



ALUMNO:

Suemi Monserrat Gasca Ramírez

MATERIA:

Desarrollo Humano

Unidad II

Manejo de sentimientos y emoción

Lic. Administración y Estrategia de Negocios

6to Cuatrimestre

DOCENTE:

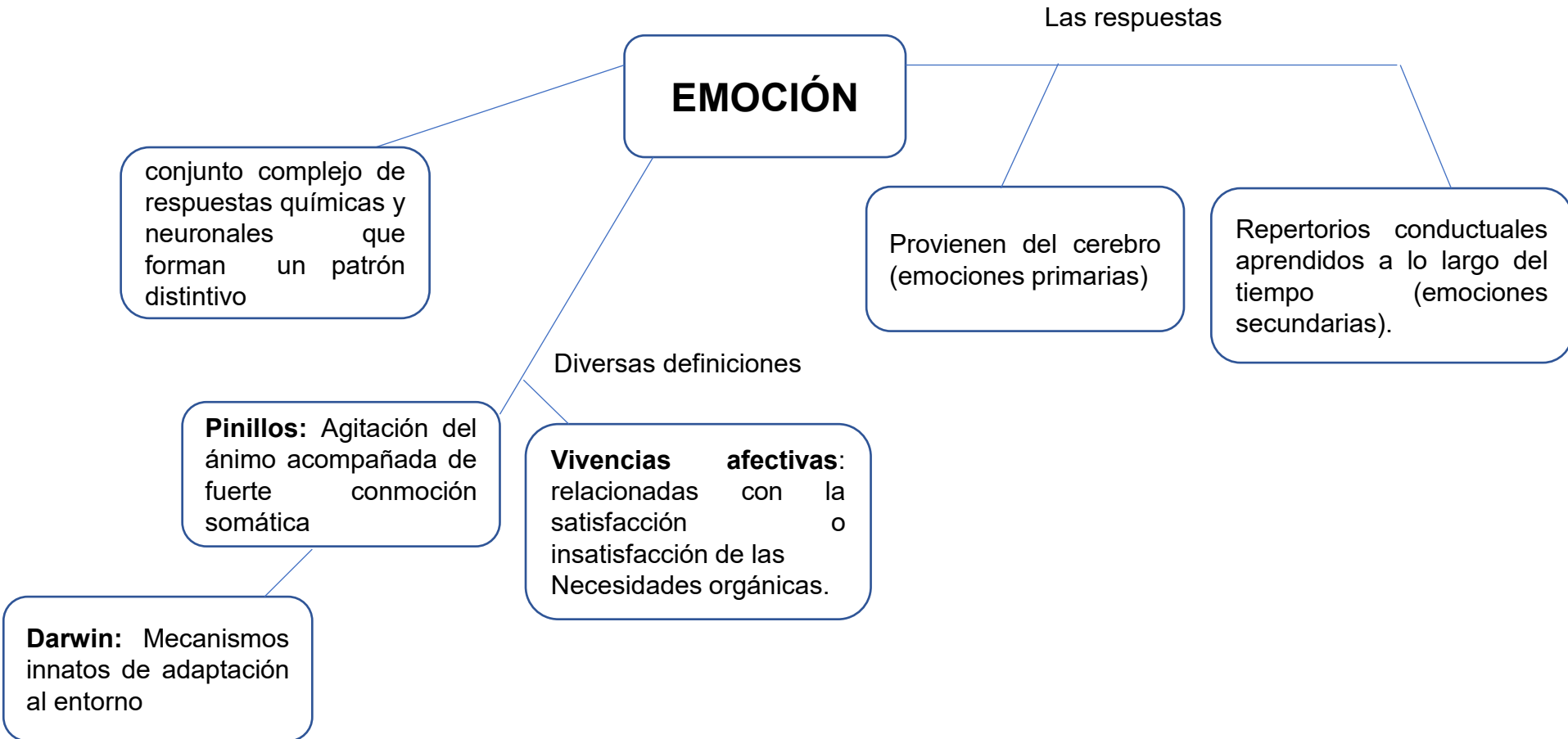
Lic. Paola Guadalupe Domínguez



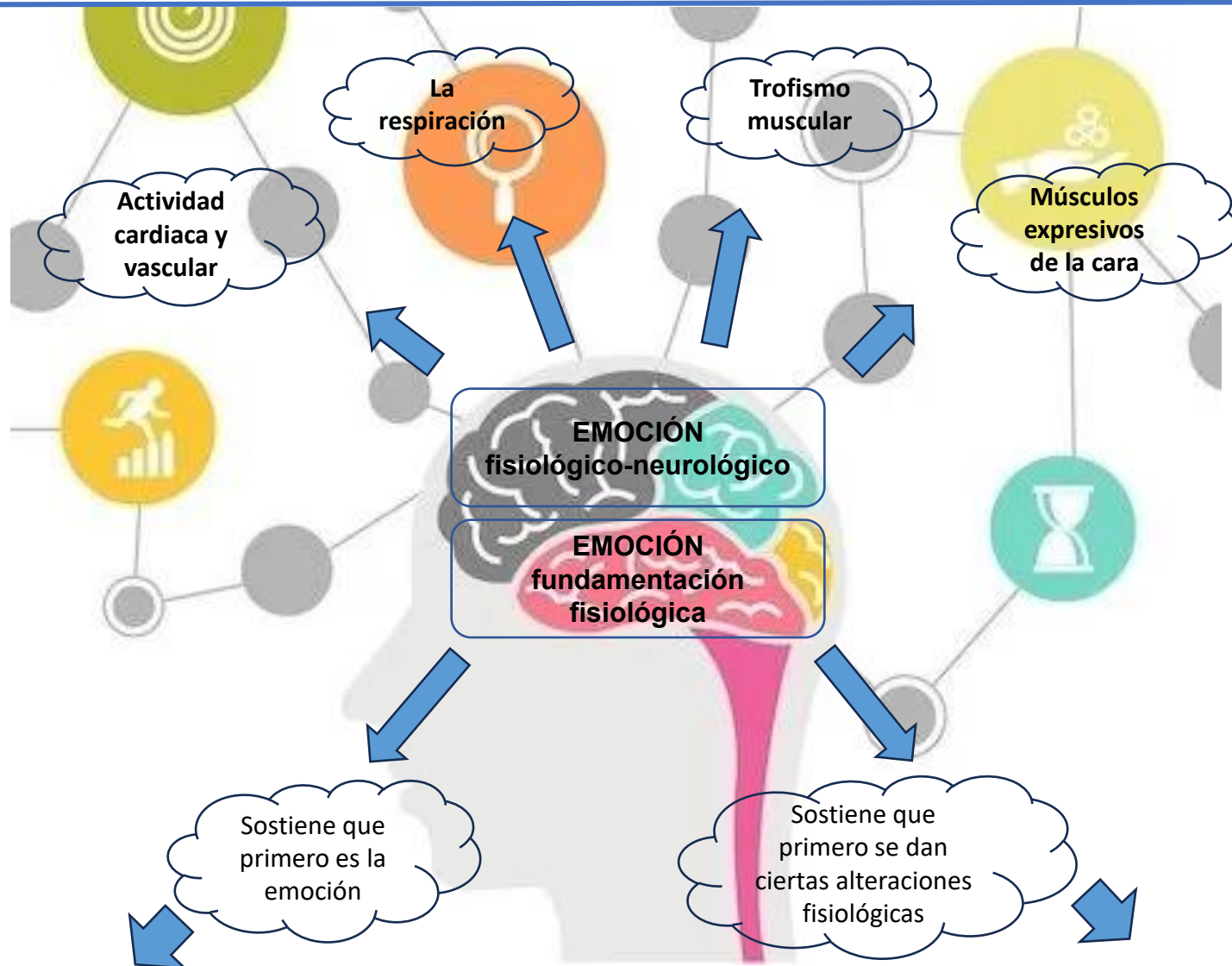
DESARROLLO HUMANO

Unidad II. MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION

2.1 Diferencia entre emoción y sentimiento



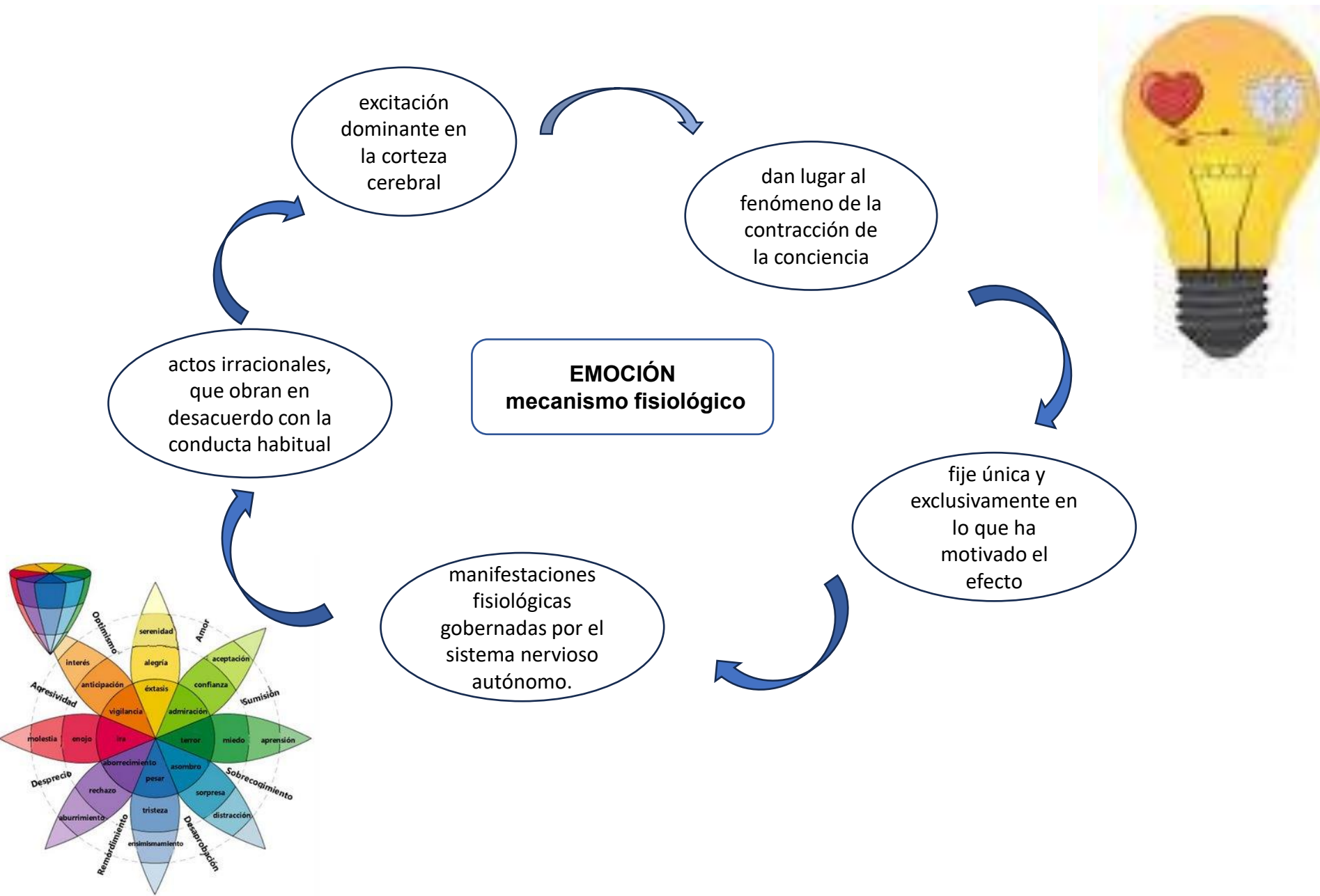
2.1 Diferencia entre emoción y sentimiento



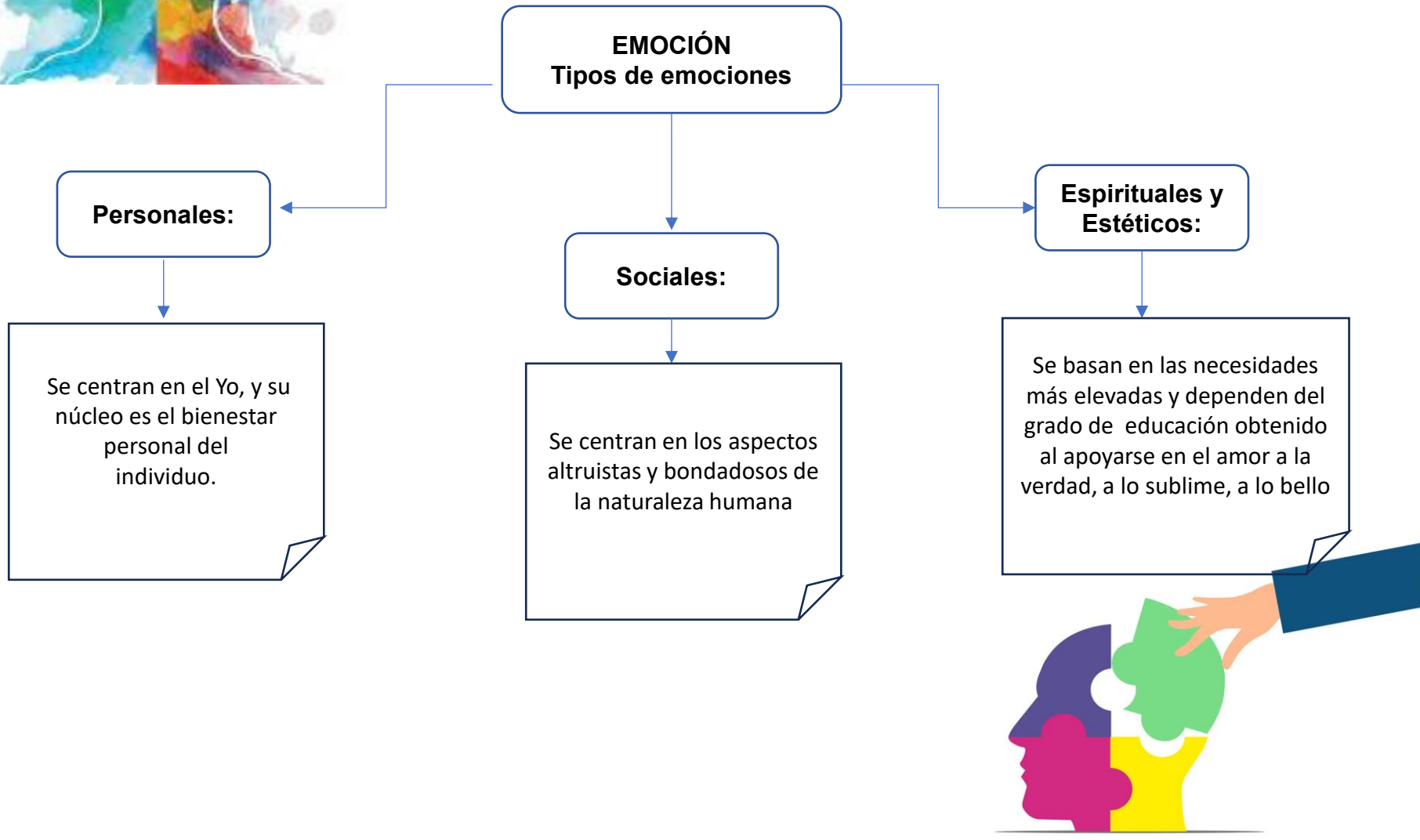
consecuencia de ella se producen ciertas alteraciones fisiológicas.

luego se tiene la emoción (W.James).

2.1 Diferencia entre emoción y sentimiento



2.1 Diferencia entre emoción y sentimiento



5.2.1 Teorías Psicológicas

Las emociones se explican desde aspectos conscientes y respuestas abiertas.

Wundt

La emoción es el resultado de un flujo de sentimientos que se manifiestan a nivel fisiológico.

James

Primero son ciertas alteraciones fisiológicas, y su conciencia es lo que provoca la emoción.

Watson

Las emociones pueden ser condicionadas y extinguidas en determinadas situaciones, pues proceden del medio.

Freud

Son descargas instintivas del ello.



5.2.2 Teorías Fisiológicas: Se apoyan y fundamentan en la base somática de las emociones.

Evaluación consciente que hacemos de la percepción de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional.

Sensibles: Se localizan en todo el cuerpo con referencia al Yo, y son los más próximos a las emociones.

Vitales: Pertenecen al organismo como un todo y como centro vital.

M. Scheller:

Sentimientos

Espirituales: La persona no se entrega a nada ajeno, sino que constituye su valor y fundamento

Psíquicos o Anímicos: Son partes integrantes del Yo, por lo que son intencionales y reveladores del valor del Yo.

5.2.2 Teorías Fisiológicas: Se apoyan y fundamentan en la base somática de las emociones.

Young:

Las emociones que no se perciben como sentimientos son inconscientes y, sin embargo, pueden tener efecto sobre nuestras conductas

Simples: Se relacionan con el agrado, el desagrado olores y sabores

Sentimientos

Orgánicos negativos o positivos:
Hambre, sed, alivio

Actividades Sociales:
Estéticos, morales, educativos

Actividad:
Aburrimiento, enojo, entusiasmo

5.2.2 Teorías Fisiológicas: Se apoyan y fundamentan en la base somática de las emociones.

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

Emociones y sentimientos

Principales 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.

Las emociones

Tienen un carácter circunstancial, los sentimientos son actitudes afectivas permanentes.

2.2 SENTIMIENTOS BASICOS

“Aprende a contactar con tu silencio interior y entérate de que todo en el mundo tiene un motivo. No hay errores ni coincidencias. Todos los acontecimientos son bendiciones para que aprendamos.”

Elizabeth Kubler-Ross

1

Miedo: El cual lo conforman (la angustia, la preocupación y el pánico)

La angustia: es sufrir aquello que no ha sucedido y lo más probable es que no suceda.

La preocupación: nace cuando pensamos que todo es malo en nuestra vida, y nos preocupamos en lugar de ocuparnos del problema.

El pánico: es cuando nace en nuestro corazón terror por la vida, y somos pesimistas en todo lo que nos va a suceder.

2

Enfado: lo nutren (la rabia, el odio y la frustración).

La Rabia: es esa sensación desgastante de agobio, que nos enferma el espíritu y la mente

El odio: nos hiere y lástima, porque nos lesiona el alma, y nos apaga la alegría de vivir

La frustración: es un sentimiento de derrota y abandono espiritual, es una mezcla de rencor con desesperación

3

La Tristeza, tiene sus dos sentimientos (La soledad y la melancolía).

La soledad: es esa la falta de ilusión ante la vida.

La melancolía o pena: es esa pesadumbre que sentimos de algo que sucedió y del recuerdo que nos lastima.

2.2 SENTIMIENTOS BASICOS

“Aprende a contactar con tu silencio interior y entérate de que todo en el mundo tiene un motivo. No hay errores ni coincidencias. Todos los acontecimientos son bendiciones para que aprendamos.”

Elizabeth Kubler-Ross

4

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

Gozo: es esa felicidad anticipada; es saber paladear nuestra existencia.

Paz: nace de la unión de mente y espíritu, y viene a nosotros al ser congruentes con lo que decimos, pensamos y hacemos.

Armonía: la tenemos cuando están equilibrados en conjunto nuestros sentimientos..

5

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

Dicha: es nuestra actitud ante la vida para lograr la felicidad

Embeleso nos lleva al amor porque le da significado a la vida.