



**Mi Universidad**

**Super Nota**

*Nombre del Alumno: Densee Lineth Bautista Peralta.*

*Nombre del tema: Unidad II-Manejo De Sentimientos y Emociones.*

*Parcial: 2do parcial.*

*Nombre de la Materia: Desarrollo Humano.*

*Nombre del profesor: Luisa Bethel López Sánchez.*

*Nombre de la Licenciatura: Enfermería.*

*Cuatrimestre: 6to Cuatrimestre.*



## UNIDAD II

### DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO

Las emociones son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo. Las emociones tienden a ser momentáneas.

Los sentimientos, en cambio, son la evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional. Estos se generan a través de las emociones, pero son los que siempre están presentes.

### SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

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

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

### SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

- Inseguridad.
- Necesidad de reconocimiento.
- Miedo a ser uno mismo.
- Incapacidad de cambiar.
- Ansiedad.

Gracias a estos sentimientos la mayor parte del tiempo nos detenemos en nuestro proceso por el simple hecho de nos cuesta poner de nuestra parte.

### SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Los afectos positivos son más difíciles de evaluar que los negativos. La alegría, el gozo y la satisfacción no se diferencian entre sí tanto como la irritación, la tristeza y la angustia.

Los sentimientos positivos son los que más tienen impacto en uno como persona y nos predisponen a desarrollarnos de mejor manera.

### SENTIMIENTOS BASICOS

Sentimientos básicos: El Miedo, el Enfadado, la Tristeza, la Alegría y el Amor.

Estos sentimientos nos aportan un gran manejo de acciones al momento de pasar por ciertas circunstancias en momentos de la vida.



BIBLIOGRAFIA:

ANTOLOGIA UDS