

CUESTIONARIO Y MAPA MENTAL: 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

28 de Mayo de 2020.

1. ¿Qué son las emociones?

Son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores. Son respuestas que nuestro cuerpo nos da ante situaciones que ocurren a nuestro alrededor, pudiendo ser entre los demás, de los demás hacia nosotros o de nosotros con nosotros mismos.

2. ¿Cuáles son las respuestas emocionales más conocidas?

Son el miedo, la tristeza, la alegría, el disgusto, la sorpresa, la vergüenza, la rabia.

3. ¿En qué parte del cerebro se originan las emociones?

Están en el neocórtex y en el sistema límbico.

4. ¿Qué es un sentimiento?

Es la suma de emoción más pensamiento. Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional. Es el estado afectivo del ánimo que es provocado por una emoción hacia una persona, animal, objeto o situación.

5. ¿Cuáles son las partes que constituyen al sistema límbico?

El tálamo, el hipotálamo, la amígdala y el hipocampo.

6. ¿Qué aspectos involucra el sistema límbico?

En las emociones, memoria, atención, alimentación y comportamiento sexual.

7. ¿Qué es la amígdala y con qué otras partes del cerebro está conectada?

Es la que evalúa los estímulos y da las órdenes. Para hacerlo, está conectada con el hipocampo, que es la memoria emocional y sabe qué estímulos son favorables y cuáles no. También está ligada con el hipotálamo que da las órdenes a la musculatura y al sistema hormonal del cuerpo para que actúe. Al mismo tiempo, la amígdala está conectada al neocórtex, donde, teóricamente, se toma la decisión de cuál es la respuesta que hay que dar ante un estímulo.

8. ¿Qué es el neocórtex?

Es la parte inteligente y voluntaria del cerebro, y forma parte de la corteza cerebral o córtex. Está formada por seis capas de la zona más externa del cerebro. Controla y regula la percepción, el conocimiento, la conciencia y la memoria, tanto a corto como a largo plazo.

9. Menciona los 6 aspectos que caracterizan a una emoción

1. Las emociones son estados transitorios que vienen y se van.
2. Las emociones se dan de forma inconsciente, y son muy rápidas.
3. La emoción siempre va primero al sentimiento.
4. Las emociones son reacciones psicofisiológicas que ocurren de manera automática y espontánea.
5. Con las emociones en cambio, este fenómeno no se da porque lo queramos o no van a estar ahí, ya que se dan de forma automática ante una situación o pensamiento.
6. Las emociones tienen una intensidad mayor que los sentimientos.

10. Menciona los 6 aspectos que caracterizan a un sentimiento

- Los sentimientos en cambio, tienen una duración más larga tanto en nuestro cuerpo y mente. Este último durará tanto como nuestro consciente dedique tiempo a pensar en él nuestra mente. Por ejemplo. El amor es un sentimiento, el miedo puede ser una emoción o también lo podemos convertir en un sentimiento.
- Los sentimientos se dan cuando interviene la conciencia y el darse cuenta, además se necesita un tiempo para que un sentimiento se forme.

- Sin emoción no va a haber sentimiento. Una misma emoción puede despertar diversos sentimientos a una persona. Por ejemplo, la emoción de alegría, puede despertar un sentimiento de amor, o felicidad.
- Los sentimientos, en cambio, son la interpretación que hacemos de esas emociones y se pueden regular mediante nuestros pensamientos.
- Cuando somos conscientes de nuestros sentimientos vamos a poder gestionarlos.
- Estos últimos son más descafeinados en intensidad porque ya interviene la consciencia y los pensamientos. Cuando se generan los sentimientos intervienen procesos más complejos.

ALEGRÍA



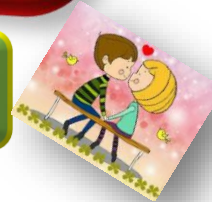
TENEMOS LA SENSACIÓN QUE TODO ESTA BIEN (SEGURIDAD)



AMOR



SENTIMIENTO DE ATRACCIÓN EMOCIONAL



ENOJO



SE PRODUCE CUANDO ALGUIEN INTERFIERE EN NUESTROS PROPÓSITOS

TRISTEZA



SE PRODUCE ANTE SITUACIONES DE PÉRDIDA



5 SENTIMIENTOS UNIVERSALES

MIEDO



PRODUCE INSEGURIDAD A NO REALIZAR ALGO

