

NOMBRE DEL TRABAJO

Diferencia entre emoción y sentimiento

NOMBRE DE LA MATERIA

Desarrollo humano.

Lic.

Ciencias de la educación

NOMBRE DEL PROFESOR.

Bella Raquel Vázquez Ruiz

PRESENTA EL ALUMNO:

Rigoberto Vladimir Ventura Deleón

GRUPO C, 6to: CUATRIMESTRE

Frontera Comalapa, Chiapas

2/805/2020

MANEJO DE SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

capacidad de reconocer comprender y expresar los propios sentimientos bajo un enfoque teórico sólido dentro de cualquier contexto

- Emoción** — Las emociones son respuestas complejas de nuestro organismo ante estímulos exteriores. (Sudar, enrojecer, tener palpitaciones, llorar...)
- Sentimientos.** — Sentimiento es la suma de emoción más pensamiento. Es decir, en el sentimiento interviene además de la reacción fisiológica un componente cognitivo y subjetivo.
- El sistema límbico:** — El sistema límbico funciona en parte de manera autónoma, a pesar de que está conectado y controlado por la corteza cerebral. El tálamo, el hipotálamo, la amígdala y el hipocampo.
- El Neo córtex** — 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
- ¿Cómo funcionan las respuestas emocionales?** —
 - a) El estímulo llega, a través del oído, al tálamo. Éste envía la información a la amígdala.
 - b) La amígdala investiga, a través de la memoria emocional del hipocampo, si el ruido es un peligro o no.
 - c) Cuando la amígdala tiene la respuesta (supongamos que el ruido es peligroso) da órdenes al hipotálamo para que el cuerpo actúe.
 - d) El hipotálamo activa el sistema hormonal, la respiración, el funcionamiento del corazón, la musculatura cuerpo para correr y así huir del peligro.
- En general los sentimientos y emociones tienen tres funciones** — Función adaptativa: preparar al organismo para ejecutar eficazmente la conducta exigida por las condiciones ambientales. Función social. Comunicación. 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.
- Para poder utilizarlas tendremos que aprender a:** — Percibir, comprender, regular, dirigir y manejar las emociones.