



Super nota: Sentimiento y emoción

Materia: Desarrollo humano

Sexto cuatrimestre

Lic. en psicología

María de Lourdes Espinosa Monjaras

Emociones y sentimientos son palabras que usamos indistintamente, las usamos para lo mismo, aunque no son lo mismo

La emoción es una reacción psicofisiológica que se genera en nuestro cuerpo a través de estímulos que percibimos del exterior o del interior, es instantánea, en el momento, aparece con el estímulo



Las emociones son transitorias, temporales, hay una intensidad que ligeramente va en decadencia

No hay emociones buenas o malas. Hay emociones que nos ayudan a adaptarnos a las situaciones



Los sentimientos...



Largo, complejo y problemático como se decida hacer

Un sentimiento es la interpretación que se le da a las reacciones emocionales, para que exista un sentimiento primero debe haber una emoción



Bibliografía

<https://plataformaeducativauds.com.mx/assets/biblioteca/0b42554e5a788783ecbebcd51f40c26b.pdf>. (s.f.).