



Mi Universidad

Cuadro comparativo

Estrella marina villatoro Hernández

Emociones y sentimientos

Segundo modulo

Desarrollo humano

Lic. Rocio Vázquez López

Lic. En psicología

Sexto cuatrimestre

Pichucalco, Chiapas a 01 de agosto 2023

sentimientos	Emocion positiva	Emocion negativa
 <p>Alegria</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Felicidad ❖ Buen humor ❖ Bienestar emocional ❖ Orgulloso de uno mismo ❖ Gratitude ❖ Triunfo ❖ Diversion 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Impaciencia ❖ Nostalgia ❖ Confusion ❖ Malas acciones
<p>Miedo</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Precavidos ❖ Valentia ❖ Enfrentamiento ❖ Proteccion al peligro ❖ Buena defensa ❖ Superacion 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Angustia ❖ Trizteza ❖ Incomodidad ❖ Temor ❖ Inseguridad ❖ Culpa ❖ Cobardia
<p>Enojo</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Calma ❖ Reflexion ❖ Razonamiento ❖ Tranquilidad 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Agresividad ❖ Estrés ❖ Venganza ❖ Odio ❖ Frustracion
<p>Trizteza</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Liberar la trizteza ❖ Tranquilidad ❖ Soltar carga emocional ❖ Autocompasion ❖ Empatia 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Llanto ❖ Temor ❖ Ansiedad ❖ Aburrimiento ❖ Dolor
<p>Amor</p>	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Sensacion agradable ❖ Felicidad ❖ Inspiracion ❖ Satisfaccion ❖ Interes ❖ Amor propio ❖ Aprecio 	<ul style="list-style-type: none"> ❖ Obsecion ❖ Celos ❖ Envidia ❖ Confusion ❖ Dolor ❖ Decepcion

SENTIMIENTOS Y EMOCIONES

<http://www.las-emociones.com>

Las Emociones más Comunes



Alegría



Miedo



Vergüenza



Culpa



Tristeza



Cólera - Ira - Rabia



DIFERENCIAS ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO

@psicoeducacion

LAS EMOCIONES SON:

- 1 Son estados físicos que surgen de un estímulo externo.
- 2 Precede al sentimiento.
- 3 Puede ser observada fácilmente por otros.
- 4 Aparecen de forma brusca y son intensos.
- 5 Son estados afectivos pasajeros.
- 6 Son estados afectivos pasajeros.

Las emociones básicas son:



LOS SENTIMIENTOS SON:

- 1 Permiten a las personas ser conscientes de su estado anímico.
- 2 Son posteriores a la emoción.
- 3 No son fáciles de observar por otras personas.
- 4 Se presentan con intensidad moderada
- 5 Están vinculados a la dinámica cerebral: Determinan las reacciones de una persona.

Algunos sentimientos son:



Emoción + toma de conciencia = Sentimiento

Emoción:

Reacción afectiva a un estímulo mas o menos espontanea de duración corta y gran intensidad.

Sentimiento:

Resultado de la toma de conciencia de cómo nos sentimos, de las sensaciones que estamos experimentado.

Diferencias.

Es innata	Requiere de conciencia
Espontánea e intensa	Surge lenta y progresivamente
Se producen en el sistema límbico	Se origina en cerebro racional (neocortex)
Observable externamente	Pueden no observarse
Corta duración	Suele ser de larga duración
Orientada a la acción	Resultado de la acción
Pertenece al cuerpo	Pertenece a la mente

BIBLIOGRAFIA

<https://www.manuelescudero.com/emociones-y-sentimientos-cual-es-la-diferencia/>

<https://3.bp.blogspot.com/-py4a5RVXI90/VwIw0jb3jI/AAAAAAAAAKSM/GMUqQsdhI5MeHR6e2ityf5sAiBxD0zntA/sI600/emoci%25C3%25B3n-y-sentimiento.-Diferencias.jpg>

<https://i.pinimg.com/1200x/81/1b/00/811b002019f587b29c71e443fa4f5db3.jpg>