



UNIVERSIDAD DEL
SURESTE

**ALUMNO: RAUL ALEJANDRO GUILLEN
SANCHEZ.**

MATERIA: DESARROLLO HUMANO.

**TEMA: MANEJO DE SENTIMIENTOS Y
EMOCIONES.**

**PROFESORA: LIC YANETH FABIOLA
SOLORZANO.**

FECHA: 16 DE JULIO DEL 2024.

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION.

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

1. **EMOCION:** Respuesta química y neuronales que forman un patron distintivo. Estas respuestas son producidas por el cerebro cuando detecta un estimulo

2. **SENTIMIENTO:** Son la evaluacion conciente que hacemos de nuestro estado corporal, durante una respuesta emocional.

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

1. Alegria
2. Gozo
3. Satisfaccion

SENTIMIENTOS BASICOS.

1. Miedo
2. Enfado
3. Tristeza
4. Alegria
5. Amor

SENTIMIENTOS QUE SON UN OBSTACULO PARA EL DESARROLLO HUMANO.

1. Inseguridad
2. Necesidad de reconocimiento
3. Miedo a ser uno mismo
4. Ansiedad