



Nombre de alumnos:

Sari Gómez Sánchez

Nombre del profesor:

Luis Miguel Sánchez.

Nombre del trabajo:

Ensayo.

Materia:

Desarrollo Humano.

Grado: 6°

Grupo: "A"

Ocosingo, Chiapas a 05 de junio de 2020

INTRODUCCION

Este ensayo hablare lo que es la emoción de tal manera la emocionalidad es una capacidad propia que tenemos como seres humanos ya que son centrales en nuestras vidas, nos permite existir todos los días, nos permite alcanzar nuestras metas y todo lo que nosotros como seres humanos queremos lograrlo, y también nos hace motivarlo a lo que es bueno y lo malo, y toda tienen esa capacidad de expresar sus emociones, de sentir y también tienen ciertos grados de como lo pueden expresar cada uno “por ejemplo si se enoja una persona en publico a veces no demuestra lo completo como en realidad se enoja y en la casa lo expresa todo” por eso cada uno tienen de como sentirlo, expresarlo y compartirlo, la emociones están clasificadas en, tristeza, enojo, miedo, peligro, felicidad, alegría etc. Todo lo que expresamos son emociones ya que es normal en nuestra naturaleza y también nos ayuda a definir quien es somos y como somos en la sociedad por ejemplo si somos buenos o malas personas, y también nos sirve para elegir lo malo y lo bueno, y también lo que es el estímulo del miedo hace que no te acerques si sientes que hay peligro o algo que va a suceder en ti algo malo, es muy importante las emociones que los seres humanos tenemos ya que esto nos permite vivir todos los días y hace que los humanos se motivan para seguir adelante, sin estas emociones no existiríamos por que es nuestra supervivencia cada día. lo que proseguí hablare sobre de este tema lo que es emoción.

LAS EMOCIONES Y SU ORIGEN PERDIDO

Laura Esquivel, dice que las emociones vivimos cada día todos los días de nuestra vida, y es lo fundamental en cada persona, pero como seres humanos podemos expresar esas emociones, pero solo una parte tenemos de ellas se puede expresar en palabras o conceptos de una persona o solo es una parte que nos compartimos y el resto se le queda cada persona adentro del corazón, por ejemplo yo entiendo cuando se fallece o muere una persona en una familia llora esa familia, eso es cuando te está expresando una parte pero el resto se le queda en esa persona que falleció a su familia, por ejemplo ya no expresara en publica su dolor completo, su lamento, por eso dice que solo es una parte que se expresa y comparte con las demás personas, de tal manera cada persona tiene su grado de emoción de como exprésala y compartirlo, Esquivel nuevamente dice que no hay ninguna persona que pueda vivir sin expresando su emoción ni un solo día ya que es lo más básico de nuestra existencia humana, todas las personas tenemos que expresar emociones todos los días, en las emociones están también lo que es el recuerdo con el simple hecho que vez una flor y olerlo y luego recordar en esos viejos tiempos que habías olido y visto esa flor y eso es una imagen del pasado y nos emocionamos, los imágenes del pasado suelen ser necesidad de compartir en palabras con otra persona la alegría del pasado ya es cuando nosotros compartimos con personas que es de confianza. Por otra parte, hay muchas sociedades o personas que no les gusta hablar de sus problemas o no les gusta expresar o compartir con otras personas o simplemente por que tiene desconfianza, esas personas no les importa lo que sientes o lo que siente, vive en un mundo que no se da cuenta sus sentimientos que tienen, no se expresan como se expresa a una persona normal, quizás por sus trabajos también por eso se distraen bastante supongamos que es un director de una empresa grande, solo se enfocara de ese trabajo y no les da tiempo en desarrollar sus emociones que ellos y ellas tienen, y cuando esas personas se cierran en su mundo de que haceres, del trabajo, ahí inicia lo que es el estrés y luego de estrés crea el trastorno emocional, por que sabemos que el emocionalismo produce nuestro cerebro y el corazón, pero cuando nosotros compartimos las emociones que tenemos nuestro cuerpo también se relaja y también circula correctamente nuestra sangre. Ya que la emoción es nuestro impulso para actuar bien nuestros sistemas o nuestro cuerpo también lo relaja a través de nuestras emociones. El funcionamiento de nuestras emociones tiene que ver mucho con el cerebro y con el cuerpo, son estos que prepara nuestros organismos ante una emoción

distinta en cada ser humano y los científicos han descubierto que para el cuerpo reaccione ante una emoción tiene que tener dos sistemas que son simpático y parasimpático , el simpático es la que controla las reacciones en nuestro cuerpo y el parasimpático se encarga de los procesos de las reacciones del cuerpo humano, y son estos que empeñan un papel importante en nuestra vida diaria de minuto a minuto, y por esto estos sistemas primitivos podemos controlar las manifestaciones de nuestras emociones cuando no se quiere expresarlo ante otras personas. La raíz de nuestras emociones se encuentra en nuestro sistema nervioso central y luego son desarrolladas en nuestra corteza y luego va donde es el sistema nervioso autónomo lo que el simpático y parasimpático ya es donde toman el control de toda nuestra expresión.

Por otra parte, el cerebro y la emoción tienen una conexión muy fuerte en nuestro vida, digamos que es una parte de nuestra existencia, por ejemplo cuando nos encontramos en un peligro debemos de pensar primero antes de actuar, primero es utilizar nuestro cerebro si nos enfrentamos o pensar que podíamos hacer respecto a ese peligro y luego utilizar nuestra emoción como gritar o llorar o llamar a alguien que nos ayude y a esto actúa el sistema nervioso autónomo, también actúa todo los órganos que se encuentran dentro del cuerpo, el cerebro porque necesita pensar, nuestros pulmones o también nuestros corazones por que necesitamos respirar ante esta situación. Y también utilizamos nuestra energía por que es la que nos impulsa actuar de la forma correcta, y muchas veces no sabemos como controlarnos ya que nuestro cuerpo también se puede dañar, por eso tenemos que tomar las cosas con calma utilizar nuestro cerebro para después actuar nuestra emoción en la forma correcta sin dañar nuestros órganos internos o para cuidar de nuestro cuerpo, por que como seres humanos tenemos muchas dificultades, muchas cosas que tenemos que pasar cada día, hay cosas que nos hace daño como cuando se muere un ser querido y no queremos aceptar, por eso debemos tener en cuenta en el deseo de sentirnos mejor, en el quiero y en el puedo, no debemos de tener en nuestra mente en el no puedo o un negativo pensamiento, siempre tenemos que levantar el deseo de seguir adelante, en el querer y poder, y aceptar todas las cosas que nos presente y ahí creamos una emoción diferente, ya que el análisis de las emociones es vital para nuestro cuerpo.

CONCLUSION

En conclusión de lo que se ha hablado, la emoción todo ser humano tiene, y si algún no lo tuviera es como decir que solo es un muerto no puede tener, ya que todos los seres humanos tenemos emociones para poder vivir todos los días y también para estar bien con nuestro cuerpo, nos ayuda a conocer como somos ante toda situación o ante una sociedad, y también nos hace ser mejores personas y ayuda a conocer a otras personas como están o si es buen influencia para nosotros, esto también esta relacionado con nuestros órganos del cuerpo humano , por eso tenemos que expresar nuestros emociones con otras personas nos sirve para vitalizar nuestras sistemas ya que si no se realiza o no compartes con otra persona se puede ocasionar el estrés u otras enfermedades psicológicos y debemos de llevar una vida tranquila, sin tantas problemas, aceptar las cosas que ya no tienen solución y crear una nueva oportunidad, y también pensar bien las cosas antes de actuar o hacer las cosas mas bien las circunstancias cada día.