NOMBRE DE LA ALUMNA: JIMENA MIRANDA VALDEZ.
UNIVERSIDAD: UDS, UNIVERSIDAD DEL SURESTE.
CUATRIMESTRE Y GRUPO: SEXTO CUATRIMESTRE, GRUPO “A”.
NOMBRE DE LA MAESTRA: PAOLA GUADALUPE DOMINGUEZ RUIZ

SENTIMIENTOS Y EMOCIONCES...

- Son...
  - Conscientes, objetos mentales como aquellos que desencadenaron la emoción.
    - Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano...
      - Ansiedad.
        - Es el...
          - Estado de alerta y preocupación excesiva ante situaciones.
      - Miedo a ser uno mismo.
        - Es el...
          - Temor al juicio o rechazo por mostrar su propia identidad.
      - Necesidad de reconocimiento.
        - Es la...
          - Búsqueda constante de aprobación externa.
      - Inseguridad.
        - Falta de...
          - Confianza en sus capacidades.
    - Sentimientos que favorecen el desarrollo humano...
      - Amor y empatía.
        - Formentan las...
          - Relaciones sanas, comprensión y cooperación.
      - Alegría y gratitud.
        - Estimulan...
          - Actitudes positivas, bienestar general y motivación para lograr metas.
      - Esperanza y resilencia.
        - Ayuda a...
          - Enfrentar retos, fortalecen el carácter y promueven una visión optimista del futuro.
- Son...
  - Producidos por el cerebro cuando detecta un estímulo emocionalmente competente.
    - Emociones básicas...
      - Alegría
        - Se relaciona con...
          - Felicidad, placer y bienestar.
      - Tristeza
        - Aparece en la..
          - Pérdida o el dolor.
      - Ira
        - Se genera por...
          - Injusticia, frustación o daño.
      - Miedo
        - Surge ante...
          - Peligro real o imaginario.
      - Asco
        - Aparece por...
          - Rechazo a algo desagradable o inaceptable.
      - Sorpresa
        - Es la...
          - Reacción rápida ante algo inesperado, bueno o malo.