



**Mi Universidad**

**SUPER NOTA**

*Nombre del Alumno FRANCISCO AGUSTIN CANTORAL ALVAREZ*

*Nombre del tema*

*Parcial 2DO*

*Nombre de la Materia DESARROLLO HUMANO*

*Nombre del profesor MONICA LISSETH QUEVEDO PEREZ*

*Nombre de la Licenciatura ENFERMERIA*

*Cuatrimestre 6TO*

*Pichucalco, Chiapas; 09 de junio del 2023*

# MANEJO DE EMOCION Y SENTIMIENTO

## SENTIMIENTOS

Los sentimientos son la interpretación que hacemos de esas emociones y se pueden regular mediante nuestros pensamientos.

## EMOCIONES

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que ocurren de manera espontánea y automática.



## SENTIMIENTOS BÁSICOS

### ALEGRÍA



### AMOR



### ENFADO



### MIEDO



### RABIA



## SENTIMIENTOS OBTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

### INSEGURIDAD



### ANSIEDAD



### ASOCIAL



### MIEDO A SER UNO MISMO



## SENTIMIENTOS PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Cuando las emociones positivas nos abren a nuevas posibilidades, tenemos más capacidad para aprender y mejorar nuestras habilidades. Esto nos lleva a un mejor desempeño en las tareas y las evaluaciones.



## BIBLIOGRAFIA:

<https://www.hernandezpsicologos.es/blog/diferencia-emocion-sentimiento/#:~:text=Las%20emociones%20son%20reacciones%20psicofisiol%C3%B3gicas,emociones%20tienen%20una%20intensidad%20mayor.>

<https://kidshealth.org/es/teens/power-positive.html>