



Nombre de alumno: Verónica Elizabeth Méndez Maldonado

Nombre del profesor: María Del Carmen Briones

Nombre del trabajo: cuadro sinóptico “Manejo de sentimientos y emociones”

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6^{to} Cuatrimestre

Grupo: “A”

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Diferencia entre emoción
Y sentimiento

Las emociones son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo, los sentimientos en cambio son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional. Las principales diferencias entre las emociones y los sentimientos son: los sentimientos se relacionan con necesidades culturales o sociales es decir necesidades que aparecen con el desarrollo histórico de la humanidad, mientras las emociones se relacionan con necesidades orgánicas.

Sentimientos básicos

Las manifestaciones emocionales proceden de cinco sentimientos básicos, el miedo lo (la angustia, la preocupación y el pánico) el enfado lo nutren (la rabia, el odio y la Frustración) la tristeza tiene sus dos sentimientos (la soledad y la melancolía) la alegría esta conformada por tres sentimientos menores (el gozo, la paz y la armonía) el ultimo es el amor los tres canales para llegar a el son: (Dios, la dicha y el embeleso).

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

La inseguridad , alguien que se comporte de manera excesivamente tímida, retraída, paranoica o antisocial puede esconder en su interior una valoración muy baja, necesidad de reconocimiento el ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades, Miedo a ser uno mismo, incapacidad de cambiar, ansiedad la fobia social, el trastorno obsesivo compulsivo.

Sentimientos que promueven el desarrollo humano

En primer lugar, los afectos positivos son mas difíciles de evaluar que los negativos. La Alegría, el gozo y la satisfacción no se diferencian entre si tanto como la irritación, la Tristeza y la angustia. Así la ciencia solo separa un puñado de buenos sentimientos por cada emoción positiva se conocen tres o cuatro sentimientos negativos. Así mismo el abanico De los gestos corporales de los efectos negativos es también mayor.