



Universidad del Sureste

Licenciatura en medicina veterinaria y zootecnia

Sexto cuatrimestre

Desarrollo humano

Infografía

Mónica Nicole Renaud Ley

03 de junio del 2021

SENTIMIENTOS BASICOS

Los sentimientos son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional.
Los sentimientos son conscientes, objetos mentales como aquellos que desencadenaron la emoción (imágenes, sonidos, percepciones físicas...).

MIEDO

01

Lo conforman:
La **angustia**: es sufrir aquello que no ha sucedido y lo más probable es que no suceda.
La **preocupación**: nace cuando pensamos que todo es malo en nuestra vida, y nos preocupamos en lugar de ocuparnos del problema.
El **pánico**: es cuando nace en nuestro corazón terror por la vida, y somos pesimistas en todo lo que nos va a suceder.
Los tres alimentan al miedo y nos llevan a tener una autodestrucción.



02

ENFADO

Conformado por:
La **Rabia**: es esa sensación desgastante de agobio, que nos enferma el espíritu y la mente.
El **odio**: este es uno de los sentimientos que más nos hiere y lástima, porque nos lesiona el alma, y nos apaga la alegría de vivir.
La **frustración**: es un sentimiento de derrota y abandono espiritual, es una mezcla de rencor con desesperación.

03

TRISTEZA

Lo conforman:
La **soledad**: es esa falta de ilusión ante la vida. Valdría preguntarnos qué hacemos para sentirnos vivos y para salir de la rutina diaria.
La **melancolía o pena**: es esa pesadumbre que sentimos de algo que sucedió y del recuerdo que nos lastima.
La **Tristeza**, cuando dejamos que anide en el alma, poco a poco nos va desgastando y consumiendo, y si no logramos controlarla nos lleva a la depresión y al suicidio.



04

ALEGRIA

Lo conforman:
El **Gozo**: es esa felicidad anticipada; es saber paladear nuestra existencia.
La **paz**: nace de la unión de mente y espíritu, y viene a nosotros al ser congruentes con lo que decimos, pensamos y hacemos.
La **Armonía**: la tenemos cuando están equilibrados en conjunto nuestros sentimientos.

05

AMOR

Los 3 canales para llegar a él son:
Todo amor que no viene, o es generado por **Dios**, es un amor falso.
La **dicha**: es nuestra actitud ante la vida para lograr la felicidad.
El **embeleso**: nos lleva al amor porque le da significado a la vida.
"Todos estamos en el arroyo, pero algunos miramos las estrellas".

