

**Nombre de la alumna: Fabiola verenice
Gómez Alvarez**

Nombre del profesor: Nayeli Morales Gómez

Materia: Desarrollo humano

**Trabajo a entregar: Sentimientos básicos
(cuadro sinóptico)**

Grado: 6°

Grupo: " B "

Comitán de Domínguez Chiapas a 9 de junio del 2020

Sentimientos básicos (emociones primarias)

Miedo

Está relacionado al nerviosismo, ansiedad, preocupación, inquietud y, en un nivel más grave, con la fobia y el pánico

Características

- Anticipación de una amenaza o peligro Es una alarma
- Función adaptativa: protección
- Activa nuestra vigilancia, aumenta la precaución, hace que nos protejamos
- El miedo se manifiesta desde pequeños
- Biológicamente programados para: Huir, Mantenernos inmóviles ante peligros como por evitar a depredadores

Sorpresa

Esta reacción aumenta la información sobre el acontecimiento, facilitando la mejor manera de elección ante la nueva situación

Características

- 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 inesperada
- Ayuda a orientarnos para afrontar la nueva situación

Asco

Gesto facial de disgusto y ocurre que bloquea las fosas nasales cuando percibir una sustancia desagradable

Características

- Disgusto, asco... solemos alejarnos del objeto que nos produce eso
- 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

Sentimientos básicos (emociones primarias)

Ira

En este sentimiento se acelera la frecuencia cardíaca y se elevan hormonas que hace nuestro organismo para llevar acabo la acción y se relaciona con la hostilidad la furia, la indignación y, en casos extremos, con el odio

Características

- Se produce cuando: Consideramos que alguien se mete en nuestros propósitos
- Función adaptativa: autodefensa
- Disminuye el miedo
- Incrementa la energía para la acción
- Puede ir dirigida hacia otras personas o hacia uno mismo.

Tristeza

Se da en caso de pérdidas, se asocia a una función adaptativa y reparadora, provoca una disminución de la energía e ilusión por las actividades cotidianas y nos limita y aísla y en casos graves puede llegar uno a la depresión

Características

- 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 a nuestros familiares y amigos
- Reducir nuestro sufrimiento

Alegría

Desaparecen las reacciones fisiológicas de importancia, excepto la sensación de tranquilidad y calma corporal y este sentimiento se asocia con el placer, la diversión, la armonía sensual y, en niveles algo más altos, con la euforia y el éxtasis

Características

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

Bibliografía

(s.f.). Obtenido de Antología Desarrollo Humano : <https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/d048706a820a5290502ae862d9d40c4c>.