CONSIDERAÇÕES SOBRE AFETOS, EMOÇÕES E SENTIMENTOS

Autor(res)

Angelita Devequi Rodrigues Traldi
Edson P S Carvalho

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA DE SÃO PAULO

Resumo

Afetos, emoções e sentimentos são fundamentais na vida humana. O ser humano tem a capacidade de reconhecer sentimentos, emoções e afetos e tomar decisões conscientes se aprender a como se regular, acolher e direcionar eles. Esses três direcionam nossas experiências, decisões e interações sociais. Como irão direcionar, depende muito de como nossa maturidade e inteligência emocional foram desenvolvidas.

É importante definirmos o que são afetos, emoções e sentimentos e deste modo podemos desenvolver uma reflexão sobre cada um desses conceitos. Favorecendo o autoconhecimento e empatia, melhorando as relações sociais do dia a dia e usando nosso comportamento que advém desses conceitos de modo positivo para nós e para nosso entorno.

O Afeto é uma experiência emocional mais ampla que uma pessoa sente. Os afetos podem incluir tanto emoções positivas (alegria, felicidade) quanto emoções negativas (tristeza, raiva), nos conecta a tempos, situações, pessoas, lugares, objetos, animais e ideias. É uma disposição sentida por alguém para alguma coisa, por meio dele demonstramos sentimentos e emoções.

5ª SEMANA DE CONHECIMENTO