



**NOMBRE DEL ALUMNO: ALFREDO CALVO**

**NOMBRE DE LA PROFESORA: ALEJANDRA TORRES**

**NOMBRE DEL TEMA: GÉNETICA Y NUTRICIÓN**

**MATERIA: DESARROLLO HUMANO**

**NOMBRE DE LA LICENCIATURA: MEDICINA VETERINARIA Y ZOOTECNIA**

**CUATRIMESTRE: VI**

**6 °A**

**COMITAN DE DOMINGUEZ, CHIAPAS A 15 DE JUNIO DEL 2024**



# SENTIMIENTOS BÁSICOS



—Aprende a contactar con tu silencio interior y entérate de que todo en el mundo tiene un motivo. No hay errores ni coincidencias. Todos los acontecimientos son bendiciones para que aprendamos

## MIEDO

1

La angustia: es sufrir aquello que no ha sucedido y lo más probable es que no suceda. La preocupación: nace cuando pensamos que todo es malo en nuestra vida, y nos preocupamos en lugar de ocuparnos del problema. El pánico: es cuando nace en nuestro corazón terror por la vida, y somos pesimistas en todo lo que nos va a suceder. Los tres alimentan al miedo y nos llevan a tener una autodestrucción.



## ENFADO

2

Lo nutren (la rabia, el odio y la frustración). La Rabia: es esa sensación desgastante de agobio, que nos enferma el espíritu y la mente. El odio: este es uno de los sentimientos que más nos hiere y lástima, porque nos lesiona el alma, y nos apaga la alegría de vivir.

3

## TRISTEZA

Tiene sus dos sentimientos (La soledad y la melancolía). La soledad: es esa falta de ilusión ante la vida. Valdría preguntarnos qué hacemos para sentirnos vivos y para salir de la rutina diaria. La melancolía o pena: es esa pesadumbre que sentimos de algo que sucedió y del recuerdo que nos lastima.



## ALEGRÍA

4

La alegría es una emoción amistosa o una sensación de satisfacción o felicidad. La alegría es producida normalmente por un suceso favorable que suele manifestarse con un buen estado de ánimo, la satisfacción y la tendencia a la risa o la sonrisa



5

## AMOR

Los 3 canales para llegar a él son: (Dios, la dicha y el embeleso)  
La dicha: es nuestra actitud ante la vida para lograr la felicidad. Y el embeleso nos lleva al amor porque le da significado a la vida



No olvidemos que para tener una buena comunicación con nuestro prójimo, debemos dejar que afloren estos sentimientos básicos. Y para ello, solo se logra mirando a nuestro interior y siendo por encima de todo, honestos y sinceros con nosotros mismos.

**BIBLIOGRAFÍA:**  
ANTOLOGÍA UDS