



# Universidad del sureste

---

**Rosario Mendez Alfaro**

**Psicología**

**Sexto cuatrimestre**

**Desarrollo Humano**

Emociones

Una emoción es un conjunto de respuestas neuroquímicas y hormonales que nos predispone a reaccionar de cierta manera ante un estímulo extremo son reacciones que todos experimentamos



Las emociones son:

- 1.1 procesos fisiológicos primarios, instintivos e involuntarios
- 1.2 sirven para la supervivencia
- 1.3 facilitan el aprendizaje
- 1.4 no se procesan
- 1.5 pueden aparecer sin que realmente se note o se producen antes de que la muerte consiente haya tenido tiempo de registrar que ha motivado la emoción, y son temporales

¿Cuáles son las emociones primarias?

Las emociones primarias son básicas innatas y las compartimos con otros animales (Nico Frida) estas respuestas espontaneas revelan mucho sobre nuestra relación con el entorno y no dependen ni de nuestro entorno social en la que vivamos, ni de nuestra cultura o nuestra experiencias vividas



5 emociones básicas (no aprendidas):

- 1.1 el enfado/ira
- 1.2 el miedo
- 1.3 la felicidad
- 1.4 el amor
- 1.5 la tristeza

Para que nos sirven las emociones?

Las emociones nos ayudan a aprender cosas nuevas entender otras e impulsarnos a la acción son vitales para el ser humano ya que nos permite vivir adaptados y plenamente nos ayudan a absorber más información tener varias ideas en mente al mismo tiempo y comprender la relación que existe entre diferentes idas



### Sentimiento

Es la suma de emoción mas pensamiento, por lo que su base es cognitiva con un componente subjetivo, los sentimientos son la interpretación de las emociones, son más conscientes de ello es decir reflexionamos al percibir un sentimiento y tomamos decisiones al respecto



### ¿Cuál es la diferencia entre una emoción y un sentimiento?

Los sentimientos se experimentan conscientemente, mientras que las emociones se manifiestan conscientemente o inconscientemente tanto las emociones como los sentimientos tiene que ver con lo irracional, es decir con la manera subjetiva con la que experimentamos una situación

### EMOCIONES Y SENTIMIENTOS



### Tipo de sentimientos:

1.1negativos: tristeza, miedo, hostilidad, frustración, ira, desesperanza, culpa, celos

1.2 positivos: felicidad, humor, alegría, amor, gratitud esperanza

1.3 neutros: compasión sorpresa

### SENTIMIENTOS



### ¿Qué es el sentimiento en la psicología?

Se refiere tanto a un estado de ánimo como también a una emoción conceptualizada que determina el estado de ánimo. Por tanto (el estado del sujeto caracterizado por la impresión afectiva que le causa determinada persona, animal, cosa, recuerdo o situación en general)



## **Bibliografía**

<http://www.hernandezpsicologos.es/blog/diferencia-emocion-sentimiento/>

<https://es.m.wikipedia.org/wiki/sentimiento>

<https://medicoplus.com/psicologia/tipos-sentimientos>