

Universidad Autónoma del Estado
de Hidalgo
Escuela Preparatoria No. 3

Lic. en Psic. Raúl López Ordoñez
Psicología
Tema: 2.7 Motivación y Emoción

Marzo 2021

Unidad II: Procesamiento de la información



Objetivo General

El alumno identifica y reconoce las habilidades, emociones y motivaciones para comprender su actuar, analizando y reflexionando sobre cada uno de estos temas para finalmente relacionarlos con sus propias vivencias y experiencias de la vida cotidiana a fin de desarrollar las competencias socioemocionales.



Aprendizaje esperado

Relaciona el nivel motivacional y su efecto en la conducta de las personas para lograr éxito en las actividades que desempeñan. Identifica sus propias emociones y sentimientos, así como el de las personas que le rodean para su autocontrol o autorregulación.

Competencias Disciplinarias Extendidas

- CIENCIAS SOCIALES

8. Propone alternativas de solución a problemas de convivencia de acuerdo a la naturaleza propia del ser humano y su contexto.

- DEFINIDAS POR LA UAEH

Valora el papel fundamental del ser humano como agente modificador de su medio natural proponiendo alternativas que respondan a las necesidades del hombre y la sociedad, cuidando el entorno

Resumen

- La motivación es un estado interno que activa, dirige y mantiene la conducta de la persona hacia metas o fines determinados. La emoción es un sentimiento que surge cuando la persona reacciona de manera subjetiva al ambiente, generando así un estado afectivo que va acompañado de cambios físicos.
- Palabras clave: Motivación, tipos de motivación, emoción, manejo de emociones.

Abstract

- Motivation is an internal state that activates, directs, and maintains a person's behavior toward specific goals or ends. Emotion is a feeling that arises when the person reacts subjectively to the environment, thus generating an affective state that is accompanied by physical changes
- Key words: Motivation, types of motivation, emotion, handling of emotions.

Definiciones



MOTIVO

ES UN ESTADO DE TENSIÓN INTERNA EN EL INDIVIDUO, QUE DESPIERTE, MANTIENE Y DIRIGE LA CONDUCTA HACIA UNA META.



MOTIVACIÓN

ES UN CONJUNTO DE PROPÓSITOS, NECESIDADES E INTERESES QUE MUEVEN A LA PERSONA A ACTUAR, UN PROCESO DINÁMICO QUE ESTIMULA LA ACCIÓN HACIA LA SATISFACCIÓN DE UNA NECESIDAD; UNA FUERZA QUE AYUDA A QUERER, Y A LLEVAR A ACABO UNA ACCIÓN.

Jerarquías Motivacionales: Abraham Maslow



Clases de Motivación



Motivación Intrínseca

Surge dentro del sujeto. Obedece a motivos internos



Motivación Extrínseca

Se estima desde el exterior, ofreciendo recompensas

Tipos de motivos



Motivos No
Aprendidos

Necesidades
Fisiológicas
Hambre, sed, descanso.



Motivos Aprendidos

Necesidad de poder,
prestigio.



Motivos
Combinados

Deseo sexual,
comportamiento interno.

Emoción



Constituye un estado de desequilibrio en el organismo.



Representa una explosión repentina y desordenada ante un acontecimiento imprevisto.



Produce modificaciones orgánicas



Es un fenómeno de poca duración, imprevisto y a veces violento, que ocurre fuera de la conciencia y de la voluntad.

Componentes de la emoción

Componentes Fisiológicos

- Músculos en el rostro se contraen, ritmo cardíaco y respiratorio se acelera, presión sanguínea aumenta, semblante se congestiona, secreción salival se interrumpe.

Componentes Psicológicos

- Experiencia consciente claramente reconocible en nosotros mismo cuando experimentamos temor, vergüenza, culpa o cualquier otra emoción y nos comportamos en consecuencia.

Ambos componentes viven enlazados, de tal forma que en situaciones controladas ha sido posible reproducir, controlar o eliminar muchas otras emociones-

Manejo sano de las emociones

Reconocerlas

Vivenciarlas

Expresarlas





Conclusiones

- ✓ Existe un aporte teórico para explicar la motivación
- ✓ Hay diferentes tipos de motivación
- ✓ Cómo identificar las emociones
- ✓ Cómo manejar adecuadamente las emociones

Referencias

- Morris, Ch., & Maisto, A. (2011). *Introducción a la Psicología*. Pearson.