



Lic. En Trabajo Social y Gestión Comunitaria

Desarrollo Humano

Actividad: Super Nota “Emoción y sentimiento”

Profesora: Maricela de la Cruz Morales

Alumna: Cristian Yazmín Bule Montes de Oca

10 de Julio de 2021.

EMOCIÓN Y SENTIMIENTO

Emoción



Es un conjunto de respuestas neuroquímicas y hormonales que nos hacen reaccionar de cierta manera ante un estímulo externo.



Las emociones:

Sirven para la supervivencia.

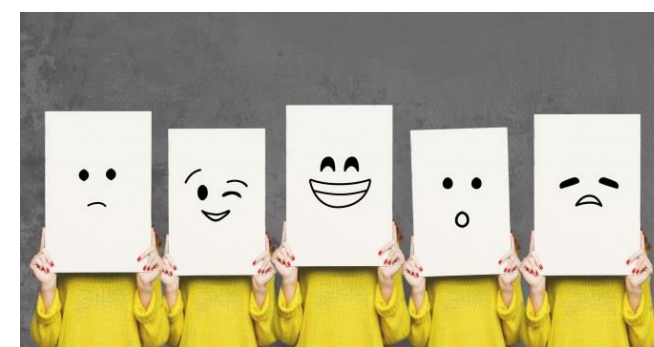
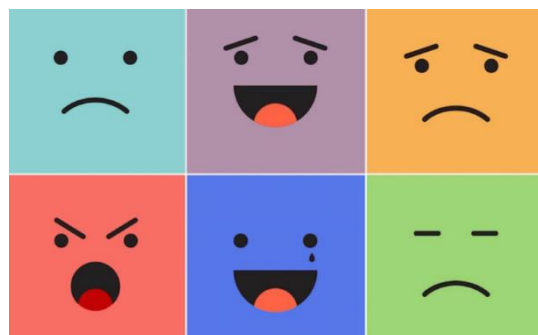
Facilitan el aprendizaje.

No se procesan.

Son temporales.

Son un evento público.

Son potentes y difíciles de reprimir.



Son cinco emociones primarias:

Enfado/ira



Miedo



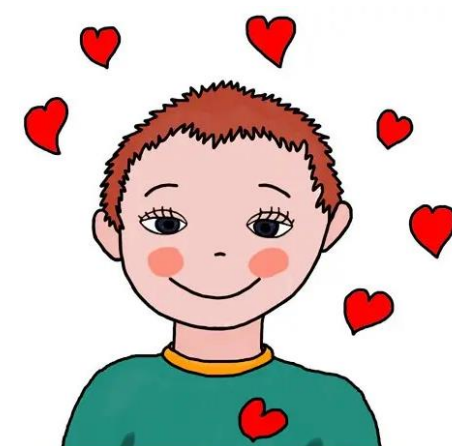
Felicidad



Tristeza



Amor



Sentimiento

Es la suma de emoción + pensamiento.

Se deben a las evaluaciones, interpretaciones y atribuciones que hacemos a nuestros sucesos internos y externos.



Son interpretación de las emociones.

Somos conscientes de ellos.

Los sentimientos:

Son duraderos

Son un evento público.

Podemos decidir sobre ellos



“No somos lo que pensamos, somos lo que sentimos”