

NEUROEMOCIÓN

NOMES: Alexandra Maria Lesneanu, Jimena García Varela y Yannielys Estrella Pérez Encarnación.

REPRESENTANTES: Jimena García Varela y Yannielys E. Pérez Encarnación

CENTRO EDUCATIVO: IES Río cabe.

INTRODUCCIÓN

O campo da neurociencia e da saúde mental é moi extenso e abrangue moitas áreas diferentes, ofrecendo infinitas posibilidades de estudo sobre as que reflexionar e investigar. Pero decidimos centrarnos nun aspecto fundamental da nosa vida cotiá: as emocións, que nos acompañan en todo momento.

As emocións son a forma en que o noso cerebro interpreta e responde ao que nos rodea. Ocorren no sistema límbico, onde estruturas como a amígdala e o hipotálamo xogan un papel fundamental.

RESUMEN DO PROXECTO

Ao longo da nosa vida, as emocións desenvólvense a partir das nosas experiencias e aprendizaxes. Se de pequenos asociamos os exames a unha sensación de estrés, de adultos é posible que sintamos ansiedade só con pensar neles. As emocións tamén inflúen na nosa forma de tomar decisións, nas relacións cos demais e incluso na nosa saúde física, xa que o estrés continuado pode ter efectos negativos no corpo.

A neurociencia dedícase a investigar estes procesos para comprender mellor como xestionar as emocións no día a día.

EXPERIMENTO

Imaxinamos unha situación na que varias persoas teñan que tomar unha decisión, como elixir entre dous produtos ou resolver un dilema moral. Antes de facelo, expoñerémolas a diferentes estímulos emocionais (un vídeo triste, unha canción alegre, unha escena de suspense).

Posteriormente, analizaremos se as súas decisións varían segundo o estado emocional no que se atopaban..

HIPÓTESE

Hipótese: As emocións teñen un impacto directo nas nosas decisións, facendo que, segundo o caso, actuemos de forma máis impulsiva ou máis reflexiva.

PROPÓSITO DO TRABALLO: Con este experimento pretendemos explorar como a emoción inflúe nas eleccións cotiás e ata que punto condiciona o noso comportamento.

ESTUDO DO ESTADO DA ARTE: Non encontramos estudo da arte

MÉTODOS

Para observar os resultados deste experimento tomaremos un grupo de varias persoas, a metade escoitarán unha canción alegre, a outra metade unha canción triste, para posteriormente entregarlles un cuestionario de 10 preguntas a cada un, para poder observar como as súas emocións afectaron as súas decisións.

RESULTADOS

Se te identificas coa primeira persoa:

Isto indica que es alguén que é moi divertido para pasar o tempo.

Se te sentes como a segunda persoa:

Estás en sintonía con comportamentos meticulosos e con ganas de facer o ben.

Se a túa elección coincide coa terceira persoa:

Vostede é alguén que valora a honestidade e a transparencia.

Se te identificas coa cuarta persoa:

Es un introvertido que prefire estar só ou gozar dunha boa lectura na casa.

BIBLIOGRAFÍA

<https://psicoabaco.es/como-afectan-las-emociones-a-nuestro-cerebro/>

<https://neuro-class.com/el-sistema-limbico-y-las-emociones/>

https://depor.com/mexico/tendencias-mx/test-visual-como-te-sientas-elige-una-imagen-para-des-cubrir-tu-estado-de-animo-nnda-nnrt-noticia/#google_vignette

CONCLUSIÓN

Coa música triste obtivemos os seguintes porcentaxes: na pregunta 1, un 70% respondeu a *c* e un 30% respondeu a *d*; na pregunta 2, un 65% respondeu a *c*, un 25% respondeu a *d* e un 10% respondeu a *b*; e na pregunta 3, un 30% responderon a postura 1, 3 e 4, e un 10% respondeu a postura 2.

Coa música alegre obtivemos os seguintes porcentaxes: na pregunta 1, un 80% respondeu a *a* e un 20% a *b*; na pregunta 2, un 90% a *a* e un 10% a *b*.

A conclusión deste experimento é que depende da música que escoitemos, temos diferentes estado de ánimo.

Pondremos a prueba isto cunha música chamada “Someone like you “ de Adele, sería a canción triste e “Don’t stop me know” de Queen.

Tras realizar o experimento concluímos que as emocións sí que afectan no noso estado de ánimo e na toma de decisións con tan so escoitar unha canción.

Cuestións:

1. Como describirías o teu estado de ánimo despois de escoitar a música?

- a) Moi alegre e animada
- b) Algo neutro ou sen cambios significativos
- c) Un pouco melancólico ou nostáxico
- d) Moi triste ou deprimido

2. Como afectou a música aos teus pensamentos durante e despois de escoitala?

- a) Pensamentos positivos e motivadores xerados.
- b) Non percibín ningún cambio nos meus pensamentos -
- c) Evoca lembranzas e emocións nostáxicas.
- d) Causou pensamentos ou preocupacións negativas.

3. Elíxe unha imaxe:

