

La Naturaleza de las Emociones: Adaptación y Supervivencia

La emoción es un proceso psicológico complejo que actúa como un sistema de alarma esencial para la supervivencia. A través de la interacción entre el cerebro y el cuerpo, las emociones nos preparan para responder adaptativamente a los estímulos del entorno mediante cambios fisiológicos, cognitivos y conductuales coordinados.

El Proceso Emocional y sus Componentes

Un Sistema de Alarma Adaptativo

Procesos psicológicos que actúan como señal para adaptarse y sobrevivir en entornos cambiantes.

Los Cuatro Elementos Esenciales



El Cerebro y el Cuerpo en Acción

Córtex Prefrontal

Regula decisiones

Cingulado

Genera consciencia

Amígdala

Procesa amenazas

Respuesta Corporal Inmediata

Se manifiesta mediante aumento del ritmo cardíaco, enrojecimiento de la piel y erizamiento del vello.

Enrojecimiento de la piel

Erizamiento del vello

Jerarquía del Procesamiento (Modelo de Scherer)



Emociones Primarias: Función y Señal Facial

Miedo	Ira	Tristeza	Alegría	Sorpresa
Alerta ante amenazas (Amígdala)	Respuesta ante la ofensa	Proceso de pérdida	Bienestar y afiliación	