

**Nombre de alumno:** Daniel Eduardo García Aguilar

**Nombre del profesor:** Lic. Nayeli Morales Gómez

**Nombre del trabajo:** Cuadro Sinóptico

**Materia:** Desarrollo Humano

**Grado:** Sexto cuatrimestre Lic. Enfermería

**Grupo:** “B”

## 2.2 Sentimientos básicos

Sentimientos básicos

Los psicólogos especialistas han discutido mucho sobre qué son las emociones básicas y qué tenemos en común los humanos y el resto de los mamíferos. La idea de que existen emociones básicas parte de que se expresan con las mismas características faciales y tienen conductas y respuestas similares.

Dos de los autores más conocidos al respecto son Izard<sup>1</sup> y Ekman, que proponen una lista de diez y de seis emociones respectivamente.

Los dos autores Izard y Ekman

Izard propone 10 emociones básicas

En los cuales incluye interés, alegría, sorpresa, angustia, ira, asco, desprecio, vergüenza, culpa y miedo.

Ekman propone 6 emociones básicas

En los cuales incluye: tristeza, alegría, ira, miedo, asco y rabia.

Emociones primarias

Paul Ekman la expone como las expresiones innatas (Retomando propuestas de Darwin, a expresión de las emociones en los animales y en el hombre, por consenso se consideran a seis: Miedo, sorpresa, ira o rabia, asco, tristeza y alegría el número puede variar dependiendo del autor consultado.

## Emociones primarias

Miedo

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.

Anticipación de una amenaza o peligro que produce ansiedad, incertidumbre, inseguridad. Es una alarma. Función adaptativa: protección. Activa nuestra vigilancia.

Asco

Es un gesto facial de disgusto se perfila para bloquear las fosas nasales en caso de percibir una sustancia desagradable y facilitarnos la necesidad de expulsarla.

Disgusto, asco solemos alejarnos del objeto que nos produce aversión. Nos produce rechazo hacia aquello que tenemos delante. Función adaptativa: rechazo

Sorpresa

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

Sobresalto, asombro, desconcierto. Es la más breve de las emociones. Función adaptativa: exploración Puede llevar una aproximación para saber qué pasa.

Rabia

Nuestro cuerpo reacciona enviando sangre hacia las manos, favoreciendo el empleo de armas o haciendo que la persona esté preparada para golpear de manera contundente.

Se produce cuando consideramos que alguien interfiere en nuestros propósitos, especialmente si consideramos que interfiere de forma voluntaria y puede generar ira la frustración un fallo de memoria o en alguna

Tristeza

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.

Reflejada en nuestras expresiones es una llamada de auxilio a nuestros familiares y amigos y reducir nuestro sufrimiento

Alegría

Se asocia con el placer, la diversión, la armonía sensual y, en niveles algo más altos, con la euforia y el éxtasis.

Sensación de bienestar, de seguridad. Función adaptativa: afiliación. Genera actitudes positivas. Optimiza la respuesta cognitiva, la creatividad, la memoria, el aprendizaje.

## **Bibliografía**

*Antología Desarrollo Humano* . (Mayo-Agosto de 2020). Obtenido de UDS:

<https://www.plataformaeducativauds.com.mx/assets/docs/files/asignatura/3b062b4577e1880ff0f07413cb3a9144.pdf>