**Nombre de alumno: DIEGO IGNACIO CRISTIANI RAMOS**

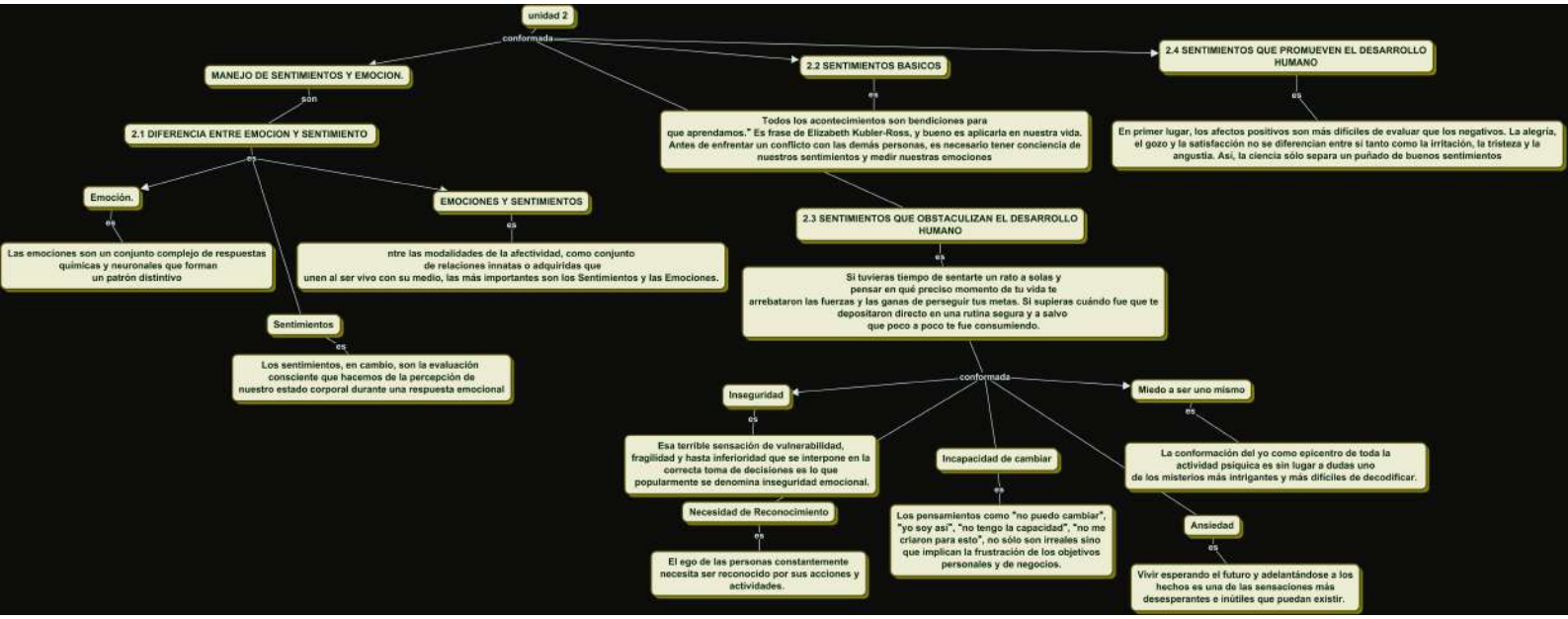
**Nombre del profesor: LUIS ANGEL GALINDO**

**Nombre del trabajo: mapa**

**Materia: DESARROLLO HUMANO**

**Grado:6**

Comitán de Domínguez Chiapas a 11 de junio de 2021


unidad 2
conformada
MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION.
son
2.1 DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO
es
Emoción.
es
Las emociones son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo
EMOCIONES Y SENTIMIENTOS
es
ntre las modalidades de la afectividad, como conjunto de relaciones innatas o adquiridas que unen al ser vivo con su medio, las más importantes son los Sentimientos y las Emociones.
Sentimientos
es
Los sentimientos, en cambio, son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional
2.2 SENTIMIENTOS BASICOS
es
Todos los acontecimientos son bendiciones para que aprendamos." Es frase de Elizabeth Kubler-Ross, y bueno es aplicarla en nuestra vida. Antes de enfrentar un conflicto con las demás personas, es necesario tener conciencia de nuestros sentimientos y medir nuestras emociones
2.3 SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO
es
Si tuvieras tiempo de sentarte un rato a solas y pensar en qué preciso momento de tu vida te arrebataron las fuerzas y las ganas de perseguir tus metas. Si supieras cuándo fue que te depositaron directo en una rutina segura y a salvo que poco a poco te fue consumiendo.
conformada
Inseguridad
es
Esa terrible sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad que se interpone en la correcta toma de decisiones es lo que popularmente se denomina inseguridad emocional.
Necesidad de Reconocimiento
es
El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades.
Incapacidad de cambiar
es
Los pensamientos como "no puedo cambiar", "yo soy así", "no tengo la capacidad", "no me criaron para esto", no sólo son irreales sino que implican la frustración de los objetivos personales y de negocios.
Miedo a ser uno mismo
es
La conformación del yo como epicentro de toda la actividad psíquica es sin lugar a dudas uno de los misterios más intrigantes y más difíciles de decodificar.
Ansiedad
es
Vivir esperando el futuro y adelantándose a los hechos es una de las sensaciones más desesperantes e inútiles que puedan existir.
2.4 SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO
es
En primer lugar, los afectos positivos son más difíciles de evaluar que los negativos. La alegría, el gozo y la satisfacción no se diferencian entre sí tanto como la irritación, la tristeza y la angustia. Así, la ciencia sólo separa un puñado de buenos sentimientos