



Mi Universidad

Cuadro sinoptico

Nombre del Alumno: Michelle Andrés Gamboa López.

Nombre del tema: Emociones.

Nombre de la Materia: Desarrollo Humano.

Licenciatura en Enfermería.

Sexto Cuatrimestre.

Manejo de
Sentimientos
y
emocion

Emocion y sentimiento

Emocion

Son un conjunto complejo de respuestas químicas y neurales que forman un patron distintivo. Son producidas por el cerebro cuando detecta un estímulo emocionalmente; por ejemplo la emocion se produce es decir con estímulo interno o externo.

Sentimiento

Son la evaluacion consciente que hacemos de la percepcion de nuestro estado corporal durante una respuesta emocional, los sentimientos son similares a las emociones pero pueden ser mas duraderos y complejos el sentimiento nace.

Sentimientos
basicos

Las manifestaciones emocionales proceden de cinco sentimientos basicos; es el miedo, el enfado, la tristeza, la alegria y el amor; el primer sentimiento basico (es la angustia preocupacion y panica) el segundo sentimiento es la rabia el odio y la frustracion; el tercer sentimiento es la tristeza, tiene sus dos sentimientos (la soledad y la melancolia); el cuarto sentimiento es la alegria esta conformado por tres sentimientos menores (el gozo, la paz y la armonia) y el quinto sentimiento basico es el amor (el amor).

Sentimientos que
obstruclizan el desarrollo
humano

La inseguridad; que ser valiente no salga tan caro que ser cobarde no valga la pena.
Necesidad de reconocimiento; que no te compren por menos de nada, que no te vendan amor sin espinas.
Miedo a ser uno mismo; que el maquillaje no te pegue tu risa que el maquillaje no lastre tus ojos.

Incapacidad de cambiar; que gane el quierlo, la guerra, el miedo, que los que escogen no cuenten la horas, que los que matan se mueran de miedo.

Ansiedad; que el calendario no venga con fechas que el diccionario tenga las (vivir esperando el futuro y adelantandose a los hechos).

Sentimientos que
Promueven el
desarrollo humano

Los afectos positivos son mas dificiles de evaluar que lo negativo. La alegria, el gozo y la satisfaccion no se diferencia entre si tanto como la irritacion, la tristeza y la angustia, la ciencia solo separa un puñado de buenos sentimientos.