



**Nombre de alumnos: López gordillo yazmin
de la cruz**

**Nombre del profesor: Bataz Morales
Rodolfo**

Nombre del trabajo: súper nota

Materia: teorías de la personalidad

Grado:3

Grupo: A

Comitán de Domínguez Chiapas a 24 de julio de 2020.

trastornos emocionales complejos, que implican también problemas en pensamientos y conductas.



¿Qué es estrés, ansiedad y depresión?

bibliografías

<https://www.google.com/search?q=estr%C3%A9s+ansiedad+y+depresi%C3%B3n>
Antología teorías de la personalidad

respuesta emocional al estrés, puede ser una reacción emocional de alerta ante una amenaza que puede originarse sin agentes estresantes.



ansiedad



suele tener como manifestación la ansiedad, se trata de una respuesta emocional provocada por un agente desencadenante

Relación entre Estrés y ansiedad



genera grandes dosis de tensión, que producen en el individuo un estado de inquietud y malestar.

fases de alarma
Fases de adaptation
Fases de agotamiento



Agentes estresantes



Familiar
Laboral
Social