



SUPER NOTAS

NOMBRE DEL ALUMNO: Keit Seleni Aguilar Diaz

NOMBRE DEL TEMA: UNIDAD IV PROCESOS PSICOLÓGICOS Y PERSONALIDAD.

PARCIAL: PRIMERO

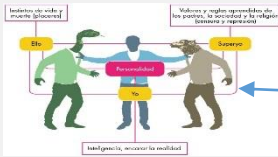
NOMBRE DE LA MATERIA: INTRODUCCIÓN A LA PSICOLOGÍA I.

NOMBRE DEL PROFESOR: María del Carmen Briones Martínez.

UNIDAD IV PROCESOS PSICOLÓGICOS Y PERSONALIDAD

4.1 Concepto de los procesos Psicológicos.

Los procesos psicológicos son elementos fundamentales en la comprensión de la complejidad de la mente humana y su interacción con el entorno. Estos procesos abarcan una serie de actividades mentales y cognitivas que ocurren en el cerebro humano y que son esenciales para el procesamiento de la información, la toma de decisiones y la adaptación al mundo que nos rodea.



4.3 INFLUENCIA DE LA AUTOESTIMA EN EL COMPORTAMIENTO.

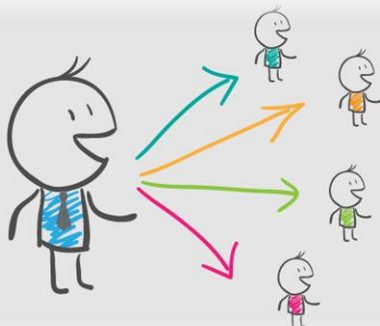
La autoestima, definida como la valoración y percepción que una persona tiene sobre sí misma, desempeña un papel fundamental en la configuración de su comportamiento.

Los estudiantes con una autoestima positiva tienden a creer en sus habilidades y se sienten más capaces de enfrentar tareas desafiantes. Esto se traduce en un mayor nivel de motivación y compromiso con sus estudios.

Por otro lado, los alumnos con baja autoestima pueden sentirse inseguros en su capacidad para tener éxito, lo que puede afectar su enfoque y rendimiento en el aula.

4.5 LA FORMACIÓN DE LA PERSONALIDAD

La formación de la personalidad del alumno es un proceso complejo y multifacético que involucra la interacción entre factores genéticos, ambientales y experiencias individuales. La personalidad se refiere al conjunto de características, rasgos y patrones emocionales y conductuales que definen a un individuo y guían su forma de interactuar con el mundo.



4.2 CONCEPTO DE LA PERSONALIDAD

La personalidad es un constructo intrincado y fascinante que define la esencia única de cada individuo. Se trata de un conjunto de características emocionales, cognitivas y conductuales que interactúan para formar la identidad y el comportamiento de una persona.



4.4 MOTIVACIÓN EN LA PERSONALIDAD

La motivación es un aspecto esencial en el desarrollo de la personalidad de los alumnos y en su desempeño en el entorno educativo. Se refiere a los impulsos internos y externos que guían el comportamiento de una persona hacia la consecución de metas y objetivos.

Existen dos tipos principales de motivación: intrínseca y extrínseca. La motivación intrínseca surge de intereses personales, curiosidad y satisfacción derivada de la actividad en sí misma.

4.6 LA INFLUENCIA DE LOS TRAUMAS DE PERSONALIDAD.

Los traumas son experiencias dolorosas y abrumadoras que pueden dejar una marca duradera en la psicología de una persona

Los traumas pueden ser el resultado de experiencias como abuso físico, sexual o emocional, pérdida de seres queridos, desastres naturales, violencia, entre otros eventos traumáticos.



4.7 LOS TRATAMIENTOS PSICOLÓGICOS

Los tratamientos psicológicos son intervenciones diseñadas para abordar y aliviar los desafíos emocionales, cognitivos y conductuales que las personas enfrentan. La salud mental es una parte esencial del bienestar general, y los tratamientos psicológicos desempeñan un papel crucial en el manejo de una amplia gama de trastornos y dificultades psicológicas.



4.7

- La terapia cognitivo-conductual se centra en cambiar patrones de pensamiento y comportamiento negativos, y se ha utilizado eficazmente en el tratamiento de trastornos como la ansiedad y la depresión.
- La terapia psicodinámica se basa en explorar experiencias pasadas y su impacto en el presente, con el objetivo de aumentar la autoconciencia y el entendimiento.
- La terapia de aceptación y compromiso fomenta la aceptación de pensamientos y emociones incómodos, mientras se enfoca en vivir una vida valiosa y significativa.

4.8 ROL DE LA EMOCIÓN, EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL

La regulación emocional es esencial para el aprendizaje eficaz. Las emociones pueden influir en la atención, la memoria y la toma de decisiones.

Existen diversas estrategias que los alumnos pueden utilizar para regular sus emociones.

- La reevaluación cognitiva
- La distracción.
- La práctica de la atención plena y las técnicas de relajación

4.8



4.9

4.9 PROCESOS DE SOCIALIZACIÓN

Las escuelas son entornos cruciales para el proceso de socialización, que implica la adquisición de normas, valores, roles y habilidades necesarios para participar en la sociedad. En este contexto, los alumnos no solo obtienen conocimientos académicos, sino que también aprenden a interactuar con sus compañeros y maestros, a desarrollar relaciones interpersonales y a comprender su papel en la comunidad.

4.10 LA PSICOLOGIA APLICADA

La psicología aplicada es una rama de la psicología que se centra en la aplicación de principios y teorías psicológicas en diversos campos y situaciones prácticas.

- Psicología Clínica:** Se enfoca en la evaluación y el tratamiento de trastornos mentales y emocionales. Los psicólogos clínicos trabajan con individuos para aliviar la angustia emocional y mejorar el bienestar mental.
- Psicología Educativa:** Se aplica en el contexto educativo para mejorar la enseñanza y el aprendizaje. Los psicólogos educativos pueden desarrollar estrategias de enseñanza, evaluar necesidades especiales y ofrecer orientación a estudiantes, maestros y padres.

4.10



- Psicología del Trabajo y Organizacional:** Se centra en mejorar el rendimiento y el bienestar en el lugar de trabajo. Los psicólogos organizacionales pueden ayudar a seleccionar y entrenar empleados, mejorar la dinámica del equipo y promover la satisfacción laboral.
- Psicología Deportiva:** Se aplica en el ámbito del deporte para mejorar el rendimiento y la motivación de los atletas. Los psicólogos deportivos trabajan con deportistas para desarrollar habilidades mentales y afrontar desafíos competitivos.

