

# **CUADRO COMPARATIVO: SENTIMIENTOS Y EMOCIONES**

**DESARROLLO HUMANO**

**LIC. MAGNER JOEL HERRERA ORDÓÑEZ**

**PRESENTA EL ALUMNO:**

**Anel Del Rocío Gordillo Domínguez**

**GRUPO, CUATRIMESTRE y MODALIDAD:**

**6to. Cuatrimestre “A” Trabajo Social  
Semiescolarizado**

**Frontera Comalapa, Chiapas**

**21 de Mayo de 2020.**

# CUADRO COMPARATIVO SOBRE LAS DIFERENCIAS ENTRE SENTIMIENTO Y EMOCIÓN

<b>SENTIMIENTO</b>	<b>EMOCIÓN</b>
Es una asociación mental y reacción a la emoción.	Estado físico que surge como respuesta a un estímulo externo.
Posterior a la emoción.	Precede al sentimiento.
No es observable.	Es observable.
Se presenta de una manera moderada.	Aparece de forma brusca y es muy intensa.
Es un estado afectivo de carácter duradero.	Estado afectivo y pasajero.
Nos acompañan a lo largo de la vida.	Desaparecen rápidamente sino hay estímulo.
No necesitan de un estímulo para aparecer.	Necesitan de un estímulo para aparecer.
Su respuesta es Física y Mental.	Intervienen elementos: Fisiológicos, Cognitivos y Conductuales.
Requiere de conciencia.	Es innata.
Se origina en cerebro racional (neocortex).	Se producen en el sistema límbico.
Resultado de la acción.	Orientada a la acción.
Pertenece a la mente.	Pertenece al cuerpo.
Se toma uso de conciencia.	Se da de forma inconsciente.
Son el resultado de vivencias y experiencias progresivas que dejan su huella.	Estado que sobreviene de manera súbita y sin esperarlo, que altera nuestra forma de percibir la situación.
Son estados afectivos más complejos.	Es una conducta o respuesta a un estímulo.

Son nuestras interpretaciones de las propias emociones.	Fuerzas motivadoras que nos preparan para la acción.
Somos conscientes de lo que sentimos y podemos tomar decisiones a partir de ello.	Procesos biológicos espontáneos que escapan a nuestro control.
Puede llegar a causar depresión.	Facilitan el aprendizaje.
Es la suma de emoción más pensamiento.	Impresión sin razonamiento.

Para explicar cómo influyen las emociones en nuestra toma de decisiones, es importante entender la diferencia entre emoción y sentimiento. La manera en que las emociones y los sentimientos de emoción influyen en nuestra toma de decisiones se produce a través de los marcadores somáticos. Las emociones y sentimientos “marcan” las distintas opciones en nuestra toma de decisiones, ya sea como alarmas para prevenir opciones que puedan desencadenar emociones negativas o como invitaciones a aquellas que probablemente nos generarían emociones positivas.

Estos dos conceptos son muy importantes en nuestra vida cotidiana, ya que, muchas veces actuamos conforme a nuestras emociones, de manera espontánea, sin antes poder razonar y analizar las consecuencias de cada uno de nuestras acciones.