



NOMBRE DEL ALUMNO: MOISES EDUARDO

VILLATORO

CUATRIMESTRE: 8VO

PARCIAL: IV

NOMBRE DE LA MATERIA: TOMA DE

DECISIONES

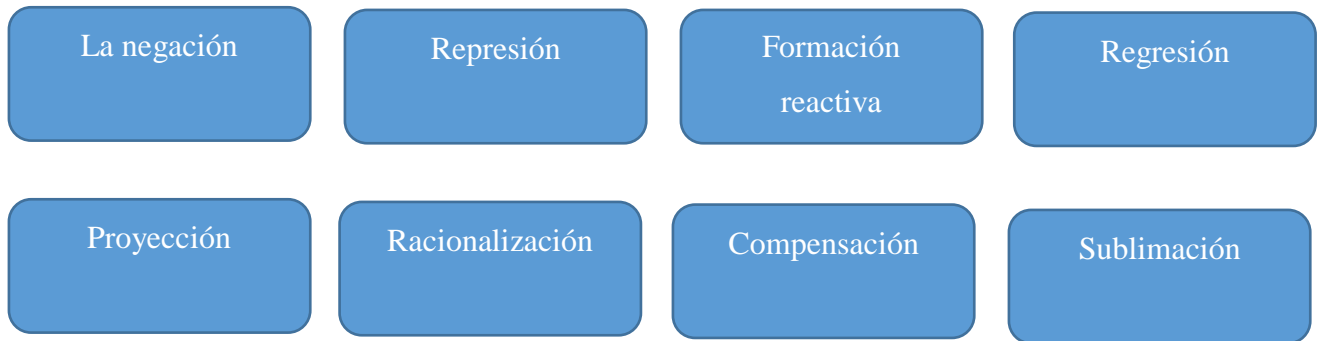
NOMBRE DEL PROFESOR: LUIS ANGEL

GALINDO

GRADO DE ESTUDIO: ADMINISTRACION

Mecanismos de autocontrol y mecanismos de Defensa.

El psicoanálisis es un procedimiento curativo de los trastornos mentales, principalmente de las neurosis. Los mecanismos de defensa expuestos por Freud son:



Reacciones proactivas y reactivas

ser proactivo consiste en la capacidad de “poder escoger nuestra respuesta a los estímulos del medio ambiente y responder

(responsabilidad) de acuerdo con nuestros principios y valores”. “No significa sólo tomar la iniciativa; significa que, como seres humanos, somos responsables de nuestras propias vidas”, añade Covey.

Así, mientras una persona reactiva hará depender su comportamiento de las

circunstancias externas, el espíritu proactivo permite al individuo aprovechar cualquier

dificultad y convertirla en una oportunidad. Al trabajador proactivo no le hace falta que el viento sople a favor, sino que adaptará las velas para sacar partido de la corriente.





Estudiar las alternativas de las que disponemos / Asumir que no podemos hacer nada por cambiar las circunstancias.

- Buscar un enfoque distinto a nuestra respuesta / Refugiarnos en que somos así y no podemos cambiar nuestra personalidad.
- Mantener la calma en todo momento, controlando las emociones / Perder el control ante situaciones adversas o estresantes.
- Aportar argumentos convincentes para tratar de cambiar los puntos de vista de los demás / Creer que el resto de personas tienen ideas inamovibles.
- Decidir actuar tras valorar las opciones y efectos de los actos / Realizar las tareas por obligación.
- Ser perseverante / Rendirse.