



**Nombre de alumnos: Paola Del
Carmen Zarquiz Aguilar**

**Nombre del profesor: Ana Laura
Culebro Torrez**

**Nombre del trabajo: Mapa
conceptual**

Materia: Desarrollo humano

Grado: 6°

Grupo: "A"

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

¿QUÉ ES UNA EMOCIÓN?

Es

Un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo.

Una

Agitación del ánimo acompañado de fuertes conmociones somáticas.

Como la

Ira, tristeza, miedo

Como la

Alegría, amor, sorpresa vergüenza.

¿QUÉ ES UN SENTIMIENTO?

Es

Un estado del ánimo que se produce por causas que lo impresionan.

Tales como

Alegres y felices

Dolorosas y tristes

Pueden

Detectaran un estímulo emocional.

DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO

Una

Emoción

Es una

Reacción de un estímulo

De modo

Inconsciente e inmediata

Corta

Antes de la razón

Más intensas

Llevan a actuar

Un

Sentimiento

Un

Estado de ánimo estable

De forma

Consciente y progresivo

Largo

Tras interpretar y pensar

Menos intensos pero más profundos

Llevan decidir y vivir de una manera.

SENTIMIENTOS BÁSICOS

Son

Respuestas automáticas de nuestro cerebro para ante determinados estímulos.

Por lo que son

cinco sentimientos

Los cuales son

El miedo, el enfado y la tristeza

La alegría y el amor.

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Los

Pensamientos negativos de uno mismo

Por lo que

Es el mayor obstáculo a cumplir con éxito los deseos

como la

Inseguridad

La

Necesidad de reconocimiento

El

Miedo a ser uno mismo

Una

Ansiedad

(UDS, 2023)

Referencias

UDS. (10 de Junio de 2023). *Plataforma educativa, UDS*. Obtenido de Plataforma educativa, UDS:
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/846d1aa47b718e0d653a86c30c4baae0-LC-LEN606%20DESARROLLO%20HUMANO.pdf>