

**NOMBRE DE LA MATERIA
DESARROLLO HUMANO**

**NOMBRE DE LA ACTIVIDAD
MAPA MENTAL DE LA DIFERENCIA ENTRE
EMOCION Y SENTIMIENTOS**

**NOMBRE DEL ALUMNO
DARWIN DE JESUS MARTINEZ PEREZ**

**LICENCIATURA
CONTADURIA PÚBLICA Y FINANZAS**

**CUATRIMESTRE
6° TO**

**NOMBRE DEL DOCENTE
PAOLA GUADALUPE DOMINGUEZ RUIZ**

**FECHA
25- JUL-2025**

EMOCION

Son respuestas automáticas y rápidas a estímulos

Características:

- Transitoria y breve
- Instintiva y automática
- Más intensa que el sentimiento
- Se origina en el cerebro subcortical (amígdala, corteza prefrontal)
- Reacción física medible (pulso, microexpresiones, lenguaje corporal)
- No es buena ni mala: es adaptativa y evolutiva
- Energía en movimiento (se estanca si se reprime)

Ejemplos de emociones básicas:

- Rabia
- Miedo
- Alegría
- Tristeza
- Vergüenza
- Culpa

SENTIMIENTO

Son interpretaciones conscientes y subjetivas de esas emociones, que pueden durar más tiempo.

Características:

- Dura más que la emoción
- Requiere conciencia y pensamiento
- Subjetivo y cognitivo
- No se puede medir objetivamente
- Es una interpretación o juicio sobre la emoción
- Puede prolongarse con el pensamiento
- Siempre va después de la emoción

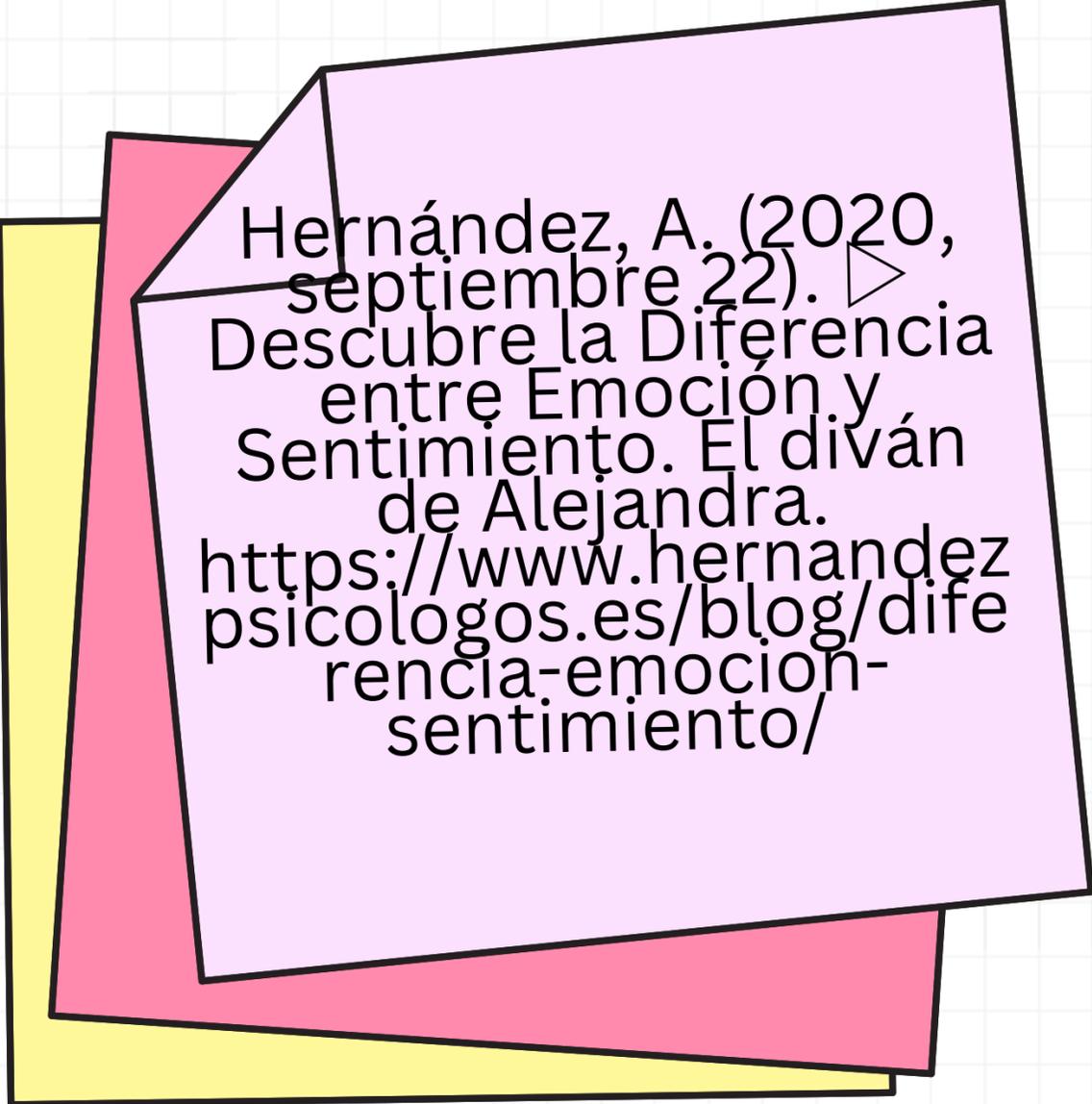
Tipos:

- Positivos: amor, gratitud, felicidad
- Negativos: celos, culpa, frustración
- Neutros: compasión, sorpresa

DIFERENCIAS RELEVANTES

	EMOCION	SENTIMIENTOS
Duración	Corta	Larga
Intensidad	Alta	Menor
Conciencia	Inconsciente o consciente	Siempre consciente
Origen	Cerebro instintivo (amígdala)	Resultado de evaluación mental
Medible	Sí (fisiológicamente)	No
Aparición	Inmediata	Requiere tiempo

BIBLIOGRAFIA



Hernández, A. (2020, septiembre 22). ▶ Descubre la Diferencia entre Emoción y Sentimiento. El diván de Alejandra.
<https://www.hernandezpsicologos.es/blog/diferencia-emocion-sentimiento/>