

6to semestre

Lic. Enfermería

¿QUE SON LAS EMOCIONES?

Las emociones son estados o reacciones que experimentamos de acuerdo a la situación o ambiente en el que se encuentran.

¿Para que sirve cada emoción?

<ul style="list-style-type: none"> Te ayuda a poner límites <p>Enojo 😡</p>	<ul style="list-style-type: none"> Te avisa que estas en peligro <p>Miedo 😨</p>
<ul style="list-style-type: none"> Refleja una pérdida <p>Tristeza 😞</p>	<ul style="list-style-type: none"> Repulsivo para el gusto o el olfato <p>Asco 🤢</p>
<ul style="list-style-type: none"> Refleja una meta lograda <p>Alegria 😊</p>	<ul style="list-style-type: none"> Acontecimiento inesperado <p>Sorpresa 😲</p>

TIPOS DE EMOCIONES:



NOTA:
No todas las personas son iguales, todos tenemos reacciones distintas.

NUESTRAS EMOCIONES Y LAS VIRTUDES

ALEGRÍA Un estado de ánimo que saca lo mejor de nosotros, una disposición del corazón.	TRISTEZA Una clase de dolor emocional provocado por un decaimiento espiritual.	TEMOR Una emoción ante un peligro real o aparente. Nace del rechazo a una amenaza.	DISGUSTO Un estado de contrariedad ante algo que nos disgusta o causa fastidio.	FURIA Una emoción expresada por medio de la irritabilidad o el resentimiento.

DIFERENCIAS ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO

<p>LAS EMOCIONES SON:</p> <ol style="list-style-type: none"> Son estados físicos que surgen de un estímulo externo. Precede al sentimiento. Puede ser observada fácilmente por otros. Aparecen de forma brusca y son intensos. Son estados afectivos pasajeros. Son estados afectivos pasajeros. <p>Las emociones básicas son:</p>	<p>LOS SENTIMIENTOS SON:</p> <ol style="list-style-type: none"> Permiten a las personas ser conscientes de su estado anímico. Son posteriores a la emoción. No son fáciles de observar por otras personas. Se presentan con intensidad moderada Están vinculados a la dinámica cerebral: Determinan las reacciones de una persona. <p>Algunos sentimientos son:</p>
---	---

Sentimiento

Los sentimientos son la interpretación de las emociones.

Son duraderos.

Se presentan de manera moderada

Son de manera consciente

