



“UDS CAMPUS COMITAN”
(LICENCIATURA EN ENFERMERÍA)

ACTIVIDAD: “SUPER NOTA”

**TEMA: EMOCIONES, SENTIMIENTOS Y INTELIGENCIA
EMOCIONAL.**

ASIGNATURA: DESARROLLO HUMANO

CATEDRÁTICO: SISSY ALEXANDRA YAÑEZ PINTO

NOMBRE DEL ALUMNO:

MERCEDES JAQUELINE CRUZ SANTIAGO

GRADO: 6° B



EMOCIONES, SENTIMIENTOS Y INTELIGENCIA EMOCIONAL



1. DIFERENCIA ENTRE EMOCIONES Y SENTIMIENTOS.

en mi punto de vista siento que las emociones son reacciones automáticas que no analizamos las cosas, mientras que los sentimientos siento que son mas conscientes de esas emociones, todavia pensamos antes de reaccionar.

2. EJEMPLOS DE EMOCIONES BÁSICAS Y SENTIMIENTOS FRECUENTES EN EL ÁREA DE LA SALUD.

una emoción que podría tener en el área de salud seria (miedo) a hacer algo malo que perjudique a mi paciente, quizá también tristeza al ver que una persona se puede llegar a morir en mis manos.

un sentimiento que podría llegar a tener quizá puede ser enojo porque alguien me trato mal, felicidad y alegría por ver que alguien se recupere y frustración quizá por algo que no me sale como yo quiero o por no entender algo.



1. SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO.

El miedo, la ansiedad, la ira, la culpa, la envidia y el egoísmo, porque siento que son problemas con lo cual nos impiden ser del todo felices y nos afectan mas como persona y no nos permite avanzar.

1. SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO.

El optimismo, la empatía, la esperanza y la alegría, ya que siento que nos hacen crecer como persona, ver de manera positiva nuestra al rededor y comunicarnos y tratar con amor a los demás.

INTELIGENCIA EMOCIONAL

en mi punto de vista siento que es saber manejar nuestras emociones, tanto en situaciones personales como profesionales y no tomar todo a la ligera o a mal con el fin de que no nos afecte, saber sobrellevar nuestras emociones y no explotar por todo, si no analizarlo antes, ver las cosas positivas y saber pensar nos ayudara mucho.

CARACTERÍSTICAS PRINCIPALES DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.

- Reconocer y entender nuestras propias emociones.
- Controlar nuestros impulsos y emociones negativas.
- Tener iniciativa, y actitud positiva.
- Comprender y entender las emociones de los demás.
- tratar de sobrellevar una buena amistad con todos y saber que todos tenemos diferente personalidad.



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



En mi punto de vista, siento que es importante porque nos toparemos con muchas personas con diferentes personalidades y emociones encontradas que pueden ser difíciles debido al proceso de su enfermedad, la cual tenemos que aprender a sobrellevarlo, a no contestarles mal por algo, a controlar nuestros impulsos y emociones negativas al no responder de la misma manera. Eso nos lleva a tener una buena comunicación con el paciente, así como a favorecer la empatía con ellos y contagiarles con una actitud positiva. También es importante sobrellevar una buena amistad con todos, porque fortalece el trabajo en equipo porque necesitaremos apoyo de personas con más experiencia en el ámbito laboral.