



**Nombre del alumno:** Vanessa Carlina Gomez Pinto.

**Materia:** Motivación y Emoción

**Nombre del maestro:** Jacqueline Albarrán Santos

**Psicología**

**5° cuatrimestre**

La emociones existen como soluciones a tales retos, tensiones y problemas.

Al coordinar y dirigir los sentimientos la activación, el propósito y la expresión de las emociones nos ayudan a establecer nuestra posición en relación con el ambiente.

El cual nos equipa con respuestas específicas, eficientes que están diseñadas especialmente para los problemas de la supervivencia física y moral.

¿POR QUÉ TENEMOS EMOCIONES?

Las emociones cumplieron ucon funciones evolutivas importante hace miles de años, ya no lo hacen en el mundo moderno.

Todos los investigadores concuerdan en que las emociones afectan nuestro modo de pensar, sentir y comportarnos.

El núcleo biologico del sistema de la emoción es algo que compartimos los humanos con otros animales y está es la parte del sistema que evolucionó para resolver las tareas fundamentales para la vida.

Tres de ellos parecen especialmente informativos: diferentes antecedentes, diferente especificidad de acción y diferente curso temporal. .

Las emociones se derivan de situaciones vitales significativas y de las estimaciones de su importancia para nuestro bienestar.

Por el otro lado, los estados de ánimo surgen de procesos indefinidos y que a menudo se desconocen.

¿CUÁL ES LA DIFERENCIA ENTRE EMOCIÓN Y ESTADO DE ANIMO?

Segundo, en cuanto a la diferente especificidad de acción, las emociones influyen mayormente en el comportamiento y dirigen cursos específicos de acción.

Tercero, con relación al curso temporal diferente, las emociones emanan de eventos breves con duración de unos cuantos segundos o quizá minutos, en tanto que los estados de ánimo emanan de sucesos mentales que duran horas o quizá días

Estado de ánimo cotidiano La mayoría de la gente tiene cerca de 1 000 minutos de vigilia durante el día, pero sólo unos cuantos incluyen en realidad una emoción prototípica como enojo, temor o alegría.