

**Nombre de alumno: Samuel Alfredo León Reséndiz.**

**Nombre del profesor: GUADALUPE DE LOURDES ABARCA.**

**Nombre del trabajo: Mapa Conceptual.**

PASIÓN POR EDUCAR

**Materia: MOTIVACION Y EMOCION.**

**Grado: 5to cuatrimestre.**

**Grupo: virtual.**

# Mecanismos de Regulación

## 2.1.- Homeostasis

Los organismos requieren mecanismos que mantengan estable su medio interno intracelular a pesar de los cambios en el medio interno o externo, por lo que la homeostasis se ha convertido en uno de los conceptos más importantes en fisiología y medicina.

## 2.4.- Conducta instintiva.

1. Ser innata: Es decir, no precisar de un aprendizaje previo. 2. Ser fijada: Esto es, tener lugar siguiendo unas pautas de comportamiento invariables y fijas. 3. Ser específica: Que ocurre siempre ante determinados estímulos internos o externos. 4. Tener un sentido de supervivencia para el sujeto o sus allegados. Generalmente, en el ser humano el impulso instintivo pasa por el «filtro» de la razón, por lo que, voluntariamente, es capaz de modificar, anular o reprimir la conducta instintiva. Esto es fácil de observar si comparamos la actitud de un niño pequeño con la de un adulto: el primero se moverá siguiendo únicamente sus apetencias, sin control, mientras que el segundo valorará si es o no el momento adecuado para satisfacerlas.

## 2.5 Instinto y Aprendizaje.

## 2.7 Etología Humana.

La etología humana es el estudio biológico del comportamiento del hombre. Trata de descubrir lo que hay que específico los comportamientos humanos en comparación con los de los animales. La etología ocupa un lugar especial entre las disciplinas que tratan del comportamiento de los animales y

## 2.6 Naturaleza humana

Aunque los humanos no poseen el mayor cerebro, sí poseen la mayor corteza en proporción. El cerebro humano es de una complejidad más allá de lo imaginable. Consta de unos 100.000 millones de neuronas. que

## 2.8 Conducta Social.

**Las conductas sociales implican la cohesión con otros seres humanos en relación a los ámbitos o subsistemas en que puede dividirse la sociedad para su estudio y comprensión de esa cohesión entre seres humanos, que en términos generales tiene un patrón variable pero que se comporta cíclicamente en todos los sistemas componentes de la sociedad, se produce una dinámica de interacción y de esa dinámica cíclica, se generan fuerzas que producen un impacto en nosotros y en el ambiente.**

**Este impacto no lo percibimos en tiempo real por los seres humanos, requiere en muchos casos de estudios especializados complejos y por lo tanto para tener un marco de referencia de acción social, hacen falta más factores aparte del contenido de conocimientos que recibimos a través del sistema de educación al respecto de los contextos sociales y el sistema legal que regula las conductas que la sociedad considera**

## 2.2.- Regulación de la conducta alimentaria

El factor psicológico influye en la pérdida de peso así como en el mantenimiento a largo plazo. La saciedad es la sensación de plenitud y de satisfacción física y psíquica de estar pleno luego de la ingesta de alimento.

## 2.3.- Teoría del Proceso Oponente y sus aplicaciones.

La teoría del proceso oponente sostiene que la presencia de un estímulo activador de emoción suscita inicialmente lo que se ha llamado proceso primario o proceso "a", que es el responsable de la calidad del estado emocional (alegría p.a.) que se verifica en presencia del estímulo. Se supone que, a su vez, el proceso "a", o proceso primario provoca un proceso oponente o proceso "b", que origina la reacción emocional contraria (descontento p.a.).

## 2.9 Emoción y conducta social.

Las emociones están estrechamente relacionadas con la conducta. Las personas somos seres emocionales y no nos podemos desvincular de lo que sentimos. Nuestros sentimientos nos van a definir y van a determinar nuestra conducta. Nuestro pensamiento (interpretación de la realidad), hace que sintamos una determinada emoción y esta es la que dirige nuestra conducta.

## 2.10 Las emociones como reguladores de la conducta social.

**La regulación emocional es la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada. Supone tomar conciencia de la relación entre emoción, cognición y comportamiento; tener buenas estrategias de afrontamiento; capacidad para autogenerarse emociones positivas, etc. Los microcompetencias que la configuran son: Expresión emocional apropiada.- Es la capacidad para expresar las emociones de forma apropiada. Implica la habilidad para comprender que el estado emocional interno no necesita corresponder con la expresión externa.**

## 2.11 Emoción y adaptación: papel adaptativo de las emociones.

**Cognitivo:** componente consciente o inconsciente que se basa en la valoración subjetiva de un acontecimiento. **Neurofisiológico:** totalmente involuntario abarca emociones tales como los temblores o el sudor. **Conductual:** puede ser voluntario o involuntario como el llanto, el tono de voz o nuestros movimientos corporales. Las emociones no son algo baladí. Es por eso que, siguiendo a Reeve (1994), presentan tres funciones importantes principales: **Adaptativa:** cada emoción tiene su propia utilidad. Por ejemplo, el miedo tiene la función de proteger y el asco funciona como rechazo. **Motivacional:** genera la conducta motivada que se realiza de