



Nombre de alumno: Nadia Angélica Pérez Flores.

Nombre del profesor: Luis Miguel Sánchez Hernández.

Nombre del trabajo: Mapa Conceptual.

Materia: Desarrollo humano.

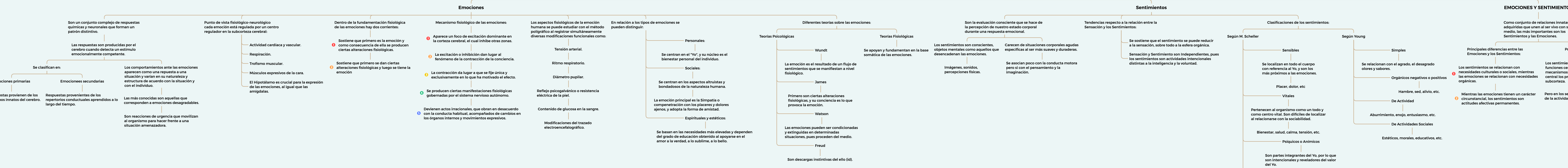
Grado: 6°

Grupo: Medicina veterinaria y zootecnia.

Ocosingo, Chiapas 15 de junio de 2024

UNIDAD 2 MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION.

2.1 Diferencia Entre Emocion Y Sentimiento.



EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

Como conjunto de reacciones innatas o adquiridas que unen al ser vivo con su medio. La más importante son los Sentimientos y las Emociones.

Los sentimientos son conscientes, objetos merced a ser más conscientes de las emociones.

Imágenes, sonidos, percepciones físicas.

Se asocian poco con la conducta motora pero sí con el pensamiento y la imaginación.

Se sostiene que el sentimiento se puede reducir a la sensación, sobre todo a la esfera orgánica.

Sensación y sentimientos son independientes, pues los sentimientos son actividades intencionales distintas a la sensación y la voluntad.

2.2 Sentimientos Basicos

Es necesario tener conciencia de los sentimientos y medir las emociones.

Las manifestaciones emocionales proceden de cinco sentimientos básicos: Miedo, Lo conforman: Angustia, Preocupación, Plánico.

Enojo, Lo conforman: Rabia, Que, Frustración.

Tristeza, Lo conforman: Soledad, Melancolía o pena.

Alegria, Lo conforman: Cobo, Paz, Armonía.

Amor, Lo conforman: Dios, La dicha, El embobado.

2.3 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.

Factores psicológicos que más obstaculizan el proceso de crecimiento y realización: Miedo a ser uno mismo, Necesidad de Reconocimiento, Incapacidad de cambiar, Ansiedad.

El miedo a ser uno mismo: En cada individuo se oculta un mundo de aspiraciones, deseos, alegrías, tristezas, logros y frustraciones. El cambio es inherente a la vida, necesario e impositivo de devenir. Los sentimientos como "no puedo cambiar", "yo soy así", "yo tengo la capacidad", "no me crezco para esto".

Necesidad de Reconocimiento: El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades. Los valores de la sociedad, los profesionales en su oficio, los deportistas o los padres siempre expresan de alguna u otra forma la imperiosa necesidad de que otro apruebe y permita lo que se está haciendo. También existen ejercicios diarios de reflexión que permiten desarrollar el amor propio, la aceptación y la plenitud.

Incapacidad de cambiar: El ego de las personas constantemente necesita ser reconocido por sus acciones y actividades. Los valores de la sociedad, los profesionales en su oficio, los deportistas o los padres siempre expresan de alguna u otra forma la imperiosa necesidad de que otro apruebe y permita lo que se está haciendo. También existen ejercicios diarios de reflexión que permiten desarrollar el amor propio, la aceptación y la plenitud.

Ansiedad: La ansiedad es uno de los factores que en la actualidad más limitaciones causa y frena el crecimiento. Los trastornos que se generan a raíz de una ansiedad que no genera de manera adecuada la realidad ni sus componentes. Son: La falta social, el trastorno obsesivo compulsivo, los ataques de pánico o la ansiedad. Para alcanzar el éxito en los negocios y poder desarrollar todo que comienza con la evolución interior.

2.4 Sentimientos Que Promueven El Desarrollo Humano

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

La ciencia sólo sabe un puñado de buenos sentimientos.

El alabracio de los genes corporales de los efectos negativos es también mayor.

En todo el mundo los personas pueden distinguir en su rostro o angustiado.

Una expresión de alegría, diversión, felicidad y confianza contiene siempre los mismos atributos de la denominada sonrisa Duchenne.

Las construcciones bucales también, la musculatura peribucal es controlada de forma involuntaria, los músculos se abren y cierran para que alguien se abra y cierran los ojos.

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

La ciencia sólo sabe un puñado de buenos sentimientos.

El alabracio de los genes corporales de los efectos negativos es también mayor.

En todo el mundo los personas pueden distinguir en su rostro o angustiado.

Una expresión de alegría, diversión, felicidad y confianza contiene siempre los mismos atributos de la denominada sonrisa Duchenne.

Las construcciones bucales también, la musculatura peribucal es controlada de forma involuntaria, los músculos se abren y cierran para que alguien se abra y cierran los ojos.

Bibliografía:

USO ANTROPOLÓGICO UNIDAD 2 MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION.