

DESARROLLO HUMANO.

WDS
Mi Universidad

***LUIS GERARDO BALLINAS
GORDILLO.***

6° CUATRIMESTRE.

***LICENCIATURA EN
ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS Y
ESTRATEGIA DE NEGOCIOS
INTERNACIONALES.***

***PAOLA GUADALUPE DOMINGUEZ.
26 DE JULIO DEL 2025.***

EMOCIÓN VS SENTIMIENTO

EMOCIÓN

¿Qué es?

- Reacción **automática** y **biológica** ante un estímulo.
- No requiere pensamiento previo.
- Nos prepara para actuar ante una situación

Características:

- **Breve e intensa**
- **Universal** en todos los seres humanos
- **Fisiológica**: altera pulso, respiración, musculatura
- **Involuntaria**: sucede sin que la decidamos

Tipos comunes:

- Miedo, alegría, enojo, sorpresa, tristeza, asco

Ejemplos:

- Miedo al escuchar un estruendo
- Alegría al recibir buenas noticias
- Sorpresa al ver a alguien inesperado

Función adaptativa:

- Protege, motiva o prepara al cuerpo para la acción

SENTIMIENTO

¿Qué es?

- Resultado de interpretar una emoción con pensamientos y valores personales.
- Es **subjetivo**, más complejo y duradero.

Características:

- **Duradero** (puede persistir en el tiempo)
- Requiere **procesamiento mental**
- Involucra **memoria, creencias y experiencias**
- Aporta significado emocional a eventos

Ejemplos:

- Amor por alguien que nos acompaña siempre
- Nostalgia al recordar la infancia
- Gratitud tras recibir ayuda sincera

Influencia en la vida:

- Guía decisiones importantes
- Afecta relaciones interpersonales
- Define prioridades y sentido de vida

CONEXIÓN ENTRE EMOCIÓN Y SENTIMIENTO

- La **emoción** ocurre primero: rápida, automática.
- El **sentimiento** surge después: reflexivo y personal.
- Un mismo tipo de emoción puede transformarse en diversos sentimientos, según la persona y el contexto.

Ejemplo:

- Miedo (emoción)

precaución o inseguridad (sentimientos)

 Referencias Bibliográficas (formato APA)

Salas Muriel, R. (2024, febrero 18). ¿Cuál es la diferencia entre emoción y sentimiento? Consulta Dr. Rafael Salas Muriel.

<https://www.rafaelsalapsicologo.com/diferencia-sentimientos-emociones/>

Torres, A. (2017, enero 26). Diferencias entre las emociones y los sentimientos.

Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/psicologia/diferencias-emociones-sentimientos>

Glover, M. (2021, julio 6). Diferencia entre emoción y sentimiento en psicología.

Psicología Online. <https://www.psicologia-online.com/diferencia-entre-emocion-y-sentimiento-en-psicologia-3942.html>