



Nombre del Alumno: Yubitza Ascencio Galera.

Nombre del tema: manejo de sentimientos y emociones.

Parcial: 2°.

Nombre de la Materia: desarrollo humano.

Nombre del profesor: Mónica Lisseth Quevedo Pérez.

Nombre de la Licenciatura: enfermería.

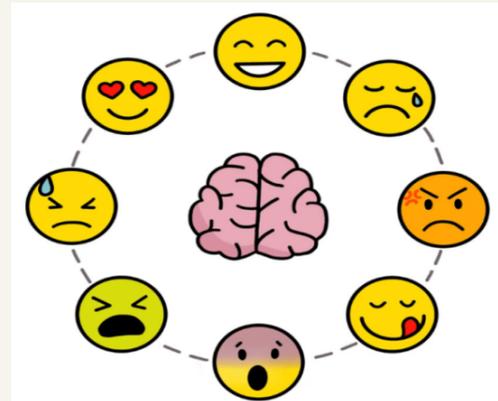
Cuatrimestre: 6°.

Lugar y Fecha de elaboración: Pichucalco, Chiapas; a 08 de junio del 2023.

Diferencia entre emoción y sentimiento.

Emoción.

Es un conjunto de respuestas neuroquímicas y hormonales que nos predisponen a reaccionar de cierta manera ante un estímulo.



- Es transitoria.
- Son mas intensas que los sentimientos.
- Son energía que se mueven a través de nuestro cuerpo.



- Miedo.
- Sorpresa.
- Aversión.
- Ira.
- Alegría.
- Tristeza.

Sentimiento.

Es la suma de emoción y pensamiento, es decir, es el resultado de las emociones.



- La emoción se transforma en sentimiento en medida que uno toma conciencia de ella.
- Interviene lo cognitivo y subjetivo.
- Los sentimientos suelen durar más tiempo que las emociones.

- Felicidad.
- Frustración.
- Amor.
- Compasión.
- Celos.
- Gratitud.



Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano.

- Inquietud.
- Necesidad de reconocimiento.
- Miedo de ser uno mismo.
- Incapacidad de cambiar.
- Ansiedad.
- Culpa.



Sentimientos que promueven el desarrollo humano.

- Euforia.
- Esperanza.
- Motivación.
- Pasión.
- Satisfacción.
- Diversión.

