



Nombre de alumno: Ana Belen Domínguez Santiz

Nombre del profesor: Sandy Naxchiely
Molina

Nombre del trabajo: súper nota

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6to cuatrimestre

Grupo: LEN-B

Comitán de Domínguez

Sentimientos Básicos

9/06/2020

APRENDE A CONTACTAR CON TU SILENCIO INTERIOR Y ENTERATE DE QUE TODO EL MUNDO TIENE UN MOTIVO. NO HAY ERRORES NI CONDICIONES.

Todos los acontecimientos son bendiciones para que aprendamos. ELIZABETH KUBLER-ROSS.

Debemos tener conciencia de nuestros sentimientos y modificar nuestras emociones



Ayuda a poder reconciliarnos con nosotros mismos y para enfrentar los problemas de la vida

EL MIEDO

ANGUSTIA	PREOCUPACION	PÁNICO
Es vivir aquello que ha sucedido y lo más probable es que no suceda	Nace cuando pensamos que todo es malo en nuestra vida, y nos preocupamos en lugar de ocuparnos por el presente	Nace de nuestro corazón temerario por la vida, y somos pesimistas en todo lo que nos va a suceder

Las tres alimentan el miedo — Nos llevan a tener una autodestrucción

Scribe

ENFADO

RABIA	ODIO	Frustración
Sensación desagradable de agobio que enferma el espíritu y la mente	Es el sentimiento que nos hiera y lastima, porque nos lesiona el alma y nos apaga la alegría de vivir	Es un sentimiento que derrotas y abandona el espíritu, mezcla de pena y desesperación

Nos llevan al enfado y llevan al 3º Sentimiento "frustración"

TRISTEZA

SOLEDAZ	MELANCOLIA
Falta de ilusión ante la vida.	Pesadumbre que sentimos de algo que sucedió y del recuerdo que nos lastima

Poco a poco nos va desgarrando y Consumiendo, y si no lo logramos controlarla lleva a la depresión y Suicidio.

ALEGRIA

Gozo	PAZ	ARMONIA
Felicidad anticipada sobre realizar nuestra existencia	Unión de mente y espíritu, viene al ser congruente entre decir-pensar	Existe cuando están opuestos dos todos los

A M O R

Canales Para llegar	Dios	Lo que no viene o
	Dicha	no es generado por
	Embellezo	Dios → No es amor Real

Estos Sentimientos solo se logran mirando a nuestro Interior y siendo por encima de todo honestos y sinceros con nosotros mismos.