



Mi Universidad

NOMBRE DEL ALUMNO: NERI RAMÍREZ ÁLVAREZ

NOMBRE DEL TEMA: MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION

PARCIAL: 2

NOMBRE DE LA MATERIA: DESARROLLO HUMANO

NOMBRE DEL PROFESOR: DOMINGUEZ RUIZ PAOLA GUADALUPE

NOMBRE DE LA LICENCIATURA: MEDICINA VETERINARIA Y
ZOOTECNIA

CUATRIMESTRE: 6

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION

La

DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO

Las

EMOCIONES SON RESPUESTAS AUTOMÁTICAS E INMEDIATAS A ESTÍMULOS, MIENTRAS QUE LOS SENTIMIENTOS SON LA INTERPRETACIÓN CONSCIENTE Y SUBJETIVA DE ESAS EMOCIONES

Las

EMOCIONES:

- SON REACCIONES BIOLÓGICAS Y FISIOLÓGICAS A ESTÍMULOS EXTERNOS O INTERNOS.
- SUELEN SER INTENSAS Y DE CORTA DURACIÓN.
- EJEMPLOS: MIEDO, ALEGRÍA, IRA, TRISTEZA, SORPRESA, ASCO.
- NO REQUIEREN CONCIENCIA DE LA CAUSA.

SENTIMIENTOS:

- SON LA INTERPRETACIÓN SUBJETIVA DE LAS EMOCIONES.
- PUEDEN SER CONSCIENTES O INCONSCIENTES.
- TIENEN MAYOR DURACIÓN QUE LAS EMOCIONES.
- EJEMPLOS: FELICIDAD, AMOR, TRISTEZA, FRUSTRACIÓN, CULPA.
- IMPLICAN UNA EVALUACIÓN Y PROCESAMIENTO DE LA EMOCIÓN

La

TEORIAS PSICOLOGICAS

SEGUN

PARA WUNDT LA EMOCIÓN ES EL RESULTADO DE UN FLUJO DE SENTIMIENTOS QUE SE MANIFIESTAN A NIVEL FISIOLÓGICO.

- PARA JAMES PRIMERO SON CIERTAS ALTERACIONES FISIOLÓGICAS, Y SU CONCIENCIA ES LO QUE PROVOCA LA EMOCIÓN.

- PARA WATSON LAS EMOCIONES PUEDEN SER CONDICIONADAS Y EXTINGUIDAS EN DETERMINADAS SITUACIONES, PUES PROCEDEN DEL MEDIO.

- PARA FREUD SON DESCARGAS INSTINTIVAS DEL ELLO

LOS

SENTIMIENTOS BASICOS

SON

LAS MANIFESTACIONES EMOCIONALES PROCEDEN DE CINCO SENTIMIENTOS BÁSICOS

EL

MIEDO, EL CUAL LO CONFORMAN (LA ANGUSTIA, LA PREOCUPACIÓN Y EL PÁNICO).

La

ANGUSTIA: ES SUFRIR AQUELLO QUE NO HA SUCEDIDO Y LO MÁS PROBABLE ES QUE NO SUCEDA.

La

PREOCUPACIÓN: NACE CUANDO PENSAMOS QUE TODO ES MALO EN NUESTRA VIDA.

La

EL PÁNICO: ES CUANDO NACE EN NUESTRO CORAZÓN TERROR POR LA VIDA

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION

LOS

SENTIMIENTOS BASICOS

EL

SEGUNDO SENTIMIENTO BÁSICO ES EL ENFADO: LO NUTREN (LA RABIA, EL ODIO Y LA FRUSTRACIÓN).

La

RABIA: ES ESA SENSACIÓN DESGASTANTE DE AGOBIO, QUE NOS ENFERMA EL ESPÍRITU Y LA MENTE.

EI

ODIO: ESTE ES UNO DE LOS SENTIMIENTOS QUE MÁS NOS HIERE Y LÁSTIMA, PORQUE NOS LESIONA EL ALMA, Y NOS APAGA LA ALEGRÍA DE VIVIR.

La

FRUSTRACIÓN: ES UN SENTIMIENTO DE DERROTA Y ABANDONO ESPIRITUAL, ES UNA MEZCLA DE RENCOR CON DESESPERACIÓN

LOS

SENTIMIENTOS BASICOS

EL

TERCER SENTIMIENTO BÁSICO ES LA TRISTEZA, TIENE SUS DOS SENTIMIENTOS (LA SOLEDAD Y LA MELANCOLÍA).

La

SOLEDAD: ES ESA LA FALTA DE ILUSIÓN ANTE LA VIDA. VALDRÍA PREGUNTARNOS QUÉ HACEMOS PARA SENTIRNOS VIVOS Y PARA SALIR DE LA RUTINA DIARIA.

La

LA MELANCOLÍA O PENA: ES ESA PESADUMBRE QUE SENTIMOS DE ALGO QUE SUCEDIÓ Y DEL RECUERDO QUE NOS LASTIMA.

SENTIMIENTOS BASICOS

EL

CUARTO SENTIMIENTO BÁSICO ES LA ALEGRÍA. ESTÁ CONFORMADA POR TRES SENTIMIENTOS MENORES (EL GOZO, LA PAZ Y LA ARMONÍA).

La

EL GOZO: ES ESA FELICIDAD ANTICIPADA; ES SABER PALADEAR NUESTRA EXISTENCIA.

La

PAZ: NACE DE LA UNIÓN DE MENTE Y ESPÍRITU, Y VIENE A NOSOTROS AL SER CONGRUENTES CON LO QUE

La

ARMONÍA: LA TENEMOS CUANDO ESTÁN EQUILIBRADOS EN CONJUNTO NUESTROS SENTIMIENTOS.

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCION

LOS

SENTIMIENTOS BASICOS

EL

QUINTO SENTIMIENTO BÁSICO ES EL MEJOR...¡EL AMOR! LOS 3 CANALES PARA LLEGAR A ÉL SON:

ES

(DIOS, LA DICHA Y EL EMBELESO). TODO AMOR QUE NO VIENE, O ES GENERADO POR DIOS, ES UN AMOR FALSO.

EL

LA DICHA: ES NUESTRA ACTITUD ANTE LA VIDA PARA LOGRAR LA FELICIDAD. Y EL EMBELESO NOS LLEVA AL AMOR PORQUE LE DA SIGNIFICADO A LA VIDA.

Y

TENGAMOS PRESENTE LA FRASE DE OSCAR WILDE: TODOS ESTAMOS EN EL ARROYO, PERO ALGUNOS MIRAMOS LAS ESTRELLAS

LOS

SENTIMIENTOS QUE OBSTACULIZAN EL DESARROLLO HUMANO

La

INSEGURIDAD
“QUE SER VALIENTE NO SALGA TAN CARO, QUE SER COBARDE NO VALGA LA PENA”

La

NECESIDAD DE RECONOCIMIENTO
“QUE NO TE COMPREN POR MENOS DE NADA, QUE NO TE VENDAN AMOR SIN ESPINAS”

EL

MIEDO A SER UNO MISMO
“QUE EL MAQUILLAJE NO APAGUE TU RISA, QUE EL EQUIPAJE NO LASTRE TUS ALAS”

LOS

SENTIMIENTOS QUE PROMUEVEN EL DESARROLLO HUMANO

La

EXPRESIÓN DE ALEGRÍA, DIVERSIÓN, FELICIDAD Y CONFIANZA CONTIENE SIEMPRE LOS MISMOS ATRIBUTOS DE LA DENOMINADA SONRISA DUCHENNE: LAS COMISURAS BUCALES ASCIENDEN, LA MUSCULATURA PERI ORBITARIA SE CONTRAE DE FORMA INVOLUNTARIA, LOS PÓMULOS SE ALZAN Y APARECEN PEQUEÑAS ARRUGAS EN LAS COMISURAS OCULARES EXTERNAS.

UDS. 2023. ANTOLOGÍA DE DESARROLLO HUMANO..PDF.

S.W.

<HTTPS://PLATAFORMAEDUCATIVAUDS.COM.MX/ASSETS/DOCS/LIBRO/LMV/01BED334CD9D19E5BEB8F3419E394547-LC-LMV606%20DESARROLLO%20HUMANO.PDF>