



EMOCIONES Y SENTIMIENTOS

1. ¿Qué es una emoción?

Reacción automática del cuerpo ante un estímulo. Es intensa, breve e involuntaria.

Características:

- Se originan en la amígdala.
- Generan cambios físicos (latidos, sudoración, expresión facial).
- Son universales y necesarias para la supervivencia.



2. ¿Qué es un sentimiento?

Es la interpretación consciente de una o más emociones. Son más duraderos, complejos y racionales.

Características:

- Se procesan en la corteza cerebral.
- Influyen en decisiones y relaciones personales.
- Se construyen a partir de experiencias previas.



DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y SENTIMIENTO

EMOCIÓN	SENTIMIENTO
BREVE	PROLONGADA
ALTA	MEDIA
INCONSCIENTE	CONSCIENTE



4. Ejemplos de emociones y sentimientos

- Emociones
 - Alegría 😄
 - Enojo 😡
 - Tristeza 😞
 - Sorpresa 😲
 - Miedo 😨
- Sentimientos
 - Amor ❤️
 - Nostalgia 🥰
 - Culpa 😞
 - Gratitud 🙏
 - Rencor 😡



¿Por qué es importante reconocerlos en la carrera de Derecho?

- Toma de decisiones: Ayuda a mantener la objetividad en juicios, audiencias y negociaciones.
- Empatía profesional: Comprender al cliente y sus emociones mejora la defensa legal.
- Control emocional: Evita reacciones impulsivas durante litigios o debates.
- Comunicación efectiva: Saber cómo se sienten los demás mejora la argumentación y la persuasión.
- Ética jurídica: Reconocer sentimientos como culpa o remordimiento guía el comportamiento profesional.

