



Podcast

As emoções e a sobrevivência humana

Nas linhas de pesquisas já consolidadas deste campo, as emoções são entendidas como mecanismo sofisticado que o processo evolutivo nos trouxe para lidarmos melhor com os desafios que a natureza apresentava para nós e garantir nossa sobrevivência.

Com o surgimento das emoções nos mamíferos, despontam alguns comportamentos diferentes. Aumenta o vínculo entre os membros de um grupo e isso faz com que o cuidado parental com os filhotes aumente. Também surge o brincar, que é muito comum vermos nos mamíferos, mas não em animais como, por exemplo, os répteis. Esse foi um comportamento que decorreu desse vínculo maior que as emoções trouxeram.

As emoções são mecanismos que nos ajudaram em épocas remotas, mas ainda hoje são muito importantes para nossa interação e saúde.

A mente emocional é muito mais rápida que a racional. Devido a sua agilidade, quando determinada emoção aparece, ela exclui a reflexão deliberada e analítica da mente racional. No curso da evolução humana, essa agilidade teve um objetivo exclusivo: a sobrevivência.