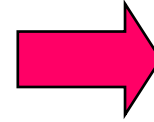


NOMBRAR SENTIMIENTOS
INTELIGENCIA EMOCIONAL

Guadalajara, noviembre 2015

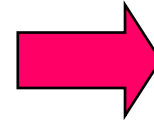
SENTIMIENTOS DE SEGURIDAD Y FIRMEZA

1 Temor, recelo que excluye casi toda esperanza.



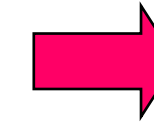
Desconfianza

2 Sentimiento por el que creemos que va a suceder aquello que deseamos que ocurra.



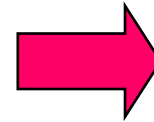
Confianza

3 Desorden, confusión, perturbación, trastorno.



Desconcierto

4 Actitud de temor ante cierta cosa de la que se sospecha puede ocultar algún peligro o inconveniente hacia cierta persona de la que se teme pueda abrigar malas intenciones.



Recelo



Recelo

Desconcierto

Confianza

Desconfianza

SENTIMIENTOS SOBRE LA APARICIÓN DE UN OBJETO. ACTITUD ANTE LA NOVEDAD

5

Impresión generalmente de alegría, producida a alguien haciendo una cosa que no espera.



Sorpresa

6

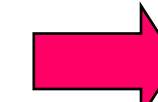
El efecto producido por una cosa extraordinaria y singular.



Extrañeza

7

Sinónimo de extrañeza.



Asombro

8

Terror grande.



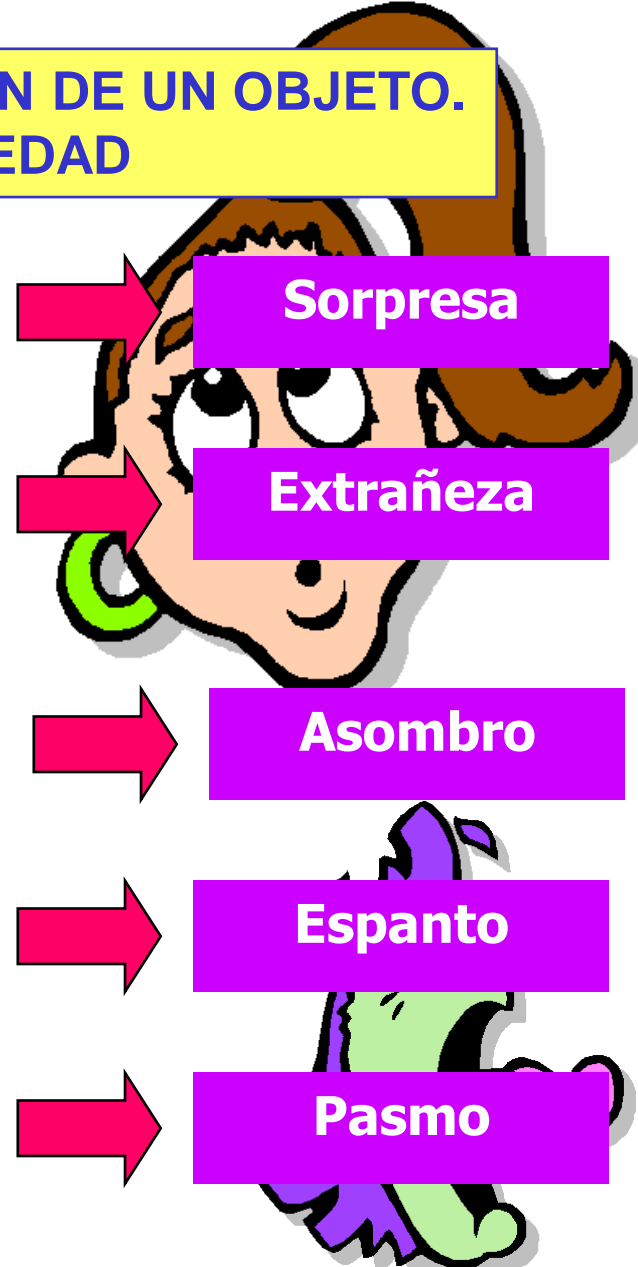
Espanto

9

Admiración grande que suspende la razón y el discurso.



Pasma



Pasma

Extrañeza

Espanto

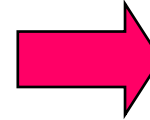
Asombro

Sorpresa

**SENTIMIENTOS SOBRE LA APARICIÓN DE UN OBJETO.
ACTITUD ANTE LA NOVEDAD**

10

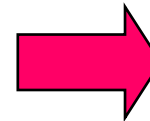
Asombro muy grande.



Estupefacción

11

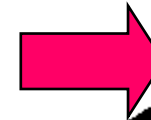
Admiración muy intensa y paralizante.



Estupor

12

Alteración producida en el ánimo por un suceso brusco.



Sobresalto

13

Trastorno y sobresalto del ánimo, producido por cualquier accidente u objeto repentino.



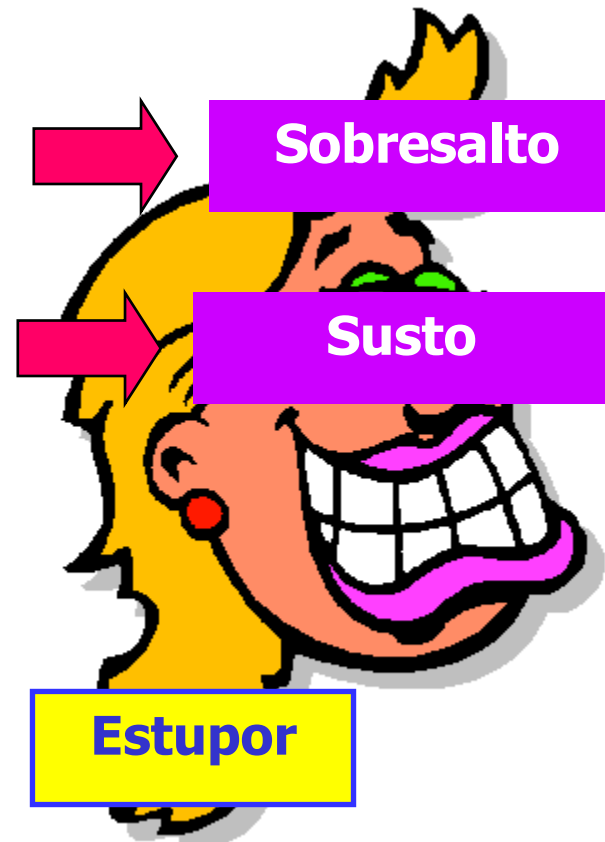
Susto

Susto

Sobresalto

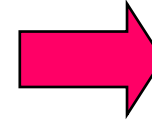
Estupefacción

Estupor



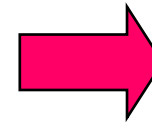
SENTIMIENTOS SOBRE ALGO EXTRAORDINARIO QUE SORPRENDE

14 Una especie de sorpresa. Considerar con sorpresa y placer un objeto o una persona.



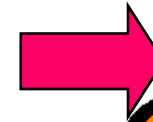
Admiración

15 Admiración, asombro, atracción, encanto.



Fascinación

16 Olvido de todo debido al placer producido. La persona se mueve irresistiblemente hacia el estímulo cautivador. Cuando la persona admirada está dotada de mérito y autoridad aparece el respeto.

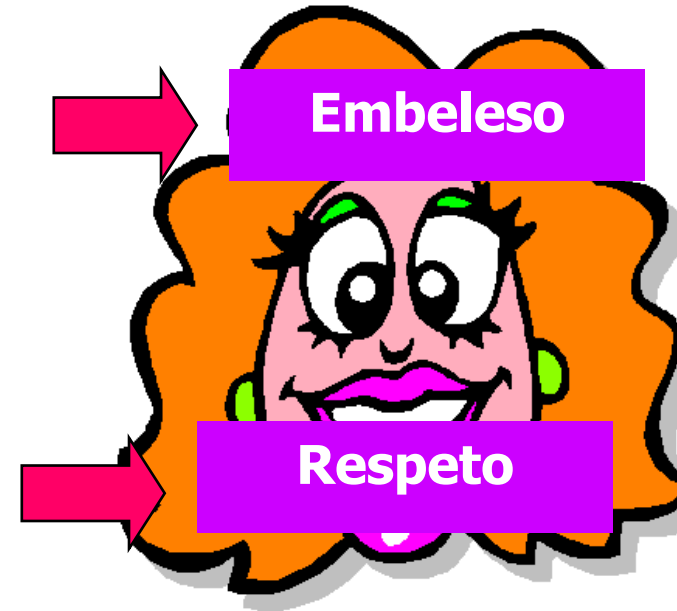


Embeleso

17 Miramiento y reverencia que se tiene a alguna persona.



Respeto



Respeto

Fascinación

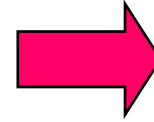
Admiración

Embeleso

SENTIMIENTOS SOBRE ALGO EXTRAORDINARIO QUE SORPRENDE

18

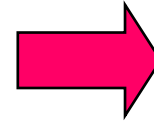
Respeto máximo.



Veneración

19

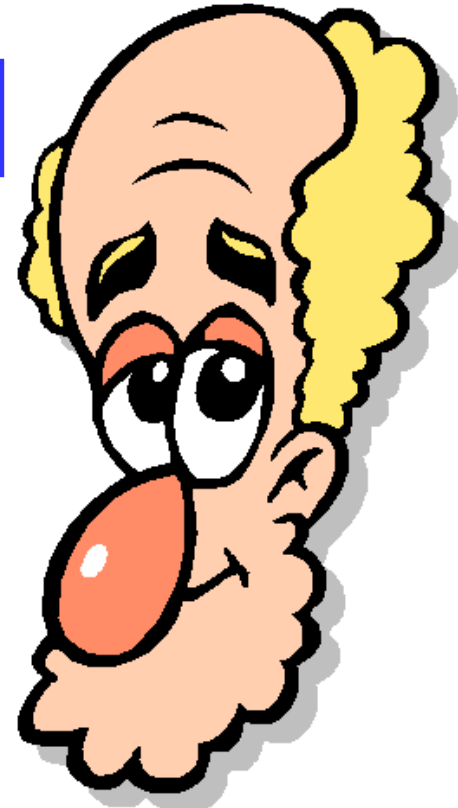
Amor en extremo.



Adoración

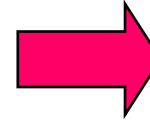
Adoración

Veneración



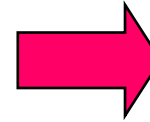
SENTIMIENTOS SOBRE EL HUMOR

Lo que hace reír a menudo sin intención.



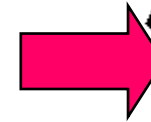
Comicidad

Lo que hace reír burlona o despectivamente.



Ridículo

Estado de ánimo del que se está satisfecho.

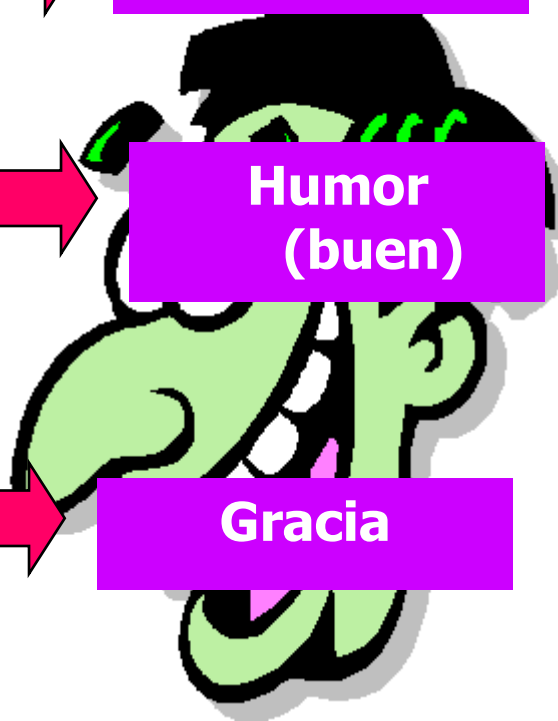


**Humor
(buen)**

Cualidad de divertir o hacer reír.



Gracia



´Ridículo

Humor (buen)

Gracia

Comicidad

Expresión de emociones en la red (Internet)

:-) Sonriente

:-D Muy sonriente

:-(Triste

:-| Indiferente

:-O Sorprendido

(:-) Sorprendido

:-@ Gritando

:´-(Llorando

:-1 Sonrisa forzada

(:(Supertriste

:-c Muy triste

:-):-) Carcajadas

(:-& Muy cabreado

<:-< Diabólico

:-/ Escéptico

:-r Burlón

:/) Eso no es divertido

:-< Desamparado, sarcástico



Emoticones

SENTIMIENTOS

Sobre la CALMA y el DESASOSIEGO

- 1 • NO ESTAR ALTERADO POR PREOCUPACIONES, INQUIETUDES, EXCESO DE TRABAJO ...

TRANQUILIDAD

- 2 • ESTADO DE ÁNIMO DE QUIEN TIENE LA SEGURIDAD DE CONCIENCIA QUE OCASIONA EL OBRAR BIEN Y LA BUENA INTENCIÓN

SERENIDAD

SENTIMIENTOS

Sobre la CALMA y el DESASOSIEGO

- 3 • ESTADO FÍSICO O PSICOLÓGICO EN EL QUE SE QUEDA UNA VEZ APACIGUADA LA AGITACIÓN

S

SOSIEGO

- 4 • ALIVIO APORTADO POR ALGUIEN, QUE MITIGA UNA PENA Y PROPORCIONA ALEGRÍA

C

CONSUELO

SENTIMIENTOS

Sobre la CALMA y el DESASOSIEGO

- 5
- DISGUSTO, PESADUMBRE, PESAR QUE INFLUYE EN EL ÁNIMO PRODUCIENDO CIERTO ENFADO AL MISMO TIEMPO QUE SENTIMIENTO

D

DESAZÓN

- 6
- IMPACIENCIA O AGITACIÓN POR UNA MOLESTIA O ANSIEDAD. SENTIR UN INTENSO DESCONTENTO QUE SE MANTIENE OCULTO

R

RECONCOMIO

SENTIMIENTOS

Sobre la CALMA y el DESASOSIEGO

- INQUIETUD, AFLICCIÓN Y CONGOJA DEL ÁNIMO QUE NO DEJA SOSEGAR

Z

ZOZOBRA

- LA CAPACIDAD PARA NO IRRITARSE PRECIPITADAMENTE, DE NO PERDER LA CALMA SIN MOTIVO GRAVE. ES UN SABIO ADUEÑAMIENTO DE LA PROPIA ALMA

P

PACIENCIA

SENTIMIENTOS

Sobre el ODIIO y el FRACASO en el AMOR

- 9
- IMPRESIÓN QUE RECIBE ALGUIEN CUANDO LA REALIDAD DESMIENTE LA ESPERANZA O CONFIANZA PUESTA EN UNA PERSONA
- D

DESENGAÑO

- 10
- OPOSICIÓN DE SENTIMIENTOS
- A

ANTIPATÍA

SENTIMIENTOS

Sobre el ODIIO y el FRACASO en el AMOR

- IRA NO RESUELTA, ENEMISTAD ANTIGUA E IRA ENVEJECIDA

11

ENQUINA

E

TIRRIA

T

RENCOR

R

- EL AMARGO Y PROFUNDO RECUERDO DE UNA INJURIA DE LA QUE SE DESEA SATISFACER

12

RESENTIMIENTO

R

SENTIMIENTOS

Sobre el ODIIO y el FRACASO en el AMOR

- ENCENDIMIENTO DEL ÁNIMO EN IRA, ENOJO Y OTRAS PASIONES SEMEJANTES

E

13

ENCONO

- PEGOJOSA LIGADURA ENTRE EL ABORRECEDOR Y LO ABORRECIDO

A

14

ANIMOSIDAD

SENTIMIENTOS

Sobre el ODIIO y el FRACASO en el AMOR

- CONTRARIEDAD Y OPOSICIÓN ENTRE DOS O MÁS PERSONAS POR ESTAR ENFRENTADAS SUS VOLUNTADES

E

15

ENEMISTAD

- ABORRECIMIENTO EXTREMO HACIA ALGUIEN

A

16

ANIMADVERSIÓN

SENTIMIENTOS

Sobre el ODIIO y el FRACASO en el AMOR

- SENTIMIENTO DURADERO DE TRISTEZA, MEZCLADA DE RENCOR, RELACIONADA CON UNA HUMILLACIÓN, UNA DECEPCIÓN O UNA INJUSTICIA

A

17

AMARGURA

- ODIO A LAS MUJERES

M

18

MISOGINIA

SENTIMIENTOS

Sobre el ODIIO y el FRACASO en el AMOR

- AVERSIÓN A LAS PERSONAS

M

19

MISATROPÍA

- MIEDO A LA NOVEDAD

M

20

MISONEISMO

SENTIMIENTOS

Sobre la TRISTEZA

- DISMINUCIÓN DE LAS FUERZAS QUE NORMALMENTE SE TIENEN

A

21

ABATIMIENTO

- ABATIMIENTO PROFUNDO, ACOMPAÑADO DE FALTA DE ÁNIMO, PESIMISMO, SENTIMIENTO DE IMPOTENCIA Y FALTA DE ESTÍMULOS

D

22

DEPRESIÓN

SENTIMIENTOS

Sobre la TRISTEZA

- TRISTEZA POR UNA DESGRACIA PROPIA O AJENA QUE ABATE EL ÁNIMO Y A VECES INCITA AL LLANTO

P

23

PESADUMBRE

- TRISTEZA ACOMPAÑADA DE LLANTO, INTENSA Y PASAJERA

A

24

AFLICCIÓN

SENTIMIENTOS

Sobre la TRISTEZA

- SENTIMIENTO DURADERO DE TRISTEZA MEZCLADA DE RENCOR Y LIGADO A UNA HUMILLACIÓN, UN DESENGAÑO, UNA INJUSTICIA O UNA FRUSTRACIÓN. SUELE IR ACOMPAÑADA DE MALHUMOR

A

25

AMARGURA

- TRISTEZA SOBREDETERMINADA POR EL ESTUPOR, EL MIEDO, EL ABATIMIENTO

C

26

CONSTERNACIÓN

SENTIMIENTOS

Sobre la TRISTEZA

- TRISTEZA SIN CAUSA, POETIZADA

M

27

MELANCOLÍA

- DOLOR CAUSADO POR LA LEJANÍA DE ALGUIEN

N

28

NOSTALGIA

SENTIMIENTOS

Sobre el FUTURO

- PREVISIÓN DESEABLE SIN CUMPLIMIENTO. IMPRESIÓN CAUSADA POR ALGO QUE NO RESULTÓ TAN BIEN O TAN IMPORTANTE COMO SE PENSABA

D

DECEPCIÓN

29

- PREVISIÓN DESEABLE SIN CONFIRMACIÓN

E

ESPERANZA

30

SENTIMIENTOS

Sobre el FUTURO

- PROPENSIÓN A VER O ESPERAR LO MEJOR DE LAS COSAS. PUEDE FAVORECER LA ESPERANZA PERO SIN CONFUNDIRSE CON ELLA

0

OPTIMISMO

- ESTADO PSICOLÓGICO QUE SE PRODUCE FRECUENTEMENTE CUANDO LOS ACONTECIMIENTOS SON INCONTROLABLES

INDEFENSIÓN

31

32

LISTADO DE EMOCIONES

Positivas

Positivas

Alegría: Buenhumor, felicidad, diversión, gratificación, optimismo, regocijo, entusiasmo, contento, deleite, júbilo, gratitud, alivio, calma, interés, curiosidad, encanto, paciencia, euforia, éxtasis, templanza, simpatía, complacencia,

Amor: Afecto, agrado, estima, consideración, respeto, aprecio, aceptación, amabilidad, cariño, devoción, embeleso, adoración, ternura, placer, cordialidad, afinidad

Felicidad: Gozo, tranquilidad, paz interior, plenitud, dicha, placidez, satisfacción, serenidad, bienestar, seguridad, gratificación, esperanza, confianza, sosiego

LISTADO DE EMOCIONES

Negativas

Negativas

- **Ira:** Rabia, cólera, desdén, menosprecio, ultraje, rencor, odio, furia, enfado, indignación, resentimiento, aversión, exasperación, tensión, excitación, agitación, acritud, animadversión, animosidad, venganza, humillación, irritación, exasperación, hostilidad, enojo, odio, celos, envidia, reproche, resquemor, impotencia, rebeldía, repudio, malevolencia.
- **Miedo:** Temor, horror, espanto, pánico, terror, congoja, pavor, desasosiego, susto.
- **Ansiedad:** Angustia, desesperación, desasosiego, inquietud, estrés, preocupación, azoramiento, anhelo, desazón, obnubilación, desconcierto, consternación, nerviosismo, timidez, estupor, incertidumbre, inquietud, insatisfacción, impaciencia.

Negativas

- **Tristeza:** Autocompasión, abatimiento, congoja, depresión, desamparo, frustración, fastidio, decepción, desaliento, malhumor, aflicción, desolación, pena, desaliento, dolor, decepción, pesar, duelo, pesadumbre, desconsuelo, desesperanza, desánimo, pesimismo, aburrimiento, apatía, melancolía, añoranza, morriña, nostalgia, disgusto, preocupación, resignación, soledad, conmoción, desdicha, infelicidad.
- **Vergüenza:** Arrepentimiento, culpa, timidez, inseguridad, vergüenza ajena, bochorno, pudor, recato, rubor, sonrojo, verecundia, remordimiento.
- **Asco:** Aborrecimiento, aversión, aprensión, desprecio, hastío, repugnancia, rechazo.
- **Otras:** Posesividad, egoísmo, avaricia, indiferencia, intriga, mezquindad, confusión, desconfianza, desidia, pereza, prepotencia, recelo.

Gracias



José Carlos **BERMEJO** Higuera
www.josecarlosbermejo.es