

# ESCOLA DE DISCÍPULOS

## O DISCÍPULO E AS EMOÇÕES



**PIBGuarapari**

# DISCÍPULO

1. Pessoa que recebe instrução (em relação a quem lha dá).
2. Aquele que aprende.
3. Aluno.
4. Aquele que segue as doutrinas de outrem.

(dicionário Priberam)



**DISCÍPULO DE JESUS**

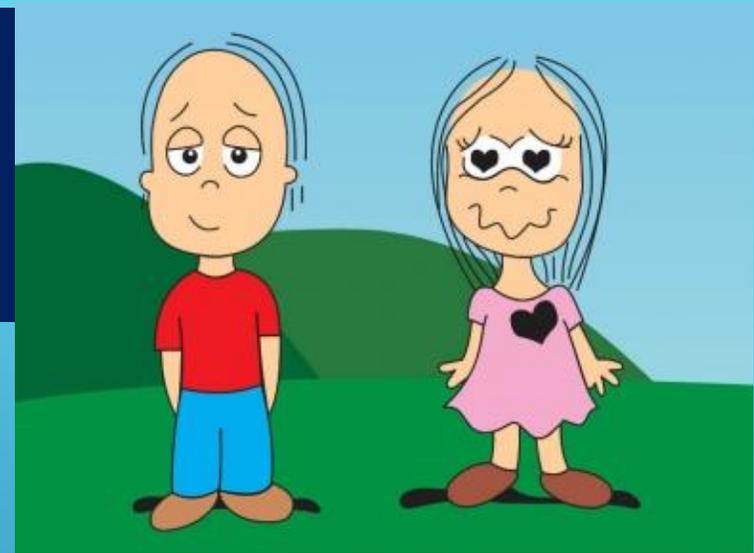


**PIBGuarapari**



**PIBGuarapari**

# O QUE SÃO EMOÇÕES?



“As emoções são fenômenos expressivos e de propósitos, de curta duração, que envolvem estados de sentimentos e de ativação, e nos auxiliam na adaptação às oportunidades e aos desafios que enfrentamos durante eventos importantes de vida. É um constructo psicológico que une e coordena esses quatro aspectos da experiência em um padrão sincronizado”

(Reeve, 2006,p.191)



**PIBGuarapari**

# O QUE SÃO EMOÇÕES?



De acordo com essa visão, Reeve (2006) descreve os quatro componentes da emoção:

- O componente sentimento,
- O componente da excitação corporal,
- O componente social expressivo,
- Componente sentido de propósito



## EMOÇÕES PRIMÁRIAS

Básicas

Inatas

Universais

Desde o nascimento

Função de sobrevivência

## EMOÇÕES SECUNDÁRIAS

Combinação das primárias

Aprendidas

Dependem do entorno e cultura

A partir dos 2/3 anos

Outras funções



# AS EMOÇÕES BÁSICAS



## MEDO:

Função básica de preservação da vida. Objetiva antecipar o dano físico ou psicológico, nos permite fugir, afastar ou defender daquilo que pode ser um perigo real.

Resposta fisiológica:

sudorese, taquicardia, visão turva



**PIBGuarapari**

# AS EMOÇÕES BÁSICAS



## RAIVA:

Surge de situações nas quais o sujeito sente-se restringido, privado. É uma emoção que, quando evocada, pode gerar severo dano no ambiente no qual interage o sujeito. A função positiva dessa emoção seria a expressão de assertividade ao invés de agressividade.



# AS EMOÇÕES BÁSICAS

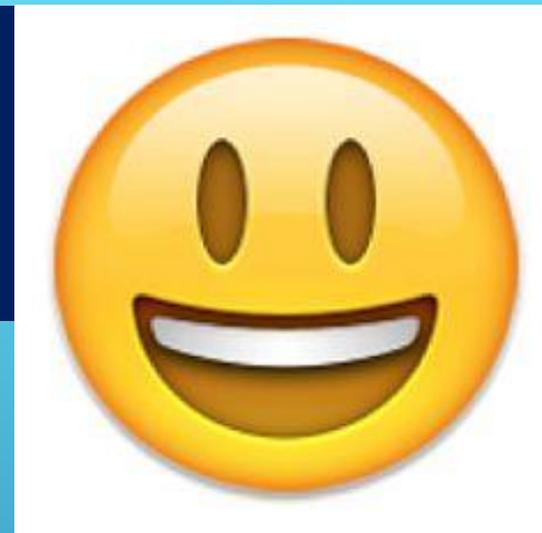


## TRISTEZA:

É considerada a edição mais negativa e desagradável, surgindo, principalmente de situação de fracasso ou separação. É uma emoção que promove retraimento global do indivíduo, podendo evoluir para severos défictis cognitivos e sociais. É uma emoção que, quando bem dosada, promove reparação, reflexão, estímulo de mudanças e novos atos produtivos e reforço de laços social.



# AS EMOÇÕES BÁSICAS



## ALEGRIA:

Expressa auto conhecimento desejável para o sujeito tanto no nível pessoal quanto coletivo. Serve como uma forma de equilíbrio contra as emoções desagradáveis. Reforça fortemente vínculos sociais pois a principal via de expressão da alegria é a promoção se interações sociais positivas.



# AS EMOÇÕES BÁSICAS



## AMOR:

Emoção fortemente ligada ao apego com funções importantes adaptativas. Posteriormente o apego se transforma em vínculo. É o momento da difusão da emoção amor, na qual passamos a ter várias possibilidades de expressão amorosas com diferentes valências. Serve para cuidarmos, para a manutenção de vínculos afetivos, laços de amizade e familiaridade, o que nos permite a expressão de plasticidade social, importante redutor de estresse.

Falha no apego inicial remonta a importantes transtornos de Eixo II, Cluster B, principalmente Transtorno de Boderline de Personalidade e o Transtorno de Personalidade Anti-social, na idade adulta.



# AS EMOÇÕES BÁSICAS



## NOJO:

Deriva da necessidade de evitarmos nos contaminar com coisas deterioradas ou estragadas, afim de não vulnerabilizarmos nossa saúde. As contaminações podem ser interpessoais, corporais ou morais. Gera o comportamento de rejeição. Reação parassimpática reflexa de náusea. Uma das emoções mais influenciadas por questões culturais.



# ESCOLA DE DISCÍPULOS

O DISCÍPULO E AS EMOÇÕES

AULA 1



**PIBGuarapari**