

## Súper nota sentimientos

---

Nombre de alumno: Marvi Hernández ramos

Materia: Desarrollo humano

Nombre del profesor: Lic. Javier Iván  
Godínez.

Carrera: Lic. En Enfermería

Cuatrimestre: Sexto A sábados

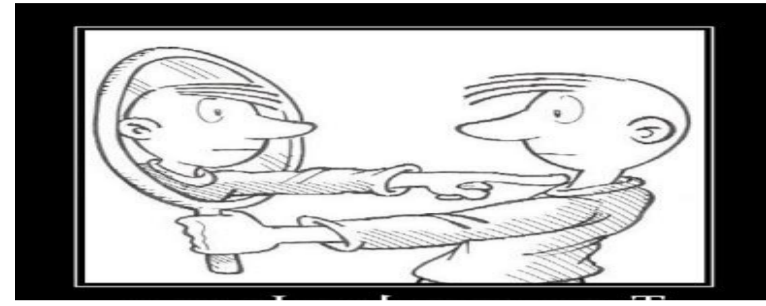
### NECESIDAD DE RECONOCIMIENTO

Es el sentimiento de aprobación de tus acciones por los demás y es una necesidad de forma prioritaria para sentirse bien consigo mismo



### MIEDO A SER UNO MISMO

Por algunos factores como las críticas o malas experiencias en la vida se tienen miedo a mostrar la esencia de uno mismo de forma real en cualquier campo de la vida social, laboral o familiar.



### INCAPACIDAD DE CAMBIAR

Ayuda mucho la forma en que se fue educado y la época donde se vive



### ANSIEDAD

Desarrollado por factores bilógicos, sociales y psicológicas su forma más común es el estrés



### ANGUSTIA

Forma de vivir con dolor emocional



### Envidia

Sentimiento negativo por no tener las mismas cosas que otros tienen .



La envidia nos quita el gozo y la felicidad de nuestras vidas.

### LA INSEGURIDAD

Es la sensación que tiene una persona como la fragilidad y es incapaz de tomar sus propias decisiones de tomar el rumbo adecuado y tiene muchos sentimientos negativos a su persona



Sentimientos que obstaculiza el desarrollo

VS

Sentimientos que promueven el desarrollo

### Miedo constante

Sentimiento de miedo a todas las nuevas cosas para experimentar y limita la felicidad



### Ira

Este sentimiento es una emoción que mal canalizada se torna contra nosotros y nos puede dañar de muchas formas



Las emociones y sentimientos cuando son de tipo positivo nos ayudan a ver las cosas de la mejor manera y dar una mejor calidad de vida para un mejor y óptimo bienestar

### Las utilidades positivas son :

Nos permiten darnos el nivel y el equilibrio para un buen desarrollo de bienestar de forma duradera para una buena estabilidad emocional



### Las cosas positivas cambian nuestra forma de pensamiento

En una palabra la resiliencia es esa forma de salir fortalecidos de las cosas que nos pasan en situaciones malas transformándolo en cosas positivas y tener un buen aprendizaje de el círculo de vida como lo social, familiar y ambiental como lo laboral

### Para que nos sirven los sentimientos positivos

Como conclusión puedo decir que los sentimientos positivos son buenos para vivir de forma óptima con bienestar para llenarnos completamente de forma emocional pero si se canalizan de forma incorrecta podemos causarnos daños a nosotros mismos

### Emociones Positivas



Las emociones positivas amplían nuestra mente y expanden nuestros campos de posibilidades y nos ofrecen nuevos panoramas para enfrentar la vida.