

**DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO**

TEMA

**DIEGO QUIÑONES GARCÍA**

ALUMNO

**DESARROLLO HUMANO**

MATERIA

**ING. JUAN JESUS AGUSTÍN GUZMAN**

CATEDRATICO

**LNU 6°**

CUATRIMESTRE

# INDICE

## Contenido

UNIVERSIDAD DEL SURESTE .....	1
INDICE .....	2
INTRODUCCIÓN .....	3
DESARROLLO .....	4
EMOCIÓN Y SENTIMIENTO.....	4
CONCLUSIÓN .....	7

## **INTRODUCCIÓN**

Es fundamental que para el lector comprenda y entienda la importancia y la principal forma de como clasificar y diferenciar la emociones y los sentimientos, y ver que reacciones y alteraciones ocurren en nuestro organismo, principalmente en nuestro cerebro y ver como se incluyen los pensamientos y la imaginación, trate de poner un ejemplo muy explícito sobre las emociones y sentimientos que pueden despertar un alto estímulo como lo es el acto sexual y la masturbación y así saber identificar que va primero, quien va después y que si no existe una no existe la otra, debido a la relación o apego que tiene una de la otra..

## DESARROLLO

### EMOCIÓN Y SENTIMIENTO

El desarrollo humano se basa y trata de la promoción del desarrollo potencial de las personas, del aumento de sus posibilidades, y del disfrute de la libertad para vivir la vida, pero habrá factores importantes que definieran nuestros estados de ánimo el saber cómo manejamos nuestras emociones, las emociones son producidas por el cerebro y estímulos eléctricos, ya que son el conjunto de respuestas químicas y neuronales, existen muchos conceptos de emoción como las pinillos, pero la que ms me gusta a mí fue el que aportó Darwin, como mecanismos innatos de adaptación al entorno y como tiene una relación con la subcorteza cerebral, lo cual incluye cambios en la actividad cardiaca y vascular, respiración, piel, y músculos expresivos de la cara, si lo antes mencionado no cambiaran o se alterarán las emociones serias simples y sencillas, por llorar, reírse , fruncir el ceño, levantas las cejas son cosas que al sentir algún tipo de emoción son las principales en alterarse y de manera espontánea, y el tipo de emoción influirá en las reacciones que se presentes, encontramos las emociones personales, sociales y espirituales, es por eso que las emociones se explican desde aspectos consientes y respuestas abiertas, como un flujo de sentimientos que se manifiestan a nivel fisiológico, esto no es sencillo y mucho menos es recientes ya que tenemos una evolucion a través de los años, mismos en los que nos desarrollamos como personas, tenemos una prehistoria emocional, y muchas de las veces buscamos explicar la razón de las emociones, cuando simplemente son y siguen siendo emociones, podríamos comprenderlas, digo esto porque una persona que emocionalmente se encuentra mal, puede ser por muchos factores, muerte de un familiar, aspectos que afecten directamente al individuo, y finalmente todas las emociones, si uno está despierto y consciente, generan sentimientos o si así se quiere, más sin embargo los sentimientos es una combinación de emoción y pensamiento, es el resultado de nuestra experiencia emocional, porque una emoción se trasforma en un sentimiento mientras uno más consiente este, debido a emociones que tengamos por ver imágenes sonidos y prospecciones físicas, podemos convertirla en sentimientos, ya que son estados de ánimo que se asocian poco con la conducta motora, pero si a los pensamientos y la imaginación, existe una clasificación que hizo Young, donde nos dice que pueden ser simples y relacionarse con el agrado y desagradados de sabores o algunos otros como el hambre, sed o alivio, los sentimientos también forman parte de nuestra evolución como ser humano, el sentimiento se realiza en el neocórtex a partir de una emoción , esto consiste en darse cuenta del estado del cuerpo

en un momento determinado, lo cual hace que nosotros tomemos conciencia de nosotros mismos, de nuestra identidad porque cuando elaboramos un sentimiento soy consciente de mi estado corporal y experimento que partes de mi cuerpo y qué pensamientos puedo implicar en el pensamiento, como placer sexual muchas veces tener relaciones sexuales son sentimientos que generamos con nuestra pareja, el abrazar, tocar y besar a nuestra pareja nos va a generar emociones y placer, emociones a raíz de un acto y un pensamiento, mientras sucede el acto sexual el hipotálamo provoca la liberación de Oxitocina y los niveles más altos de esta hormona pueden hacernos sentir más relajados, con lo que pueden compensar los efectos del cortisol, la hormona relacionada con un mayor estado de estrés, y aquí generamos emociones y sentimientos a que si no hay acto sexual pero si el mismo sentimiento de placer, es este caso autoplacer o masturbación, estamos conscientes pero podemos generar pensamientos a través de ver imágenes o con la imaginación al recordar e imaginar cuerpos desnudos, la agresión que definirá el placer va ser la estimulación personas en contra del pene, la activación del cerebro no es igual, pero durante la eyaculación se generara ese sentimiento de placer, las cuales llegan al mismo resultado un sentimiento de placer, ahora bien es lo mismo emociones que pensamientos...

Las emociones están situadas en el cerebro mediano y relacionada con el cerebro paleocórtex o cerebro reptiliano y están íntimamente conectadas con el cuerpo y se logran manifestar físicamente como lágrimas al llorar, sudor, aceleración cardiaca a la emoción y al nerviosismo, siendo así el origen de la emoción proviene de uno de los cinco sentidos del cuerpo, mientras que el sentimiento es el resultado de una emoción, la función es cuando elaboro un sentimiento soy consciente de mi estado corporal y experimento qué partes del cuerpo y qué pensamientos están implicados en este sentimiento como en el ejemplo de más arriba con la actividad sexual así como lo dije siempre los sentimientos están acompañados y potenciados por pensamientos, por lo tanto los pensamientos no solo son frutos de la conciencia de una emoción si no de los estados que acompañan estos estados de conciencia. Las tres funciones de los sentimientos y emociones son la función adaptativa, la función social y la función motivacional que tiene relación entre emoción y motivación es estrecha, ya que se trata de una experiencia presente en cualquier tipo de actividad que posee las dos principales características de la conducta motivada: dirección e intensidad.

Las emociones son estados transitorios que viene y se van lo cual las hace muy rápidas y estas siempre van antes del sentimiento, ya que sin ella no hay sentimiento ya que no se controlan aparecen de manera automática y espontánea y son más verdaderas ya que el

sentimiento es falso producto de tu imaginación y las emociones estarán si o si porque es algo que no puede controlar , y así los sentimientos se clasifica como interpretaciones que nosotros hacemos de las emociones y podemos modificarlas con nuestros pensamientos e imaginación, para tener este tema dominado y saber utilizarlas tendremos que desarrollar bien estas técnicas de **percibir, comprender y regular** .

## CONCLUSIÓN

De manera muy personal, yo concluyo que hemos tenido ejemplos en vida sobre desarrollo humano, y que somos productos de una evolución constantes , trayendo muchos beneficios en nuestra existencia, dejando en claro que ambos se generan con un estímulo, una puede controlarse y la otra no, si no existe una la otra tampoco, es así que las emociones son las más verdaderas y son las que en verdad pueden mostrarnos como personas, porque una sonrisa, un llanto, es la forma para demostrar muchas cosas como sinceridad, amor ,dolor, etc. El sentimiento es falso y banal algo que nosotros podemos diseñar y modificar con lo que nosotros queramos, pero sin la emoción esto no existiera, por que como en el ejemplo que puse sobre las relaciones sexual y como forma de chiste, uno no anda pensando a quien se quiere dar o imaginarse el acto sexual sin tener afinidad con una persona, es por eso que para mí “HACER EL AMOR” son emociones y “TENER SEXO” es un sentimiento solo de placer