



**Nombre de alumno: Lesvia Mirelly
Gómez León**

**Nombre del profesor: Mtro. Luis
Miguel Sánchez Hernández**

Nombre del trabajo: cuadro sinóptico

Materia: Desarrollo humano

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 6 cuatrimestre

Grupo: Arquitectura

Ocosingo Chiapas a 10 de Junio de 2022.

Manejo de sentimientos y emociones

DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO

Las emociones aparecen como una respuesta a la situación, varían de acuerdo a su naturaleza y estructura a la situación con el individuo.

Estas respuestas son producidas por el cerebro cuando detecta un estímulo emocionalmente competente.

Teoría psicológica: Las emociones se explican desde aspectos conscientes y respuestas abiertas.

Teorías Fisiológicas: Se apoyan y fundamentan en la base somática de las emociones.

Sentimientos

Son la evaluación consciente que hacemos de nuestro estado corporal durante una emoción.

La sensación y el sentimiento son independientes.

Emociones Y Sentimientos

Los sentimientos se relacionan con necesidades culturales o sociales

Las emociones representan un carácter circunstancial.

Son procesos psíquicos que cuentan con funciones cerebrales.

SENTIMIENTOS BÁSICOS

Debemos tener conciencia de nuestros sentimientos y medir nuestras emociones.

También sabemos que debemos de conectar con nuestras emociones, para poder comunicarnos con los demás.

Las manifestaciones emocionales proceden de cinco sentimientos básicos: El Miedo, el Enfado, la Tristeza, la Alegría y el Amor

El miedo es el primer sentimiento básico

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Los adultos se debaten en temas relaciones con la actividad laboral, urgencias, entregas y requerimiento familiar.

La actividad psíquica determina el estado anímico y moldea la personalidad.

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Los afectos positivos son más difíciles de evaluar que los negativos.

Alegría, gozo y satisfacción no se diferencian entre si tanto como: la tristeza, irritación y la angustia.

Por cada emoción positiva se conocen tres o cuatro sentimientos negativos.

Bibliografía

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LAR/87ab52add47584849cdea0e4149181d3-LC-LAR606%20DESARROLLO%20HUMANO.pdf>