



Mi Universidad

Resumen.

Nombre del Alumno: Adrian de Jesus Santiz Toledo.

Nombre del tema: Manejo de Sentimientos y Emociones.

Parcial: 2°

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano.

Nombre del profesor: Lic. Luis Miguel Sánchez Hernández.

Nombre de la Licenciatura: Medicina Veterinaria y Zootecnia.

Cuatrimestre: 6°

Matricula: 409421302.

PASIÓN POR EDUCAR

Ocosingo, Chiapas a 13 de junio del 2023.

UNIDAD 2

Manejo de sentimientos y emociones.

2.1 Diferencia entre emoción y sentimiento.

Emoción.

Las emociones son una serie de reacciones químicas y neuronales complejas que forman patrones únicos. Estas respuestas se realizan cuando el cerebro percibe un estímulo emocionalmente relevante. Dichas respuestas son el resultado de mecanismos cerebrales innatos (emociones primarias) y de comportamiento aprendidos con el tiempo (emociones secundarias).

En relación a los tipos de emociones podemos distinguir:

1. Personales: Se refieren y se centran en el Yo.
2. Sociales: La emoción principal es la simpatía, centrándose en los aspectos altruistas y bondadosos de la naturaleza humana y adoptando la forma de amistad.
3. Espirituales y estéticos: Depende del grado de educación obtenido al apoyarse en el amor a la verdad y se basan en las necesidades más elevadas.

Sentimiento.

Son evaluaciones que realizamos de la percepción de nuestras emociones, son de manera consciente y son afectados por factores que desencadenaron las emociones (imágenes, sonidos, percepciones físicas..)

Son estados de ánimo cualitativamente impregnados por formas superiores de placer y de dolor, cuya especificación remite a contenidos y valores culturales.

Respecto a cómo se clasifican los sentimientos nos podemos encontrar con varias clasificaciones:

Según M. Scheller se clasifican en:

- Sensibles: son los más próximos a las emociones. Se localizan en todo el cuerpo con referencia al yo. (placer, dolor).
- Vitales: Son difíciles de localizar al relacionarse con la sociabilidad. (Bienestar, salud, calma, tensión...) Pertenecen al organismo como un todo y como centro vital.
- Psíquicos o Anímicos: Son partes integrantes del Yo, por lo que son intencionales y reveladores del valor del Yo.
- Espirituales: se encuentra consigo mismo en cada una de estas manifestaciones, no se entrega a nada ajeno, sino que constituye su valor y fundamento.

Según Young se clasifican en:

- Simples: Se relacionan con el agrado, el desagradado olores y sabores.
- Orgánicos negativos o positivos: Hambre, sed, alivio....
- De Actividad: Aburrimiento, enojo, entusiasmo....
- De Actividades Sociales: Estéticos, morales, educativos....

Emocion y sentimientos.

Los sentimientos se relacionan con necesidades culturales o sociales, es decir con necesidades que aparecen con el desarrollo histórico de la humanidad, mientras las emociones se relacionan con necesidades orgánicas.

Mientras las emociones tienen un carácter circunstancial, los sentimientos son actitudes afectivas permanentes

2.3 Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano.

Inseguridad.

Necesidad de reconocimiento,

Miedo a ser uno mismo.

Incapacidad de cambiar.

Ansiedad.

2.4 Sentimientos que promueven el desarrollo humano.

Alegria.

Gozo.

Satisfacción.

Diversión.

Felicidad.

Confianza.

Bibliografía

UDS. (2023). Desarrollo Humano. Ocosingo: Antología.