



Universidad del sureste

Liliana Vázquez Pérez

Catedrático: Ana Laura Culebro Torres

Cuatrimestre 5º

Módulo 1

Desarrollo Humano

Mapa conceptual

Licenciatura en Enfermería

Comitán de Domínguez Chiapas Junio 2023

Fecha:13/06/2023

“Emociones y sentimientos”

La inteligencia emocional regula las emociones y utiliza esta información propia para crear un comportamiento correcto y adaptado a los objetivos propuestos.

La inteligencia emocional es un conjunto de habilidades que permiten reconocer, apreciar y manejar de manera equilibrada las propias emociones y las de los demás

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano: **Impaciencia, egoísmo, celos, cobardía y conformismo entre otros.**

Sentimiento: estado de ánimo como también a una emoción conceptualizada



$$\begin{array}{c} \text{EMOCIÓN} \\ + \\ \text{PENSAMIENTO} \\ = \\ \text{SENTIMIENTO} \end{array}$$

Las emociones son reacciones psicofisiológicas que ocurren de manera espontánea y automática. En cambio, los sentimientos son la interpretación que hacemos de esas emociones y se pueden regular mediante nuestros pensamientos.



Sentimientos básicos: alegría, tristeza, miedo y enojo



Bibliografía :

UDS.Antología de Desarrollo humano. Recuperado el 13 de junio de 2023.URL:

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/libro/LEN/846d1aa47b718e0d653a86c30c4baae0-LC-LEN606%20DESARROLLO%20HUMANO.pdf>

