



UDS
Mi Universidad

Súper Nota

Nombre del alumno (a): Diana Laura López Herrera

Nombre del tema: Motivación y Emoción

Parcial: Primer Modulo

Nombre de la Materia: Motivación y Emoción

Nombre del profesor: LIC. Cynthia Álvarez Poumian

Nombre de la Licenciatura: Trabajo Social

Cuatrimestre: 5to. Cuatrimestre

Pichucalco, Chiapas; a 16 de febrero del 2025

Introducción

La vida adulta, en particular es una etapa que a menudo se asocia con la declinación física y la pérdida de capacidad para realizar actividades cotidianas. Sin embargo, también es una etapa que se puede ser rica en experiencia, sabiduría y satisfacción personal.

Cada etapa de la vida presenta grandes desafíos y oportunidades únicas e importantes aborda cada una de ellas con una mentalidad abierta y una actitud positiva. A medida que las personas envejecen, experimentan cambios tanto en su vida física y emocional.

Dentro de los temas que abordamos a la hora de exponerles a los señores fueron, acerca de su familia, su vida cotidiana, la salud y sobre todo las emociones que ellos pasan en esta etapa, muchas de estas vivencias que nos platicaron los señores fueron acerca de que muchos de ellos aun trabajan para su día a día y muchos otros se sustentan con el apoyo que el gobierno les da.

Trabajamos con 30 personas adultas, y muchos de ellos nos dejaron experiencias al momento de que nos explicaron sus motivaciones, puedo decir que me dejo una gran enseñanza ir a visitar a los señores porque nos recibieron con mucha alegría y sobre todo nos queda esa satisfacción de poder motivarlos un rato de su día.

SELECTOS EN MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN



La motivación esta constituida por todos los factores capaces de provocar, mantener y dirigir hacia un objetivo.

La emoción es un proceso psicológico adaptativo, que tiene la finalidad de reclutar y coordinar el resto de los procesos psicológicos



4.5 Y 4.6 EMOCIÓN Y MOTIVACIÓN

La emoción es un proceso activador de la conducta. La emoción que nosotros le brindamos durante un cierto tiempo a los abuelitos activo en ellos esa alegría.

Las emociones son respuestas a estímulos (constan de 3 elementos)

- Neurofisiológico y bioquímico
- Motor conductual
- Cognitivo



No hay una forma clara de definir lo que es una emoción. las distintas definiciones dependen de la posición teórica de los investigadores que se han dedicado a su estudio.

Las emociones se relacionan de dos maneras con la motivación.

Primero: las emociones son un tipo de motivo. como los otros motivos, las emociones energizan y dirigen la conducta.

segundo: las emociones sirven como sistema "indicador" continua para señalar que tan bien o mal esta la adaptación.



La motivación es la que nos permite crear hábitos, intentar cosas nuevas, sostener el esfuerzo en alguna tarea que consideremos.

4.7 y 4.8

¿Qué causa la emoción? y las emociones básicas

La emoción se genera como una respuesta organizada a un acontecimiento externo o un suceso interno (pensamiento, imagen, conducta, etc.)

Causas más comunes de la emoción:

causas ambientales:

- entorno físico
- eventos vitales
- cultura sociedad

causas psicológicas:

- experiencias pasadas
- pensamientos y creencias
- relaciones interpersonales



Es importante destacar que la emoción es un proceso complejo que puede ser influenciado por múltiples factores, y que cada persona puede experimentar emociones de manera única.

Dentro de las emociones básicas encontramos:

- Alegría: es la única emoción básica completamente positiva que facilita la conexión con las demás personas.
- Sorpresa: la reacción que surge instintivamente ante lo inesperado
- Ira: esta emoción es muy explosiva y llama a actuar de maneras impulsivas.
- Tristeza: esta emoción ayuda a superar el dolor y a desahogarse ante una situación negativa



Hay que tener en claro que las emociones y sentimientos no son lo mismo, mientras las emociones son reacciones profundas, los sentimientos son la percepción de las emociones.



Bibliografía

EQUIPO EDITORIAL, ETECÉ. (29 de NOVIEMBRE de 2023). *MOTIVACIÓN*. Recuperado el 10 de FEBRERO de 2025, de CONCEPTO : <https://concepto.de/motivacion/>

FORMA INFANCIA . (19 de ABRIL de 2023). *¿CUÁLES SON LAS 7 EMOCIONES BÁSICAS DEL SER HUMANO?* Recuperado el 12 de FEBRERO de 2025, de FORMA INFANCIA : <https://formainfancia.com/7-emociones-basicas-cuales-son/>

INÉS, G. M. (24 de OCTUBRE de 2024). *EMOCIÓN* . Recuperado el 11 de FEBRERO de 2025, de CONCEPTO : <https://concepto.de/emocion/>

LEIDE . (2019). *LA EMOCIÓN Y SUS COMPONENTES* . Recuperado el 10 de FEBRERO de 2025, de LEIDE : <https://formainfancia.com/7-emociones-basicas-cuales-son/>

UNIVERSIDAD DEL SURESTE . (2025). *ANTOLOGÍA DE MOTIVACIÓN Y EMOCIÓN* . COMITÁN DE DOMÍNGUEZ .