



PSYCHOLOGY

Chapter 13

5th
SECONDARY

AFECTIVIDAD



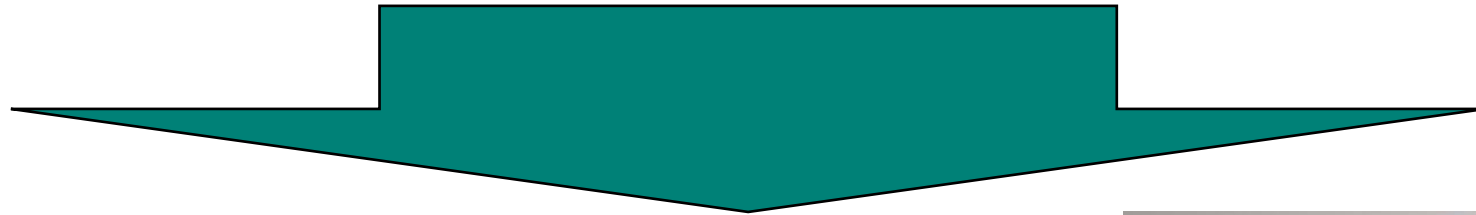
 **SACO OLIVEROS**





I. Definición de afectividad

La **afectividad** está constituida por las emociones, sentimientos, estados de ánimo y pasiones que podemos experimentar en las diferentes situaciones que vivimos. Los **estados afectivos** se caracterizan por ser disposiciones psicofisiológicas constituidas por dimensiones o valencias de naturaleza bipolar: agrado-desagrado y excitación-relajación.



La vida afectiva humana implica la unión entre cognición y emoción. Por ejemplo, cuando estudiamos un tema académico nuestra comprensión del contenido activa nuestra afectividad, manifestando el agrado o desagrado que nos produce el tema.



II. Manifestaciones afectivas

1. Emociones



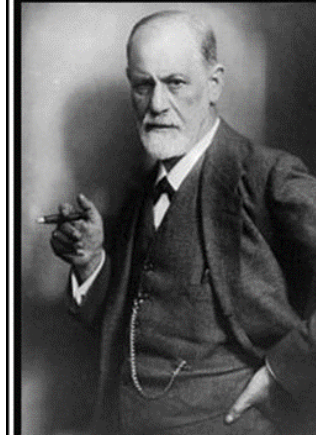
La **emoción** es un sistema de respuesta ante un estímulo externo, la cual expresa un estado de excitación y activación **psicofisiológica**, acompañada de respuestas **subjetivas** y **conductuales** que impulsa al individuo a la acción, para cumplir una **finalidad adaptativa**. Es un estado afectivo abrupto de corta duración influenciado por la experiencia.



II. Manifestaciones afectivas

2. Sentimientos

Es un afecto más duradero que la emoción, que surge de ella, pero que perdura. Los sentimientos implican una disposición **afectiva de evaluación cognitiva** hacia personas, objetos y sucesos. Son estables y de escasa manifestación corporal.



Los sentimientos de amor y temor de Dios no tienen su origen en Dios, sino en los seres humanos. Son sentimientos de frustración dirigidos por el hombre a un ser imaginario que pretende que sea su padre.

(Sigmund Freud)

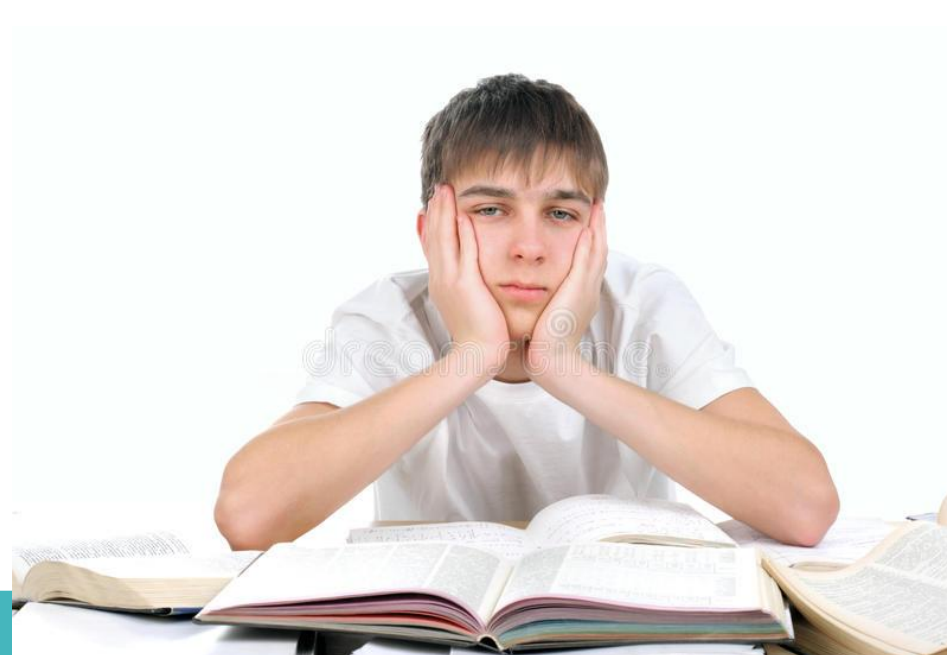
akifrases.com



II. Manifestaciones afectivas

3. Estados de ánimo

Es una manifestación afectiva que se caracteriza por una **sensación emocional difusa**, de débil intensidad, duradera (horas, días) e independiente de factores externos. Se origina en las sensaciones internas de **bienestar-malestar** de la persona.



II. Manifestaciones afectivas

4. Pasiones

Son tan intensas como las emociones (interpretando subjetivamente las diferentes situaciones que se experimentan), pero de una mayor temporalidad; incluso, pueden durar más que los sentimientos.





III. El proceso emocional

La emoción como proceso está integrado por tres componentes:

1. Componentes subjetivos

Es lo que el sujeto experimenta o siente cuando atraviesa un estado emocional. Forman parte de este componente, los sentimientos, la experiencia subjetiva de agrado, desagrado, enojo, felicidad, tristeza, etc. directamente influenciados por los pensamientos.

2. Componentes conductuales

Implica las expresiones faciales, gestos y acciones dirigidas a una meta (motivación), por lo que se experimenta en el momento o por un recuerdo emocional.

3. Componentes fisiológicos

Las emociones están acompañadas de reacciones fisiológico-endocrinas involuntarias como las alteraciones en la circulación, los cambios respiratorios, entre otros, producto de la acción de secreciones glandulares y de los neurotransmisores.



IV. Neurobiología de las emociones

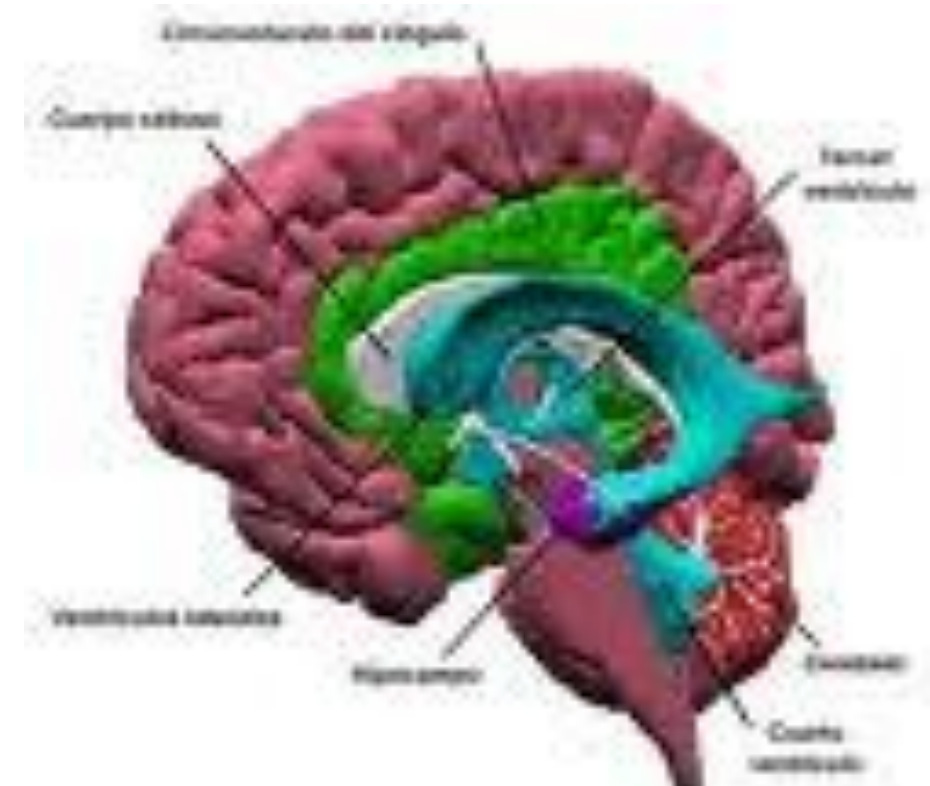
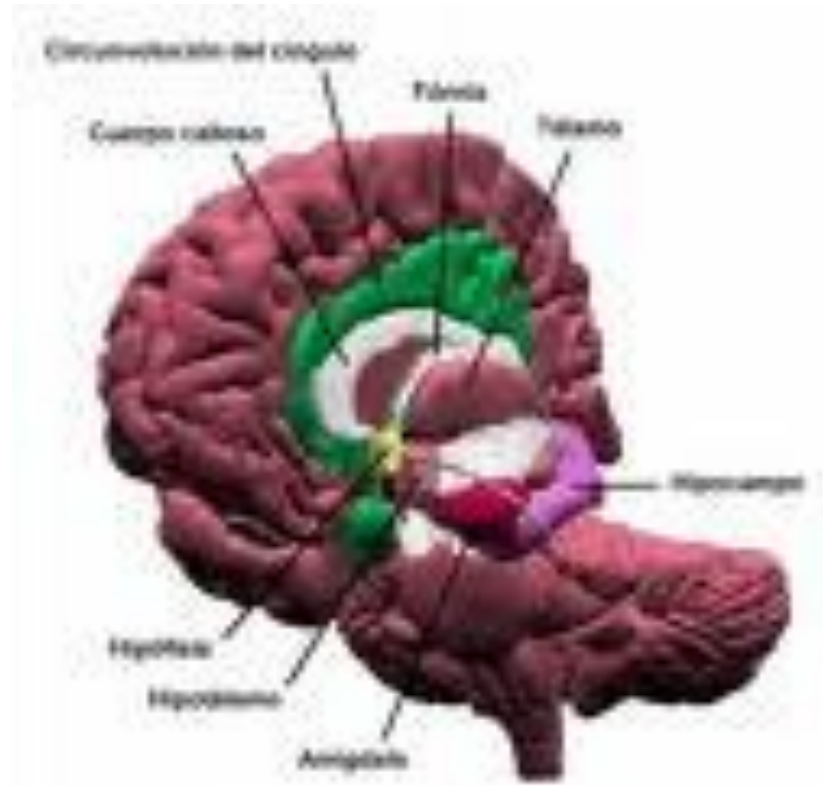
- Los mecanismos neurobiológicos involucrados en la experiencia emocional son dirigidos por el hipotálamo, que controla la actividad del sistema nervioso autónomo y del sistema endocrino, y el sistema límbico. Responden a un mecanismo de homeostasis (equilibrio interno).
- **El sistema nervioso autónomo (SNA)** regula la actividad cardíaca, respiratoria, la circulación de la sangre, la contracción, la dilatación de los vasos sanguíneos, la digestión, la salivación, el sudor y, en general, activa la contracción y la relajación de la musculatura lisa de los órganos internos (vísceras).
- **El SNA se divide en dos ramas, simpática y parasimpática**, que son antagónicas y sirven para preparar al organismo en sus respuestas de ataque-huida. Finalmente, el SNA está asociado al mecanismo de condicionamiento clásico.



SISTEMA LÍMBICO Y CORTEZA PREFRONTAL: EMOCIONES Y COGNICIÓN

El **sistema límbico** es una estructura neural decisiva en el proceso de la **experiencia emocional**. Está compuesto por el área septal, la amígdala, la corteza del cíngulo y el hipocampo. La amígdala tiene un rol central en la experiencia emocional y en su control por medio del nexo con el córtex prefrontal, que es el centro de la **evaluación cognitiva**. El sistema límbico tiene conexiones con el hipotálamo y el núcleo anterior del tálamo. Estas conexiones explican la participación del SNA en las emociones.

EL SISTEMA LÍMBICO Y LAS EMOCIONES





V. Clases de emociones

Las emociones se dividen del siguiente modo:

1. Emociones básicas o primarias

Son aquellas cuya expresión y experiencia son innatas, es decir, no requieren de aprendizaje, como el miedo, la alegría, la tristeza, el enojo, la ira y el asco.

2. Emociones sociales

Son aquellas que se adquieren a través de la interacción social; como celos, amor, vergüenza, culpa, orgullo, envidia, empatía.

3. Emociones esténicas.- Dependen del sistema simpático, emociones activas, como la agresión y la ira.

4. Emociones asténicas.- Dependen del sistema parasimpático, emociones pasivas, como la melancolía, la tristeza.



VI. Teorías de las emociones

1. Teorías biopsicológicas de las emociones

A. Teoría de James - Lange (1834-1900)

La experiencia consciente de las emociones se produce cuando la corteza cerebral recibe señales sobre la ocurrencia de alteraciones fisiológicas implicadas en dichas emociones. Es decir, las emociones están precedidas por estas alteraciones, por lo que James sostenía que si, por ejemplo, se elimina la sensación de taquicardia que acompaña al miedo, este desaparecía.

B. Teoría de Cannon - Bard (1898-1977)

Los estados emocionales desencadenan respuestas de emergencia que, según los casos, pueden ser de lucha o de huida. Las estructuras neuronales que organizan estas respuestas de emergencia son el tálamo y el hipotálamo, esto es, estructuras subcorticales.



2. Teorías cognitivas de las emociones

A. Teoría de Schachter (1922-1997)

Las emociones son producto de una evaluación dual:

- Cómo se evalúa una situación.
- Cómo se evalúa lo que está aconteciendo en el organismo.

En consecuencia, las emociones y los sentimientos traducen cognitivamente las señales corporales.

B. Teoría de Lazarus (1922-2002)

Las emociones son el resultado de evaluaciones. La idea cardinal de esta teoría es que el estado emocional surge como consecuencia de una evaluación del entorno, de los cambios que se producen y del grado en que dichos cambios puede afectar el bienestar del sujeto.

Consecuentemente, si del resultado de dicha evaluación se constata que no será posible manejar la situación y, por ende, el bienestar se perjudicará, surgirá la emoción, en especial, el estrés.



HELICOPRACTICE



1

Es una característica de las emociones.

- A) Son constantes.
- B) Alteran la personalidad.
- C) Presentan una reacción súbita.
- D) Son de moderada intensidad.
- E) No provocan cambios fisiológicos.

C) Presentan una reacción súbita.



2

Los estados afectivos se caracterizan por

- A) presentar una dimensión hedónica-displacentera.
- B) ser de naturaleza exclusivamente cognitiva.
- C) su expresión en un continuo unidimensional.
- D) ser desencadenados solo por estímulos externos.
- E) ser respuestas voluntarias y conscientes.

A) presentar una dimensión hedónica-displacentera.



3

Entender qué siento, por qué lo siento y controlar lo que siento, hace referencia a la inteligencia

- A) sentimental.
- B) interpersonal.
- C) empática.
- D) intrapersonal.
- E) pasional.

D) intrapersonal.



4

La obsesión que experimenta Carlos por una actriz, se entiende como un afecto llamado

- A) emoción.
- B) sentimiento.
- C) estado de ánimo.
- D) pasión.
- E) resistencia.

D) pasión.

**5**

En el proceso emocional, la palidez del rostro provocada por el miedo, es un componente :

- A) conductual.
- B) gestual.
- C) subjetivo.
- D) fisiológico.
- E) social.

D) fisiológico.