

**NOMBRE DE ALUMNO:** ALONDRA  
MONSERRAT AGUILAR DOMÍNGUEZ

**NOMBRE DEL PROFESOR:** LIC.  
ÓSCAR CARRERI ROMERO

**NOMBRE DEL TRABAJO:**  
ACTIVIDAD 1

**MATERIA:** MOTIVACIÓN Y  
EMOCIÓN

**GRADO:** 5<sup>º</sup> CUATRIMESTRE

**GRUPO:** LPS19EMC0123-A

# Los mecanismos de adaptación y Las taxias

## Mecanismos de adaptación

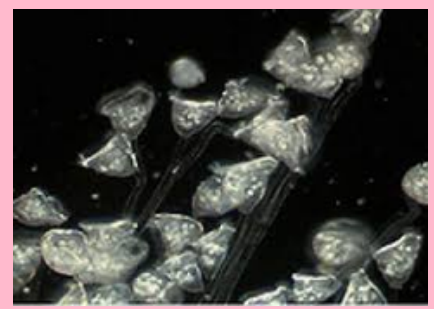
Estrategias y procesos que ayudan a las personas a manejar, regular y responder de manera efectiva a sus necesidades internas, emociones y demandas externas.

Favorecen el bienestar psicológico y la adaptación al entorno.



## Taxias

Respuestas motoras involuntarias y orientadas de los organismos hacia o en contra de un estímulo específico.



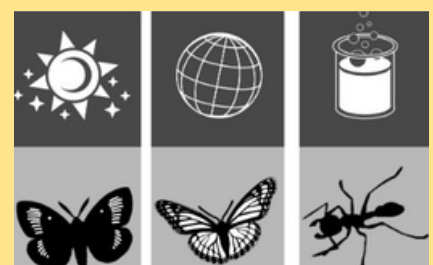
## Tipos

- **Mecanismos de la emoción:** Generan, regulan y expresan las emociones en los seres humanos. (Reevaluación cognitiva, expresión emocional adecuada y tolerancia a la frustración)
- **Mecanismos de la motivación:** Impulsan, dirigen y mantienen el comportamiento hacia el logro de metas o la satisfacción de necesidades. . (Autorregulación, resiliencia y orientación hacia metas)
- **Mecanismos fisiológicos:** Activación del sistema nervioso autónomo para la respuesta de lucha o huida.



## Tipos

- **Fototaxia:** Respuesta a la luz.
- **Quimiotaxia:** Respuesta a sustancias químicas, como el movimiento de espermatozoides hacia el óvulo.
- **Termotaxia:** Movimiento hacia gradientes de temperatura.
- **Geotaxia:** Respuesta a la gravedad, como en los movimientos de organismos en el agua.
- **Tigmotaxia:** Respuesta al contacto físico con superficies.



## Importancia

Son fundamentales para la supervivencia y desarrollo de los seres humanos en un mundo en constante cambio. Nos permiten enfrentar desafíos ambientales, sociales y emocionales, garantizando el bienestar individual y colectivo.



## Importancia

Tienen un rol esencial en la supervivencia de los organismos, permitiéndoles localizar alimentos, evitar depredadores y adaptarse a su entorno.

