

PERSONALIDAD Y EMOCIONES

- Motivación: algo empuja (intrínseco) / algo atrae (extrínseco)
- Conducta motivada:
 - Orientada frente a “errante”
 - Componente energético
 - Organizada jerárquicamente y vivencialmente (etapas del desarrollo)
 - Diferenciada culturalmente, familiarmente, socialmente
- Motivos:
 - Biológicos
 - Sociales:
 - De logro
 - De afiliación
 - De poder
- Teorías
 - La teoría humanista de A. Maslow (“Pirámide de Maslow, ver documento)
 - Las teorías cognitivas: la “atribución”, de Fritz Heider y la de B. Weiner (ver documento)
 - La frustración y los mecanismos de defensa en el Psicoanálisis (S. Freud, ver documento)
- Las emociones:
 - Emociones primarias/complejas (R. Plutchik):
 - Ocho emociones primarias: alegría/tristeza, ira/miedo, expectativa/sorpresa, agrado/repugn.
 - Las complejas: combinaciones de las primarias
- Fisiología de las emociones: (ver documento)
- Teorías sobre la conducta emocional:
 - W. James y K. Lange: la emoción es el resultado de la percepción del cambio fisiológico: “Estamos tristes porque lloramos”.
 - W. Cannon y Ph. Bard: activación fisiológica que prepara para la acción. Simultaneidad
 - S. Schachter (cognitivismo): fisiología e interpretación cognitiva
- El estrés: reacción (tensión) ante presión física, emocional o peligro
- Herramientas de defensa: autoestima, control emocional, vida equilibrada (personalmente y socialmente), criterios morales sólidos, actitud positiva. (Ver documento)

