



UNIVERSIDAD DEL SURESTE DE LA FRONTERA: COMALAPA.

ASIGNATURA: Desarrollo Humano

DOCENTE: Yareni Espinosa Garcia

ALUMNO: Josué Roberto Pérez López.

CUATRIMESTRE: Sexto

UNIDAD: Primero "1^{ro}".

CARRERA: Ingeniería en sistemas computacionales

TRABAJO: Cuadro Sinoptico Unidad II

FECHA: 23 de mayo de 2022.

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO

EMOCION

Son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo.

SENTIMIENTO

Son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional.

SENTIMIENTOS BASICOS

EL MIEDO

- La angustia
- La preocupación
- El panico

EL ENFADO

- La rabia
- La preocupación
- La frustración

LA TRISTEZA

- La soledad
- La melancolia

LA ALEGRIA

- El gozo
- La paz
- La armonia

EL AMOR

- Dios
- La dicha
- El embeleso

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

- INSEGURIDAD
- NECESIDAD DE RECONOCIMINETO
- MIEDO A SER UNO MISMO
- INCAPACIDAD DE CAMBIAR
- ANSIEDAD