



Súper Nota

Nombre del alumno: Paulo Fernando Navarro Aguilar

Materia: Desarrollo Humano

Nombre del profesor: Sissy Alexandra Yáñez Pinto

Nombre del tema: Emociones y sentimientos

Licenciatura: Lic. en Enfermería

Cuatrimestre: 5

1. ¿Por qué es importante trabajar en la inteligencia emocional como estudiante y futuro/a enfermero/a?

Es fundamental que los estudiantes de enfermería trabajen en su inteligencia emocional para mejorar la calidad de la atención al paciente, fortalecer las relaciones interpersonales y manejar el estrés asociado con la profesión.

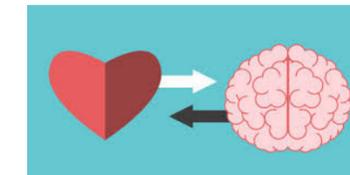


DIFERENCIA

Las emociones son fisiológicas y psicofísicas intensas y breves, mientras que los sentimientos son interpretaciones subjetivas y duraderas de esas emociones.

inteligencia emocional.

La inteligencia emocional se define como la habilidad de reconocer, comprender y manejar las emociones propias y ajenas, permitiendo una mejor interacción con uno mismo y con los demás. Implica la autoconciencia, la regulación emocional, la motivación, la empatía y las habilidades sociales.



EMOCIONES Y SENTIMIENTOS



EMOCIONES Y SENTIMIENTOS EN EL AREA DE SALUD

Las emociones y sentimientos son experiencias que pueden influir en nuestra percepción y respuesta en algunas situaciones

EMOCIONES

- ALEGRIA
- TRISTEZA
- MIEDO
- IRA
- AMOR

SENTIMIENTOS

- EMPATIA
- GRATITUD
- CULPA
- ORGULLO
- NOSTALGIA



SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

Los sentimientos, como la alegría, la gratitud, el amor y la esperanza, son cruciales para el desarrollo humano. Ayudan a la adaptación, la motivación y la salud mental



SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

Varios sentimientos pueden obstaculizar el desarrollo humano, entre ellos el miedo, la inseguridad, la ansiedad, la ira, la culpa, la envidia y el perfeccionismo. Estos sentimientos, cuando no se gestionan adecuadamente, pueden limitar el crecimiento personal

