



**Nombre del alumno:**

**Carlos Alberto Trujillo Díaz**

**Nombre del profesor:**

**Luis Miguel Sánchez Hernández**

**Licenciatura:**

**Medicina Veterinaria y Zootecnia**

**Materia:**

**Desarrollo Humano**

**Nombre del trabajo:**

**Ensayo**

Ocosingo, Chiapas a 05 de junio de 2020.

## “EMOCIONES Y SU ORIGEN PERDIDO”

En el presente escrito me referiré a las emociones, estas las experimentamos diariamente, sin dificultad alguna para identificarlas. Se entiende por emoción el conjunto de reacciones orgánicas que experimenta un individuo cuando responden a ciertos estímulos externos que le permiten adaptarse a una situación con respecto a una persona, objeto, lugar, entre otros.

La palabra emoción deriva del latín emotio, que significa “movimiento”, “impulso”. La emoción se caracteriza por ser una alteración del ánimo de corta duración pero, de mayor intensidad que un sentimiento. Por su parte, los sentimientos son las consecuencias de las emociones, por ello son más duraderas y se pueden verbalizar.

Yo entiendo por la palabra “emoción”, a todas las cosas que percibimos desde que despertamos hasta que nos dormimos, causándonos alegrías, enojos, tristezas, por ejemplo; los buenos días que nos dan papás ya es una emoción que nos causa felicidad, de lo contrario también hay cosas que nos harán sentir enojos, son cosas que nos disgustan o nos causan un mal. Y por lo consiguiente tendrá una reacción.

También las emociones las podemos obtener en base a recuerdos, imágenes, sonidos, sueños, pensamientos, todo esto nos provocará una reacción que lo podemos demostrar ante las personas, pero de nosotros dependerá la intensidad de como demostrarlo, porque es bueno hacerlo no hay que quedarse callado ni guardar nada. Por ejemplo; el enojo, algunas personas lo demuestran golpeando, tirando cosas, gritando, etc, y otras simplemente dicen que se enojaron sin mostrar acciones impulsivas y sin causar ningún daño a la otra u otras personas, diciendo me enojé, que se me pase podemos hablar y arreglar las cosas.

Entonces las emociones dependen de cada uno como las va a expresar ante la sociedad. En la lectura nos dice que la reacción que tengamos ante una emoción dependerá de la irrigación sanguínea de nuestro cuerpo, ya que el corazón no late

de la misma manera cuando está deprimido que cuando está feliz, de esta forma el cerebro determina la forma de procesar la información que viene de lo exterior.

También podemos encontrar a personas que no quieren aceptar que tienen o que no sienten emociones, de esa manera generalmente se sienten confusos. No querer sentir una emoción puede conducir a no conocerla, desconfiar de ella y no aprender a utilizarla. Al no valorar suficientemente que opción es buena o mala, decidimos impulsivamente y al azar.

Concluyo en que las emociones básicas existen porque nos ayudan a sobrevivir, tienen una función adaptativa, nos ayudan a dirigir nuestra conducta y también a favorecer la forma en que nos relacionamos con las demás personas, facilitando la comunicación, y esto es algo que está presente desde que nacemos. Estas emociones las demostramos por medio de gestos, ya sea de manera facial o corporal, por el tono de voz, pero siempre tenemos una reacción dependiendo del estado de ánimo en que nos encontremos, y lo podemos demostrar defendiéndonos, alejándonos de lo malo o bueno que estemos pasando provocando acuerdos o desacuerdos, satisfacción o insatisfacción, confianza o desconfianza.

## Bibliografía

- El libro de las emociones, son de la razon sin corazon, Laura Esquivel, marzo 2001, 1ra edición.