



Nombre De Alumno: Maximiliano Carpio
Aguilar

Nombre Del Trabajo: Reporte De Lectura

Licenciatura: Turismo

Materia: Desarrollo Humano

PASIÓN POR EDUCAR

Comitán de Domínguez, Chiapas a 3 de junio de 2020

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Emoción son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo.

Pinillos: Agitación del ánimo acompañada de fuerte conmoción somática

Las vivencias afectivas más simples relacionadas con la satisfacción o insatisfacción de las necesidades orgánicas, siendo la reacción afectiva correspondiente al tono emocional

Darwin: Mecanismos innatos de adaptación al entorno

Los comportamientos ante las emociones aparecen como una respuesta a una situación y varían en su naturaleza y estructura de acuerdo con la situación y con el individuo

Sentimientos
El sentimiento es la suma de emoción más pensamiento. Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional.

SENTIMIENTOS BASICOS

Inseguridad

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.

el ego

El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades.

Miedo a ser uno mismo

En cada individuo se esconde un mundo de experiencias, dolores, alegrías, pérdidas, logros y frustraciones que junto a las relaciones sociales con los círculos de primer grado como la familia

Ansiedad

Vivir esperando el futuro adelantándose a los hechos es una de las sensaciones más desesperantes e inútiles que puedan existir

Las principales diferencias entre las Emociones y los Sentimientos

Los sentimientos se relacionan con necesidades culturales o sociales, es decir con necesidades que aparecen con el desarrollo histórico de la humanidad, mientras las emociones se relacionan con necesidades orgánicas.

las emociones tienen un carácter circunstancial, los sentimientos son actitudes afectivas permanentes.