



Nombre del Alumno; María Claribel Hernández Sánchez

Desarrollo humano

Nombre del profesor: Lic. Roció Vázquez

Nombre de la Licenciatura: trabajo social y gestión comunitaria

Cuatrimestre: 6TO

Agosto 2023

sentimientos Y emociones



Clasificación de las emociones

Hoy me siento:



www.elpais.com

Emociones positivas

Son un conjunto de emociones que se relacionan con sentimientos agradables:

- Alegría
- Interés
- Amor
- Satisfacción
- Optimismo
- Humor
- Fluidez
- Felicidad

Ejemplo de estas son la atención a la familia, tiempo de calidad y lazos afectivos en donde existe la reciprocidad.

Predomina la sensación de placer o bienestar.

Las emociones positivas nos

Emociones negativas

Conjunto de emociones que estimulan sentimientos desagradables:

- Miedo
- Ansiedad
- Ira
- Tristeza
- Depresión
- Asco
- Rechazo
- Vergüenza

Ejemplo de esta es, cuando un miembro de la familia se enferma y esto ocasiona momentos de angustia y preocupación.

Predomina la sensación de defensa y afrontamiento.

Las emociones negativas nos sirven para la supervivencia y se actúa para subsistir.

	<p>motivan y empujan. Nos ayudan a darle sentido a la vida. Generan creatividad, iniciativa, perseverancia, trabajo en equipo.</p>	
Clasificación de los sentimientos	<p>Es una interpretación y racionalización que hacemos de las emociones.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Admiración • Orgullo • Sorpresa • Empatía • Gusto • Amor • Importancia • Alegría • emoción 	<p>Se puede actuar de manera</p> <ul style="list-style-type: none"> • indiferente, • carente • Desesperanza • Aislamiento • Enojo • Depresión • Tristeza • Miedo • Ansiedad • culpa

