

Psicología general (PSYC 210)
Guía de Estudio: Motivación y Emoción
Dr. Clara B. Jones

¿Qué es la motivación?: Es la manera o la forma en que las acciones son iniciadas, sostenidas y dirigidas.

Modelo General: necesidad → impulso → respuesta → objetivo → reducción de la necesidad → necesidad, etc.

¿Cuál es el valor de los incentivos?

1. Motivos primarios: supervivencia (p. ej. hambre, sed)
 - Los motivos primarios y la homeostasis (equilibrio corporal/ balance).
 - Estadio de equilibrio (rol del hipotálamo/glándula pituitaria).
 - Otros factores [p. ej., efectos del aprendizaje (cultura, condicionamiento, etc.)].
 - Desórdenes de la alimentación [p. ej., anorexia nerviosa, bulimia (abusar de la comida y purgarse) (factores endógenos y exógenos; tratamiento con Prozac)].

2. Motivos-estímulo: p. ej., sexo, exploración
 - Necesidad de estimulación (curva U invertida)
 - Ritmos circadianos [ciclos diarios (p. ej., sueño/vigilia). ¿Cómo se relaciona con el trabajo nocturno y el *jet lag* (síndrome de los husos horarios)?]

3. Motivos secundarios o aprendidos: p. ej., estatus social, logros.
 - motivación de la ganancia (McClelland)
 - miedo al éxito, asociado a la motivación de la ganancia. (¿Existe alguna diferencia sexual en estos dos procesos?)
 - Teoría de Benjamin Bloom: el impulso y la determinación, no el talento natural, determina el éxito.
 - Jerarquía de motivos de Maslow: necesidades básicas (comida, agua, sexo, autoestima, amor); necesidades de crecimiento (autorrealización); meta-necesidades (justicia, belleza, verdad).
 - “Inteligencia emocional”: Daniel Goleman (el éxito es determinado principalmente por las “habilidades sociales”, no por la inteligencia).

Motivación intrínseca (motivos, emoción y sentimientos) y extrínseca (premios/castigos)

EMOCIÓN (del Latín: “moverse”)

- retroalimentación acerca del estado del cuerpo (p. ej., cambios en el humor).
- Emociones primarias (miedo, disgusto, rabia)
- emoción y fisiología (p. ej., corteza frontal: control de impulsos)
 - tensión (*arousal*): “pelear o escapar” (*fight or flight*) [sistema nervioso autónomo (simpático/parasimpático); ¿existen diferencias entre sexos?]

Teorías de la Emoción

--Teoría de James-Lange: las emociones/sentimientos siguen la tensión del cuerpo y son el resultado de esta tensión.

--Teoría de Cannon-Bard: las emociones/sentimientos y la tensión del cuerpo ocurren simultáneamente y ambos comienzan con la actividad talámica.

--Teoría del Proceso Opuesto (habitación: conexión entre la motivación y la emoción): esta teoría afirma que cuando se experimenta un tipo de emoción, otra se suprime; por ejemplo, si un perro te asusta, la emoción del miedo se expresa y la calma se suprime. No hay mucha evidencia empírica para esta teoría.

--Teoría Cognitiva de Schachter: Las emociones ocurren cuando la tensión física es identificada o interpretada de acuerdo con experiencias previas o claves de la situación (esta es la teoría en uso actualmente).

Nota: Atribución: asignar causas a eventos.

Nota: Hipótesis de la Retroalimentación Facial (Paul Ekman): expresión de emociones.