



**Nombre del alumno (a): Araceli
Guadalupe García Aguilar**

**Nombre del profesor (a): Nallely
Morales Gómez**

**Nombre del trabajo: cuadro
sinóptico (2.2 sentimientos básicos)**

Materia: Desarrollo Humano

Grado: sexto cuatrimestre

Grupo: "B"

2.2 SENTIMIENTOS BÁSICOS

Psicólogos especialistas

Discuten mucho qué son las emociones básicas y qué tenemos en común los humanos y el resto de mamíferos.

existen emociones básicas parte de que se expresan con:

- + características faciales
- + tienen conductas
- + respuestas similares.

Autores más conocidos

Proponen una lista de diez y de seis emociones.

IZARD

- ❖ Interés
- ❖ Alegría
- ❖ Sorpresa
- ❖ Angustia
- ❖ Ira
- ❖ Asco
- ❖ Desprecio
- ❖ Vergüenza
- ❖ Culpa
- ❖ Miedo

EKMAN

- ❖ Tristeza
- ❖ Alegría
- ❖ Ira
- ❖ Miedo
- ❖ Asco
- ❖ Rabia

Tienen elementos en común

Están argumentadas con estudios experimentales muy amplios.

2.2 SENTIMIENTOS BÁSICOS

Emociones primarias

Básicas, puras o elementales

Función adaptativa que favorece una reacción determinada ante un estímulo.

➤ Miedo { Asociada al nerviosismo, ansiedad, preocupación, inquietud, fobia y pánico.

- Anticipación de una amenaza o peligro que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad.
- Es una alarma.
- Función adaptativa: PROTECCIÓN
- Activa nuestra vigilancia, incrementa la precaución, hace que nos protejamos, etc.
- El miedo se manifiesta desde pequeños
- Biológicamente programados para: { Huir, Mantenernos inmóviles ante peligros como por evitar a depredadores

➤ Sorpresa { Aumenta la información sobre el acontecimiento

- Sobresalto, asombro, desconcierto.
- Es la más breve de las emociones.
- Función adaptativa: EXPLORACIÓN
- Puede llevar una aproximación para saber qué pasa.
- Nos hace centrar la atención ante un estímulo inesperado
- Ayuda a orientarnos para afrontar la nueva situación.

➤ Ira o rabia

{ Acelera la frecuencia cardíaca y se elevan hormonas (adrenalina) que predisponen nuestro organismo para emprender la acción.

{ Asociada con la hostilidad la furia, la indignación y, en casos extremos, con el odio patológico.

- Función adaptativa: AUTODEFENSA
- Disminuye el miedo
- Incrementa la energía para la acción
- Puede ir dirigida hacia otras personas o hacia uno mismo.

➤ Asco

{ gesto facial de disgusto se perfila para bloquear las fosas nasales en caso de percibir una sustancia desagradable.

- Solemos alejarnos del objeto que nos produce aversión.
- Nos produce rechazo hacia aquello que tenemos delante.
- Función adaptativa: RECHAZO
- Nos empuja a expulsar, rechazar o alejarnos de algo nocivo.
- Protege de enfermedades, contagios, productos venenosos.

➤ Tristeza

{ Provoca disminución de la energía e ilusión por las actividades cotidianas, paraliza nuestro metabolismo, nos limita y aísla.

- Ante situaciones de pérdida
- Función adaptativa: REINTEGRACIÓN
- Nos motiva hacia una nueva reintegración personal, reconstruyendo nuestros recursos y conservando energía.
- Reflejada en nuestras expresiones es una llamada de auxilio.
- Reducir nuestro sufrimiento.

➤ Alegría

{ Se asocia a placer, diversión, armonía sensual y, en niveles más altos, euforia y éxtasis.

- Sensación de bienestar, de seguridad.
- Función adaptativa: AFILIACIÓN
- Genera actitudes positivas.
- Optimiza respuesta cognitiva, creatividad, memoria, aprendizaje.
- Mejora lazos sociales.
- Ayuda en la superación del miedo

Bibliografía

Morales Gómez Nallely (2020). Antología; PDF. Desarrollo humano. Comitán Chiapas.