



**ALUMNA:**

**ZAYRA CRISTELL GONZALEZ OCAÑA**

**CARRERA:**

**LICENCIATURA EN TRABAJO SOCIAL Y GESTION COMUNITARIA**

**MATERIA:**

**MOTIVACION Y EMOCION**

**ACTIVIDAD:**

**ENSAYO**

**5TO CUATRIMENTRE**

**CATEDRATICO:**

**HILDA ERIQUETA ISLA HERNADEZ**

## MECANISMO Y REGULACION

Son los que permiten a los seres vivos mantener en equilibrio sus condiciones internas a pesar de las variaciones climáticas del mundo exterior. Todo ser vivo, tanto los organismos simples como los organismos evolucionados, realizan una serie de funciones diversas que deben ser coordinadas y reguladas para que se desarrollen adecuadamente. Esta regulación es necesaria para responder a los estímulos y adaptarse a los cambios del ambiente. Regulación Nerviosa y Hormonal, Muchos estímulos provocan una respuesta inmediata, Un pinchazo en la mano provoca el retiro de la parte afectada inmediatamente. Función Reguladora del Hipotálamo, El hipotálamo es una zona profunda ubicada en la parte inferior del cerebro, debajo del tálamo. Regulación de la Temperatura, En el cuerpo humano la temperatura es constante, 37°C. Esta temperatura interna del cuerpo permanece invariable o con muy ligeras variaciones en estado normal, a pesar de que en el medio externo existan temperaturas de congelación o bien temperaturas veraniegas de más de 40°C. Regulación de la conducta alimentaria. La conducta alimentaria consta de una serie de mecanismos, estrategias y acciones a partir de las cuáles se cumple el objetivo de obtener nutrientes para mantener el equilibrio energético e incorporar los elementos necesarios para que el organismo se desarrolle adecuadamente. El apetito es un reflejo condicionado por la experiencia; el hambre es primitiva y fisiológica. El apetito consiste en la sensación agradable de ingerir determinados alimentos que se refieren generalmente a la garganta y puede ser evocada por el recuerdo, por el olfato, por la vista. El factor psicológico influye en la pérdida de peso, así como en el mantenimiento a largo plazo. La saciedad es la sensación de plenitud y de satisfacción física y psíquica de estar pleno luego de la ingesta de alimento. La integración de las señales tónicas y episódicas refleja el reconocimiento del cerebro como un estado dinámico entre los depósitos de energía y el flujo de nutrientes derivados de la ingesta, y la vía de detección de las señales episódicas. La integración es una instancia en el conjunto de vías neurales que se extienden desde el núcleo solitario y el área postrema en la parte posterior del cerebro, hacia el núcleo hipotalámico en el encéfalo basal. Los biomarcadores tónicos se relacionan estrechamente con los rasgos alimentarios mientras que las señales episódicas lo son a estados motivacionales. Teoría del Proceso Oponente y sus aplicaciones. Los cambios en las respuestas emocionales complejas. La repetición de un estímulo e licitante origina cambios en los sistemas de respuesta relativamente simples. Sin embargo, numerosos estímulos producen en el organismo efectos mucho más complejos que las respuestas de sobresalto u orientación. Se dice que Los cambios en las respuestas emocionales complejas. La repetición de un estímulo e licitante origina cambios en los sistemas de respuesta relativamente simples. Sin embargo, numerosos estímulos producen en el organismo efectos mucho más complejos que las respuestas de sobresalto u orientación. Un estímulo puede evocar amor, miedo, euforia, terror, satisfacción, incomodidad, o una combinación de estas emociones. El instinto es una disposición psicofísica innata, heredada, que incita al sujeto a actuar de una determinada forma frente a un estímulo o un objeto, La conducta animal se desarrolla básicamente en función de los instintos, de forma automática y sin que el sujeto tenga conciencia de ello. En la conducta humana persisten un gran número de patrones instintivos, aunque, por su capacidad de racionalización, gran parte de la vida instintiva del ser humano ha sufrido un proceso de complejidad, mezclándose auténticos instintos con conductas voluntarias.

Son los más primarios y comunes entre seres humanos y animales. Tienen por finalidad la conservación de la existencia del sujeto, de su familia o de su especie. Son los llamados instintos de supervivencia, que velan por el sustento y mantenimiento de la vida, al igual que evitan la destrucción o la muerte. Instinto de nutrición, que determina una serie de pautas de comportamiento dirigidas a la obtención de alimento y agua. Se pone en marcha por el estímulo interno del hambre o la sed, y en función de las necesidades corporales, Generalmente, consisten en una selección y refinamiento de los instintos vitales. Así, en la nutrición, el ser humano elige determinados alimentos buscando más el placer que satisfacer su apetito. Igualmente, al beber, incluye los néctares como complemento del agua para aliviar la sed. No se conforma con un refugio, sino que busca comodidades en su hogar. La sexualidad llega a desligarse de los fines procreativos para encaminarse hacia la relación placentera. E incluso añade consumos superfluos e innecesarios, como el tabaco, el alcohol y las drogas, con el único fin de estimular sus sentidos.

Instinto y Aprendizaje, Definición de Instinto, Dada la enorme variedad de los comportamientos instintivos, y debido al hecho de que, salvo tal vez en los organismos inferiores, el instinto aparece inextricablemente mezclado con el aprendizaje, tratar de dar de él una definición es cosa muy riesgosa. Ya hemos visto que muchos biólogos y psicólogos contemporáneos son partidarios de desterrar de la ciencia el concepto de instinto y hasta la palabra que lo expresa. Teoría instintiva de Freud: Freud creía que la personalidad se basa en impulsos biológicos, principalmente de naturaleza sexual y agresiva, enraizados en el cuerpo con su constitución hereditaria inalterable.

Abraham Maslow Opina que la naturaleza humana es esencialmente buena, pero que la tendencia innata hacia el crecimiento y autorrealización es tan frágil y débil que es vencida con facilidad por las presiones sociales. Maslow distinguía entre motivación de crecimiento que hace que las personas superen lo que han hecho y lo que han sido en el pasado. Según Maslow, las necesidades innatas de una persona guardan un orden jerárquico. Satisfechas las necesidades de un nivel, adquieren prioridad las del siguiente. Así al quedar satisfechas las necesidades fisiológicas tales como el hambre y la sed, exigen satisfacción las necesidades de seguridad, propias del siguiente nivel. Hecho lo cual deberán satisfacerse, sucesivamente las necesidades de autorrealización.

Maslow llegó a diversas conclusiones acerca de la naturaleza humana, que incluían estas ideas básicas, Los seres humanos tienden innatamente hacia niveles superiores de salud, creatividad y autosatisfacción, la neurosis se puede considerar como un bloqueo de la tendencia hacia la autorrealización, la evolución de la sociedad sinérgica es un proceso natural y esencial. Esta es una sociedad donde 'todos' los individuos pueden alcanzar un alto nivel de autodesarrollo, sin limitar la libertad del otro, la eficacia del trabajo y el crecimiento personal no son incompatibles. De hecho, la autorrealización conduce a niveles mayores de eficiencia.

Observó que el comportamiento de las personas es diferente cuando disfrutan de un estado de salud positiva que cuando están en deficiencia, y llamó a este enfoque 'psicología del ser': la gente auto realizada está motivada por valores del ser que se desarrollan naturalmente sin imposición de la cultura. Ejemplo de estos valores eran la verdad, la creatividad, la belleza, la bondad, la plenitud, la viveza, la singularidad, la justicia, la naturalidad y la autosuficiencia.

