



**Mi Universidad**

# **Cuadro Sinoptico**

Nombre de la Alumna: Fabiola López López

Nombre del tema: Manejo de sentimientos y emoción

Parcial: 2do

Nombre de la Materia: Desarrollo humano

Nombre del profesor: Luisa Bethel Lopez Sanchez

Nombre de la Licenciatura: Enfermería

Cuatrimestre: 6to

# MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIÓN

**Emociones** son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo.

**son producidas** por el cerebro cuando detecta un estímulo emocionalmente competente, es decir, cuando el objeto o acontecimiento, real o recordado mentalmente, desencadena una emoción y las respuestas automáticas correspondientes.

Las respuestas provienen tanto de los mecanismos innatos del cerebro (emociones primarias) como de los repertorios conductuales aprendidos a lo largo del tiempo (emociones secundarias).

**Las emociones que Ekman catalogó como básicas son:**

- Miedo, tristeza, ira, alegría, sorpresa, asco

Los **sentimientos**, en cambio, son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional. Los sentimientos son conscientes, objetos mentales como aquellos que desencadenaron la emoción (imágenes, sonidos, percepciones físicas...).

Son estados de ánimo cualitativamente impregnados por formas superiores de placer y de dolor, cuya especificación remite a contenidos y valores culturales.

**Según M. Scheller se clasifican en:**  
Sensibles, vitales, Psíquicos o Anímicos, Espirituales

**Según Young se clasifican en:**  
Simples, Orgánicos negativos o positivos, De Actividad, De Actividades Sociales

## EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

como conjunto de relaciones innatas o adquiridas que unen al ser vivo con su medio, las más importantes son los Sentimientos y las Emociones.

### DIFERENCIAS

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.

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

Como procesos psíquicos los sentimientos y las emociones son funciones cerebrales, y en sus mecanismos fisiológicos ocupa un papel central los procesos nerviosos de la subcorteza.

# MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIÓN

## SENTIMIENTOS BÁSICOS

Las manifestaciones emocionales proceden de cinco sentimientos básicos: El Miedo, el Enfado, la Tristeza, la Alegría y el Amor.

- Miedo, el cual lo conforman (la angustia, la preocupación y el pánico).
- Enfado: lo nutren (la rabia, el odio y la frustración).
- La Tristeza, tiene sus dos sentimientos (La soledad y la melancolía).

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

- ¡El Amor! Los 3 canales para llegar a él son: (Dios, la dicha y el embeleso).

## SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

La actividad psíquica determina el estado anímico y moldea la personalidad en favor o detrimento de las aspiraciones de cada individuo.

- Inseguridad
- Necesidad de Reconocimiento
- Miedo a ser uno mismo

- Incapacidad de cambiar
- Ansiedad

## SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

la psicología se ha centrado en el estudio y tratamiento de los procesos patológicos que afectan al ser humano; pocos han centrado su estudio en los procesos que promueven el desarrollo y la felicidad personal; hay varios motivos por lo que apenas se ha prestado atención a los sentimientos positivos que en otras épocas.

En todo el mundo las personas pueden distinguir un rostro triste o angustiado.

sin embargo una expresión de alegría, diversión, felicidad y confianza contiene siempre los mismos atributos de la denominada sonrisa Duchenne

## REFERENCIA BIBLIOGRÁFICA

- Universidad del Sureste. UDS. (s.f.). Desarrollo humano. Recuperado de:  
<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/a37464999581e6f63be2d6ce4b3a558a.pdf>