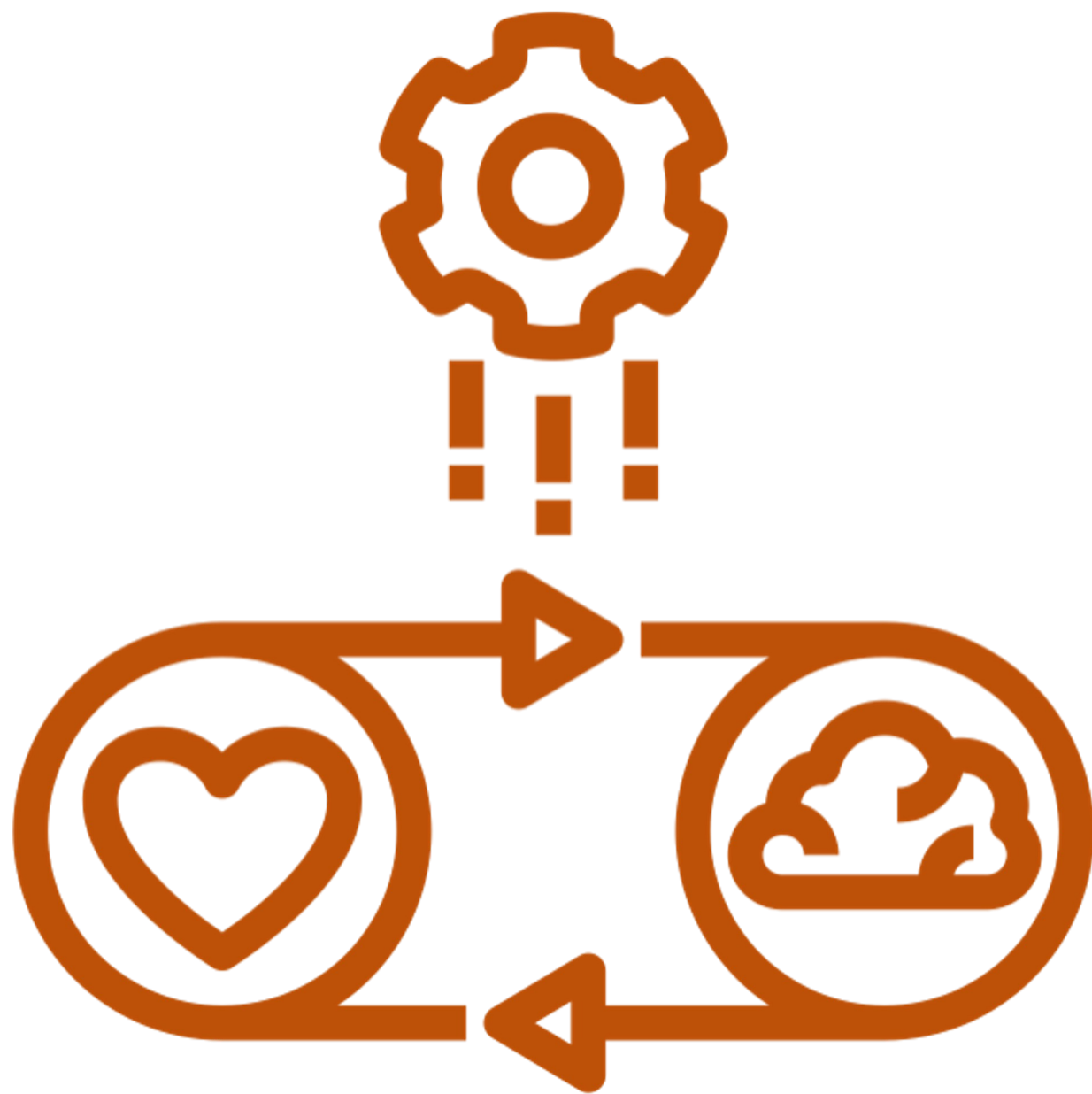




Gestión de emociones

M Teresa Pérez Rodríguez





Las 6 Emociones básicas:



Emoción

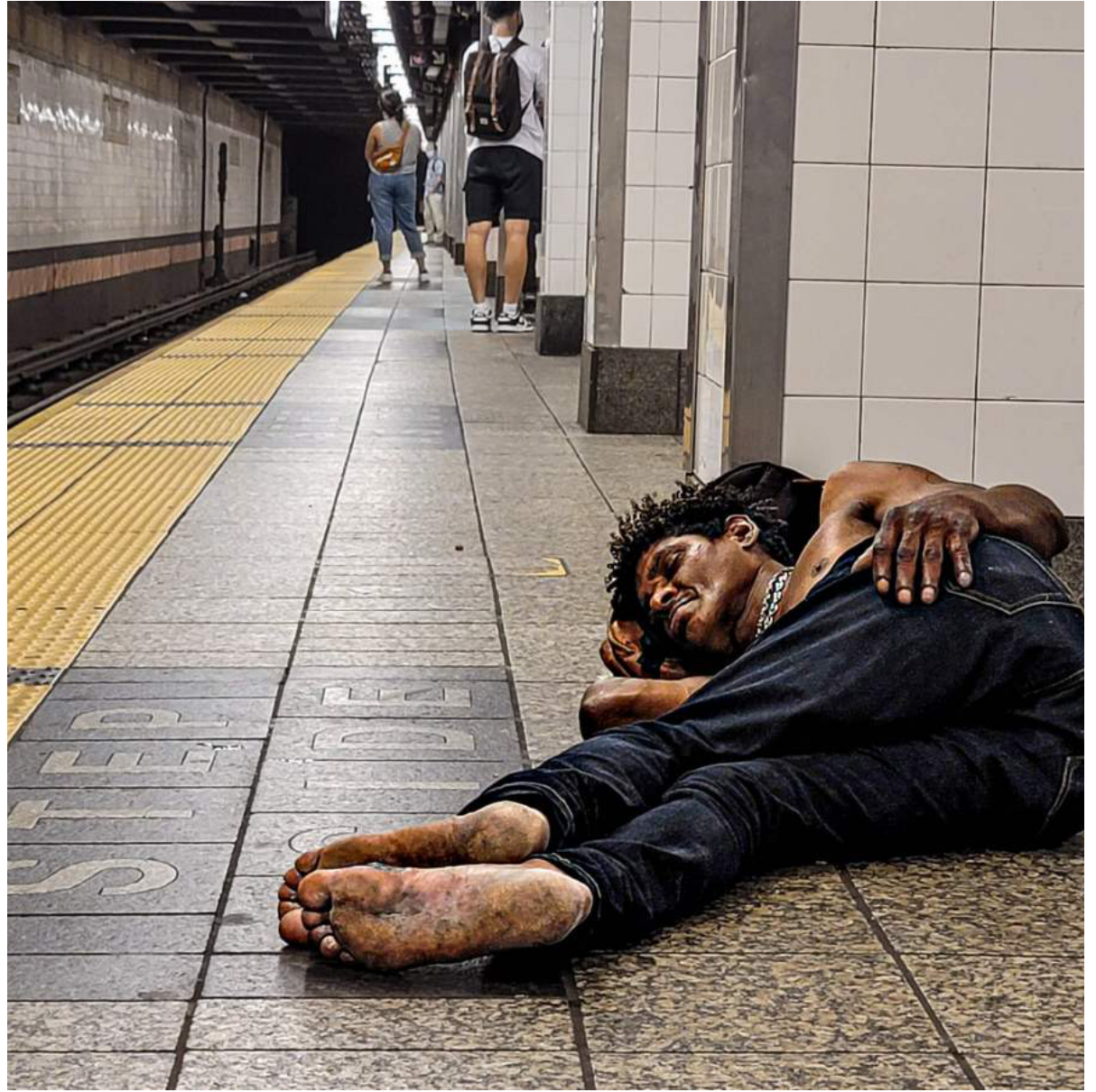
Automático, reflejo a un estímulo
Inconsciente, involuntaria
Rápida e intensa
Universales
Llevan a actuar

Sentimiento

Estable
Consciente y progresivo
Duradera y menos intenso
Individuales
Llevan a decidir y vivir de una manera







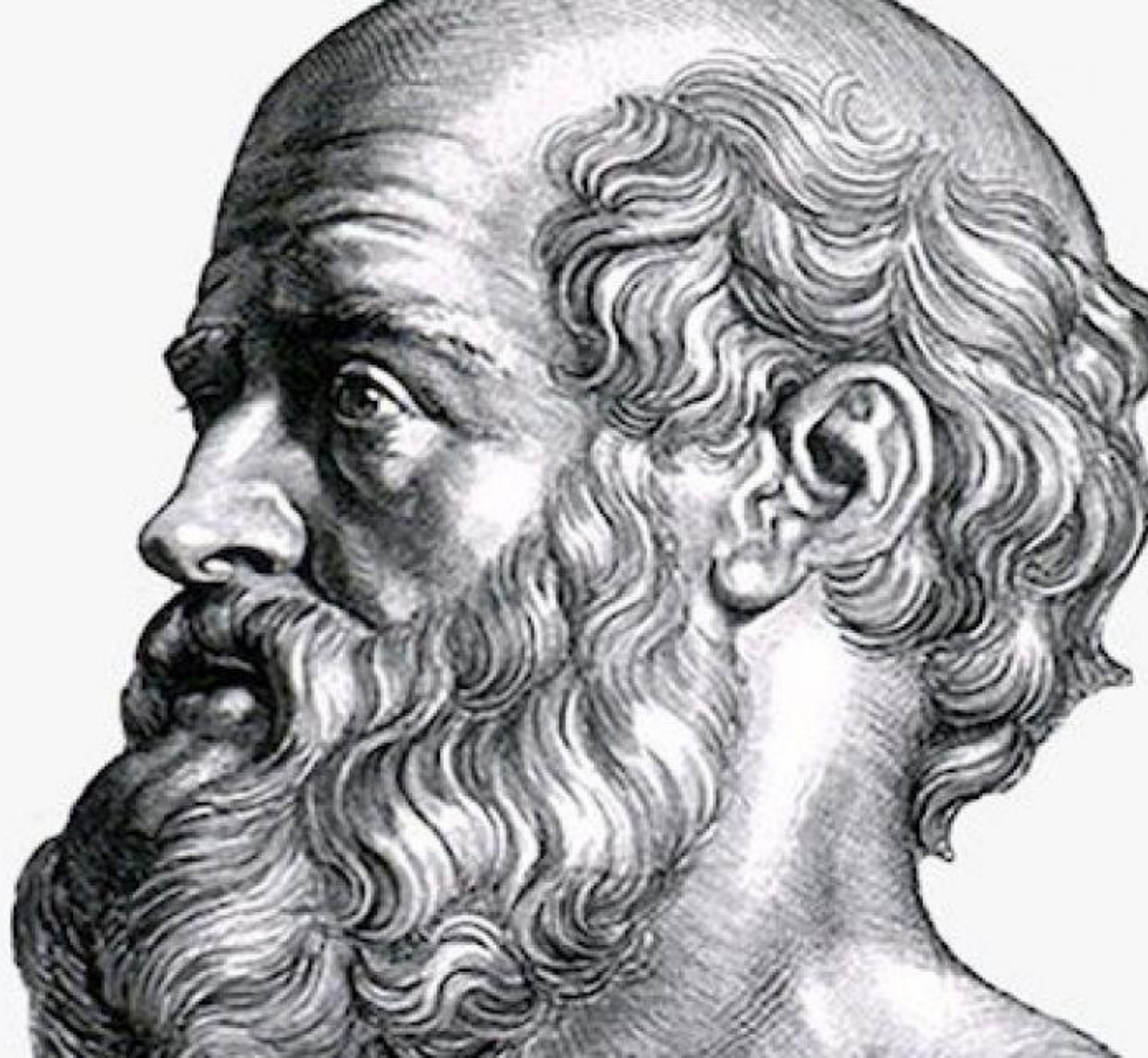
Si descubren que **no les gusta un paciente**, intenten buscar el porqué y luego procuren superarlo. (...) El paciente no puede ser nunca para Vd un hombre desagradable que sufre de bronquiectasias: es sólo un hombre que sufre de bronquiectasia, sin adjetivos.

Un día entrará en su consulta un premio Nobel y a continuación el representante del extremo opuesto de la escala de la inteligencia. Tanto con el uno como con el otro, Vd debe mantener una **postura neutral** que le permita estar a la altura de los dos. (...) No debe perder su compostura ni por miedo a uno, ni por compasión a otro.



Las 6 Emociones básicas:







Claves para gestión de emociones





Gestión de emociones

M Teresa Pérez Rodríguez

