



Nombre de alumnos: Jimmy Abimael Pérez H.

Nombre del profesor: Julio Iván Godínez.

Nombre del trabajo: UNIDAD II

Materia: Desarrollo humano

PASIÓN POR EDUCAR

Grupo: “A”

Comitán de Domínguez Chiapas a 18 de junio de 2020.

Algunas respuestas de nuestras emociones funcionan como mecanismos para activar nuestra defensa o momento para tomar una decisión eso varia respecto al sentimiento. El sistema límbico funciona cuando El estímulo llega, a través del oído, al tálamo. Éste envía la información a la amígdala, posteriormente la amígdala investiga, a través de la memoria emocional del hipocampo, si el ruido es un peligro o no, Cuando la amígdala tiene la respuesta ya sea peligrosa o no da órdenes al hipotálamo para que el cuerpo actúe.

una emoción es una respuesta que da el cuerpo ante un estímulo determinado, mediante un proceso biológico complejo que también la emoción es la respuesta rápida, inmediata, y a menudo, espontánea e inconsciente del cuerpo. Ahora bien, el sentimiento es una respuesta del cuerpo elaborada mentalmente, a partir de la relación con la emoción, el sentimiento es la respuesta del pensamiento, de la razón, elaborada y meditada. Las emociones son mecanismos que, en un primer momento evolutivo, permitieron al organismo hacer una distinción clave para la supervivencia: la del dolor y la del placer. Dicho de otro modo: saber distinguir aquello que era bueno para la vida y aquello que era perjudicial. Los sentimientos son una fase más del avance en la evolución del organismo. En su base están las emociones, pero tienen un significado más complejo. El sentimiento es una elaboración mental que el neocórtex realiza a partir de una emoción.

Existen tres funciones generales entre las emociones y sentimientos que son las siguientes:

- **Función adaptativa:** Una de las funciones más importantes de la emoción es la de preparar al organismo para ejecutar eficazmente la conducta exigida por las condiciones ambientales, movilizandó la energía necesaria para ello, así como dirigiendo la conducta (acercando o alejando) hacia un objetivo determinado.
- **existen varias funciones sociales de las emociones,** como son: a) facilitar la interacción social, b) controlar la conducta de los demás, c) permitir la comunicación de los estados afectivos y d) promover la conducta pro social. Por ejemplo, una emoción como la felicidad favorece los vínculos sociales y las relaciones interpersonales, mientras que la ira puede generar respuestas de evitación o de confrontación.
- **Función motivacional** La 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.

Existen teorías sobre emociones básicas están argumentadas con estudios experimentales muy amplios. Por ejemplo, Ekman se dedicó a fotografiar a personas representativas de diferentes países y culturas, y comprobó cómo las expresiones faciales eran comunes ante la misma emoción. Este experimento se amplió a los chimpancés y los resultados fueron los mismos. las emociones primarias Cumplen una función adaptativa que favorece una reacción determinada ante un estímulo, Por consiguiente se consideran a seis: Miedo, sorpresa, ira o rabia, asco, tristeza y alegría. El miedo la sangre se reparte en lugares imprescindibles para tomar una actitud evasiva. Puede ocurrir que nuestro organismo se paralice antes de tomar una salida acertada, pero el cuerpo se encuentra sometido a un estado de máxima alerta. Se asocia al nerviosismo, ansiedad, preocupación, inquietud y, en un nivel más grave, con la fobia y el pánico.

Sorpresa Elevar nuestras cejas expresando sorpresa nos permite ampliar el campo visual y que nuestra retina reciba más luz. Esta reacción aumenta la información sobre el acontecimiento, facilitando la mejor manera de elección ante la nueva situación. Tristeza En caso de pérdidas, se asocia a una función adaptativa y reparadora. La tristeza provoca una disminución de la energía e ilusión por las actividades cotidianas, paraliza nuestro metabolismo y nos limita y aísla. En casos graves podemos llegar a la depresión.

Algunos sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano, luego de analizar los fenómenos psicológicos que más obstaculizan el proceso de crecimiento y realización, enumeraremos aquellos que se presentan con mayor frecuencia y cumplen un rol clave en el sabotaje de los proyectos propuestos. Inseguridad Esa terrible sensación de vulnerabilidad, fragilidad y hasta inferioridad que se interpone en la correcta toma de decisiones es lo que popularmente se denomina inseguridad emocional. Erik Erikson, psicólogo y sociólogo alemán, postuló en su teoría del desarrollo que es en los primeros años de vida de un ser humano cuando se adquieren las experiencias que devendrán en un adulto seguro o inseguro en un contexto determinado. Miedo a ser uno mismo La conformación del yo como epicentro de toda la actividad psíquica es sin lugar a dudas uno de los misterios más intrigantes y más difíciles de decodificar. Ansiedad Vivir esperando el futuro y adelantándose a los hechos es una de las sensaciones más desesperantes e inútiles que puedan existir. La ansiedad fuera de los límites sanos que nos movilizan a andar, es uno de los factores que en la actualidad más limitaciones causa y frena el crecimiento.

La utilidad de las emociones positivas Experimentar emociones positivas es una actividad específica de la naturaleza humana debido a que contribuye en la calidad de vida de las personas (Fredrickson, 1998). Lo anterior lleva a distinguir una doble importancia de las emociones positivas: por un lado, como detonante para el bienestar; por el otro, como un medio para conseguir un crecimiento psicológico personal y duradero.