



PASIÓN POR EDUCAR

Nombre de alumnos: Sheyli Velazquez Rodriguez.

Nombre del profesor: Bella Raquel Lopez Garcia.

Nombre del trabajo: Mapa mental (manejo de sentimientos y emociones)

PASIÓN POR EDUCAR

Materia: Desarrollo humano.

Grado: 6to Cuatrimestre

Grupo: A

Frontera Comalapa, Chiapas a 11 de julio del 2021.

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES.

DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO

La

Emoción



Es una

Esencia un proceso inconsciente

Que

SENTIMIENTOS BÁSICOS.

Son

Cinco sentimientos básicos

El Miedo

El cual

Lo conforman (la angustia, la preocupación y el pánico).



SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Estan

Inseguridad



Dificultad de tomar decisiones, hasta las más sencillas.

Necesidad de Reconocimiento

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Los

Afectos positivos son más difíciles de evaluar que los negativos.



Escapan a nuestro control ocurren de manera automática

Y los

Sentimientos

Son la

Interpretación que hacemos de esas emociones.

Y

Somos conscientes de lo que sentimos y podemos tomar decisiones a partir de ello.



El Enfado

Lo

Nutren (la rabia, el odio y la frustración).

La Tristeza

Tiene

Sus dos sentimientos (La soledad y la melancolía).

La Alegría

Están

Conformada por tres sentimientos menores (el gozo, la paz y la armonía).

El Amor

Conforma

(Dios, la dicha y el embeleso).



El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades.

Miedo a ser uno mismo

La

Conformación del yo como epicentro de toda la actividad psíquica.

Incapacidad de cambiar

Son

Los pensamientos como "no puedo cambiar", implican la frustración de los objetivos personales y de negocios.

Ansiedad

Es uno

De los factores que en la actualidad más limitaciones causan y frena el crecimiento.

Por cada emoción positiva se conocen tres o cuatro sentimientos negativos.

Las

Personas pueden distinguir un rostro triste o angustiado.

Sin embargo

Una expresión de alegría, diversión, felicidad y confianza contiene siempre los mismos atributos.

Denominada sonrisa Duchenne.

