

UDS

- Alumna: Paola Elizabeth Maldonado Cancino
- Profesor: Alejandra Torres
- Materia: Desarrollo humano
- Licenciatura: Medicina veterinaria y zootecnia
- Cuatrimestre 6to
- Parcial :2

SENTIMIENTOS BÁSICOS

MIEDO

El cual lo conforman (la angustia, la preocupación y el pánico).

- 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.



ENFADO

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 hierde y lástima, porque nos lesiona el alma, y nos apaga la alegría de vivir.
- La frustración: es un sentimiento de derrota y abandono espiritual, es una mezcla de rencor

TISTEZA

Tiene sus dos sentimientos (La soledad y la melancolía).

- La soledad: es esa la 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.

La Tristeza, cuando dejamos que anide en el alma, poco a poco nos va desgastando y consumiendo, y si no logramos controlarla nos lleva a la depresión y al suicidio.



ALEGRIA

Está conformada por tres sentimientos menores (el gozo, la paz y la armonía).

- El Gozo: es esa felicidad anticipada; es saber paladear nuestra existencia.
- La paz: nace de la unión de mente y espíritu, y viene a nosotros al ser congruentes con lo que decimos, pensamos y hacemos.
- La Armonía: la tenemos cuando están equilibrados en conjunto nuestros sentimientos.



AMOR

Los 3 canales para llegar a él son: (Dios, la dicha y el embeleso). Todo amor que no viene, o es generado por Dios, es un amor falso. 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.

