

DESARROLLO HUMANO



Licenciatura en nutrición
Sexto cuatrimestre

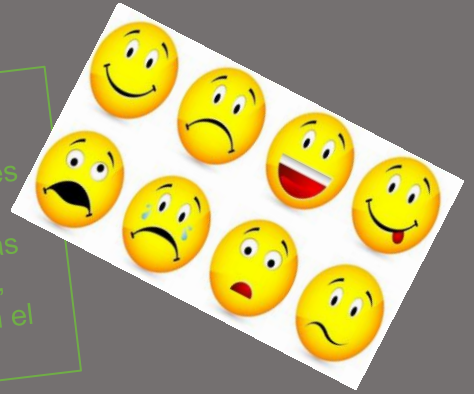
Nombre de la profe
Luz maría castillo moreno
Nombre del alumno
Andrea yuliana calvo López

Fecha
15-junio-2020

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO

Las emociones son reacciones biológicas entre las personas y el sentimiento son reacciones mentales y la respuesta psicológica ante la emoción por ello las emociones más conocidas son el miedo, la tristeza, las alegrías en las cuales están en el cerebro.



Los psicólogos son los especialistas en las emociones básicas que tenemos los humanos y en resto de la vida, ya que es una parte en que nos expresamos con las palabras fáciles con respuestas similares



SENTIMIENTOS BASICOS



Determina el estudio anímico y moldea la personalidad en favor o detrimento de las aspiraciones de cada individuo en ello se encuentra la inseguridad en ellos mismo, necesidad de reconocimiento es el ego de las personas contantemente que necesita ser reconocido

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO



- Miedo a ser uno mismo
- Incapacidad de cambiar
- Ansiedad
- La angustia
- La envidia
- El miedo constante
- La ira



SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Las emociones positivas; Son aquellas en las que predomina la valencia del placer o bienestar además permiten cultivar las fortalezas y virtudes personales, aspectos necesarios y que condicen la felicidad de cada individuo. En si están en la utilidad de las emociones positivas una de las ventajas del cultivo de las emociones radica en que ejercen una gran influencia en el racionamiento.

