



Nombre de alumno: Rene de Jesús Santis Díaz

Nombre del profesora: Adriana Patricia Nájera Flores

Nombre del trabajo: Mapa Conceptual

Materia: Desarrollo Humano

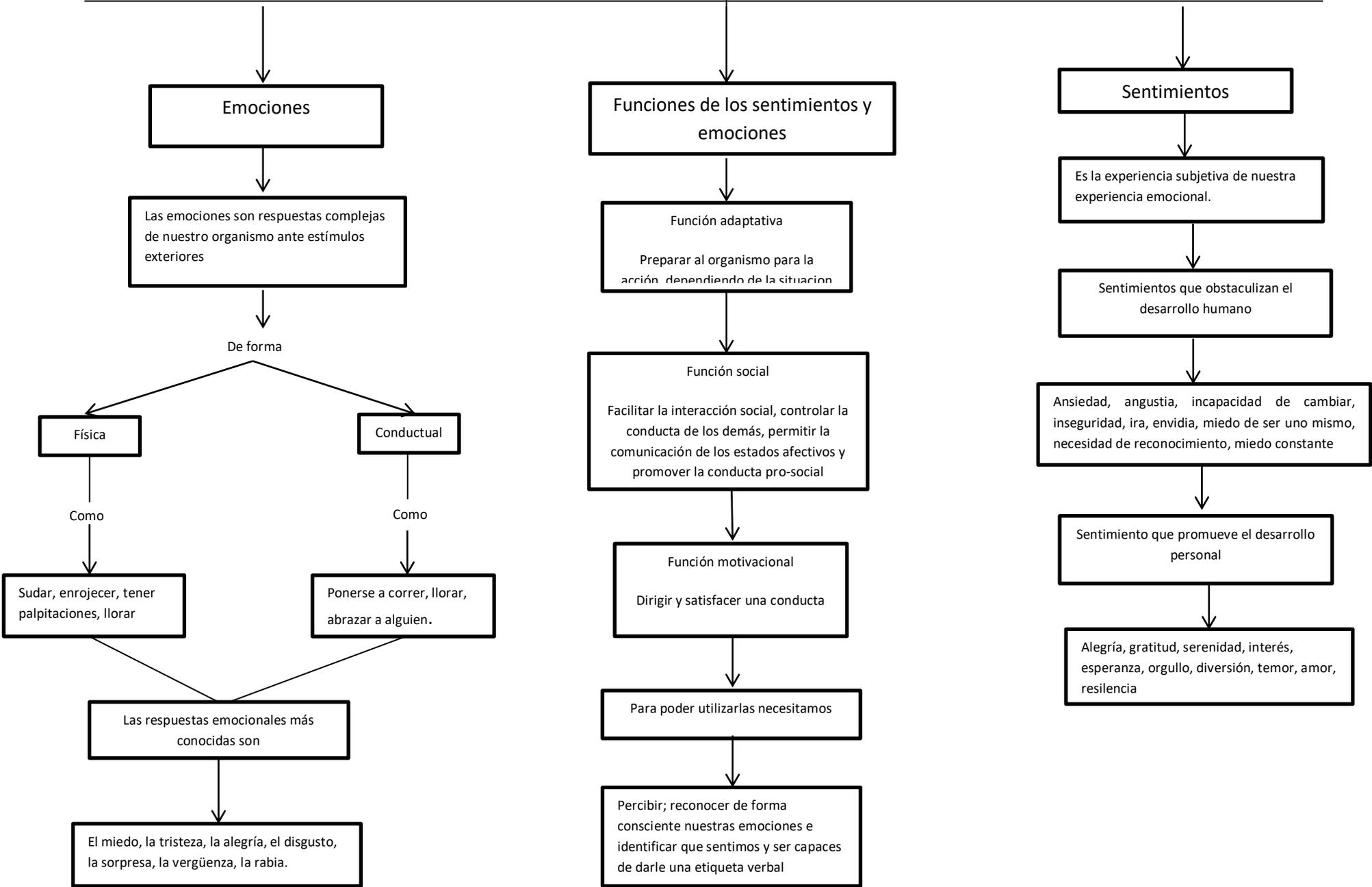
Grado: 6 Cuatrimestre

Grupo: A



Ocosingo Chiapas a 21 de julio del 2020.

Emociones y sentimientos.



Emociones

Las emociones son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores

De forma

Física

Como

Sudar, enrojecer, tener palpitaciones, llorar

Conductual

Como

Ponerse a correr, llorar, abrazar a alguien.

Las respuestas emocionales más conocidas son

El miedo, la tristeza, la alegría, el disgusto, la sorpresa, la vergüenza, la rabia.

Funciones de los sentimientos y emociones

Función adaptativa
Preparar al organismo para la acción dependiendo de la situación

Función social
Facilitar la interacción social, controlar la conducta de los demás, permitir la comunicación de los estados afectivos y promover la conducta pro-social

Función motivacional
Dirigir y satisfacer una conducta

Para poder utilizarlas necesitamos

Percibir; reconocer de forma consciente nuestras emociones e identificar que sentimos y ser capaces de darle una etiqueta verbal

Sentimientos

Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional.

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

Ansiedad, angustia, incapacidad de cambiar, inseguridad, ira, envidia, miedo de ser uno mismo, necesidad de reconocimiento, miedo constante

Sentimiento que promueve el desarrollo personal

Alegría, gratitud, serenidad, interés, esperanza, orgullo, diversión, temor, amor, resiliencia

