Afetos, Emoções e Sentimentos

Autor(res)

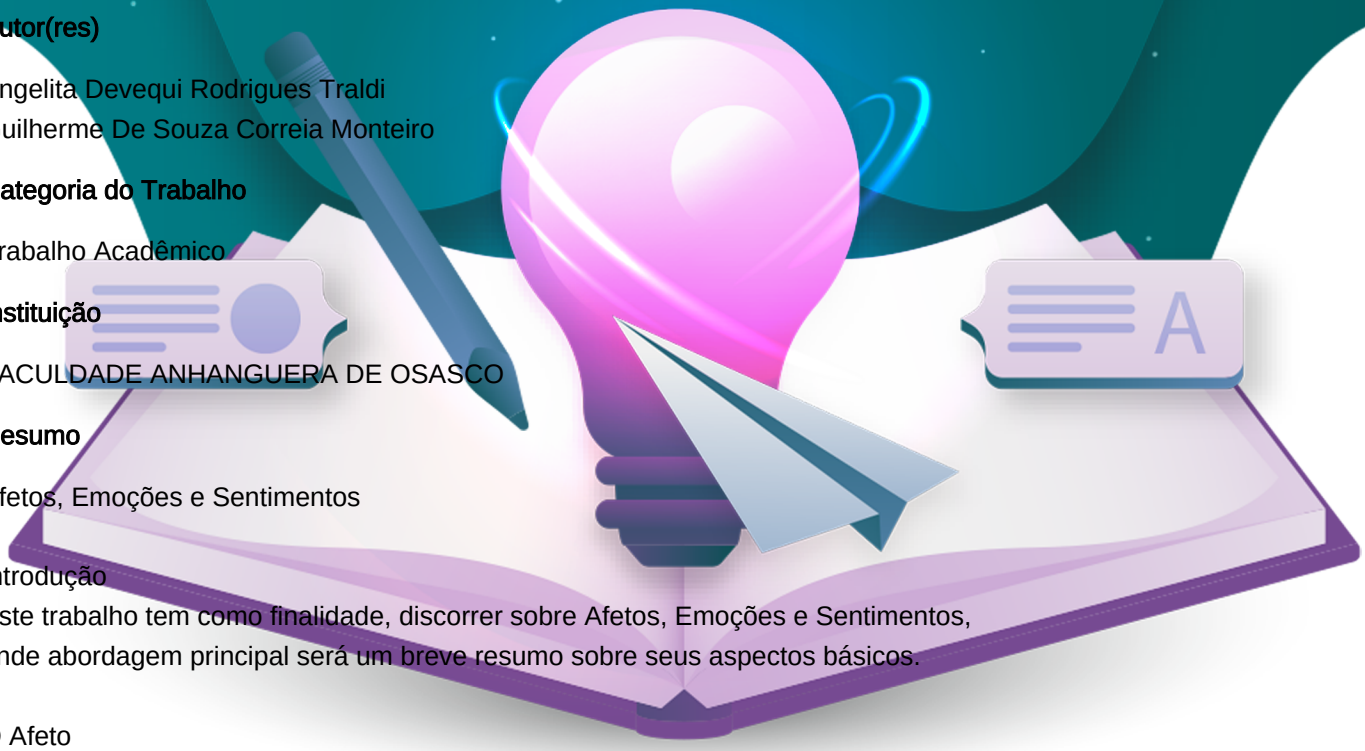
Angelita Devequi Rodrigues Traldi
Guilherme De Souza Correia Monteiro

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

FACULDADE ANHANGUERA DE OSASCO



Resumo

Afetos, Emoções e Sentimentos

Introdução
Este trabalho tem como finalidade, discorrer sobre Afetos, Emoções e Sentimentos, onde abordagem principal será um breve resumo sobre seus aspectos básicos.

O Afeto
Afeto refere-se à maneira como nos relacionamos com os outros e como expressamos nossos sentimentos em relação a eles, seja positiva ou negativamente. Podemos incluir sentimentos de amor, carinho, amizade, raiva, tristeza, entre outros. Os afetos são influenciados por diversas variáveis, como nossas experiências de vida, relacionamentos, cultura e até mesmo fatores biológicos.
Afetividade por sua vez, significa a possibilidade de o indivíduo controlar suas emoções, ou seja, ter capacidade de gerenciar suas emoções, percebendo a existência e administrando para que se consiga ter o domínio sobre ela e ter a capacidade de retornar ao estado normal.

As Emoções
Emoções por sua vez, são respostas afetivas intensas e passageiras, geralmente desencadeadas por eventos específicos. Elas envolvem reações físicas, como aceleração do batimento cardíaco, transpiração, mudanças na expressão facial e outras manifestações corporais, as quais não temos o controle. Exemplos de emoções incluem alegria, medo, raiva, tristeza, surpresa e nojo. As emoções podem ser consideradas como respostas automáticas do nosso organismo a estímulos do ambiente.
Cosenza e Guerra (2011) (apontam que todos os seres humanos possuem cinco emoções básicas: (alegria, tristeza, medo, raiva e nojo).

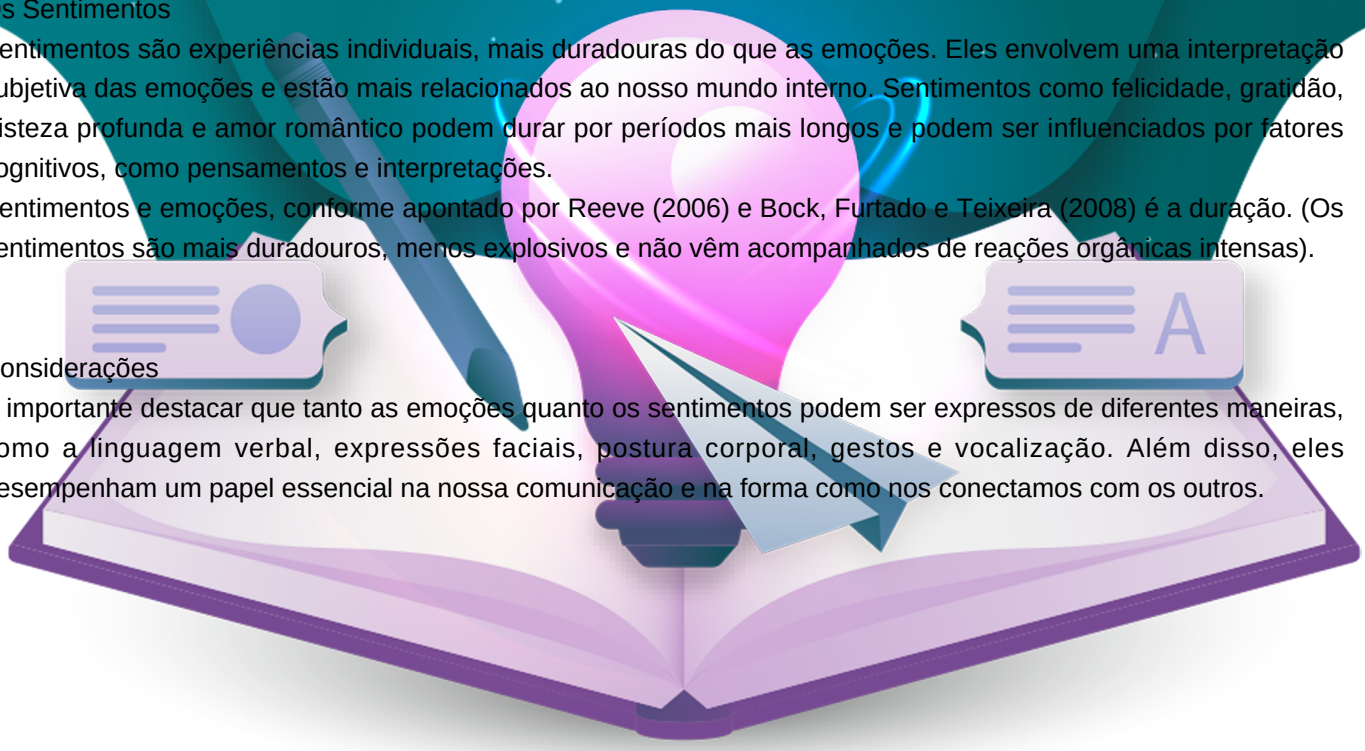
5ª SEMANA DE CONHECIMENTO

Anhanguera

Os Sentimentos

Sentimentos são experiências individuais, mais duradouras do que as emoções. Eles envolvem uma interpretação subjetiva das emoções e estão mais relacionados ao nosso mundo interno. Sentimentos como felicidade, gratidão, tristeza profunda e amor romântico podem durar por períodos mais longos e podem ser influenciados por fatores cognitivos, como pensamentos e interpretações.

Sentimentos e emoções, conforme apontado por Reeve (2006) e Bock, Furtado e Teixeira (2008) é a duração. (Os sentimentos são mais duradouros, menos explosivos e não vêm acompanhados de reações orgânicas intensas).



Considerações

É importante destacar que tanto as emoções quanto os sentimentos podem ser expressos de diferentes maneiras, como a linguagem verbal, expressões faciais, postura corporal, gestos e vocalização. Além disso, eles desempenham um papel essencial na nossa comunicação e na forma como nos conectamos com os outros.

5ª SEMANA DE CONHECIMENTO