



**Nombre de alumno: Queili yedani  
Escandón López**

**Nombre del profesor: Javier Ivan  
Godinez Hernandez**

**Nombre del trabajo: mapa conceptual**

**Materia: Desarrollo humano**

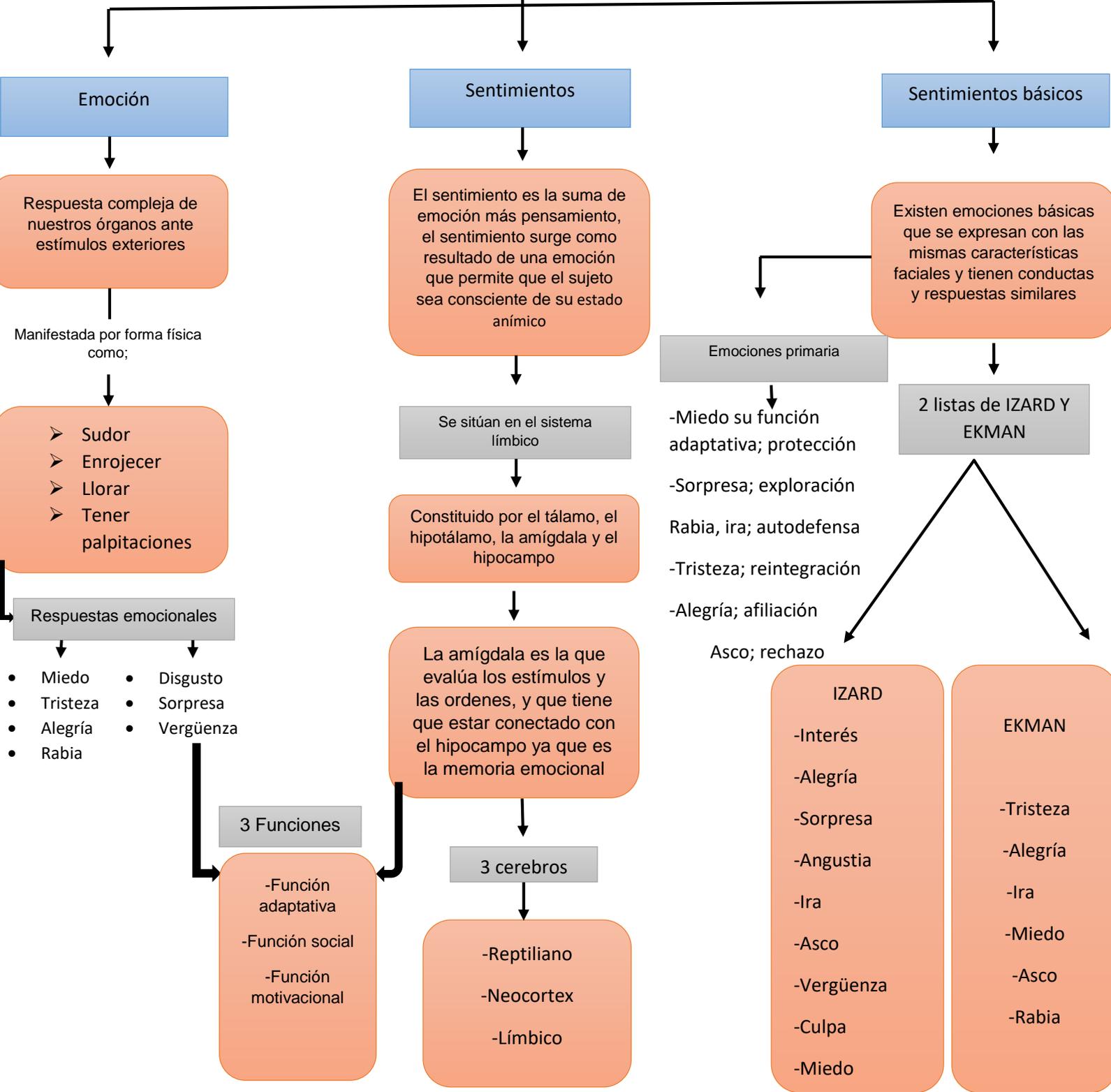
**Grado: 6°**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**Grupo: "C"**

# Manejo de sentimientos y emociones

Capacidad de reconocer, comprender y expresar



## Emoción

Respuesta compleja de nuestros órganos ante estímulos exteriores

Manifestada por forma física como;

- Sudor
- Enrojecer
- Llorar
- Tener palpitaciones

### Respuestas emocionales

- Miedo
- Tristeza
- Alegría
- Rabia
- Disgusto
- Sorpresa
- Vergüenza

### 3 Funciones

- Función adaptativa
- Función social
- Función motivacional

## Sentimientos

El sentimiento es la suma de emoción más pensamiento, el sentimiento surge como resultado de una emoción que permite que el sujeto sea consciente de su estado anímico

Se sitúan en el sistema límbico

Constituido por el tálamo, el hipotálamo, la amígdala y el hipocampo

La amígdala es la que evalúa los estímulos y las ordenes, y que tiene que estar conectado con el hipocampo ya que es la memoria emocional

### 3 cerebros

- Reptiliano
- Neocortex
- Límbico

## Sentimientos básicos

Existen emociones básicas que se expresan con las mismas características faciales y tienen conductas y respuestas similares

### Emociones primaria

- Miedo su función adaptativa; protección
- Sorpresa; exploración
- Rabia, ira; autodefensa
- Tristeza; reintegración
- Alegría; afiliación
- Asco; rechazo

### 2 listas de IZARD Y EKMAN

#### IZARD

- Interés
- Alegría
- Sorpresa
- Angustia
- Ira
- Asco
- Vergüenza
- Culpa
- Miedo

#### EKMAN

- Tristeza
- Alegría
- Ira
- Miedo
- Asco
- Rabia