hiere y lesiona el alma) y la frustración, (sentimiento de derrota y abandono espiritual).
- Tristeza, conformado por soledad, (vinculado a incomprensión, tristeza e inseguridad) y melancolía, (estado de profunda tristeza, se manifiesta como desánimo, abatimiento y apatía a las cosas y a la vida).

Desarrollo Humano

Perla de Belén Cáceres Rodríguez



Materia.
Desarrollo humano.

Trabajo.
Súper Nota

Alumna. 

Perla de Belén Cáceres Rodríguez.

Lic.

Luz María Castillo Moreno.

6°cuatrimestre de la licenciatura en nutrición.

Comitán de Domínguez a 8 de Junio de 2020.