



Nombre de la alumna: MEYLIN DEL ROCIO
VELAZQUEZ RODRIGUEZ.

Docente: ANA LAURA CULEBRO TORRES.

Actividad: MAPA CONCEPTUAL.

Materia: DESARROLLO HUMANO.

Cuatrimestre: 6TO

Grupo: A.

Emoción y Sentimiento

¿Qué es una emoción?

Las emociones pueden ser intensas y breves, o durar más tiempo, y pueden variar en su intensidad.

Las emociones son reacciones automáticas y naturales que surgen en el cerebro como parte de nuestro sistema de procesamiento emocional.

Tristeza: Es una emoción negativa que surge en respuesta a la pérdida, la decepción o la aflicción. Se caracteriza por sentimientos de pesar, melancolía y desánimo.

Alegria: Es una emoción positiva que experimentamos en situaciones de felicidad, entusiasmo y placer.

Ira: Es una emoción intensa de enfado o irritación. Surge en respuesta a una frustración, injusticia o provocación.

Miedo: Es una emoción que surge como respuesta a una amenaza o peligro percibido. Puede provocar sentimientos de ansiedad, nerviosismo

Existen diferentes teorías y enfoques sobre los sentimientos básicos.

Sentimientos Básicos

Los sentimientos son la forma en que interpretamos y damos sentido a nuestras emociones.

Un sentimiento es una experiencia subjetiva y consciente que surge en respuesta a una emoción.

¿Qué es un sentimiento?

Diferencia Entre emoción y Sentimiento

La principal diferencia entre emoción y sentimiento radica en su naturaleza y duración.

Emoción

Naturaleza y origen: Las emociones son respuestas automáticas y rápidas a estímulos específicos.

Son reacciones psicofisiológicas que ocurren de manera instantánea y están asociadas a cambios físicos y fisiológicos en el cuerpo

Por ejemplo, experimentar miedo ante una situación de peligro o alegría al recibir una buena noticia

Sentimiento

Los sentimientos son más subjetivos y pueden variar ampliamente de una persona a otra.

Los sentimientos son influenciados por factores individuales, como la historia personal, los valores y las creencias.

Por ejemplo, la tristeza prolongada después de una pérdida o el amor persistente hacia alguien.

La diferencia clave entre emoción y sentimiento radica en su naturaleza y duración. Las emociones son respuestas automáticas y rápidas a estímulos específicos, mientras que los sentimientos son estados emocionales más duraderos y complejos que se construyen a partir de las emociones.

Sentimientos que obstaculizan el desarrollo humano

Existen algunos sentimientos que, en ciertas circunstancias, pueden obstaculizar el desarrollo humano y el bienestar emocional.

Estos sentimientos pueden tener un impacto negativo en diferentes aspectos de la vida de una persona.

Miedo paralizante: El miedo excesivo e irracional puede limitar las oportunidades de crecimiento y desarrollo.

Bibliografía

Bitbrain. (2022, 9 diciembre). ¿Qué son las emociones y sentimientos? | Bitbrain.
<https://www.bitbrain.com/es/blog/emociones-sentimientos-toma-de-decisiones>

Cardona, L. (s. f.). Las 7 emociones básicas para usar en tus comunicaciones.
<https://www.cyberclick.es/numerical-blog/las-emociones-basicas-para-usar-en-tus-comunicaciones#:~:text=Las%20siete%20emociones%20b%C3%A1sicas%20universales,influyen%20factores%20sociales%20y%20culturales.>