



**MARIA DE LOS ANGELES VELASCO LÓPEZ**

**LIC. MARICELA DE LA CRUZ MORALES**

**SÚPER NOTA: EMOCIONES Y SENTIMIENTOS**

**PASIÓN POR EDUCAR**

**DESARROLLO HUMANO**

**COMITÁN DE DOMÍNGUEZ CHIAPAS 11 DE JULIO  
DEL 2021**

## ¿QUÉ ES UNA EMOCIÓN?

es un conjunto de respuestas neuroquímicas y hormonales que nos predisponen a reaccionar de cierta manera ante un estímulo externo



Las emociones están relacionadas con el aprendizaje, la atención, la memoria y las respuestas emocionales.



## LAS EMOCIONES SON TAMBIÉN:

- ♥ Son procesos fisiológicos primarios, instintivos e involuntarios
- ♥ Sirven para la supervivencia
- ♥ Facilitan el aprendizaje
- ♥ No se procesan
- ♥ Son temporales

## LAS EMOCIONES PRIMARIAS

son estados afectivos automáticos y complejos que se desatan en nuestro cuerpo y que cumplen una función beneficiosa y de adaptación del organismo



## SENTIMIENTO Y EMOCIÓN



## ¿QUÉ ES UN SENTIMIENTO?

Un sentimiento es la suma de emoción + pensamiento.



- La emoción es un proceso inconsciente e incontrolable, surge, por algo, de manera espontánea

- Los sentimientos son duraderos y pueden ser o no ser congruentes con la conducta



## ¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE UNA EMOCIÓN Y UN SENTIMIENTO?

## CINCO EMOCIONES BÁSICAS

1. El enfado/ira: Respuesta a una situación o hecho que no nos gusta o nos hiere
2. El miedo: Sensación desagradable que nos recorre todo el cuerpo y que es la respuesta ante un peligro
3. Un estado de bienestar emocional y sensación de satisfacción
4. El amor: Afecto que se siente por una persona, animal o cosa
5. La tristeza: Sentimiento de melancolía que provoca falta de ánimo y alegría.

