



**Nombre de alumno: Azucena
Ramírez Hernández**

**Nombre del profesor: Mónica
Quevedo Pérez**

Nombre del trabajo: súper nota

Materia: desarrollo humano

Grado: 6 cuatrimestre

DIFERENCIAS ENRE EMOCIONES Y CENTIMIENTOS

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



SENTIMIENTOS BASICOS

Antes de enfrentar un conflicto con las demás personas, es necesario tener conciencia de nuestros sentimientos y medir nuestras emociones.



Eso será necesario para poder reconciliarnos con nosotros mismos y para enfrentar los problemas de la vida

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Si tuvieras tiempo de sentarte un rato a solas y pensar en qué preciso momento de tu vida te arrebataron las fuerzas y las ganas de perseguir tus metas



Los pensamientos negativos hacia uno mismo, el miedo a ser defraudados o a no conseguir los deseos son un obstáculo que un emprendedor deberá reestructurar para poder cumplir con éxito sus deseos.

El concepto de emoción ha sido objeto de controversia, postulándose diversas definiciones:

- Pinillos: Agitación del ánimo acompañada de fuerte conmoción somática.

La soledad: es esa la falta de ilusión ante la vida. Valdría preguntarnos qué hacemos para sentirnos vivos y para salir de la rutina diaria

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



La señal más clara para determinar la inseguridad es evaluar los comportamientos de las personas en sociedad.

Los sentimientos, en cambio, son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional



EMOCIONES Y SENTIMIENTOS



E adquiridas que unen al ser vivo con su medio, las más importantes son los Sentimientos y las emociones



Sentimiento que promueve el desarrollo humano

Durante décadas pasadas la psicología se ha centrado en el estudio y tratamiento de los procesos patológicos que afectan al ser humano

pocos han centrado su estudio en los procesos que promueven el desarrollo y la felicidad personal

En primer lugar, los afectos positivos son más difíciles de evaluar que los negativos. La alegría, el gozo y la satisfacción no se diferencian entre sí tanto como la irritación, la tristeza y la angustia



En todo el mundo las personas pueden distinguir un rostro triste o angustiado, sin embargo una expresión de alegría, diversión, felicidad y confianza contiene siempre los mismos atributos de la denominada sonrisa Duchenne



Herrera Garnica, Gloria Rebeca de Fátima; Desarrollo humano; Pearson, 2013

Huerta Pérez, Isidro; Cimientos para el desarrollo personal; Octavio Antonio Colmenares

Vargas, 2011.