



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

CAMPUS TAPACHULA

MEDICINA VETERINARIA Y ZOOTECNIA.

6to cuatrimestre.

NOMBRE DEL DOCENTE:

MVZ. ROBERTO SEDANO.

MATERIA:

DESARROLLO HUMANO

ACTIVIDAD:

CUADRO SINOPICO

``EMOCIONES Y SENTIMIENTOS``

NOMBRE DEL ALUMNO:

DAYANNE VAZQUEZ OLIVO.

FECHA DE ENTREGA:

DOMINGO, 12 DE JUNIO 2022.

EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

Las emociones son las reacciones neurofisiológicas desencadenadas por un estímulo interno o externo.

El sentimiento es la autopercepción de una determinada emoción, es la expresión subjetiva de las emociones.

Las emociones y sentimientos "marcan" las distintas opciones en nuestra toma de decisiones, ya sea como alarmas para prevenir opciones que puedan desencadenar emociones negativas o como invitaciones a aquellas que probablemente nos generarían emociones positivas.

EMOCIONES

SENTIMIENTOS

Definición	Respuesta biológica ante estímulos sensoriales.	Respuesta psicológica ante la emoción.
Tipo de reacción	Física.	Mental.
Origen	Estímulo externo.	Experiencia vital y percepción de la realidad.
Nivel de respuesta	Instintivo.	Subconsciente.
Duración de la reacción	Breve.	Prolongada.

EJ. EMOCIONES

▼ ALEGRÍA

Es la expresión ante los estímulos que son considerados agradables. Genera una sensación de placer que tiene una duración limitada.

▼ TRISTEZA

Es la reacción orgánica ante la pérdida. Puede generar llanto. Miedo

Es la emoción que se genera como respuesta a un estímulo amenazante. Puede incluir aumento del ritmo cardíaco, sudoración, deseos de huida, etc.

▼ IRA

Es la respuesta orgánica para poner límites e identificar estímulos o situaciones que resulten desagradables. La ira puede generar aumento de la presión sanguínea y sudoración, entre otras manifestaciones.

EJ. SENTIMIENTOS

♥ AMOR

El amor es un sentimiento que puede sentirse hacia uno mismo, hacia otra persona, hacia otros o hacia un evento particular. Al sentir amor, las personas se sienten conectadas de una forma positiva con el mundo, y aumenta su sensación de bienestar.

♥ FELICIDAD

Se refiere a la sensación de plenitud o satisfacción, por lo tanto, es un sentimiento asociado al bienestar.

Los logros personales o profesionales generalmente son motivo de felicidad.

♥ ODIO

Es un sentimiento negativo caracterizado por la percepción de desagrado hacia alguien o hacia algo. En los casos más extremos, el odio es un sentimiento que se puede expresar de forma colectiva.

Las agresiones físicas, el acoso o la violencia pueden ser algunas expresiones de odio.

♥ PÉRDIDA

El sentimiento de pérdida o duelo implica el dolor emocional por la separación física o simbólica de alguien o algo.

La muerte de un ser querido puede generar un sentimiento de pérdida.

el sentimiento de culpa está asociado de forma irremediable a una emoción y un sentimiento (pensamiento asociado) de naturaleza negativa. Usamos la culpa para valorar que algo hemos hecho mal, y esta connotación es no sólo religiosa, sino también moral desde el punto de vista de los valores y principios de la sociedad. De forma que es muy difícil sentirse «culpable» cuando atribuyes dicho sentimiento a una valoración positiva.

- ♥ la culpa como un afecto doloroso que surge de la creencia o sensación de haber traspasado las normas éticas personales o sociales, especialmente si se ha perjudicado a alguien.

Ejemplos del por que podemos sentir culpa

- ❖ Sensación de ser mala persona, responsable de todo.
- ❖ Sentimientos de incapacidad, de inseguridad.
- ❖ Dificultad de pensar en uno mismo, de quererse, por miedo a ser egoísta.
- ❖ Tendencia a culpabilizarse por cualquier reproche recibido.