



**Nombre de alumno: Mario D. Gallardo Alfaro**

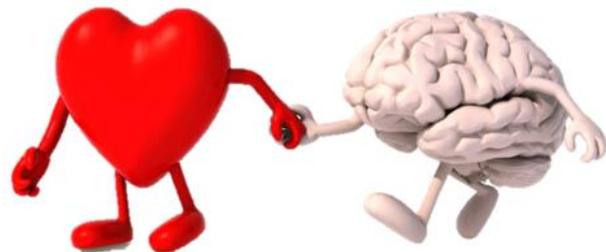
**Nombre del profesor: Lourdes Abarca Figueroa**

**Nombre del trabajo: Super Nota.**

**Asignatura: Motivación y emoción**

**Grado: 5° cuatrimestre**

**Grupo: A**



Comitán de Domínguez 13 de febrero 2023.

# SELECTOS EN MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN

## EMOCIONES BÁSICAS



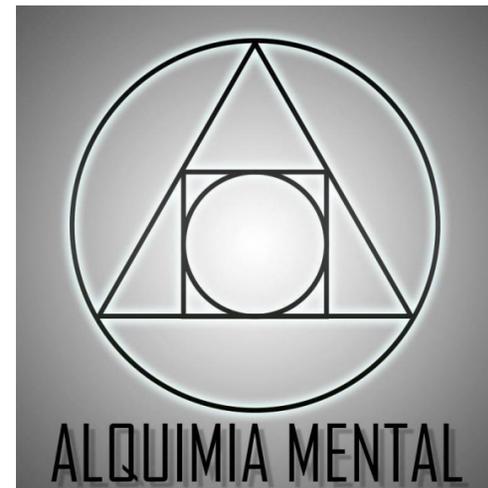
### Emoción

Respuesta neuro-psico-fisiológica y **subjetiva** ante un estímulo interno o externo que provoca un cambio en nuestro estado y nos prepara para la acción.

Creación Mial 3, Gestión Emocional

## HOMEOSTASIS EN LA EMOCION

### Homeostasis: equilibrio interno



La Alquimia Mental permite a las personas hacer realidad sus deseos mediante la concentración y la visualización mental, aprovechando el poder de la conciencia para crear cosas buenas y constructivas

a motivación dirigida a metas genera un sentido de intención en las emociones, razón por la cual se establece una estrecha relación



La motivación hace referencia a "estados y procesos interiores que impulsan, dirigen o sostienen la actividad de un individuo"

## Motivacion- Emocion



"son fenómenos de corta duración, relacionados con sentimientos, estimulación, intención y expresión, que nos ayudan a adaptarnos a las oportunidades y retos que enfrentamos durante los sucesos significativos de la vida"



Reeve (2010) establece cuatro componentes de las emociones, pues, además de la actividad corporal, que incluye cambios fisiológicos y respuestas motoras, las emociones se relacionan con los sentimientos que vive la persona a través de su experiencia particular y subjetiva, así como con los pensamientos asociados

## POSPOSICIÓN Y EVITACIÓN DEL ARREPENTIMIENTO

### ¿Qué pasa en el trastorno de personalidad por evitación?

**Sensibilidad excesiva**      **Evaden situaciones incómodas**

**Son desconfiados e indecisos.**

## Comprender la psicología del arrepentimiento



- Las personas con trastornos de la personalidad por evitación no pueden dejar de pensar en sus propias limitaciones y establecen relaciones interpersonales con otras personas sólo si creen que no serán rechazadas. La pérdida y el rechazo son tan dolorosos que estas personas prefieren estar solas antes que arriesgarse a tratar de conectarse con otros.

