



Mi Universidad

Nombre del Alumno: Ricardo Córdova Santiz

Nombre del tema : Desarrollo Humano

Parcial : 2

Nombre de la Materia: DESARROLLO HUMANO

Nombre del profesor: Domínguez Ruiz Paola Guadalupe

Nombre de la Licenciatura : Veterinaria

Cuatrimestre: 6-A

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

EMOCIÓN

Es una respuesta psicofisiológica breve e intensa ante un estímulo interno o externo.. Se manifiesta en expresiones faciales, reacciones físicas (latidos rápidos, sudor) y estados mentales transitorios.

SENTIMIENTOS BÁSICOS

- Alegría: sensación de bienestar y satisfacción.
- Tristeza: sentimiento ante una pérdida o decepción.
- Ira: surge de la frustración o injusticia.
- Miedo: ante una amenaza o peligro.
- Asco: rechazo ante algo desagradable.
- Sorpresa: reacción ante lo inesperado.

DIFERENCIAS CLAVE

EMOCION: Es corta, automática y tiene reacciones corporales.
Sentimiento: Es largo y consiente , tampoco necesariamente tiene expresión

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

Las emociones y sentimientos están interconectados. Las emociones actúan como disparadores inmediatos y los sentimientos son la interpretación duradera que hacemos de esas emociones.
Ejemplo:

- Emoción: alegría al recibir una buena noticia.
- Sentimiento: gratitud o satisfacción al reflexionar sobre la noticia.

SENTIMIENTO

Es la experiencia subjetiva y duradera de una emoción procesada cognitivamente. Ejemplo: sentir tristeza (sentimiento) tras vivir una pérdida y procesarla después de experimentar la emoción del llanto.

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

- 1.Inseguridad
- 2.Necesidad constante de reconocimiento
- 3.Miedo a ser uno mismo
- 4.Ansiedad

SENTIMIENTOS POSITIVOS

- 1.Amor propio
- 2.Empatía
- 3.Gratitud
- 4.Esperanza