
NOMBRE DEL ALUMNO: BERTHA ALICIA FLORES
PANTOJA

NOMBRE DEL PROFESOR: LUZ MARIA CASTILLO

MATERIA: DESARROLLO HUMANO

ACTIVIDAD: SUPER NOTA

FECHA: 15 JUNIO 2020

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

EMOCIONES

Las emociones son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores



designed by freepik

EMOCIONES MÁS COMUNES

- MIEDO
- FELICIDAD
- TRISTEZA
- ENOJO
- SORPRESA

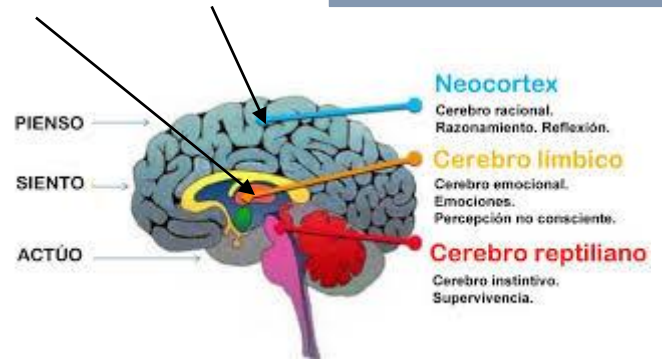
LAS EMOCIONES ESTÁN EN EL CEREBRO; ESPECÍFICAMENTE, EN EL NEOCÓRTEX Y EN EL SISTEMA LÍMBICO.

SENTIMIENTOS

Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional.

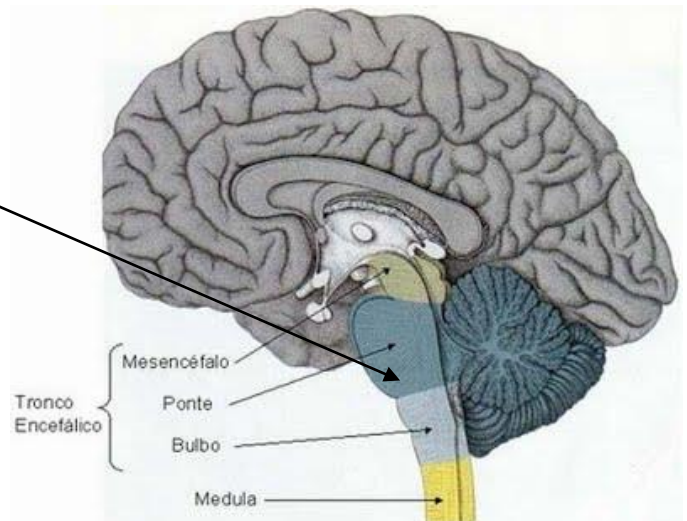


designed by freepik



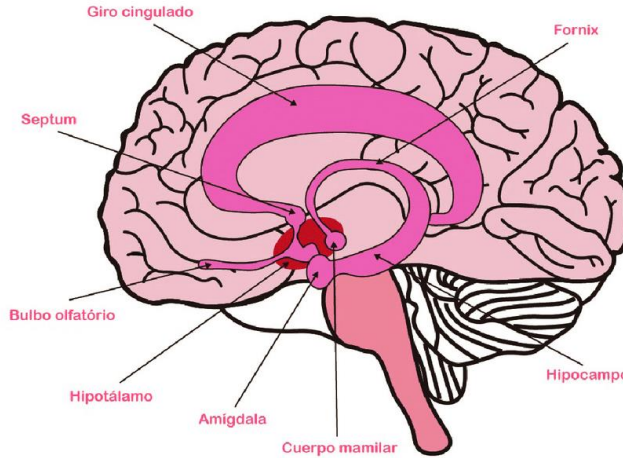
TRONCO CEREBRAL SOSTIENE LAS FUNCIONES BÁSICAS DE LA VIDA

- CONTROLA EL RITMO CARDIACO
- RESPIRACION



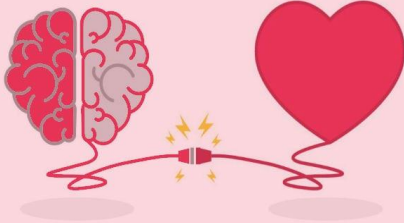
SISTEMA LIMBICO

El sistema límbico funciona en parte de manera autónoma, a pesar de que está conectado y controlado por la corteza cerebral.

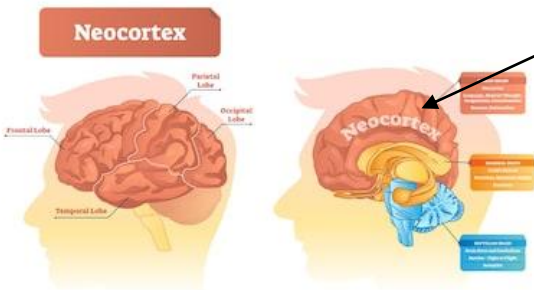


EL SISTEMA LÍMBICO ESTÁ RELACIONADO CON LAS EMOCIONES COMO:

- Emociones
- Alimentación
- Memoria
- Comportamiento sexual



NEOCORTEZ

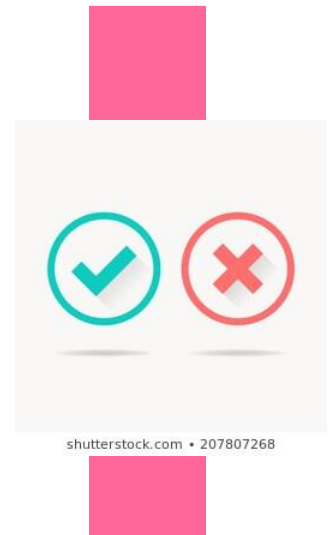


El neocórtex es la parte inteligente y voluntaria del cerebro, y forma parte de la corteza cerebral o córtex.

CONTROLA

- MEMORIA
- CONOCIMIENTO
- CONCIENCIA

CORTO Y LARGO PLAZO



shutterstock.com • 1200679210

shutterstock.com • 207807268

EL NEOCORTEX NOS DA UNA SEÑAL CUANDO ALGO ESTÁ BIEN

¿ES LO MISMO EMOCIÓN QUE SENTIMIENTO?

El sentimiento es una respuesta del cuerpo elaborada mentalmente

Respuesta de una acción

- Pensamiento
- Razón

La emoción es la respuesta rápida

La emoción sería la parte pública del sentimiento, aquello que la gente ve y por eso dice que las emociones se representan en el teatro

El sentimiento es una elaboración mental que el neocórtex realiza a partir de una emoción.



- Toma de conciencia
- Toma de identidad



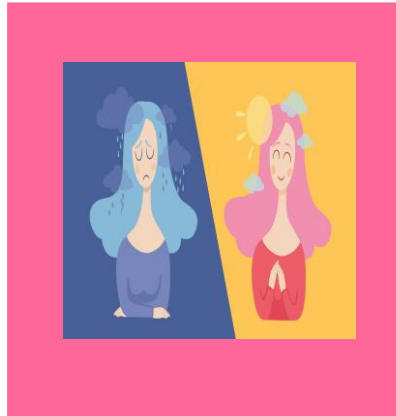
Los sentimientos van de la mano con los pensamientos



Las emociones también cumplen una función importante en la comunicación social.



- Facilita la intención social
- Control de conducta
- Comunicación



¿CUÁNTAS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS EXISTEN?

La idea de que existen emociones básicas parte de que se expresan con las mismas características faciales y tienen conductas y respuestas similares.



| Izard | Ekman |
|-----------|----------|
| Interés | Tristeza |
| Alegría | Alegría |
| Sorpresa | Asco |
| Angustia | Miedo |
| Ira | Ira |
| Asco | Rabia |
| Desprecio | |
| Vergüenza | |
| Culpa | |
| Miedo | |

UTILIDAD DE LAS EMOCIONES POSITIVAS

Experimentar emociones positivas es una actividad específica de la naturaleza humana debido a que contribuye en la calidad de vida de las personas

Bibliografía

UDS. (2020). antologia" Desarrollo humano".