



Nombre de alumno: Samantha Guillen Pohlenz

Nombre del profesor: Javier Iván Godines

Nombre del trabajo: Cuadro sinóptico

Materia: Desarrollo Humano

Grado: 6to

Grupo: B

PASIÓN POR EDUCAR

MANEJO DE SENTIMIENTO Y EMOCIÓN

2.1 DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO

2.2 SENTIMIENTOS BÁSICOS

¿Qué significa ser humano? ¿Qué nos hace distintos de los animales? ¿Es únicamente la capacidad de razonar? “El hombre es un animal racional” es una frase atribuida a Aristóteles (384-322 a. de C.). La palabra "razonamiento" está formada con raíces latinas y significa "acción y efecto de pensar y explicar". Ciertamente un animal no puede explicarnos lo que piensa, pero eso no significa que no lo haga. Ya que pensar es formar una idea, analizar algo, presentir, yo considero que los animales piensan de una forma no tan compleja como nosotros, a veces lo hacen mejor que el hombre, porque cómo una araña puede conseguir tan perfecta telaraña geométrica sin haber pensado antes cómo realizarla, los animales, insectos parecen ser máquinas programadas, pero están vivas y varias de ellas tienen la capacidad de formar estrategias para superar los obstáculos que se les interponen. Yo no sé si ellos no son capaces de saber acerca de que existen, de que están vivas, todas temen morir y es algo instintivo pero también lo es en nosotros.

Pienso que la diferencia está en la capacidad de sentir no sólo físicamente, me refiero a reflexionar, conectar nuestro cuerpo con nuestra mente. Leí un artículo donde mencionan la frase “pienso y luego existo”, donde el autor del libro HOW DO YOU FEEL? AN INTEROCEPTIVE MOMENT WITH YOUR NEUROBIOLOGICAL SELF Por A. D. (Bud) Craig. Princeton University Press; Princeton, 2015. Lo cambia a “siento y luego existo”.

Nuestro cerebro es más complejo que el de los animales, tenemos capacidad de reflexión increíbles. El pensamiento va acompañado de los sentimientos así como el de las emociones.

Las emociones son un conjunto de reacciones bioquímicas que suceden en nuestro cuerpo, como: latido del corazón más rápido junto con los pulmones, liberación de adrenalina, la hiperemia en los órganos torácicos y de la extremidades, dejando de lado al estómago e intestinos, cuando nos encontramos en una situación de peligro; todo lo anterior sucedido por una emoción junto con un sentimiento básico, “el

miedo” que quiere mantenernos vivos; Otros sentimientos son: el enfado, la tristeza, la alegría y el amor .

Además de **sentir** el cuerpo caliente, tembloroso, cargado de energía, fuerte a consecuencia de lo sucedido por la emoción, **surgen sentimientos** que van a la reflexión de lo que podemos realizar para salir de esa situación, todo en un parpadeo. Por ejemplo una persona que se está siendo atacada por un oso, suceden las reacciones bioquímicas dentro de nuestro cerebro que activan puntos en nuestro cuerpo para enfrentarnos físicamente al problema. Dentro de lo sucedido tiene recuerdos de su familia, de personas importantes o del significado de su vida y el hecho de que no ha realizado algo con ella, reflexiona acerca de luchar por seguir vivo no solo por el miedo, si no por tener una razón de vivir, o darse por vencido y dejarse matar. Eso es el sentimiento.

El tema de lo que nos hace realmente especiales y distintos es muy profundo, me falta leer mucho aun sobre temas de evolución del hombre como su biología, de su desarrollo y transformación mental en su psique, temas mas complejos de la voluntad y el accionar en contra de lo que se les impuso a cumplir, me refiero a como una abeja que nació para polinizar y trabajar hasta morir, si tuviera reflexión de quién es y voluntad, podría no polinizar y hacer algo más, viéndolo de esa forma sería un problema si todo lo vivo en la Tierra pudiera reflexionar y tener consciencia de su existencia y hacer su voluntad, puesto que el mundo perdería su equilibrio.

Esto es lo que pensé, analice y reflexione hoy. Mañana puede que cambie esta percepción, al enriquecerme más sobre este tema.

Bibliografía

Hernández, J. I. (2020). *Antología Desarrollo humano*. Comitán de Domínguez: Universidad del Sureste.

<https://www.investigacionyciencia.es/files/21043.pdf>