



**Mi Universidad**

**SUPER NOTA**

**Nombre del Alumno:** Dana Paola Meza Jiménez

**Nombre del tema:** Selectos en motivación y emoción

**Parcial:** Primer

**Nombre de la Materia:** Motivación y emoción

**Nombre del profesor:** Antonio Galera Pérez

**Nombre de la Licenciatura:** Psicología General

**Cuatrimestre:** Quinto

# UNIDAD IV. SELECTOS EN MOTIVACION Y EMOCION

## Qué es Motivación

Es un impulso que hace que las personas actúen para lograr sus objetivos. Involucra fenómenos emocionales, biológicos y sociales, es una **fuerza interna** que cambia cada momento a lo largo de la vida



Imagen 1: significado motivación

Obtenido de: [Motivación: Claves para Mantenerse Inspirado \(quesignificado.org\)](https://quesignificado.org)

## TEORÍAS DE LA MOTIVACIÓN

### Motivación según Abraham Maslow

La motivación es el impulso que tiene el ser humano para satisfacer sus necesidades.

### Motivación según Piaget

La motivación es la voluntad de aprender.

### Motivación según Chiavenato

La motivación es un resultado de la interacción entre el ser humano y las situaciones que lo rodean.

### Motivación según Herzberg

La motivación surge de factores como: incentivos, logros y reconocimientos.

### Motivación según McClelland

Motivación es el impulso de sobresalir y de esforzarse por alcanzar el éxito.

### Motivación según Freud

Las pulsiones son motivaciones inconscientes que determinan cada acción que se ejecuta.

**Qualy**life  
Consulting • Research • Auditing • Training

Imagen 2: teorías de motivación

Obtenido de: [6 principales teorías de motivación - Consultoría Empresarial Qualylife](https://www.qualylife.com/6-principales-teorias-de-motivacion/)

# MOTIVACIÓN

## PIRÁMIDE DE LAS NECESIDADES MASLOW

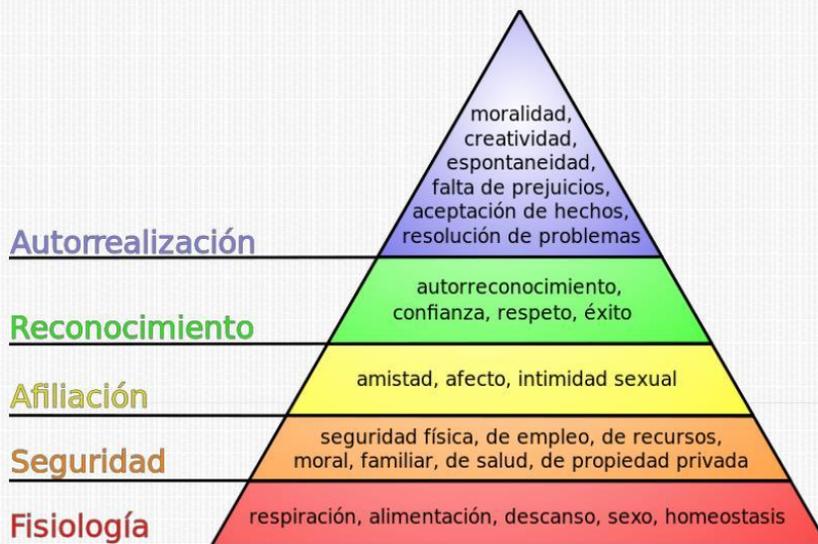


Imagen 3: necesidades de Maslow

Obtenido de: [PPT - definición PowerPoint Presentation, free download - ID:2581311 \(slideserve.com\)](https://www.slideserve.com/ppt/definicion-powerpoint-presentation-free-download-id2581311)

**Se caracteriza porque los cambios antes Descritos alcanzan su esplendor.**

### Fase de Meseta

- § La respiración se entrecorta, las pulsaciones son muy altas y todos los efectos de la excitación aumentan.
- § Se produce el rubor sexual.
- § La tensión muscular aumenta.
- § La sensación de no poder más.
- § Si la excitación desaparece durante la meseta y no se produce el orgasmo, hay molestias.

imagen 4: fase de meseta

Obtenido de: [Fases de la sexualidad normal | PPT \(slideshare.net\)](https://www.slideshare.net/)

# TEORIAS SOBRE LA MOTIVACIÓN

## TEORIAS DEL INCENTIVO

Mientras que un impulso es lo que desde dentro empuja al sujeto a la acción, **el incentivo es lo que desde fuera le atrae para que realice esa acción**. Generalmente, las teorías del incentivo, subrayan el valor hedonista de las conductas, es decir, como medio para la obtención de un placer o evitación de un dolor. Y este valor actúa independientemente de la reducción de la necesidad biológica.

Dentro de estas teoría podíamos incluir el conductismo operante de **Skinner**, que utiliza el término **refuerzo** como el estímulo que hace más probable la repetición de un tipo de conducta.



Imagen 5: teoría incentivo

Obtenido de: [T9 motivacion | PPT \(slideshare.net\)](#)

## TEORÍA COGNOSCITIVA

Teoría cognoscitiva, trata del aprendizaje que posee el individuo o ser humano a través del tiempo mediante la práctica, o interacción con los demás seres de su misma u otra especie. Es la teoría que trata del aprendizaje, donde el ser humano utiliza sus propias experiencias para obtener el nuevo aprendizaje. También es la teoría que nos indica que existen cambios cualitativos en el modo de pensar de los niños, que desarrollan en un serie de cuatro etapas entre la infancia y la adolescencia (sensorio motriz, pre operacional, operaciones concretas y operaciones formales) La persona contribuye de manera activa al desarrollo.

Teóricos Cognoscitivistas Jean Piaget Desarrollo intelectual por etapas. Jerome Brunner Aprendizaje por descubrimiento. David Ausubel Aprendizaje significativo Robert Gagné Niveles de aprendizaje.

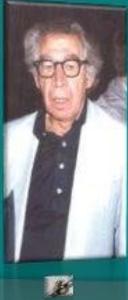


Imagen 6: teoría cognoscitiva

Obtenido de: [Teoría Del Aprendizaje | PPT \(slideshare.net\)](#)

# LA TEORÍA DE LA DISONANCIA COGNITIVA

La existencia de cogniciones que no son coherentes (consonantes) entre sí producen en la persona un estado psicológico de incoherencia (disonancia) que es incómodo y que la persona se esforzará en paliar intentando hacer esas cogniciones más coherentes.



1. La disonancia es psicológicamente incómoda, por lo que las personas tratan de reducirla para lograr la consonancia
2. Cuando la disonancia está presente, además de intentar reducirla, la persona evita activamente las situaciones e informaciones que pudieran aumentarla

UC

**Ha tenido especial relevancia en la psicología social, especialmente en las áreas de motivación y la dinámica de grupos.**

Imagen 7: disonancia cognitiva

obtenido de: [Disonancia cognitiva | PPT \(slideshare.net\)](#)

## 4.1 MODELOS NO REGULATORIOS DE LA ACCION (DEPENDENCIA Y TOLERANCIA EN USO DE DROGAS).

### TOLERANCIA Y DEPENDENCIA

- El concepto de **tolerancia** hace referencia a la necesidad de incrementar la dosis consumida para alcanzar los efectos que anteriormente se conseguían con dosis menores. Según el individuo y tipo de droga obtenemos distintos tipos de tolerancia.
- **Drogodependencia:** necesidad de consumir cierta sustancia para alcanzar ciertas sensaciones placenteras.
- La dependencia de las drogas (o adicción) es el uso compulsivo de una sustancia a pesar de las consecuencias negativas, las cuales pueden ser severas.
- La dependencia física de una sustancia (necesitar una droga para desempeñarse) no es condición necesaria ni suficiente para definir la adicción. Hay algunas sustancias que no causan adicción, pero que sí provocan dependencia física (por ejemplo, algunos medicamentos para la presión sanguínea), y sustancias que causan adicción pero no la clásica dependencia física (por ejemplo, la abstinencia de la cocaína no trae síntomas como vómitos ni escalofríos; en cambio se caracteriza principalmente por la depresión).

Índice

Imagen 8: significado tolerancia y dependencia  
Obtenido de: [Salud / Drogas | PPT \(slideshare.net\)](#)

## DEPENDENCIA FÍSICA

- Asociado al concepto de tolerancia.

La dependencia física: mecanismo de neuroadaptación del organismo a la presencia de una sustancia, es decir habituación a la presencia constante de la misma. Es necesario mantener cierto nivel de la sustancia para el funcionamiento con normalidad

Este tipo de dependencia se reconoce cuando la persona abandona bruscamente o disminuye el consumo y aparecen síntomas y signos desagradables que constituyen el llamado "Síndrome de abstinencia", característico para cada grupo de sustancias.

- Conviene aclarar que no todas las drogas generan dependencia física.
- La dependencia física se puede superar tras un período de desintoxicación que, en función de cada droga, se prolonga durante un tiempo determinado.

**Se refiere a la necesidad incontrolable de consumir una sustancia**

Imagen 9: definición de dependencia física

Obtenido de: [Drogas trabajo con 3 año 2012 | PPT \(slideshare.net\)](#)

**Dependencia Psíquica**

Es la necesidad irreprimible de buscar, obtener y reiniciar el consumo de la sustancia de forma regular o continuada para producir placer o evitar el malestar, a pesar de los costos personales que ello conlleve. Se utiliza como sinónimo de hábito, es decir, conducta repetitiva motivada en un principio por la falta de sustancia en el cuerpo y posteriormente por la exposición a estímulos y conductas que recuerdan el consumo.

25/03/2015      Dra. Estela Martín - Unidad III - Drogas Legales      6

Imagen 10: definición de dependencia psíquica

Obtenido de: [7.Unidad III : drogas legales - 2º parte | PPT \(slideshare.net\)](#)

## ¿Qué entendemos por tolerancia?

- Es el estado de **neuroadaptación**
- Se da una **disminución de respuesta** a la misma cantidad de droga
- O se requiere de **dosis mayores** para producir el mismo efecto
- Es un proceso **farmacocinético** y **farmacodinámico**
- No toda droga que causa dependencia llevará a la tolerancia

Imagen 11: tolerancia definición

Obtenido de: [PPT - Trastorno por abuso de sustancias en la infancia y la adolescencia PowerPoint Presentation - ID:1242000 \(slideserve.com\)](#)

## Tipos de tolerancia

- **Innata**
- **Adquirida**
  - Farmacocinética (de eliminación o metabólica)
  - Farmacodinámica
  - Tolerancia aprendida
    - Del comportamiento
    - Condicionada
  - Tolerancia aguda
  - Tolerancia invertida (desensibilización)
  - Tolerancia cruzada.

Imagen 12: tipos de tolerancia

Obtenido de: [Tolerancia y dependencia física a los fármacos | PPT \(slideshare.net\)](#)

## La Alquimia

- Es una antigua práctica protocientífica y una disciplina filosófica que combina elementos de la química, la metalurgia, la física, la medicina, la astrología, la semiótica, el misticismo, el espiritualismo y el arte.



Imagen 13: Alquimia definición

Obtenido de: [PPT - HISTORIA DE LA QUIMICA PowerPoint Presentation, free download - ID:2980802 \(slideserve.com\)](#)

## Alquimia moderna

- En la época actual se han realizado progresos para alcanzar las metas de la alquimia usando métodos diferentes a los de la alquimia tradicional. Estos avances pueden en ocasiones ser llamados «alquimia» por razones retóricas.
- Podría decirse que el objetivo de la investigación en inteligencia artificial es precisamente crear una vida desde cero, y los filosóficamente opuestos a la posibilidad de la IA la han comparado con la alquimia, como Herbert y Stuart Dreyfus en su ensayo de 1960 *Alquimia e IA (Alchemy and AI)*. Sin embargo, debido a que el objetivo específico de la alquimia es la transmutación humana más que la creación de vida desde cero, la investigación genética, especialmente el ajuste, estaría más cerca de la misma.

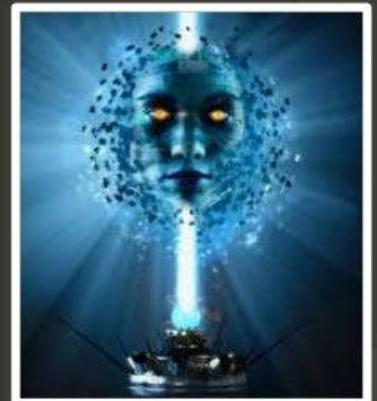
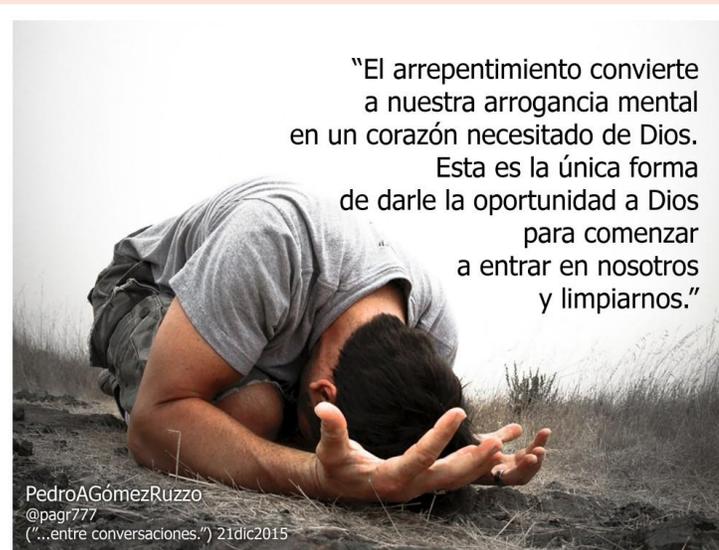


Imagen 14: definición alquimia moderna  
Obtenido de: [Alquimia | PPT \(slideshare.net\)](#)

## 4.3. POSPOSICION Y EVITACION DEL ARREPENTIMIENTO.



**Arrepentimiento: se define como una emoción aversiva. Es un tipo de pensamiento contrafactual que consiste en imaginar como pudo a ver sido la vida de otra manera.**

Obtenido de: [La Psicología del Arrepentimiento: cómo afrontarlo \(centrointegraldepsicologia.com\)](http://LaPsicología del Arrepentimiento: cómo afrontarlo (centrointegraldepsicologia.com))

imagen 15: Definición arrepentimiento

Obtenido de: [Carteles Maestros: El arrepentimiento](#)

**Pensamiento contrafactual consiste en la simulación mental de diferentes alternativas que pudieron haberse dado en el pasado.**



Obtenido de: [Pensamiento contrafactual: qué es y cómo se expresa \(psicologiyamente.com\)](http://Pensamiento contrafactual: qué es y cómo se expresa (psicologiyamente.com))

imagen 16; pensamiento contrafactual

## 4.4 Homeostasis en la emoción.

### Homeostasis

Es el equilibrio en un medio interno, como por ejemplo nuestro cuerpo. El organismo realiza respuestas adaptativas con el fin de mantener la salud.

Los mecanismos homeostáticos actúan mediante procesos de retroalimentación y control. Cuando se produce un **desequilibrio interno por varias causas, estos procesos se activan para restablecer el equilibrio.**

Imagen 17: Definición de homeostasis  
Obtenido de: [Homeostasis | PPT \(slideshare.net\)](#)

**Homeostasis emocional consiste en lograr mantener tu equilibrio personal y organizacional de forma dinámica.**



Imagen 18: ejemplo de homeostasis  
Obtenido de: [Ejemplos de homeostasis](#)

## 4.5. EMOCION

### ¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?

Son fenómenos psicofisiológicos que representan aquellas sensaciones y sentimientos que posee el ser humano al relacionarse con sus semejantes y con el medio en general.

- **Psicológicamente:** Alteran nuestra atención, hacen subir de rango ciertas conductas como respuesta y activan redes relevantes en la memoria.
- **Fisiológicamente:** Organizan respuesta rápidamente, como las expresiones faciales, músculos, voz y sistema endocrino.
- **Conductualmente:** Sirven para establecer nuestra posición con respecto a nuestro entorno, impulsándonos hacia personas y objetos.

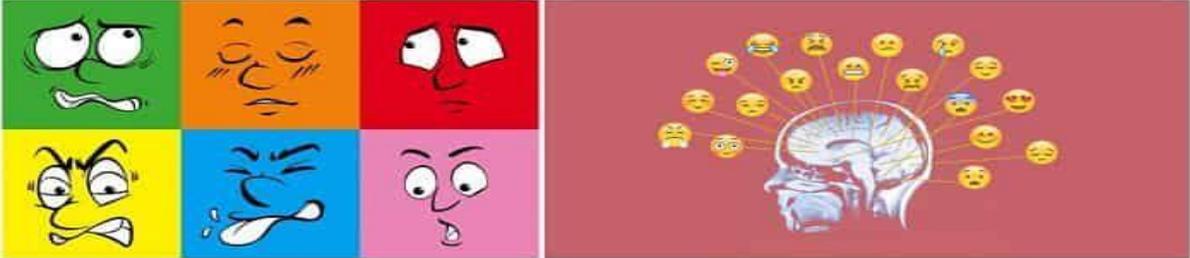


Imagen 19: definición de emoción

Obtenido de: [las emociones | Emociones, Emociones humanas, Sentimientos y emociones \(pinterest.com\)](https://www.pinterest.com)

Las emociones se originan en el **sistema límbico** y están conformadas por **3 componentes esenciales:**

-  **Fisiológicos**  
Es la 1er reacción ante un estímulo y es involuntaria. (niveles hormonales, ritmo cardíaco)
-  **Cognitivos**  
La información es procesada a nivel consciente e inconsciente. Influye en nuestra experiencia subjetiva.
-  **Conductuales**  
Provoca un cambio en el comportamiento: los gestos de la cara, el movimiento del cuerpo

@dleal.psy

Imagen 20: componentes de emoción

Obtenido de: [Lista 95+ Foto Cómo Influyen Las Emociones En Las Relaciones Interpersonales Lleno \(dinosenglish.edu.vn\)](https://dinosenglish.edu.vn)

## 4.6 Relación entre Emoción y Motivación

### ¿Qué relación tienen la Motivación y la Emoción?

- ✓ El principal vínculo entre emoción y motivación es proponer que las emociones son un tipo de motivo especial. De acuerdo con Silvan Tomkins y Carroll Izard, las emociones encajan en la definición de un motivo en el sentido de que **energizan y dirigen la conducta**.
- ✓ Para Buck (1988), el vínculo entre emoción y motivación es proponer que la emoción es una "lectura" de los estados motivacionales. Buck propone que las emociones **constantemente informan del estatus de los estados motivacionales, y movilizan los recursos corporales para gratificar los motivos y facilitar la adaptación**.



Así por ejemplo, el miedo energiza la persona para actuar y dirige la acción hacia una meta, principalmente la de escapar del peligro.

Imagen 21: relación de emoción y motivación

Obtenido de: [Tarea 5: "La Motivación y las Emociones" | PPT \(slideshare.net\)](#)

**atusalud**  
calidad de vida y bienestar

## Cómo las emociones afectan al organismo

<b>Cabeza</b> Las migrañas pueden ser por la gran carga de tu vida diaria y la rutina.	<b>Cuello</b> El cuello es donde se almacena la culpa y la recriminación hacia uno mismo.	<b>Hombros</b> La tensión en esta área tiene que ver con la exigencia desmesurada hacia nosotros mismos.	<b>Espalda alta</b> El dolor en la espalda alta se relaciona con la falta de apoyo emocional.
<b>Espalda baja</b> Los dolores en esta zona pueden estar relacionados con problemas financieros.	<b>Codos</b> Esto puede tener que ver con una resistencia a los cambios.	<b>Manos</b> Tal vez te está costando entablar conexiones afectivas con los demás.	<b>Caderas</b> El miedo al cambio puede manifestarse en la rigidez o dolor de las caderas.
<b>Rodillas</b> El dolor en las rodillas puede indicar que hay problemas con el ego.	<b>Pantorrillas</b> Las pantorrillas suelen doler cuando hay estrés, celos y resentimientos.	<b>Tobillos</b> Si te resistes a ciertos placeres naturales de la vida, pueden dolerte los tobillos.	<b>Pies</b> El dolor en los pies puede deberse a demasiada negatividad.

Fuente: <http://www.eldiariodecoahuila.com.mx/> atusaludenlinea.com

Imagen 22: como afecta las emociones al organismo

Obtenido de: [https - Búsqueda \(bing.com\)](https - Búsqueda (bing.com))

# EMOCIONES BÁSICAS

## ENOJO



Aparece cuando algo nos disgusta o cuando no logramos lo que queremos

## TRISTEZA



Aparece ante la pérdida o el dolor

## ALEGRÍA



Sensación de placer y bienestar que aparece ante situaciones agradables

## DESAGRADO



Hacia algo o alguien

## MIEDO



Aparece ante amenazas o peligros

## SORPRESA



Cuando ocurre algo que no esperamos

Imagen 23: emociones básicas

Obtenido de: [Festival de las emociones a distancia \(parte 1 de 2\) | Centro Nacional de Prevención de Desastres | Gobierno | gob.mx \(www.gob.mx\)](#)

## ¿Para que sirven las emociones?

Las emociones tienen 3 funciones principales:

- ✚ **Adaptativa:** cada una de las emociones tiene una utilidad distinta y todas ellas facilitan el ajuste al medio.
- ✚ **Motivacional:** Potencia y Dirige la conducta.
- ✚ **Comunicativa:**
  - Intrapersonal: obtenemos información propia.
  - Interpersonal: se refiere a la comunicación verbal y no verbal, influyendo en las conducta de otros.

Guía



Imagen 24: emociones de que sirve

Obtenido de: [INTELIGENCIA EMOCIONAL ndice Inteligencia emocional Taller con los \(slidetodoc.com\)](#)

<b>EMOCIONES</b>	<b>ESTADOS DE ÁNIMO</b>
de corta duración	permanecen en el tiempo
provocadas por un estímulo externo	interpretaciones de lo que ves posible en tu futuro
individuales	individuales y sociales/ se contagian
irrumper con intensidad en tu cuerpo	puedes no ser consciente de ellos

www.anamayapsicologia.com

Imagen 25: diferencia de emoción y estado de ánimo

Obtenido de: [▷ DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y ESTADO DE ANIMO](#) ✓ [Mentalidad Humana](#)

## REFERENCIA

- Imagen 1:** [Motivación: Claves para Mantenerse Inspirado \(quesignificado.org\)](http://quesignificado.org)
- Imagen 2:** [6 principales teorías de motivación - Consultoría Empresarial Qualylife](#)
- Imagen 3:** [PPT - definición PowerPoint Presentation, free download - ID:2581311 \(slideserve.com\)](#)
- Imagen 4:** [Fases de la sexualidad normal | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 5:** [T9 motivacion | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 6:** [Teoría Del Aprendizaje | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 7:** [Disonancia cognitiva | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 8:** [Salud / Drogas | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 9:** [Drogas trabajo con 3 año 2012 | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 10:** [7.Unidad III : drogas legales - 2° parte | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 11:** [PPT - Trastorno por abuso de sustancias en la infancia y la adolescencia PowerPoint Presentation - ID:1242000 \(slideserve.com\)](#)
- Imagen 12:** [Tolerancia y dependencia física a los farmacos | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 13:** [PPT - HISTORIA DE LA QUIMICA PowerPoint Presentation, free download - ID:2980802 \(slideserve.com\)](#)
- Imagen 14:** [Alquimia | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 15:** [Carteles Maestros: El arrepentimiento](#)
- Información:** [La Psicología del Arrepentimiento: cómo afrontarlo \(centrointegraldepsicologia.com\)](#)
- Imagen 16:** [Pensamiento contrafactual: qué es y cómo se expresa \(psicologiymente.com\)](#)
- Imagen 17:** [Homeostasis | PPT \(slideshare.net\)](#)
- Imagen 18:** [Ejemplos de homeostasis](#)
- Imagen 19:** [las emociones | Emociones, Emociones humanas, Sentimientos y emociones \(pinterest.com\)](#)
- Imagen 20:** [Lista 95+ Foto Cómo Influyen Las Emociones En Las Relaciones Interpersonales Lleno \(dinosenglish.edu.vn\)](#)
- Imagen 21:** [Tarea 5: "La Motivación y las Emociones" | PPT \(slideshare.net\)](#)  
[https - Búsqueda \(bing.com\)](https://www.bing.com)
- Imagen 22:** [https - Búsqueda \(bing.com\)](https://www.bing.com)
- Imagen 23:** [Festival de las emociones a distancia \(parte 1 de 2\) | Centro Nacional de Prevención de Desastres | Gobierno | gob.mx \(www.gob.mx\)](#)
- Imagen 24:** [INTELIGENCIA EMOCIONAL ndice Inteligencia emocional Taller con los \(slidetodoc.com\)](#)
- Imagen 25:** [▷ DIFERENCIA ENTRE EMOCION Y ESTADO DE ANIMO ✓ Mentalidad Humana](#)