

Mapa Conceptual

Nombre del Alumno: Omar Alejandro Pérez Díaz

Nombre del tema: Mapa Conceptual Unidad II

Parcial: Segundo modulo

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Yaneth Fabiola Solorzano Penagos

Nombre de la Licenciatura: Administración y estrategias de negocios

Cuatrimestre: 6° Cuatrimestre

UNIDAD II
“Manejo de sentimientos y emoción”

2.1 “Diferencia entre emoción y sentimiento emoción”



2.2 “Sentimientos básicos”



2.3 “Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano”



2.4 “Sentimientos que promueven el desarrollo humano”



2.1 “Diferencia entre emoción y sentimiento emoción”

Las emociones

Se generan debido a un estímulo químico y neuronal al momento que nos exponemos a acontecimientos durante nuestro día a día.

Emociones primarias; son mecanismos innatos del cerebro, es decir que contamos con ellas desde el nacimiento y son emociones básicas.

Emociones secundarias; las vamos desarrollando durante el transcurso del tiempo.

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

Los sentimientos

Se enfocan más a lo superficial, ya que se basa con lo físico o incluso al ruido y esto provoca que sea una percepción de nuestro estado corporal.

Es por esto que

- 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.

Por otra parte

2.2 “Sentimientos básicos”

Se nos menciona que

Desde que nacemos y hablando que es antes que tengamos uso de razón, en nuestra mente contamos con sentimientos básicos.

Los cuales son cinco

Miedo: es la manera en que pensamos las cosas de manera trágica y provoca una sensación de angustia e incertidumbre.

Enfado: sentimos esto al momento que tenemos un percance con nosotros mismos o con otras personas, lo que genera molestia y furia.

Tristeza: Este sentimiento nos ayuda a desahogarnos llorando o siendo mas abiertos con las personas cercanas, pero lo malo es que demasiado provoca depresión.

Alegría: Esta emoción hace que convirtamos momentos de nuestra vida en felices y especiales.

Amor: Sin duda una de las emociones mas importantes, ya que es un estimulo que todos debemos de tener presente en todo momento, porque nos hace sentir mas especiales de lo que ya somos.

2.3 “Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano”

Se basa en que

Así como contamos con sentimientos positivos, existen sentimientos que no nos dejan avanzar de buena manera.

Los cuales son

Inseguridad: Nos genera angustia ya que no nos sentimos cómodos con una acción o incluso con personas y por consecuencia genera que progrese de buena manera o nos cueste más.

Necesidad de reconocimiento: Cada persona de alguna u otra manera busca que se reconozca una acción, aquí influye mucho el ego y por lo tanto es un tanto peligroso este sentimiento.

Miedo a ser uno mismo: Por querer encajar en la sociedad en muchas ocasiones este a sido un bache para muchas personas, porque no se sienten bien al expresar su gustos o pensamientos con los demás.

Incapacidad de cambiar: Esto a la vez es bueno y malo, dependiendo de las circunstancias, pero por lo general se enfoca en querer mejorar y no se puede.

Ansiedad: Es una mezcla de miedo, pero esa angustia incrementa haciendo que en muchas ocasiones una persona caiga en una depresión al no saber que este por suceder.

2.4 “Sentimientos que promueven el desarrollo humano”

Consiste en que

Los sentimientos siempre serán fundamentales para el ser humano, ya que es la esencia de cada persona, pero hablando en promover el desarrollo son pocas las emociones que llevan al crecimiento.

Por esto

La alegría es el sentimiento más importante en este aspecto ya que al transmitirnos felicidad, podemos hacer cosas de manera tranquila con eficiencia y eficacia.



Referencias

Penagos, Y. F. (2024). *Antología Desarrollo Humano*. Comitán, Chiapas: UDS Mi Universidad.