



Mi Universidad

Súper Nota

Nombre del Alumno: Luisa Raquel Padrón Gómez

Nombre del tema: Unidad IV

Parcial: Único

Nombre de la Materia: Motivación y Emoción

Nombre del profesor: Antonio Galera Pérez

Nombre de la Licenciatura: Psicología General

Cuatrimestre: 5to Cuatrimestre

MOTIVACION



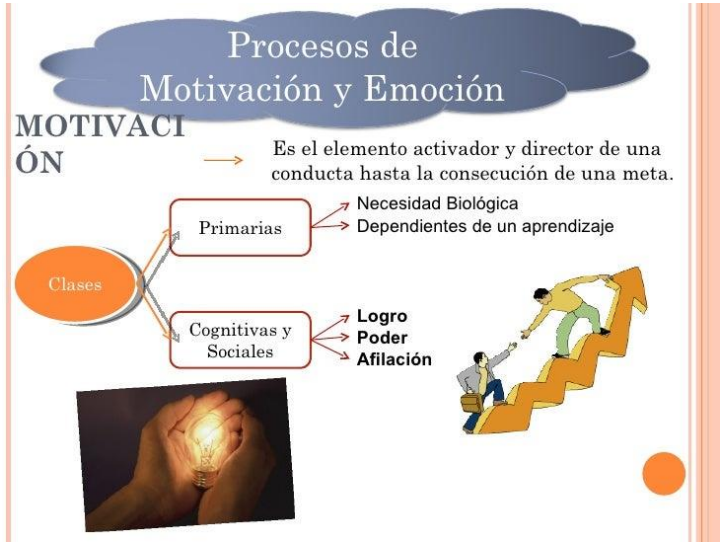
Estímulos que mueven a una persona a realizar determinadas acciones

EMOCION

reacciones subjetivas al ambiente que van acompañadas por respuestas neuronales y hormonales



Fuente: Selectos en Motivación y emoción - Búsqueda Imágenes (bing.com)



Fuente: Selectos en Motivación y emoción - Búsqueda Imágenes (bing.com)

La motivación y emoción también es considerada como el impulso que conduce a una persona

Alquimia Mental

OBJETIVO:

Motivar a Miembros y Simpatizantes de nuestra Orden que caminan por la Senda Mística, quienes se consagran al Servicio, a fin de apoyar la evolución profunda de la Personalidad del Alma.

Comprender que la auto-maestría es el dominio de nosotros mismos, lo cual adquirimos cuando logramos desarrollar a un gran nivel, cada aspecto de nuestra vida.

Fuente: alquimia mental - Búsqueda (bing.com)

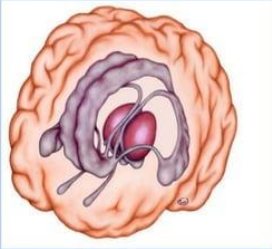
Fuente: alquimia mental - Búsqueda (bing.com)

ALQUIMIA MENTAL

- 1.- Aprende a guardar silencio en los momentos de mayores turbulencias.
- 2.- Evita juzgar a las demás personas.
- 3.- Enfoca tu atención sobre las cosas que más te agradan.
- 4.- Mantente quieto, es en vano luchar (recuerda que sólo es una prueba).
- 5.- Ten esperanza, lo que parece real es sólo un mal pensamiento producto de tu imaginación. ¡Cámbialo!
- 6.- Perdona, suelta, y libera.
- 7.- Habla siempre en positivo.
- 8.- Medita por lo menos dos veces al día. (5 minutos sería muy buen comienzo)
- 9.- Visualiza situaciones agradables para ti y todos tus seres queridos.
- 10.- Otorga Amor sin importar lo que recibas.

Las respuestas autonómicas y emociones dependen del sistema límbico:

- La relación entre emociones y respuestas autonómicas (cambios corporales) es esencial. Las emociones son, en el fondo, un diálogo entre cerebro y cuerpo. El cerebro detecta un estímulo significativo y envía la información al cuerpo para que actuemos de forma adecuada al estímulo.
- El último paso es que los cambios en nuestro cuerpo son hechos conscientes, y de esta forma reconocemos nuestras propias emociones.
- Por ejemplo, las respuestas de miedo e ira inician en el sistema límbico, que causa un efecto difuso en el sistema nervioso simpático. La respuesta corporal masiva, conocida como la "respuesta de lucha o huida", prepara al individuo ante situaciones amenazantes para luchar o huir, aumentando el ritmo cardíaco, la respiración y la presión sanguínea.



BASES BIOLÓGICAS DEL COMPORTAMIENTO HUMANO

28

Fuente: [homeostasis en las emoción - Búsqueda \(bing.com\)](#)

EMOCIÓN

Principalmente son dos estructuras que juegan un rol primordial en la emoción: **hipotálamo y la amígdala.**

BÁSICO BIOL. [http://www.universidaddelsureste.edu.co/revistas/index.php/revista-biologia/issue/view/issue/show-titles](#)
EDICIÓN ESPECIAL 2014
UNIVERSIDAD DEL SURESTE

Fuente: [homeostasis en las emoción - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

CAUSAS DE LA EMOCIÓN CONTENTO

YO ME PONGO CONTENTO

CUANDO RECIBO UN REGALO CUANDO BAILO
CUANDO JUEGO CON AMIGOS CUANDO DOY ABRAZOS

¿Qué Causa La Emoción?

CAUSAS DE LA EMOCIÓN ENFADADO

YO ME ENFADO

CUANDO DISCUTO CON ALGUIEN CUANDO ME TIRAN DEL PELO
CUANDO ME PELEO CUANDO NO ME GUSTA LA COMIDA

Fuente: [Causas De Las Emociones - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Fuente: [Causas De Las Emociones - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)



Las emociones son fundamental para nuestra vida

Fuente: [emociones básicas - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

¿Que son las emociones?

Son reacciones automáticas el cuerpo experimenta ante un determinado estímulo.

¿Sabías que?
Tanto las emociones como los sentimientos nos señalan algo que debemos hacer o tener en cuenta.

Todas ellas luego derivan en sentimientos más prolongados en el tiempo.

Fuente: [emociones básicas - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Aspectos de la Emoción



Tenemos diversos gestos, ya que en cada emoción nos sentimos diferentes y el aspecto corporal lo dice todo

Fuente: [aspectos de la emoción - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Bibliografía

Selectos En Motivación Y Emoción

Fuente: [Selectos en Motivación y emoción - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Fuente: [Selectos en Motivación y emoción - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Homeostasis en la emoción

Fuente: [homeostasis en las emoción - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Fuente: [homeostasis en las emoción - Búsqueda \(bing.com\)](#)

¿Qué Causa La Emoción?

Fuente: [Causas De Las Emociones - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Fuente: [Causas De Las Emociones - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Alquimia Mental

Fuente: [alquimia mental - Búsqueda \(bing.com\)](#)

Fuente: [alquimia mental - Búsqueda \(bing.com\)](#)

Emociones Básicas

Fuente: [emociones básicas - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Fuente: [emociones básicas - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)

Aspectos de la Emoción

Fuente: [aspectos de la emoción - Búsqueda Imágenes \(bing.com\)](#)