

SUPER NOTA
2ª UNIDAD

DOCENTE:

JAVIER IVAN GODINEZ

ALUMNO:

IRAM GÓMEZ RUEDA

CARRERA:

LICENCIATURA EN ARQUITECTURA

CUATRIMESTRE:

SEXTO

COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS; 11 DE JUNIO DE 2021



MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

EMOCION Y SENTIMIENTO

EMOCION

Esta se ubica en el sistema limbico del cerebro, el cual esta controlado por el talamo, el hipotalamo, amigdala, hipocampo , su fuincion es controlar o analizar los estímulos

SENTIMIENTO

Aca interviene ademas de la reaccion fisiologica un componente cognitivo y subjetivo.



SENTIMIENTOS BASICOS

Miedo/Proteccion	Tristesia/Reintegracion
Sorpresa/ exploracion	Alegria/Afiliacion
Asco/Rechazo	
Rabia/Autodefensa	

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Las inseguridades, la necesidad de llegar a tener un reconocimiento, no querer ser quienes somos realmente por miedo al que dirán, no poder cambiar, la ansiedad, la angustia y la envidia, que lamentablemente en Mexico es demasiada



SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Los **sentimientos** que se denominan positivos, ya que estos refuerzan todos los puntos antes vistos, ya que al estar en un ambiente tranquilo y de avance sentimos plenitud, que no da oportunidad a mas pensamientos negativos, que afecten hacia nuestro desarrollo.



