



Nombre del Alumno: Valeria Ovilla Lievano.

Nombre del tema: Sentimientos y emociones.

Parcial: 2

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano.

Nombre del profesor: Lic. Paola Guadalupe Domínguez Ruiz.

Nombre de la Licenciatura: Medicina Veterinaria y Zootecnia

Cuatrimestre: sexto.

Lugar y Fecha de elaboración: Comitán 10-06-25

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS..

SUBTEMAS

Diferencia entre emoción y sentimiento.

La

Son reacciones a algo que percibimos o experimentamos, ya sea algo tangible o algo interno.

Las emociones.

Que puede provocar una alteración intensa y pasajera en el estado de ánimo, acompañada de cambios físicos.

Es decir.

Son la experiencia consciente y personal de esa emoción. Los sentimientos son una forma de evaluar y entender las emociones, y pueden ser tanto positivos como negativos. .

Los sentimientos.

Resultado de una emoción procesada por la mente. Más duradero y consciente.

Es decir.

Emociones y sentimientos.

Las

Mientras las emociones tienen un carácter circunstancial, los sentimientos son actitudes afectivas permanentes

Por ello.

Alegría, tristeza, ira miedo asco.

Ejemplo de emociones..

Amor, odio, culpa orgullo, fe, esperanza, felicidad

Ejemplo de sentimientos.

Sentimientos basicos.

Los

Experiencias emocionales universales y reconocibles en todas las culturas.

Son.

Proceden de cinco sentimientos básicos: el miedo, el enfado, la tristeza, la alegría y el amor.

Estos.

Miedo: el cual lo conforman la angustia, la preocupación y el pánico.

Enfado: lo nutren la rabia, el odio y la frustración.

La Tristeza: tiene sus dos sentimientos soledad y la melancolía

Lo cuales son.

Alegría: como el gozo, la paz y la armonía.
El Amor: la dicha y el embeleso

y.

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano.

Los

Aquellos que nos impiden crecer, madurar y alcanzar nuestro potencial.

Son

El miedo, la ansiedad, la inseguridad, la culpa, la ira, la envidia y el aburrimiento..

Ejemplos.

Controlar través de la identificación, el reconocimiento y el desarrollo de estrategias como la inteligencia emocional, la auto-aceptación y la búsqueda de apoyo

Se puede

Sentimientos que promueven el desarrollo humano.

Los

Ayudan a la adaptación, la motivación y la salud mental

Estas.

Reconocer y gestionar las emociones de manera saludable es crucial para el bienestar personal y para el logro de metas.

Para

La alegría, la gratitud, el amor y la esperanza, son cruciales para el desarrollo humano.

Ejemplos.

Son fundamentales para nuestra supervivencia, nuestro desarrollo personal y nuestra capacidad para construir relaciones significativas

Estos.