

SUPER NOTA

LICENCIATURA EN ENFERMERÍA.

NOMBRE DEL ESTUDIANTE:
GUADALUPE MOSHAN VÁZQUEZ

GRUPO: "B"

ASIGNATURA:
DESAROLLO HUMANO

DOCENTE:
SISSY ALEXANDRA YÁÑEZ PINTO

CUATRIMESTRE: 6

LUGAR Y FECHA: COMITÁN DE DOMÍNGUEZ, CHIAPAS A 5 DE AGOSTO DEL
2025



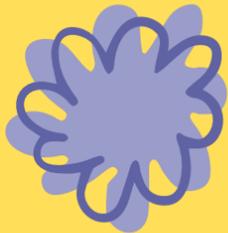
DIFERENCIAS ENTRE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

La diferencia principal entre emociones y sentimientos radica en su naturaleza y duración. Las emociones son reacciones psicofisiológicas automáticas e involuntarias a estímulos, mientras que los sentimientos son la experiencia subjetiva y consciente de esas emociones.

Las emociones son breves y pasajeras, mientras que los sentimientos pueden perdurar por más tiempo y son influenciados por la cognición y la experiencia personal.



EN EL ÁMBITO DE LA SALUD, ES COMÚN EXPERIMENTAR UNA VARIEDAD DE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS, TANTO EN PACIENTES COMO EN PROFESIONALES. ENTRE LAS EMOCIONES BÁSICAS, SE DESTACAN EL MIEDO, ANSIEDAD, TRISTEZA, IRA, ALEGRÍA Y ASCO, LAS CUALES PUEDEN MANIFESTARSE EN DIFERENTES SITUACIONES RELACIONADAS CON LA SALUD.



SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

VARIOS SENTIMIENTOS PUEDEN OBSTACULIZAR EL DESARROLLO HUMANO, INCLUYENDO EL MIEDO, LA ANSIEDAD, LA IRA, LA CULPA, LA ENVIDIA Y EL EGOÍSMO.

ESTOS SENTIMIENTOS PUEDEN LLEVAR A COMPORTAMIENTOS AUTODESTRUCTIVOS, LIMITAR LAS RELACIONES INTERPERSONALES Y AFECTAR NEGATIVAMENTE LA SALUD MENTAL Y FÍSICA



SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO.

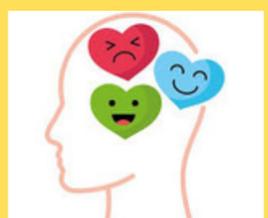
LOS SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO SON AQUELLOS QUE NOS IMPULSAN A CRECER, APRENDER Y CONECTAR CON LOS DEMÁS DE MANERA POSITIVA. ENTRE ELLOS, SE DESTACAN EL OPTIMISMO, LA GRATITUD, LA EMPATÍA, LA ESPERANZA Y LA ALEGRÍA.

ESTOS SENTIMIENTOS NO SOLO NOS HACEN SENTIR BIEN, SINO QUE TAMBIÉN NOS AYUDAN A CONSTRUIR RELACIONES SÓLIDAS, AFRONTAR DESAFÍOS Y ALCANZAR NUESTRAS METAS



CONCEPTO Y CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

LA INTELIGENCIA EMOCIONAL ES LA CAPACIDAD DE RECONOCER, COMPRENDER Y MANEJAR LAS EMOCIONES PROPIAS Y AJENAS. SE REFIERE A LA HABILIDAD PARA UTILIZAR LA INFORMACIÓN EMOCIONAL PARA GUIAR EL PENSAMIENTO Y EL COMPORTAMIENTO, TANTO EN LA VIDA PERSONAL COMO PROFESIONA



CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL:

AUTOCONCIENCIA:
RECONOCER Y COMPRENDER LAS PROPIAS EMOCIONES Y CÓMO ESTAS AFECTAN EL COMPORTAMIENTO

MOTIVACIÓN:
UTILIZAR LAS EMOCIONES PARA IMPULSARSE A UNO MISMO HACIA METAS Y OBJETIVO

¿POR QUÉ ES IMPORTANTE TRABAJAR EN LA INTELIGENCIA EMOCIONAL COMO ESTUDIANTE Y FUTURO/A ENFERMERO/A?

PORQUE NOS PERMITE CONECTAR MEJOR CON LOS PACIENTES, MANEJAR SITUACIONES DE ESTRÉS Y MEJORAR LA CALIDAD DE LA ATENCIÓN. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL NOS AYUDA A COMPRENDER LAS EMOCIONES PROPIAS Y AJENAS, LO QUE FACILITA LA COMUNICACIÓN, LA EMPATÍA Y LA RESOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN EL ÁMBITO DE LA SALUD.

