



# DESARROLLO HUMANO

LIC. YANET FABIOLA SOLÓRZANO PENAGOS

ALUMNO: ROBERTO CARLOS RIVERA FLORES.



# MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION

## DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO EMOCION

Teorías Psicológicas

Teorías Fisiológicas

EMOCIONES

SENTIMIENTOS

-Enfado

-Tristesza

-Alegria

-ODIO

-SOLEDAD

-PAZ

-RABIA

-MELANCOLIA

-GOZO

-Temor

-Amor

-ANGUSTIA

-DIOS

-PANICO

-ARMONIA

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.

SENTIMIENTOS BASICOS

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Inseguridad

Necesidad de Reconocimiento

El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades.

Miedo a ser uno mismo

La conformación del yo como epicentro de toda la actividad psíquica es sin lugar a duda uno de los misterios más intrigantes y difíciles de decodificar.

Esa terrible sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad que se interpone en la correcta toma de decisiones es lo que popularmente se denomina inseguridad emocional

Incapacidad de cambiar

El cambio es inherente a la vida, necesario e imposible de detener. Así como las aguas de un río nunca son las mismas, las personas tampoco pueden serlo.

Ansiedad

La fobia social, el trastorno obsesivo compulsivo, los ataques de pánicos o la ansiedad generalizada son algunos de los trastornos que se generan a raíz de una psiquis que no procesa de manera adecuada la realidad ni sus componentes.