

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

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

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

