



UNIVERSIDAD DEL SURESTE

TRABAJO REQUERIDO: SUPER NOTA

REQUERIDO POR: LIC. GUADALUPE DE LOURDES ABARCA

ALUMNA: L.S.T ERIKA NOEMI ALEMAN

MATERIA: MOTIVACION Y EMOCION

GRUPO: QUINTO CUATRIMESTRE DE LA LICENCIATURA EN  
PSICOLOGIA

FRONTERA COMALAPA CHIAPAS, MEXICO.

La relación con las drogas es un tema complejo que abarca una amplia gama de experiencias y repercusiones. No todas las interacciones con las drogas son iguales, y comprender las diferencias entre el uso, abuso y dependencia es fundamental para abordar adecuadamente esta cuestión.

#### Distinción entre uso, abuso y dependencia:

1. **Uso:** Se refiere a la relación con las drogas en la que, debido a su cantidad, frecuencia o situación física, psíquica y social del individuo, no se detectan consecuencias inmediatas negativas. Sin embargo, es crucial reconocer que definir un consumo como "uso" puede ser difícil debido a múltiples factores.
2. **Abuso:** Implica un patrón de consumo que resulta en consecuencias negativas para el individuo o su entorno. Esto puede ser causado por la cantidad, frecuencia y/o la situación física, psíquica y social del consumidor.
3. **Dependencia:** Se caracteriza por la priorización del consumo de una sustancia psicoactiva sobre otras conductas consideradas anteriormente como más importantes. La dependencia puede manifestarse tanto a nivel físico como psíquico, y puede implicar síntomas de abstinencia y tolerancia.



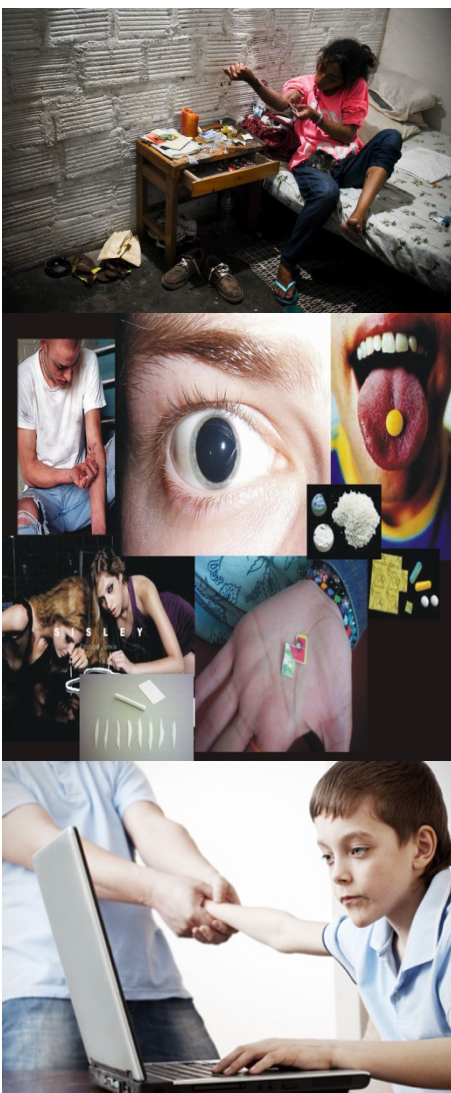
#### Aspectos a considerar:

- Factores individuales: Incluyen la situación física y psíquica del consumidor, así como sus hábitos y patrones de consumo.
- Entorno social: El contexto en el que tiene lugar el consumo de drogas puede influir significativamente en sus efectos y consecuencias.
- Tipos de drogas: Cada sustancia tiene sus propias características y riesgos asociados, lo que puede afectar la naturaleza de la relación del individuo con la droga.

**Consecuencias:** Es crucial evaluar las consecuencias tanto para el individuo como para su entorno, ya que estas pueden variar ampliamente según el tipo y patrón de consumo.

#### Perspectivas sobre la dependencia:

- Física: Se refiere a la adaptación del organismo a la presencia constante de una sustancia, lo que puede conducir a la necesidad de mantener un cierto nivel en sangre para funcionar con normalidad.
- Psíquica: Implica una compulsión por consumir la droga para experimentar un estado deseado (placentero) o evitar un estado no deseado (desagradable).



### Enfoque terapéutico:

Es fundamental abordar la dependencia desde una perspectiva integral, considerando tanto los aspectos físicos como psicológicos del individuo.

Se deben implementar estrategias que aborden los factores subyacentes que contribuyen a la dependencia, así como proporcionar apoyo y tratamiento adecuado para ayudar al individuo a superarla.

La comprensión y empatía hacia aquellos que luchan contra la dependencia son esenciales para ofrecerles el apoyo necesario en su proceso de recuperación.



### Definiendo el Arrepentimiento

El arrepentimiento se puede definir como un estado emocional y cognitivo que implica dolor, pena o remordimiento por decisiones pasadas. Puede surgir tanto por acciones cometidas como por oportunidades perdidas, y está estrechamente relacionado con el pensamiento contrafactual, la construcción mental de alternativas a hechos pasados.

### Pensamiento Contrafactual y Arrepentimiento

El pensamiento contrafactual es una forma de reflexión que nos lleva a considerar cómo podrían haber sido diferentes las cosas si hubiéramos actuado de otra manera. Este tipo de pensamiento, especialmente el ascendente, puede alimentar el arrepentimiento al enfocarse en cómo las cosas podrían haber sido mejores si hubiéramos tomado decisiones distintas. Este proceso influye en nuestra percepción de culpa y responsabilidad, a menudo llevándonos a culparnos a nosotros mismos por los resultados negativos.

### Amplificación Emocional y Culpa

El pensamiento contrafactual contribuye a la amplificación emocional, haciendo que reaccionemos de manera más intensa ante sucesos en los que es fácil imaginar resultados alternativos. Esta tendencia a comparar los resultados con sucesos alternativos también influye en nuestra percepción de culpa y responsabilidad, a veces llevándonos a culpar a nosotros mismos por situaciones que escapan a nuestro control.

### Homeostasis Emocional

Al igual que el cuerpo busca mantener la homeostasis fisiológica, también busca mantener un equilibrio emocional. Las emociones actúan como señales que nos indican cómo estamos respondiendo a nuestro entorno y nos motivan a tomar medidas para restaurar el equilibrio emocional.

### Relación entre Emoción y Motivación

Las emociones no solo nos informan sobre nuestro estado emocional, sino que también nos motivan a tomar acciones para satisfacer nuestras necesidades emocionales. Actúan como indicadores continuos de nuestro progreso hacia metas y de nuestra adaptación a situaciones.

### Causas de la Emoción: Biología vs. Cognición

El debate sobre las causas de la emoción se centra en si son principalmente biológicas o cognitivas. Mientras que algunos argumentan que las emociones surgen de evaluaciones cognitivas de situaciones, otros sostienen que tienen raíces biológicas y pueden ocurrir sin evaluaciones cognitivas previas.

### Emociones Básicas y su Función Adaptativa

Las emociones básicas, como el miedo, la ira, la tristeza, la alegría, entre otras, cumplen una función adaptativa al ayudarnos a enfrentar desafíos y amenazas en nuestro entorno. Estas emociones surgen de la evolución como respuestas automáticas y rápidas a situaciones vitales.

