



Yamile Yenitzi Pérez Vázquez

Nayeli Morales López

Super nota

Desarrollo humano

PASIÓN POR EDUCAR

Grado: 6 cuatrimestre

Grupo: "A"

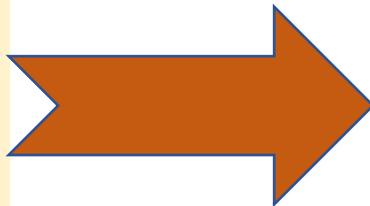
DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO.



Emoción
¿Qué es?

son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores.

Forma física y forma conductual.



Forma
conductual

Forma
física

- + Ponerse a correr
- + Llorar
- + Abrazar a alguien



- + Sudar
- + Enrojecer
- + Tener palpitaciones
- + Llorar



Sentimientos

¿Qué es?

Es la suma de emoción más pensamiento. Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional.

En el sentimiento interviene además de la reacción fisiológica un componente cognitivo y subjetivo.

EL SISTEMA LÍMBICO:

Las emociones, en un primer momento, se sitúan en el sistema límbico, que es un complejo de neuronas situadas en el cerebro y constituido por varias partes: el tálamo, el hipotálamo, la amígdala y el hipocampo.

¿Cómo funcionan las respuestas emocionales?

El Circuito Básico: El Sistema Límbico

- El estímulo llega, a través del oído, al tálamo
- La amígdala investiga, a través de la memoria
- Cuando la amígdala tiene la respuesta
- El hipotálamo activa el sistema hormonal.

¿Es lo mismo emoción que sentimiento?

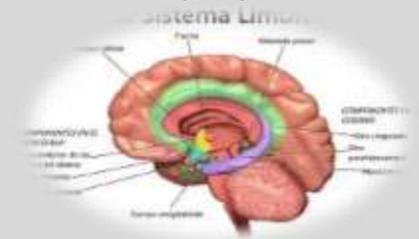
De manera sintética podríamos afirmar que la emoción es la respuesta rápida, inmediata, y a menudo, espontánea e inconsciente del cuerpo. Y el sentimiento es la respuesta del pensamiento, de la razón, elaborada y meditada.



Cerebro reptil, esto es en la parte más baja y trasera del cráneo.



Fundamentalmente sostiene las funciones básicas de la vida, incluyendo el mantenimiento y control del ritmo cardíaco y la respiración. También regula los niveles de sueño y vigilia

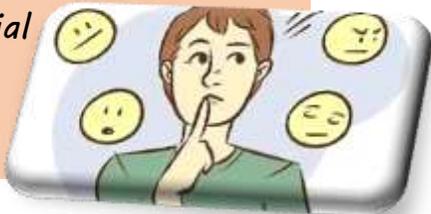


Puntos clave para saber la diferencia entre emoción y sentimiento.

- ✚ Las emociones son estados transitorios que vienen y se van
- ✚ Las emociones se dan de forma inconsciente, y son muy rápidas.
- ✚ La emoción siempre va primero al sentimiento.
- ✚ Las emociones son reacciones psicofisiológicas que ocurren de manera automática y espontánea.
- ✚ Cuando somos conscientes de nuestros sentimientos vamos a poder gestionarlos

Las emociones pueden tener:

- ✚ Función adaptativa
- ✚ Función motivacional
- ✚ Función social



SENTIMIENTOS Y EMOCIONES



Para poder utilizarlas tendremos que aprender a:

- ✚ Percibir
- ✚ Comprender
- ✚ Regular

