



Mi Universidad

Súper nota

Nombre del Alumno: Anyeli Guadalupe Ordoñez Lopez

Nombre del tema: Los sentimientos

Parcial: 2do parcial

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Sandy Naxchiely Molina Román

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6to Cuatrimestre

Lugar y Fecha de elaboración

Comitán de Domínguez, Chis. A 09/06/22

LOS SENTIMIENTOS

¿Qué son los sentimientos?

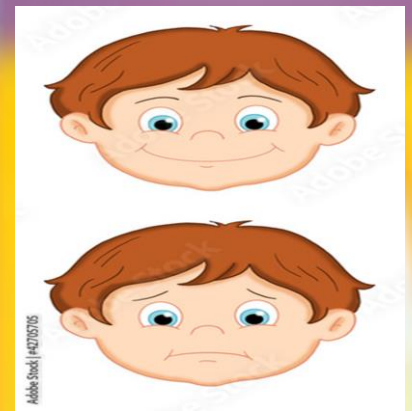
Son un estado de ánimo que se produce en relación a inputs externos, considerados la expresión mental de la emoción.



Cuando la emoción se procesa en el cerebro y la persona es consciente de dicha emoción y del estado de ánimo que le produce, da lugar al sentimiento

Tipos de sentimientos:

Las personas podemos experimentar muchos sentimientos que nos conducen a distintos estados de ánimo, sin embargo su división se ha centrado en la polaridad de estos, estableciendo una clasificación en torno a los sentimientos positivos y/o negativos en función de la respuesta que provocan en la persona.



Los sentimientos positivos son sentimientos agradables que producen una percepción de bienestar en la persona y comportan sensaciones de agrado. Los sentimientos positivos contribuyen en gran medida a preservar nuestra salud física y psíquica, debido a que ayudan a disminuir las sensaciones de estrés y ansiedad. Por otro lado, ayudan a paliar la aparición de los sentimientos negativos.

Al contrario de los positivos, los sentimientos negativos producen sensaciones de malestar en la persona y al resultar desagradables. Es conveniente no confundir los sentimientos negativos con sentimientos malos. Los sentimientos negativos también son útiles y funciones. A veces, pretendemos librarnos de ellos, aunque son necesarios para nuestro desarrollo y progreso como personas.

Felicidad: la **felicidad** es una emoción primaria que se entiende como un sentimiento de satisfacción absoluta

Amor: el amor es un sentimiento hacia alguien o alguna cosa y nace el deseo de que aquella persona o cosa tenga todo lo bueno que pueda tener, saca lo mejor de nosotros mismos.

Euforia: la euforia es la máxima expresión de alegría, que conlleva un aumento de nuestra energía

Esperanza: tener fe en alcanzar aquello que uno anhela.

Motivación: reacción de entusiasmo y energía ante un deber o una acción.

Pasión: sentimiento que está íntimamente relacionado con el amor y tiende a aparecer en la esfera sexual.



Enfado: sentimiento de disgusto hacia alguien o algo, que causa una mala disposición hacia el objeto generador de enfado.

Ira: es una emoción primaria que es debida a una elevada intensidad de enfado.

Miedo: angustia causada por la percepción de un peligro que puede ser real o imaginado.

Preocupación: estado de inquietud que aparece frente a un problema o circunstancia.

Tristeza: sentimiento que cursa con dolor emocional y que provoca un gran malestar, que puede desencadenar pensamientos de carácter pesimista y con tendencia al llanto.

Culpa: responsabilidad que la persona asume sobre un hecho o acción, que conlleva una connotación negativa.



Bibliografía:

Bastardas, M. T. (2019, mayo 28). Qué son los SENTIMIENTOS: Lista, Tipos y Ejemplos. *Psicologia-online.com*.