



Nombre de alumno: Maribel Sánchez Jiménez

Nombre del profesor: Lic. Luis Miguel Sánchez Hernández

Nombre del trabajo: Manejo de sentimientos y emoción.

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6° cuatrimestre

Carrera: LIC. Enfermería

Fecha: 17/07/2024

Ocosingo, Chiapas 17 de julio del año 2024

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION

DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO EMOCION

Son un conjunto complejo de respuestas químicas neuronales que forman un patrón distintivo.

Emociones primarias y emociones secundarias.

Punto de vista fisiológico-neurológico cada emoción está regulada por un centro:

Actividad cardíaca y vascular
La respiración
El tónus muscular
Músculos expresivos de la cara.

Teorías fisiológicas:
Sentimientos
Emociones y sentimientos.

SENTIMIENTOS BASICOS

Aprende a contactar con tu silencio interior y entérate de que todo en el mundo tiene un motivo.

Es muy importante conectarnos con nuestras emociones.

El primer sentimiento básico es el:

Miedo, la angustia, la preocupación, el pánico, enfadado, la rabia, la frustración, la soledad, la melancolía, la tristeza, alegría, gozo, la paz y la armonía.

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Tiempo de sentarse un rato a solas y pensar en que preciso momento de tu vida te arrebataron las fuerzas y las ganas de perseguir tus metas.

La sociedad moderna impone, entre otros dogmas.

Los adultos se debaten constantemente en temas relacionados con la actividad laboral, las urgencias, entregas y requerimientos familiares.

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

INSEGURIDAD

Es evaluar los comportamientos de las personas en sociedad.

Los pensamientos negativos hacia uno mismo.

NECESIDAD DE RECONOCIMIENTO

El ego de las personas

Los mitos populares y los consejos de las abuelas siempre aconsejan que si quiere lastimar a alguien o matarlo.

MIEDO A SER UNO MISMO

La conformación

Criticas, los reproches, fracasos

INCAPACIDAD DE CAMBIAR

Modo de expresarse y mostrar conocimiento

El cambio es inherente a la vida.

ANSIEDAD

La fobia social, el trastorno obsesivo-compulsivo, ataque de pánico o la ansiedad.

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Durante décadas pasadas la psicología se ha centrado en el estudio y tratamiento de los procesos patológicos que afectan al ser humano.

Los afectos positivos son más difíciles de evaluar que los negativos.

Una expresión de alegría, diversión, felicidad y confianza.