



Nombre de alumno: Rudy Guillen Pohlenz

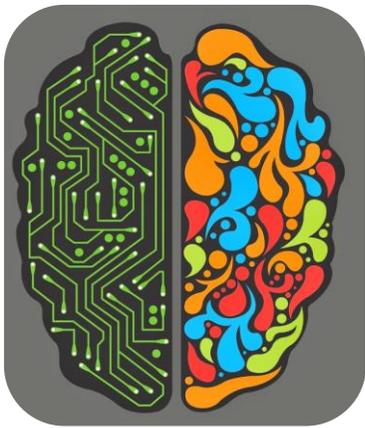
Nombre del profesor: Javier Iván Godines

Nombre del trabajo: Actividad plataforma

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6to

PASIÓN POR EDUCAR



EMOCION

Es distinta al sentimiento porque en esta no hay percepción de lo que sentimos.

Es una emoción liberada por las situaciones que a su vez desencadenan reacciones fisiológicas

SENTIMIENTOS BÁSICOS

- Miedo
- Tristeza
- Enfado
- Alegría
- Amor

UNIDAD II

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION.

SENTIMIENTO

El sentimiento es la suma de la emoción con el pensamiento. Porque un sentimiento es consciente.

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

- Inseguridad
- Necesidad de Reconocimiento
- Miedo a ser uno mismo
- Incapacidad de cambiar
- Ansiedad

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Ciertamente los sentimientos negativos son más estudiados, por el hecho de que se presentan en mayor cantidad que los positivos. Eso es una realidad.

He ahí el error de muchos. Enfocarse en lo negativo y no en lo positivo. Olvidamos los sentimientos buenos como alegría, satisfacción, etc. Cuando deberían ser los más apreciados.



Bibliografía

Javier Ivan Godines (2021). *Antología de desarrollo humano*. Comitán de Domínguez: Universidad del Sureste.