



UDS
CAMPUS
TAPACHULA
LIC. EN NUTRICIÓN
ANTONIO CABRERA RAMIREZ
DESARROLLO HUMANO
6TO. CUATRIMESTRE
2DO. PARCIAL
CUADRO SINÓPTICO

UNIDAD II

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION.

2.1 DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO EMOCION

complejo de respuestas químicas y neuronales

Los comportamientos ante las emociones aparecen como una repuesta a una situación

los sentimientos son actitudes afectivas permanentes.

2.2 SENTIMIENTOS BÁSICOS

Es muy importante conectarnos con nuestras emociones, para poder comunicarnos con los demás.

El primer sentimiento básico es el Miedo, el cual lo conforman (la angustia, la preocupación y el pánico)

2.3 SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Inseguridad
Los pensamientos negativos hacia uno mismo, el miedo a ser defraudados o a no conseguir los deseos son un obstáculo

Necesidad de Reconocimiento
El antónimo perfecto para el reconocimiento es precisamente ser indiferente a los esfuerzos o logros de alguien.

Miedo a ser uno mismo
El verdadero inconveniente ocurre cuando el temor a exponerse, hablar en primera persona o mostrarse por completo es tan grande que se crean máscaras ilusorias que temporalmente frenan el dolor

2.4 SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

En primer lugar, los afectos positivos son más difíciles de evaluar que los negativos

las personas pueden distinguir un rostro triste o angustiado, sin embargo una expresión de alegría, diversión, felicidad y confianza



BIBLIOGRAFIA

- ANTOLOGÍA UDS , DESARROLLO HUMANO CAMPUS TAPACHULA