

Afetos e emoções

Autor(res)

Luciana Maria Dias Mota
Maria José Dos Santos Nascimento

Categoria do Trabalho

Trabalho Acadêmico

Instituição

CENTRO UNIVERSITÁRIO ANHANGUERA

Introdução

Os processos psicológicos básicos constituem do funcionamento mental humano, sendo responsáveis pelas operações mentais mais elementares que possibilitam a percepção, interpretação e resposta ao ambiente. São considerados básicos por serem universais, automáticos e essenciais para a adequação do indivíduo ao meio. Entre eles, destacam-se a percepção, atenção, memória, aprendizagem, pensamento, linguagem, motivação e emoção.
Esses processos interagem constantemente, compondo a base para experiências mais complexas, como a tomada de decisão, o comportamento social e o desenvolvimento da personalidade. Dentro desse conjunto, os afetos e emoções têm papel central, pois modulam e influenciam os demais processos cognitivos e comportamentais, afetando desde a forma como percebemos um estímulo até como respondemos a ele.

Objetivo

É essencial aprofundar-se para entender o comportamento humano em suas diversas dimensões. As emoções e os afetos interferem de forma direta como interpretamos a realidade, fazemos escolhas, nos conectamos com outras pessoas e dominamos nossos pensamentos e ações. Conhecer esses procedimentos possibilita reconhecer como reagimos a estímulos internos e externos, favorecendo o autoconhecimento.

Material e Métodos

O desenvolvimento metodológico foi por meio de pesquisa bibliográfica, com uma perspectiva qualitativa, consulta à internet de um modo geral para ampliar o entendimento e a objetividade nos processos psicológicos básicos do afeto e das emoções a partir de uma forma teórica. Com foco na compreensão das definições, classificações, funções e implicações dos afetos e emoções no comportamento humano.A bibliografia conclui que o estudo dos afetos e das emoções é vital para a compreensão global do comportamento humano.
compreender como os afetos e emoções se manifestam, são definidos e influenciam os métodos cognitivos e sociais é crucial tanto para a prática psicológica quanto para outras áreas, como educação e saúde. O reconhecimento desses fatores abre as possibilidades de intervenção promovendo uma abordagem mais humana e sensível às necessidades emocionais dos indivíduos.Isso reforça a ideia de que afetos e emoções não podem ser vistos como elementos isolados.

Resultados e Discussão



Os afetos e emoções afetam diretamente a forma como o indivíduo convivem com o meio e consigo mesmo, sendo para a construção da identidade, determinante o desenvolvimento emocional e a saúde mental. Essa influência ressalta a necessidade de abordagens que considerem tais aspectos em contextos como a educação, a clínica psicológica e o ambiente organizacional.Essas condições emocionais estão presentes em todas as experiências subjetivas e desempenham um papel decisivo sobre funções cognitivas, como a atenção, a memória e a tomada de decisões, bem como sobre a motivação e os vínculos interpessoais.

Conclusão

Afetos e emoções influenciam elevadamente a forma como pensamos, agimos, nos relacionamos e confrontamos os desafios da vida cotidiana. Entendê-los é primordial para promover o conhecimento de si mesmo, a regulação emocional e o bem-estar mental.

Esse conhecimento tem aplicação prática em diversas áreas, como a psicologia clínica, a educação e o contexto organizacional, contribuindo para o desenvolvimento de habilidades socioemocionais, a prevenção de transtornos e a melhoria da qualidade de vida. Desta forma, aprofundar-se nessas questões é fundamental para qualquer abordagem que busque compreender e cuidar da saúde psicológica de forma plena.

Referências

BAARS, Bernard J.; GAGE, Nicole M. Cognição, cérebro e consciência: uma introdução à neurociência cognitiva. Porto Alegre: Artmed, 2010.

BOCK, Ana M. B.; FURTADO, Odair; TEIXEIRA, Maria de Lourdes T. Psicologias: uma introdução ao estudo de psicologia. São Paulo: Saraiva, 2017.

DAMÁSIO, António R. O erro de Descartes: emoção, razão e o cérebro humano. São Paulo: Companhia das Letras, 1996.

DAVIDSON, Richard J.; BEGLEY, Sharon. A vida emocional do cérebro. São Paulo: Objetiva, 2013.

EKMAN, Paul. A linguagem das emoções: revolucionando a forma como entendemos os sentimentos. Rio de Janeiro: Lua de Papel, 2009.

GOLEMAN, Daniel. Inteligência emocional. Rio de Janeiro: Objetiva, 1995.