



UDS MI UNIVERSIDAD DESARROLLO HUMANO SUPER NOTA

MTRA.SISSY ALEXANDRA YAÑEZ PINTO

BRAYAN JOSUE HERNANDEZ LOPEZ

DIFERENCIA ENTRE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

Emociones: Las emociones son reacciones psicofisiológicas que representan modos de adaptación del individuo cuando percibe un objeto.



Sentimiento: se refiere tanto a un estado de ánimo como también a una emoción conceptualizada que determina el estado de ánimo.

La diferencia: la principal diferencia entre emociones y sentimientos radica en su naturaleza y duración, las emociones son respuestas fisiológicas y automáticas a estímulo, mientras que los sentimientos son la interpretación consciente y subjetiva de esas emociones.





En que ayuda a diferenciar las emociones y sentimientos en la carrera de derecho es diferenciar los sentimientos en el trabajo y a saber tratar a los clientes, por que hay clientes con carácter fuerte en eso hay que saber tener paciencia.

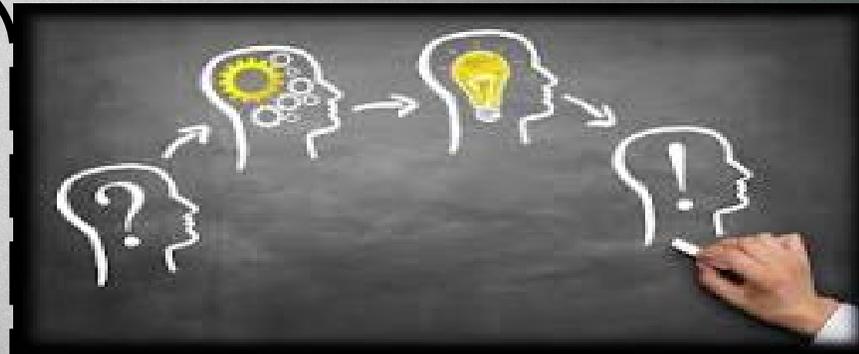
Emociones básicas: Son alegría, tristeza, miedo, ira, sorpresa y asco, estas emociones se consideran básicas porque son innatas, universales y se manifiestan de manera similar en todas las culturas a través de expresión facial.





En la profesión legal, los abogados a menudo experimentan una variedad de sentimientos, tanto positivos como negativos, relacionados con el trabajo y su entorno profesional, los sentimientos son: la satisfacción por la justicia y la resolución de casos, frustración, estrés y empatía.

Sentimientos que obstaculizan: varios sentimientos pueden obstaculizar el desarrollo humano, incluyendo el miedo, la ansiedad, la ira, la culpa, la envidia y el aburrimiento, estos sentimientos, cuando son intensos o prolongados, pueden generar patrones de pensamientos y comportamientos negativos que limitan el crecimiento personal.





Estos sentimientos afectan en el crecimiento mental y social, mental en el ámbito de tener ansiedad es difícil tratar el procedimiento de un caso con paciencia y social por que no podrá el abogado tener una buena comunicación con el clientes, la ira también afecta ya que en los procedimientos puedes tratar con abogados que te hagan quitar la paciencia.

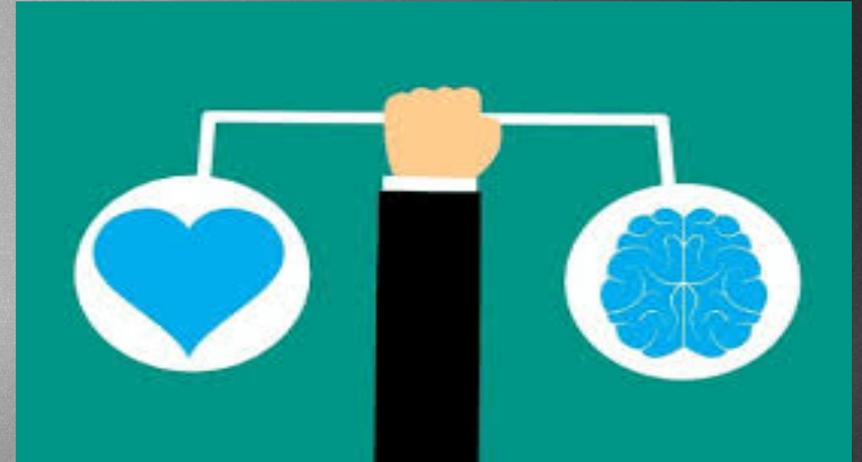
Sentimientos que promueven el desarrollo humano: Son aquellos que nos impulsan a crecer, aprender y conectar con los demás de manera positiva, estos sentimientos como la alegría, el amor, la gratitud, la esperanza y la curiosidad.

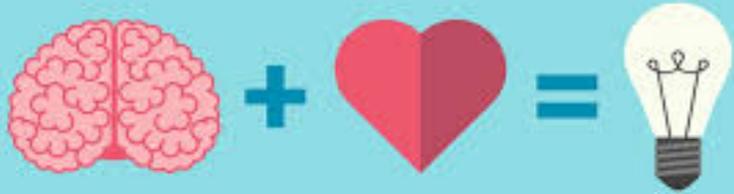




Concepto de inteligencia emocional: La inteligencia emocional en esencia, es la habilidad de utilizar la información emocional para guiar el pensamiento y la acción, no se trata de reprimir las emociones, sino de entenderlas, aceptarlas y utilizarlas de manera constructiva.

Características de la inteligencia emocional: Son la autoconciencia: reconocer y comprender las propias emociones y como estas afectan al comportamiento y al pensamiento. Autorregulación: Gestionar las propias emociones de manera efectiva, adaptándose a diferentes situaciones y contextos. Motivación: Utilizar las emociones para motivarse a uno mismo y alcanzar metas, manteniendo una actitud positiva.





~~¿Por qué es importante trabajar en la inteligencia emocional como estudiante y futuro licenciado en derecho? Es importante para tener un mejor desempeño académico ya que ayuda a manejar el estrés y la presión, ya como futuro licenciado ayuda a desarrollar la inteligencia emocional por que permite manejar eficazmente las emociones en situaciones complejas y construir relaciones solidas con los clientes y que demuestres que pueden confiar en ti.~~