



**Wendi Joana Gómez Gordillo**

**Javier Iván Godínes**

**Diferencia entre emoción y  
sentimiento  
desarrollo humano**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**6° cuatrimestre**

**Grupo: A**

Comitán de Domínguez Chiapas a 4 de junio de 2020.

# Diferencia entre emoción y sentimiento

## Definición

**Emoción:** Las emociones son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores. Estas respuestas se manifiestan de forma física (sudar, enrojecer, tener palpitaciones, llorar) y de forma conductual (ponerse a correr, llorar, abrazar a alguien).

**Sentimiento:** El sentimiento es la suma de emoción más pensamiento. Es la experiencia subjetiva de nuestra experiencia emocional, una emoción se transforma en sentimiento en la medida que uno toma consciencia de ella.

## ¿Es lo mismo emoción que sentimiento?

De manera sintética podríamos afirmar que la emoción es la respuesta rápida, inmediata, y a menudo, espontánea e inconsciente del cuerpo. Y el sentimiento es la respuesta del pensamiento, de la razón, elaborada y meditada, así pues, las emociones son previas a los sentimientos y los sentimientos son consecuencia de las emociones, además del trabajo racional de la mente.

## Tres funciones generales de sentimientos y emociones

**Función social:** Las emociones también cumplen una función importante en la comunicación social como son: facilitar la interacción social y controlar la conducta de los demás.

**Función adaptativa:** Una de las funciones más importantes de la emoción es la de preparar al organismo para ejecutar eficazmente la conducta exigida por las condiciones ambientales.

**Función motivacional:** La relación entre emoción y motivación es estrecha, ya que se trata de una experiencia presente en cualquier tipo de actividad que posee las dos principales características de la conducta motivada: dirección e intensidad.

## Diferencias entre emoción y sentimiento

- Las emociones son estados transitorios que vienen y se van.
- Las emociones se dan de forma inconsciente, y son muy rápidas.
- La emoción siempre va primero al sentimiento.
- Las emociones son reacciones psicofisiológicas que ocurren de manera automática y espontánea.

- Los sentimientos tienen una duración más larga tanto en nuestro cuerpo y mente.
- Los sentimientos se dan cuando interviene la consciencia y el darse cuenta, además necesita un tiempo para que un sentimiento se forme.
- Los sentimientos son la interpretación que hacemos de esas emociones y se pueden regular mediante nuestros pensamientos.

