



**UPF**  
UNIVERSIDAD  
PARA LA FAMILIA



## **LICENCIATURA EN PSICOLOGÍA CRISTIANA**

**ALUMNO: OSMAR EZEQUIEL LOPEZ RAMIREZ**

**MATERIA: LPF414**

**TEMA: QUE NOS IMPULSA EN LA VIDA.  
MOTIVACION.**

**FECHA: 11-06-2026**

## **CAPITULO 6. ¿QUE NOS IMPULSA EN LA VIDA?**

1.- con sus propias palabras explique De qué trata el estudio de la motivación de manera precisa, sencilla y concisa.

Trata de explicar en que forma el hombre es impulsado por instintos que le hacen tomar decisiones buenas o malas, consciente o inconscientemente.

2.- De acuerdo al texto, ¿cuáles son los cinco modelos principales acerca de la motivación? escriba una breve descripción del énfasis de cada una.

Por instintos: el resultado de un patron innato de comportamiento, determinado biológicamente en lugar de ser aprendido.

Por nuestras necesidades: se producen pulsiones para satisfacer nuestras necesidades biológicas básicas.

Por la excitación: la creencia de que tratamos de conservar determinados niveles de estimulación y actividad, aumentándolos o reduciéndolos, según se requiera.

Por los incentivos: presta atención en los estímulos externos mientras que el de las pulsiones presta atención a estímulos internos.

Por nuestros pensamientos: el papel que desempeñan los pensamientos, las expectativas y la comprensión del mundo.

3.- ¿Qué distinción en la motivación se hacen las teorías cognitivas? de acuerdo al texto, ¿qué consecuencia tiene esta distinción para la vida real?

Entre la motivación intrínseca y la extrínseca. Somos mas capaces de perseverar, esforzarnos y realizar trabajos de mejor calidad cuando la motivación para una tarea es intrínseca en lugar de extrínseca.

4.- ¿Quién fue Maslow Y qué teoría propuso? expliqué de manera concisa en sus propias palabras.

Pisocologo pionero de la psicología humanista, conocido por su teoría de la jerarquía de necesidades y la autorrealizacion.

5.- ¿Qué crítica se ha hecho en contra de la teoría de maslow? ¿Qué piensa usted al respecto?

Neher señalaba que en distintas sociedades mas sencillas, con frecuencia las personas tienen gran dificultad para cubrir sus necesidades fisiológicas y de seguridad pero son capaces de formar poderosos lazos sociales y poseen un firme sentido de autoestima.

6.- ¿Cómo enfoca el texto la relación entre las emociones y la motivación? ¿Qué piensa al respecto?

Es que las emociones pueden motivar a nuestro comportamiento, y también reflejan nuestra motivación subyacente.

7.- ¿Cuál es la relación entre la motivación y la predisposición del corazón según el autor? Escriba tres ideas prácticas acerca de cómo podemos mejorar la disposición de nuestro corazón.

En que el hombre siempre va a necesitar de Dios motivado espiritualmente, este o no este conectado con Dios. Mejorar la disposición de nuestro corazón, lo podemos hacer en oración, en lectura de la palabra de Dios y congregando.

8.- ¿Cuáles son los cuatro estados del ser humano (creyente) de acuerdo al texto? Provea una breve explicación para cada estado. Reflexione acerca de la relación entre los cuatro estados (por ejemplo, ¿Qué relación sostienen el uno con el otro?, ¿Hay algún otro estado que se puede agregar?, y otras preguntas que se le ocurran).

Por el pecado: cada humano no tiene por si mismo el sentido de buscar a Dios, Dios interviene.

Por la gracia: cuando se nace de nuevo el hombre desea agradar a Dios y amarle a el y al prójimo.

Por la gloria venidera: después de muerte hay una resurrección y esa gloria da un motivo presente pero que es futuro.

La motivación y nuestro sentido de misión-objetivos: el futuro que motiva al creyente de llegar a la perfección de Cristo, Él es la meta y el modelo a seguir.

Cada uno de estos estados surgen porque se decide creer y confiar plenamente en sus promesas y de que Él es fiel, es una vida con propósito en esta vida para llegar a ser una vida perfecta en el Reino de Dios. Nos motiva el poder amarle a Él porque Él nos amó primero y eso hace que vivamos una vida con sentido de poder glorificarle por el amor que nos ofreció y lo sigue dando.

9.- ¿Qué relación hay entre el amor y la motivación? ¿Cómo podemos aumentar la motivación de amor en nuestras vidas? Reflexione acerca de la siguiente pregunta: ¿Qué relación tiene el amor con las características de madurez cristiana presentadas por el autor? Escriba sus pensamientos al respecto.

Cuando amamos somos motivados a hacer cosas que le agradarían a la persona que lo recibe, así pues Dios no amó primero y eso hace que le amemos porque ha demostrado su amor para con el hombre de una manera que no hay otra igual. Cuando llegamos a madurar en el evangelio es porque sabemos que hay un amor por Dios que nos hace hacer las cosas correctas y agradables y haciendo eso maduramos con visión a Él.

10.- ¿Cómo puede ayudarle el contenido de esta lección en su trabajo? ¿Hay algo con lo cual está en desacuerdo? Explique.

Esto me ayuda a poder establecer mis motivaciones en el sentido correcto y poder canalizar cada emoción en la motivación correcta, depende de parte mía el poder tener una vida que ame a Dios porque por su amor que Él ofreció primero depende el mío y darle amor a mi prójimo y a Dios sobre todas las cosas, glorificándole con mis motivos por el amor que me ha dado.

## **CAPITULO 7. ¿QUE LE DA SABOR A NUESTRA VIDA?: EMOCIONES**

1.- ¿Cómo define el autor la realidad de las emociones? ¿Cuáles son algunas de las teorías sobre las emociones? Explique cada una de manera concisa, sencilla y precisa.

En que todos experimentamos sentimiento agradables y desagradables. Estos sentimientos tienen una intensidad que los caracteriza de efectos en nuestro cuerpo, en nuestros sentimientos y que influyen de modo variable en la conducta.

Algunas de las teorías son las de James – Lange: proponía que la experiencia emocional es una reacción ante sucesos fisiológicos que la anteceden, los cuales a su vez se producen como respuesta automática a sucesos ocurridos en el medio que rodea a la persona.

Teoría de Cannon-Bard: indicaba que las emociones producían como consecuencia cambios fisiológicos.

Teoría de Schachter – Singer: las emociones serían etiquetas ya que en función del contexto en que nos encontramos, identificamos la emoción en base a nuestro entorno y la comparación de nosotros mismos con las demás personas en la misma situación.

2.- De acuerdo al autor, ¿en qué dos dimensiones podemos comprender la naturaleza de una emoción? ¿Habrá otra(s) dimensión(es) posible(s) por ejemplo odio, rencor, deseos de venganza?

Si esta experiencia nos tensa o nos relaja, o si nos agrada o desagrada. Por ejemplo la ira es una emoción que nos tensa.

3.- ¿En qué tres formas nos permiten las emociones enfrentar situaciones peligrosas?

Ayudándonos a maximizar el uso de la energía en cortos periodos de tiempo; por ejemplo, dando un gran salto si nos percatamos que un perro nos quiere morder.

Mantener la ejecución de una actividad durante un periodo de tiempo mas largo de lo común; por ejemplo correr a gran velocidad por cuerdas y cuerdas para escapar de este perro que nos quiere morder.

Disminuyendo la sensibilidad al dolor y al cansancio; por ejemplo, no sentir tan fuerte la mordedura del perro, si finalmente este nos alcanza.

4.- De acuerdo al texto, ¿Cuáles son los cambios fisiológicos causados por situaciones negativas? ¿Puede recordar alguna experiencia similar en su propia vida?

Cambios en la resistencia eléctrica de la piel. Incremento de la presión arterial, aumento en la frecuencia cardiaca, respiración mas agitada, dilatación de la pupila y disminución de la secreción de saliva entre otros. Una vez me senti tan ansioso por por saber cómo me iba ir en mi emple nuevo y en la entrevista que me iban hacer.

5.- ¿Cuáles son las tres funciones para las emociones afirmadas por el autor? ¿Puede pensar en algunas funciones adicionales?

Prepararnos para la acción, encauzar nuestro comportamiento futuro, facilita nuestra interacción social. También a través de ellas expresamos lo que sentimos.

6.- ¿Cuáles son las emociones básicas o universales de acuerdo al texto? ¿Qué diferencia se sugiere entre las emociones y los estados de ánimo?

Ira, tristeza, temor, placer, amor, sorpresa, disgusto, vergüenza. Los estados de animo son menos intensos y duraderos que las emociones.

7.- ¿Cuáles son las dos formas generales de expresar las emociones? Provea ejemplos de ambas de su propia experiencia.

La comunicación verbal y la comunicación no verbal. Por ejemplo la comunicación verbal es aquella a través del lenguaje cuando pensamos y lo expresamos hablando o cuando se pregunta. El lenguaje no verbal es aquel expresado corpóreamente y las facciones que se reflejan teniendo características únicas y que se pueden reconocer en un momento de emoción, aunque en lo hablado la persona expresa otra cosa pero mas su cuerpo o reflejos corpóreos dicen lo contrario.

8.- Reflexione acerca de lo que el autor dice con referencia a la cuestión del género y las emociones. ¿Cómo concuerda (o no concuerda) con su propia experiencia?

Las emociones se expresan de diferentes maneras en cada genero, pero yo creo que si hay una diferencia cuando tenemos a cristo en nuestros corazones y poder expresar esas emociones y no reprimirlas en el caso del hombre, al igual que en la mujer, hay emociones que ella lleva por dentro, pero creo que estas pueden se

puestas en manos de Dios y sentir un alivio en el espíritu y alma. En lo humano y secular podemos concordar que esto pasa, de que las emociones pueden tener un efecto que viceversa entre ellos, pero en la vida de los hijos de Dios eso queda excluido pues Dios quien conoce los corazones y los escudrilla también conoce cada emoción para poder expresarla en su presencia.

9.- Lea las técnicas sugeridas por el autor para educar acerca de las emociones. Escriba sus reflexiones acerca de ellas. ¿Puede pensar en alguna técnica adicional?

Pasando lista a las emociones, enseñando el afecto; repetición, paciencia y mas repetición, cooperación, desacuerdos, enseñando a colocarse en el lugar del otro, mis fortalezas y mis debilidades; identificando emociones, ¿como son mis emociones?, el buzón de las emociones, el semáforo de las emociones, preparando mediadores.

Es bueno saber que podemos educar las emociones y mas cuando se educa en la vida de niños porque ellos son el fruto del mañana, podemos decir que las emociones en un niño se pueden educar sea un niño tranquilo u hostil, podemos poder ver las debilidades y fortalezas en la vida de ellos; pero es mucho mejor sacar las fortalezas de ellos y que sean primordiales en ellos durante su desarrollo a lo largo de la vida. En los adultos seria un poco complicado poder educar nuestras emociones pero creo firmemente que no seria imposible poderlo hacerlo, tenemos una ventaja en la edad adulta y es la conciencia de saber que podemos o necesitamos de un cambio en nuestros corazones.

10.- ¿Cómo puede ayudarle el contenido de esta lección en su trabajo? ¿Hay algo con lo cual está en desacuerdo? explíqueme.

Me puede ayudar a mi vida personal a poder aplicar cada concepto en mis hábitos y diario vivir, esto ayuda a que sea una persona más eficiente y poder transmitir en mis labores lo mismo sabiendo que se lo estoy integrando.