



PSYCHOLOGY

Chapter 5

VERANO
SAN MARCOS



MOTIVACIÓN Y AFECTIVIDAD

 **SACO OLIVEROS**



Los 7 Pilares de la Motivación

Todos se relacionan y afectan a Todos

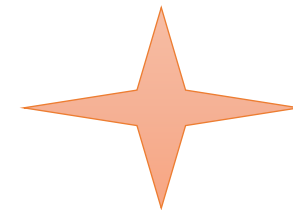
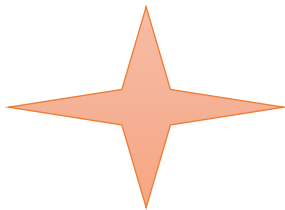


¿Qué puede motivar a una persona a realizar algo en la vida y que afectos identificas en las siguientes imágenes?



I. Definición de motivación

Es un proceso psicológico que se genera a partir de una **necesidad** la que, a su vez, produce un **motivo**, el cual va a orientar y dirigir la actividad consciente de un individuo hacia la **satisfacción** de dicha necesidad.





II. Características de la motivación

1. Cíclica

Es un ciclo permanente de las necesidades que se reinicia periódicamente.

2. Jerárquica

Se establece una escala de prioridades (necesidades mas importantes).

3. Homeostática

El proceso motivacional busca establecer un estado de equilibrio tanto biológico como psicológico.



4. Compleja

El sujeto busca desarrollar nuevas necesidades, siendo mas elaboradas y estructuradas.

5. Orientadora

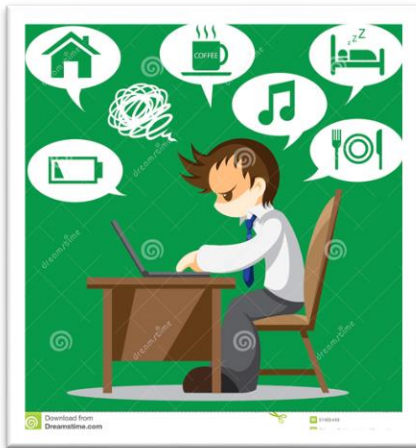
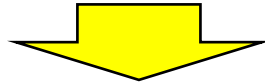
El sujeto dirige su comportamiento hacia la satisfacción de una necesidad determinada.

III. Ciclo o fases de la motivación

1. Estado Motivante: Estado de tensión que impulsa la conducta.

NECESIDAD: Estado de carencia fisiológica.

MOTIVO: Representación mental del objeto que puede satisfacer la necesidad.



2. Conducta motivada: Conjunto de acciones que despliega el sujeto para satisfacer la necesidad.

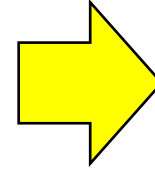
SELECTIVA: Elegir lo adecuado o de interés.

PERSISTENTE: Seguir intentando, hasta lograr el objetivo.

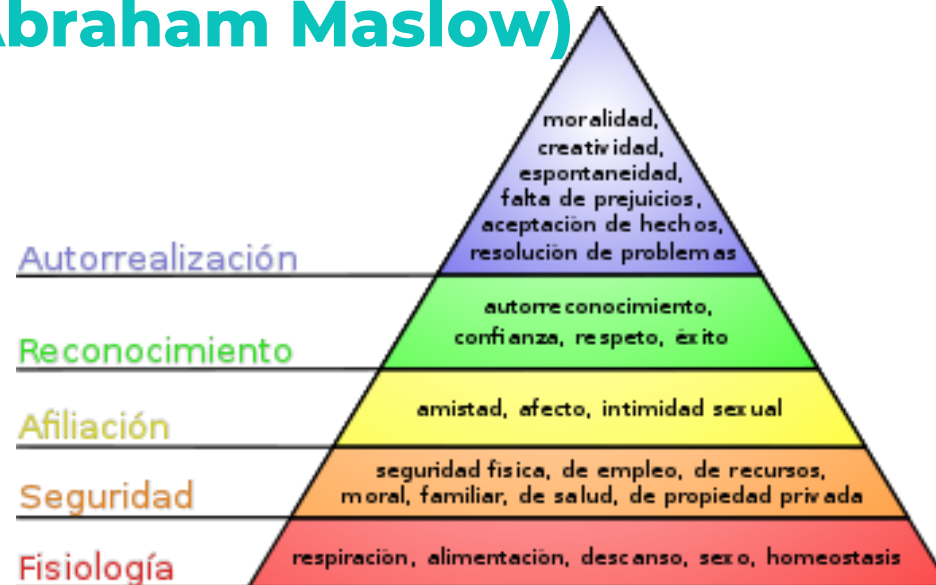
CONSUMATORIA: Poder realizar cumplir el hecho o suceso a necesitar.

III. Ciclo o fases de la motivación

3. Satisfacción del estado motivante:
Reducción o satisfacción del estado motivante.
Restablecimiento de la homeostasis.



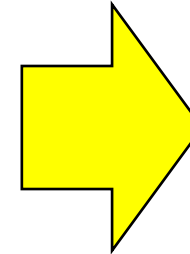
IV. Jerarquía de las necesidades (Abraham Maslow)



V. Clases de necesidades

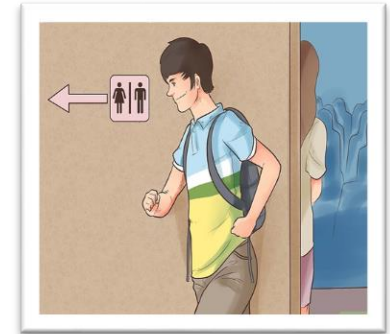
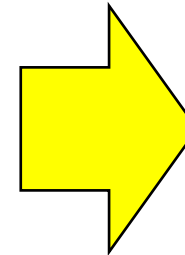
A. Biológicas:

Son producto de la **autorregulación interna**. Es propio de los animales e implican **una satisfacción inmediata y natural**, siendo irreprimibles e impostergables. Ejemplo: El hambre, la sed, el sueño, etc.



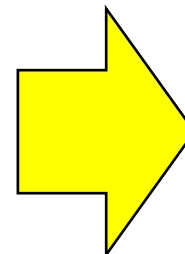
B. Biosociales:

Son fisiológicas cuya **satisfacción es regulada socialmente**. **Son conscientes, reprimibles y postergables**. Ejemplo: Sentir hambre en la hora de clases pero reprimirse hasta el receso ya que sería incorrecto hacerlo.



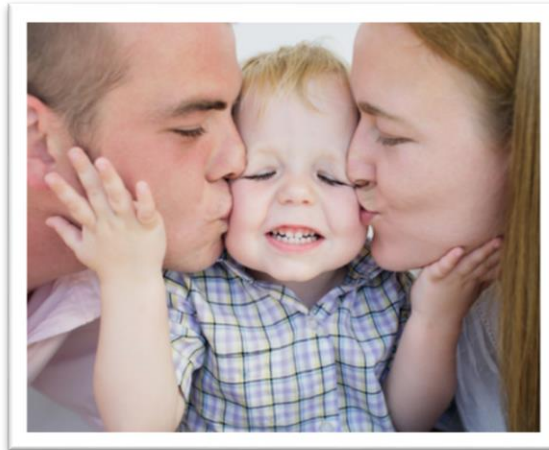
C. Psicosociales:

Se adquieren durante **el proceso de socialización y proviene del ambiente social en que se desenvuelve el individuo**. Están ligadas al desarrollo de la personalidad como la autonomía, la madurez, la autorrealización, etc.



I. Definición de los afectos

La afectividad (del latín *affectus*, afección por algo externo) **procesos psicológicos** producto de la correspondencia de las necesidades del sujeto con su entorno, **originando en él reacciones favorables o desfavorables**; las cuales, se expresan en estados de afectación: **emociones, sentimientos, estados de ánimo y pasiones.**



II. Características de los afectos

1. Amplitud

Ante los procesos afectivos, la personalidad en su conjunto se ve comprometida y se manifiesta en otras áreas de la vida diaria. **Externo e interno.**

2. Polaridad

Los procesos afectivos oscilan en dos polos o se expresan en extremos. **Es agradable o desagradable.**

4. Profundidad

Es el **grado de significación o importancia** que alcanza experiencia afectiva de un individuo. Mis padres y mis amigos.



3. Intensidad

Son los **diversos cambios a nivel fisiológico**, producto de una experiencia afectiva. Elevación de ritmo cardíaco, sudoración, etc.

6. Nivel

Es la **valoración social** que se atribuye a un afecto. Lo regular, lo bueno, lo mejor, lo excelente o lo sublime.

5. Intimidad

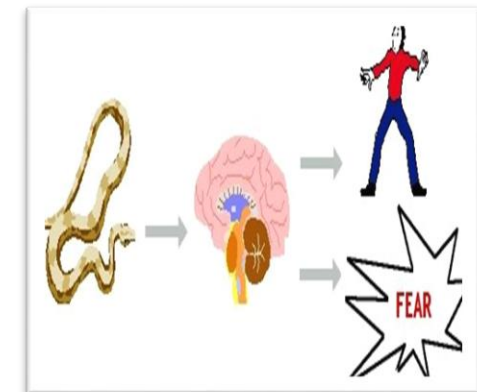
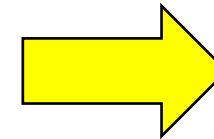
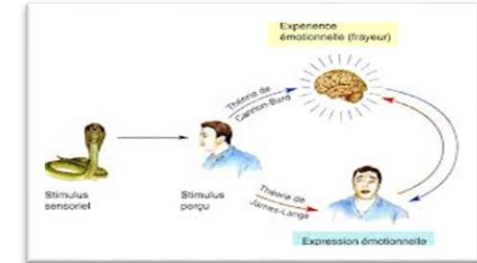
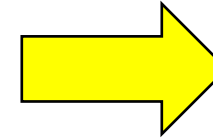
Es la **forma personal** en la que cada individuo experimenta un estado afectivo. El pensar algo.

III. Teorías

1. Teoría de James y Lange: La **reacción emocional precede a la experiencia emotiva**, es decir, cuando se adquiere consciencia de estos cambios corporales; se experimenta la emoción.

2. Teoría de Cannon y Bard: Indicaron que las emociones conscientes que **se experimentan proceden de una descarga del tálamo sobre la corteza cerebral, así la emoción actúa**. La reacción emocional y la experiencia emotiva ocurren simultáneamente.

3. Teoría de Schachter y Singer: La Teoría establece que **el origen de las emociones proviene, por un lado, de la interpretación que hacemos de las respuestas fisiológicas** periféricas del organismo, y de la evaluación cognitiva de la situación, por el otro, que origina tales respuestas fisiológicas.



IV. Manifestaciones afectivas

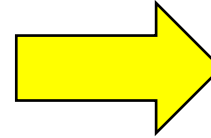
1. La emoción.

Es un proceso circunstancial (**origen súbito**) altamente intenso, pero de duración corta o **efímera (breve)**.

Ejemplo: el miedo, la ira, la alegría, el asco, la tristeza, etc.

A. Tipos de emociones

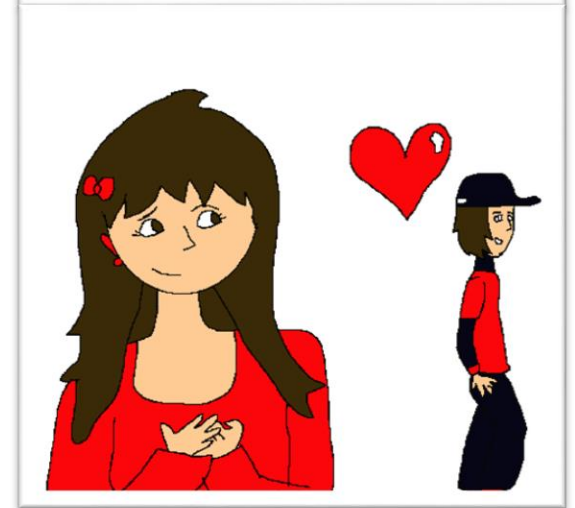
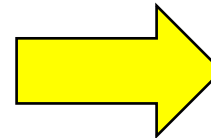
- a. Asténicas o pasivas
- b. Esténicas o activas



2. Los sentimientos.

Es un proceso afectivo que se forma en el individuo a través de su **experiencia social**. Se caracteriza por **ser prolongado en el tiempo** y de menor intensidad que la emoción.

Ejemplo: El cariño por nuestros compañeros de colegio, el amor a nuestra madre, el amor a la patria, etc.



IV. Manifestaciones afectivas

4. Los estados de ánimo.

Estado característico del sujeto que permite diferenciarlo de las demás. Es la formación afectiva relativamente estable, modificable circunstancialmente y que constituye una cualidad de la personalidad.

Ejemplo: Alegre, triste, sereno, optimista. etc.

3. La pasión.

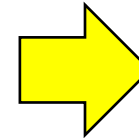
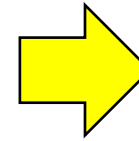
Es un proceso profundo, constante e intenso que involucra a toda la personalidad del sujeto, orientando su actividad hacia un objeto único e insustituible.

- **Pasiones altas o superiores**

Ejemplo: Entregar la vida al servicio de los necesitados.

- **Pasiones bajas o inferiores**

Ejemplo: Los ludópatas se entregan al vicio de juego de azar.



1. Un cambio brusco a nivel psicológico, como quedar anonadado y no pensar absolutamente en nada, se produce si experimentamos

- A) un estado de ánimo.
- B) una emoción asténica.
- C) un sentimiento.
- D) una pasión.
- E) una emoción esténica.



B) Una emoción asténica



2. Después de haber jugado un partido de fútbol, el cuerpo de los jugadores está deshidratado; ello conlleva a que quieran tomar alguna bebida, algunos de ellos prefieren tomar agua mineral, mientras otros optarán por una gaseosa. En este caso identifique qué elemento representa “la necesidad”.

- A) El partido de fútbol
- B) La preferencia por una bebida
- C) La deshidratación
- D) El querer tomar una bebida
- E) El deseo de jugar fútbol



B) Amnesia anterógrada.



3. La representación mental del objeto que puede satisfacer la necesidad cuando ante un terrible sol nos imaginamos una gaseosa, se conoce como

- A) incentivo.
- B) motivo.
- C) impulso.
- D) instinto.
- E) reforzador



A) Procedimental.

4. Cuando van apareciendo nuevas necesidades, cualitativamente superiores a las anteriores como eje del proceso de desarrollo personal, nos estamos refiriendo a la característica de la motivación denominada

- A) orientadora.
- B) impulsora.
- C) jerarquizadora.
- D) compleja.
- E) dinámica.



D) Compleja.



5. El hecho por el cual una emoción o un sentimiento puede afectar procesos cognitivos, volitivos e incluso fisiológicos expresa _____ de los procesos afectivos.

- A) la intensidad
- B) la profundidad
- C) la amplitud
- D) el nivel
- E) la intimidad



C) Amplitud.

6. Las oscilaciones de un estado afectivo a otro opuesto, que caracterizan, por ejemplo, al adolescente por la frecuencia con la que ocurre el cambio, se relacionan con una característica de la afectividad denominada

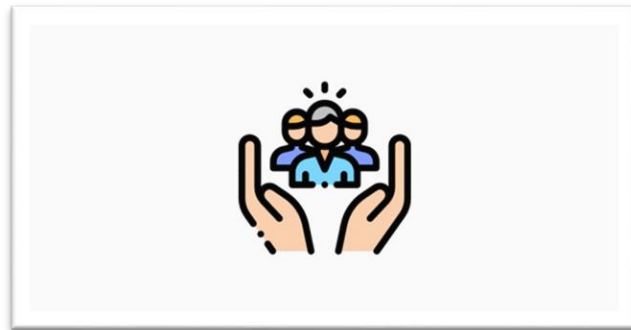
- A) intimidad.
- B) polaridad.
- C) intensidad.
- D) profundidad.
- E) nivel.



B) Polaridad.

7. Una persona con hambre, teniendo comida a su disposición podría en muchos casos, pese a estas condiciones, no comerlo. Existen diversos motivos para ello, por ejemplo, una huelga de hambre por motivos políticos, un ayuno por motivos religiosos, estar a dieta por razones estéticas; en fin, cada una de estas valoraciones aparecen como elemento de regulación del proceso de satisfacción de las necesidades humanas. Lo siguiente hace referencia a una necesidad

- A) biológica.
- B) biosocial.
- C) psicosocial.
- D) de seguridad.
- E) psicofisiológica.



B) Biosocial

8. Es un estado de déficit, en el cual el ser humano es consciente de su situación psíquica o fisiológicamente deficitaria. Este estado es por ello impulsor, va a inquietar y empujar a la persona a alguna forma de actividad.

- A) Motivo
- B) Conducta motivada
- C) Estado motivante
- D) Necesidad
- E) Motivación



B) Conducta motivada.

9. Es la representación que asume la forma de deseo de un objeto, al cual podemos llamar objeto-meta, en tanto se constituye en una finalidad.

- A) Motivo
- B) Emoción
- C) Necesidad
- D) Estado motivante
- E) Conducta motivada



A) Motivo.

10. Se relaciona más con la afectividad.

- A) Abstraer cualidades esenciales
- B) Evocar hechos pasados
- C) Captar propiedades físicas
- D) Desalentarse ante las dificultades
- E) Producir imágenes nuevas.



D) Desalentarse ante las dificultades.