



# Mi Universidad

## Cuadro sinóptico

*Nombre del Alumno Vicente shilon López*

*Nombre del tema: Manejo de sentimientos y emociones*

*Parcial único*

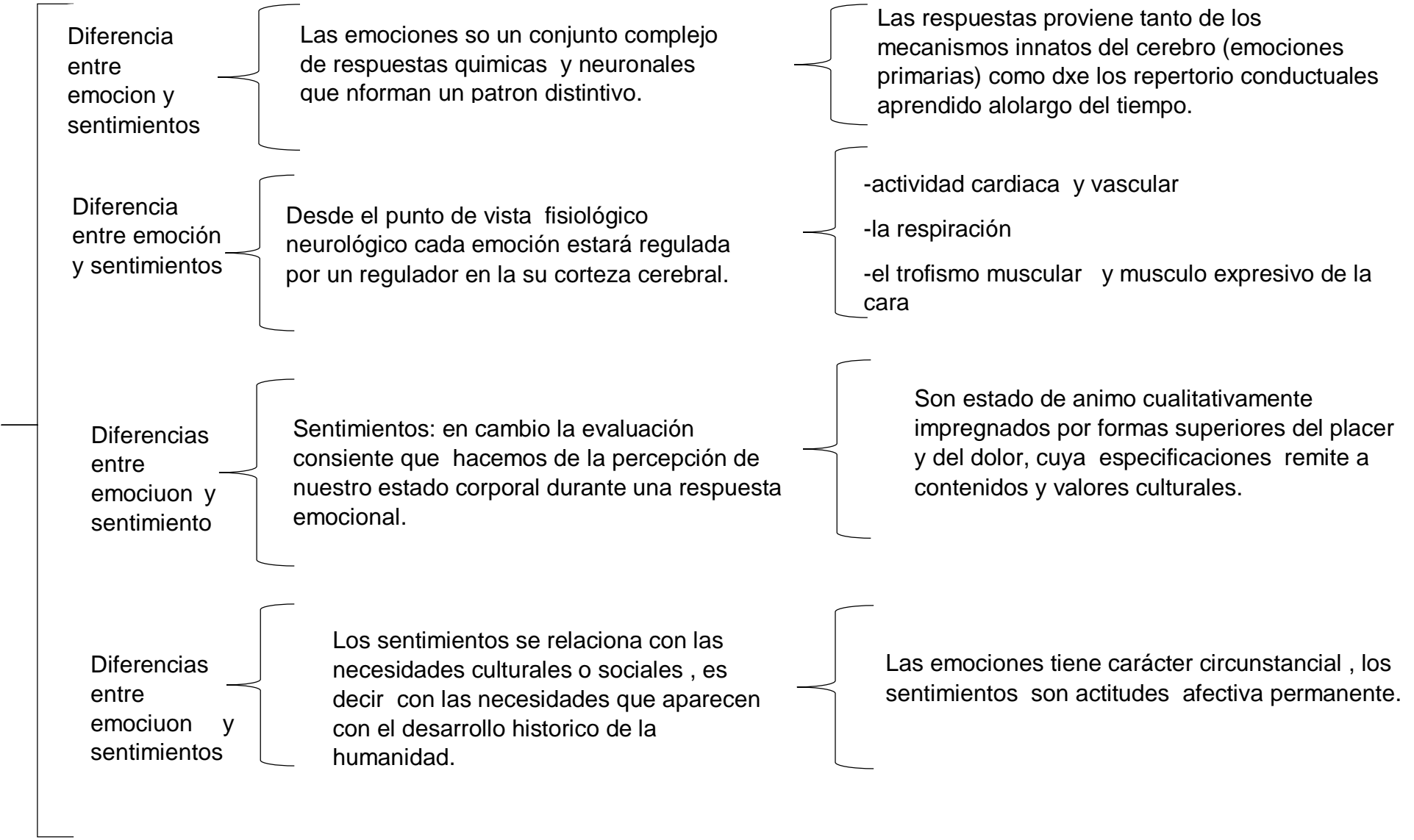
*Nombre de la Metateria: Desarrollo Humano*

*Nombre del profeso: Liliana Gómez Velazco*

*Nombre de la Licenciatura Lic. en psicología general*

*Cuatrimestre: 6to cuatrimestre*

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES



MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

Sentimientos basicos

Las manifestaciones emocionales proceden de cinco sentimientos básicos; el miedo, el enfado, la alegría, la tristeza y el amor

El primer sentimiento basico es el miedo, el cual lo conforma la angustia la preocupacion y el panico.

Sentimientos basicos

La angustia: es sufrir aquello que no ha sucedido y lo mas probable que nunca sucederá. La preocupación: nace cundo pensamos que todo es malo en nuestra vida.

Los tres alimentan al miedo y nos llevan a la uto destruccion.

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

La sociedad moderna impone, entre otras tantas dogmas conseguir un estatus economico, de establecer una familia constituida, amigos para disfrutar del tiempo libre

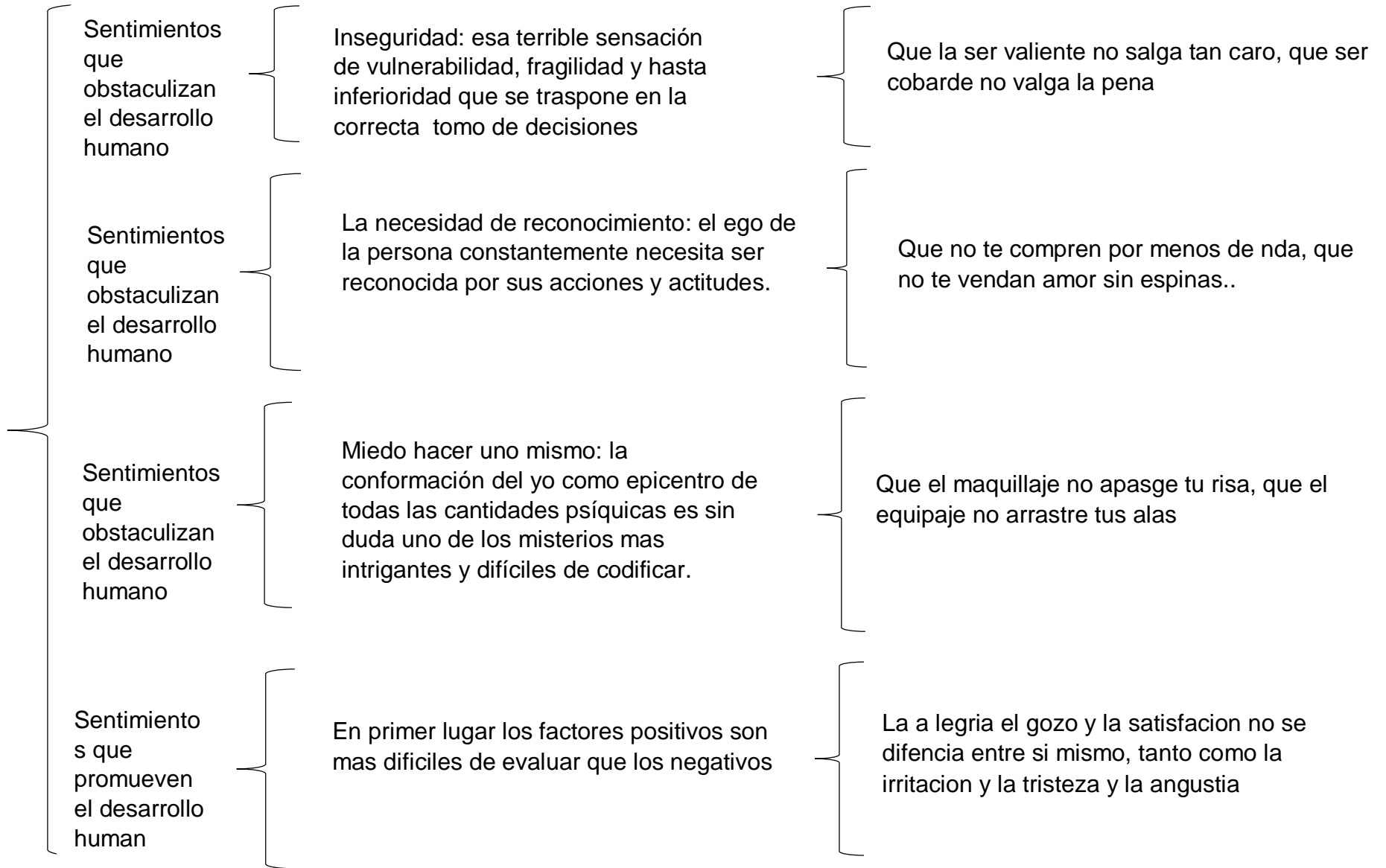
Pero si esto fuera la ley absoluta de la felicidad y el progreso po que la proporcion de ansiliticos o antidepressivos recetados crece cada año

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

La activad psíquica determina el estado de anímico y moldea la personalidad en favor de la aspiraciones de cada individuo. Y el auto sabotaje

- \*insegurad
- \* necesidad de reconocer
- \* miedo al ser uno mismo
- \* incapacidad al cambiar y ansiedad

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES



# Referencias

Las emociones son un conjunto complejo de respuestas químicas y neuronales que forman un patrón distintivo. [Antología universidad del sureste \[UDS\] Desarrollo Humano \(2024\)](#)

La necesidad de reconocimiento: el ego de la persona constantemente necesita ser reconocida por sus acciones y actitudes. [Antología universidad del sureste \[UDS\] Desarrollo Humano \(2024\)](#)

Los sentimientos se relacionan con las necesidades culturales o sociales, es decir con las necesidades que aparecen con el desarrollo histórico de la humanidad. [Antología universidad del sureste \[UDS\] Desarrollo Humano \(2024\)](#)

Las manifestaciones emocionales proceden de cinco sentimientos básicos; el miedo, el enfado, la alegría, la tristeza y el amor. [Antología universidad del sureste \[UDS\] Desarrollo Humano \(2024\)](#)

La actividad psíquica determina el estado de ánimo y moldea la personalidad en favor de las aspiraciones de cada individuo. Y el auto sabotaje [Antología universidad del sureste \[UDS\] Desarrollo Humano \(2024\)](#)

Las respuestas provienen tanto de los mecanismos innatos del cerebro (emociones primarias) como del repertorio conductuales aprendidos a lo largo del tiempo. [Antología universidad del sureste \[UDS\] Desarrollo Humano \(2024\)](#)