



**Nombre de la alumna:** Melisa Jiménez Mendoza.

**Nombre del profesor:** Lic. María del Carmen Briones.

**Nombre del trabajo:** Cuadro sinóptico.

**Materia:** Desarrollo Humano.

PASIÓN POR EDUCAR

**Grado:** Sexto cuatrimestre.

**Grupo:** "C"

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Las emociones son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores. Estas respuestas se manifiestan de forma física (sudar, enrojecer, tener palpitaciones, llorar... y de forma conductual ponerse a correr, llorar, abrazar a alguien... as respuestas emocionales más conocidas son el miedo, la tristeza, la alegría, el disgusto, la sorpresa, la vergüenza, la rabia. Las emociones están en el cerebro; específicamente, en el neocórtex y en el sistema límbico

Sentimientos: Suma de emociones más pensamiento, experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional.

Emociones: Colección complicada de respuestas químicas nerviosas formando un patrón, tienen algún tipo de función reguladora.

sentimientos básicos

Emociones primarias

Miedo, asco, sorpresa, tristeza, rabia, ira, tristeza.

Sentimientos que obstaculiza el desarrollo humano.

Inseguridad, miedo hacer uno mismo, necesidad de reconocimiento, incapacidad de cambiar, ansiedad, angustia.

Sentimientos que promueve el desarrollo humano.

Alegría, gratitud, serenidad, interés, esperanza, orgullo, diversión, inspiración, temor y amor.