



NOMBRE: JUAN JOSE SANTIZ MORALES.

MAESTRO: Psic. Luis Miguel Sánchez Hernández.

MATERIA: DESARROLLO HUMANO.

CUATRIMESTRE: 6°

TRABAJO: CUADRO SINOPTICO.

Ocosingo, Chiapas a 11 de junio del 2022.

M
A
N
E
J
O
D
E
S
E
N
T
I
M
I
E
N
T
O
S
Y
E
M
O
C
I
O
N
E
S

¿QUE ES?

ESTA HABILIDAD PROPONE APRENDER A NAVEGAR EN EL MUNDO DE LAS EMOCIONES Y LOS SENTIMIENTOS, LOGRANDO UNA MAYOR SINTONÍA CON EL PROPIO MUNDO AFECTIVO Y EL DE LAS DEMÁS PERSONAS. SABER LEER Y COMPRENDER LO QUE COMUNICAN LAS EMOCIONES PROPIAS Y LAS AJENAS.

EMOCIONES

LAS EMOCIONES ES UN CONJUNTO DE LAS RESPUESTAS QUÍMICAS Y NEURONALES QUE FORMAN UN PATRÓN DISTINTIVO.

ESTAS RESPUESTAS SON PRODUCIDAS POR EL CEREBRO AL TENER UNA ESTIMULACIÓN, LAS EMOCIONES SON EXPRESADOS POR MEDIO DE LA EXPRESIÓN CORPORAL COMO POR EJEMPLO EN LA CARA ETC.

SENTIMIENTOS.

LOS SENTIMIENTOS ES LA EVALUACIÓN CONSCIENTE QUE HACEMOS DE LA PERCEPCIÓN DE ESTADO CORPORAL DURANTE UNA RESPUESTA EMOCIONAL.

LOS SENTIMIENTOS SON CONSCIENTES COMO POR EJEMPLO (IMÁGENES, SONIDOS, PERCEPCIONES Y FISICAS.

SENTIMIENTOS BÁSICOS.

PARA CONECTARNOS CON NUESTRAS EMOCIONES DEPENDEMOS DE 5 EMOCIONES BÁSICAS :

- MIEDO
- ENFADO
- TRISTEZA
- ALEGRÍA
- AMOR

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO.

LOS AFECTOS POSITIVOS SON MÁS DIFÍCILES DE EVALUAR QUE LOS NEGATIVOS.

LA ALEGRÍA, EL GOZO Y LA SATISFACCIÓN NO SE DIFERENCIAN ENTRE SÍ.

EUFORIA: ESTE SENTIMIENTO NOS HACE SENTIR EN SUBIDÓN Y NUESTRA PERCEPCIÓN DE LA VIDA ES MAGNÍFICA.

ADMIRACIÓN: CUANDO CONTEMPLAMOS A ALGO O ALGUIEN DE FORMA POSITIVA.

AFECTO: ES UNA SENSACIÓN PLACENTERA AL CONECTAR CON ALGUIEN.