

INSTITUTO POLICTECNICO NACIONAL

ESCA “SANTO TOMAS”

CONTADOR PUBLICO

1CMAF

PSICOLOGIA EMOCIONAL

EQUIPO 1

PONCE PONCE AMAIRANI

RAMIREZ BAUTISTA LORENA

REYES HILARIO DANNA PAOLA

JOVAN DEL PRADO LOPEZ

HERRAMIENTAS DIGITALES BASICAS

01/09/25

INTRODUCCION

La psicología emocional es una de las áreas de la psicología en la que existe un mayor numero de modelos teóricos, pero quizás también un conocimiento menos preciso. Posiblemente sea debido a que se trata, por las propias características del objeto de estudio, de un campo difícil de investigar, en el que los estudios sistemáticos son recientes y quizá hasta hace unas décadas mucho más escasos que en cualquier otro proceso psicológico, al tiempo que la metodología utilizada es, si cabe, mucho más variada y diversa. En la exposición de los aspectos conceptuales de la motivación vamos a seguir la misma lógica que en lo que se refiere a la motivación, esto es, centrarnos en las variables principales que están incidiendo sobre la emoción y relacionar en ese contexto las aportaciones teóricas y experimentales de diferentes autores.

Cualquier proceso psicológico conlleva una experiencia emocional de mayor o menor intensidad y de diferente cualidad. Podemos convenir que la reacción emocional (de diversa cualidad y magnitud) es algo omnipresente a todo proceso psicológico. Desde el advenimiento de la psicología científica ha habido sucesivos intentos por analizar la emoción en sus componentes principales que permitieran tanto su clasificación, como la distinción entre las mismas. Quizá la más conocida sea la de teoría tridimensional del sentimiento de Wundt (1896), que defiende que éstos se pueden analizar en función de tres dimensiones: agrado-desagrado; tensión-relajación y excitación-calma. Cada una de las emociones puede entenderse como una combinación específica de las dimensiones que hemos mencionado. Así, una emoción podría definirse como una experiencia afectiva en cierta medida agradable o desagradable, que supone una cualidad fenomenológica característica.

DESARROLLO

Características

La psicología emocional es una rama de la psicología que estudia las emociones en todas sus dimensiones, incluyendo su origen biológico y neurofisiológico, la influencia de los procesos cognitivos y la percepción subjetiva, la manifestación conductual a través de gestos, expresiones y acciones, su función adaptativa para la supervivencia, la motivación y la toma de decisiones, su importancia en la interacción y comunicación social, la manera en que se regulan y controlan para mantener la salud mental y emocional, los trastornos que pueden surgir por desequilibrios emocionales, el impacto de la cultura y el entorno en la experiencia emocional, y su aplicación práctica en áreas como la educación, el trabajo, la psicoterapia, la resolución de conflictos, el liderazgo y el desarrollo personal, buscando siempre promover el bienestar integral, la inteligencia emocional y la capacidad de las personas para enfrentar y manejar situaciones difíciles.

Funciones emocionales

Todas las emociones tienen alguna función que les confiere utilidad y permite que el sujeto ejecute con eficacia las reacciones conductuales apropiadas y ello con independencia de la cualidad hedónica que generen. Incluso las emociones más desagradables tienen funciones importantes en la adaptación social y el ajuste personal.

Según Reeve (1994), la emoción tiene tres funciones principales:

* Funciones adaptativas:

Quizá una de las funciones mas importantes de la emoción sea la de preparar al organismo para que ejecute eficazmente la conducta exigida por las condiciones ambientales, movilizando la energía necesaria para ello, así como dirigiendo la conducta (acercando o alejando) hacia un objetivo determinado. Plutchik (1980) destaca ocho funciones principales de las emociones y aboga por establecer un lenguaje funcional que identifique cada una de dichas reacciones con la función adaptativa que le corresponde. De esta manera será más fácil operativizar este proceso y poder aplicar convenientemente el método experimental para la investigación en la emoción.

* Funciones sociales:

Puesto que una de las funciones principales de las emociones es facilitar la aparición de las conductas apropiadas, la expresión de las emociones permite a los demás predecir el comportamiento asociado con las mismas, lo cual tiene un indudable valor en los procesos de relación interpersonal. Izard (1989) destaca varias funciones sociales de las emociones, como son las de facilitar la interacción social, controlar la conducta de los demás, permitir la comunicación de los estados afectivos, o promover la conducta prosocial. Emociones como la felicidad favorecen los vínculos sociales y relaciones interpersonales, mientras que la ira puede generar repuestas de evitación o de confrontación. De cualquier manera, la expresión de las emociones puede considerarse como una serie de estímulos discriminativos que facilitan la realización de las conductas apropiadas por parte de los demás.

* Función motivacional:

La relación entre emoción y motivación es íntima, ya que se trata de una experiencia presente en cualquier tipo de actividad que posee las dos principales características de la conducta motivada, dirección e intensidad. La emoción energiza la conducta motivada. Una conducta "cargada" emocionalmente se realiza de forma más vigorosa. Como hemos comentado, la emoción tiene la función adaptativa de facilitar la ejecución eficaz de la conducta necesaria en cada exigencia. Así, la cólera facilita las reacciones defensivas, la alegría la atracción interpersonal, la sorpresa la atención ante estímulos novedosos, etc. Por otro, dirige la conducta, en el sentido que facilita el acercamiento o la evitación del objetivo de la conducta motivada en función de las características de la emoción.

Fuentes de consulta

Chóliz Montañés, M. (2005). *Psicología de la emoción: El proceso emocional*. Universidad de Valencia. <https://www.uv.es/=choliz/Proceso%20emocional.pdf>