

# DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO

## EMOCION

Toda persona llega a tener emociones en su vida, pues todos llegamos a tener momentos en los cuales llegamos a emocionarnos, esto es una emoción pasajera, esto quiere decir que solamente la llegas a tener en un momento determinado, sin extenderse por mucho tiempo, ya que estamos hablando de una emoción.

LAS 5 EMOCIONES HUMANAS	
NATURALES	NO-NATURALES
<b>LA PENA</b> Proviene de un sentimiento de tristeza luego de la pérdida de algo o de alguien. Nos permite decir adiós, despedirnos, despedirnos, cuando nos quedamos. 	<b>LA DEPRESIÓN</b> La pena continuamente reprimida se convierte en depresión, desánimo, sufrimiento, dolor, angustia, tristeza y melancolía crónica.
<b>LA CÓLERA</b> Proviene de un sentimiento de abuso para responder "no gracias", "basta" o "no me quite esto". No sirve para que ser ofendido, ni para a hacer daño a nadie. 	<b>LA VIOLENCIA</b> La cólera reprimida sin cesar o controlada, se convierte en furor, en vergüenza, en tristeza, demencia, en violencia, en odio.
<b>EL DESEO</b> Proviene de un sentimiento de hacer algo, de perseverar en el esfuerzo, de continuar actuando hasta que lo logremos. 	<b>LOS CELOS</b> El deseo continuamente reprimido o reprimido, se convierte en celos, competencia, rivalidad, vergüenza, rencor, antipatía.
<b>EL MIEDO</b> Proviene de un sentimiento de temor que permite a la gente incluir un poco de prudencia en su vida y así ayuda a mantener su cuerpo vivo. 	<b>EL TERROR</b> El miedo constantemente controlado o asustado, se convierte en pánico, nervios, ansiedad, insomnio, vértigo o histeria.
<b>EL AMOR</b> Proviene de un sentimiento de cercanía que se genera si los demás, de estar juntos, de hacer cosas amables sin esperar nada a cambio. 	<b>EL EGOÍSMO</b> El amor reprimido sin cesar o escondido se convierte en inseguridad, conductas, insensibilidad, exclusividad o egotismo inconsciente.

Esto se puede manifestar de diferentes maneras y momentos, ya que puedes tener una sorpresa y emocionarte en el instante, ya sea algo que te provoque felicidad o tristeza.

## EMOCIÓN Y SENTIMIENTO DIFERENCIAS



### EMOCIONES

Las emociones son estados físicos que surgen como respuesta a estímulos externos.

Precede el sentimiento.

Puede ser fácilmente observada por otros.

Aparecen en forma brusca y son intensos.

Son estados afectivos pasajeros.

### SENTIMIENTOS

Los sentimientos son asociaciones mentales y reacciones a las emociones.

Posterior a la emoción.

No es fácilmente observada por otros.

Se presentan con moderada intensidad y no bruscamente.

Son estados afectivos de carácter duradero.

## SENTIMIENTO

Esta sensación denominada sentimiento, es algo que como persona llegamos a sentir, esto se basara en varios aspectos, ya que puedes tener sentimientos hacia una persona, un objeto o incluso un animal, esto a diferencia de la emoción, llega a ser por un tiempo indefinido, ya que no es algo que llegas a sentir solamente al momento.

Este sentimiento lo puedes llegar a tener por mucho tiempo, es algo que te apega a algo, algo que te hace sentir una conexión con algo