



Mi Universidad

MAPA CONCEPTUAL

Nombre del Alumno: Olivia Flores Santos

Nombre del tema: Manejo de sentimientos y emoción

Parcial: I ro.

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Yaneth Fabiola Solórzano

Nombre de la Licenciatura: Psicología

Cuatrimestre: 6to.

Fecha de entrega: 16 / 07 / 24

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION

DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO

Emoción

Son un

Conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo.

Tipos de emociones

Personales

Se centran en el Yo, y su núcleo es el bienestar personal del individuo.

Sociales

Se centran en los aspectos altruistas y bondadosos de la naturaleza humana.

Espirituales y Estéticos

Se basan en las necesidades más elevadas y dependen del grado de educación obtenido al apoyarse en el amor a la verdad.

Teorías sobre las emociones

Tratan de responder a la pregunta de cómo se forman y cuál es su origen.

Entre estas teorías podemos destacar

Teorías Psicológicas: Las emociones se explican desde aspectos conscientes y respuestas abiertas.

Teorías Fisiológicas: Se apoyan y fundamentan en la base somática de las emociones.

Sentimiento

Es la

Evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional.

Clasificación de los sentimientos

Según

M. Scheller

Young

Se clasifican en

Sensibles

Simples

Vitales

Orgánicos negativos o positivos

Psíquicos o Anímicos

De Actividad

Espirituales

De Actividades Sociales

Emociones y Sentimientos

Principales diferencias

Los sentimientos se relacionan con necesidades culturales o sociales, mientras las emociones se relacionan con necesidades orgánicas.

Las emociones tienen un carácter circunstancial, los sentimientos son actitudes afectivas permanentes.

SENTIMIENTOS BASICOS

Primer sentimiento básico el Miedo

El cual lo conforman

La angustia, la preocupación y el pánico.

Segundo sentimiento básico el Enfado

Lo nutren

La rabia, el odio y la frustración.

Tercer sentimiento básico la Tristeza

Tiene sus dos sentimientos

La soledad y la melancolía

Cuarto sentimiento básico la Alegría

Está conformada por tres sentimientos menores

El gozo, la paz y la armonía.

Quinto sentimiento básico el Amor

Los 3 canales para llegar a él son:

Dios, la dicha y el embeleso.

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Inseguridad

Terrible sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad que se interpone en la correcta toma de decisiones.

Necesidad de Reconocimiento

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

Miedo a ser uno mismo

Saberse único, distinto y con la capacidad de lograr cualquier meta deseada debería ser el motor para vencer a paso firme y seguro el miedo a ser uno mismo.

Incapacidad de cambiar

El cambio es inherente a la vida, necesario e imposible de detener.

Ansiedad

Es uno de los factores que en la actualidad más limitaciones causa y frena el crecimiento.

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

El Amor

La Fe

La Esperanza

La alegría

El gozo

La satisfacción

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Antología LPS606, Desarrollo Humano; publicado por la institución: UDS.