

CAPÍTULO 5

Motivación

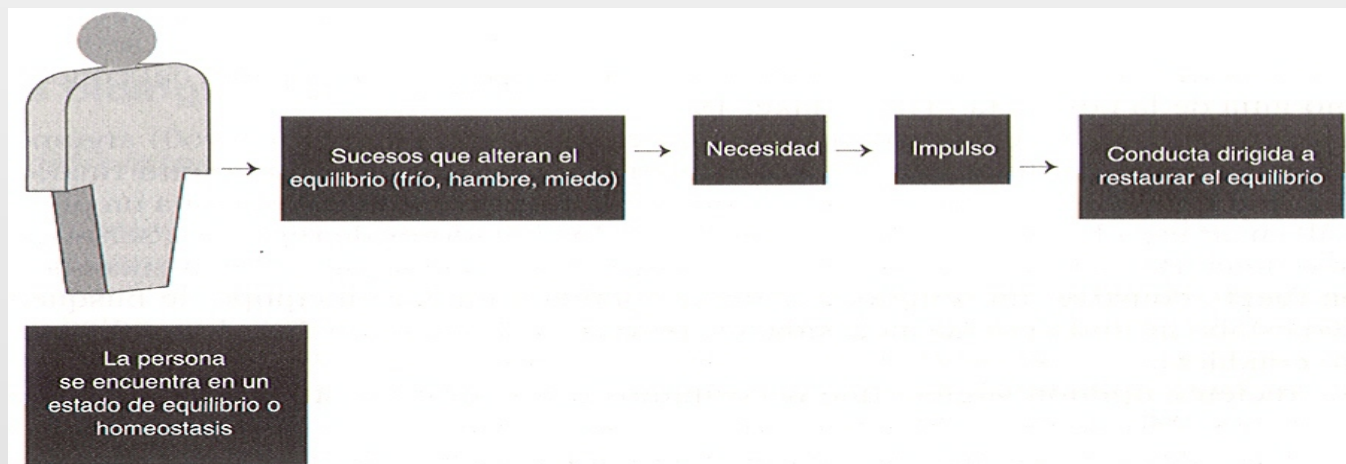
I. MOTIVACIÓN: DEFINICIÓN Y PRINCIPALES TEORÍAS

- Motivo
 - Estado que activa y dirige la conducta
 - Objetivos hacia los que se dirige nuestra conducta
- Tipos de Motivos
 - Primarios (hambre, sed, deseo sexual)
 - Necesidades biológicas
 - No son aprendidos
 - Comunes a todos los organismos
 - Necesarios para la supervivencia
 - Sociales (afiliación, agresión, logro)
 - Surgen de la aprendizaje y la interacción social
 - Organización jerárquica de los motivos (aunque no mucho apoyo)
- Determinismo vs. racionalismo o libre albedrío
 - Determinismo: ser humano reacciona automáticamente a fuerzas internas y externas
 - Racionalismo: ser humano hace elecciones libres sobre su conducta



Teorías sobre la motivación

- Teorías de motivación interna
 - Teorías del instinto
 - Predisposición innata para actuar
 - Ciertas claves externas podían también liberar instintos
 - Críticas:
 - Razonamiento circular: personas agresivas → instinto de agresión. Existe instinto porque vemos personas agresivas
 - No explican la variedad del comportamiento humano (algunos son agresivos mientras que otros no)
 - Teorías del impulso (drive)
 - Homeostasis: organismo intenta mantener constante su estado interno (ej. Termostato)
 - Críticas: Hay casos en que la conducta trata de aumentar el impulso en lugar de reducirlo (deportes de riesgo, películas de miedo)



- Teorías de motivación externa

- Teorías del incentivo

- Incentivo: estímulo externo con capacidad para motivar la conducta
 - Impulsos positivos: organismo se mueve hacia una situación
 - Impulsos negativos: organismo se mueve lejos de una situación

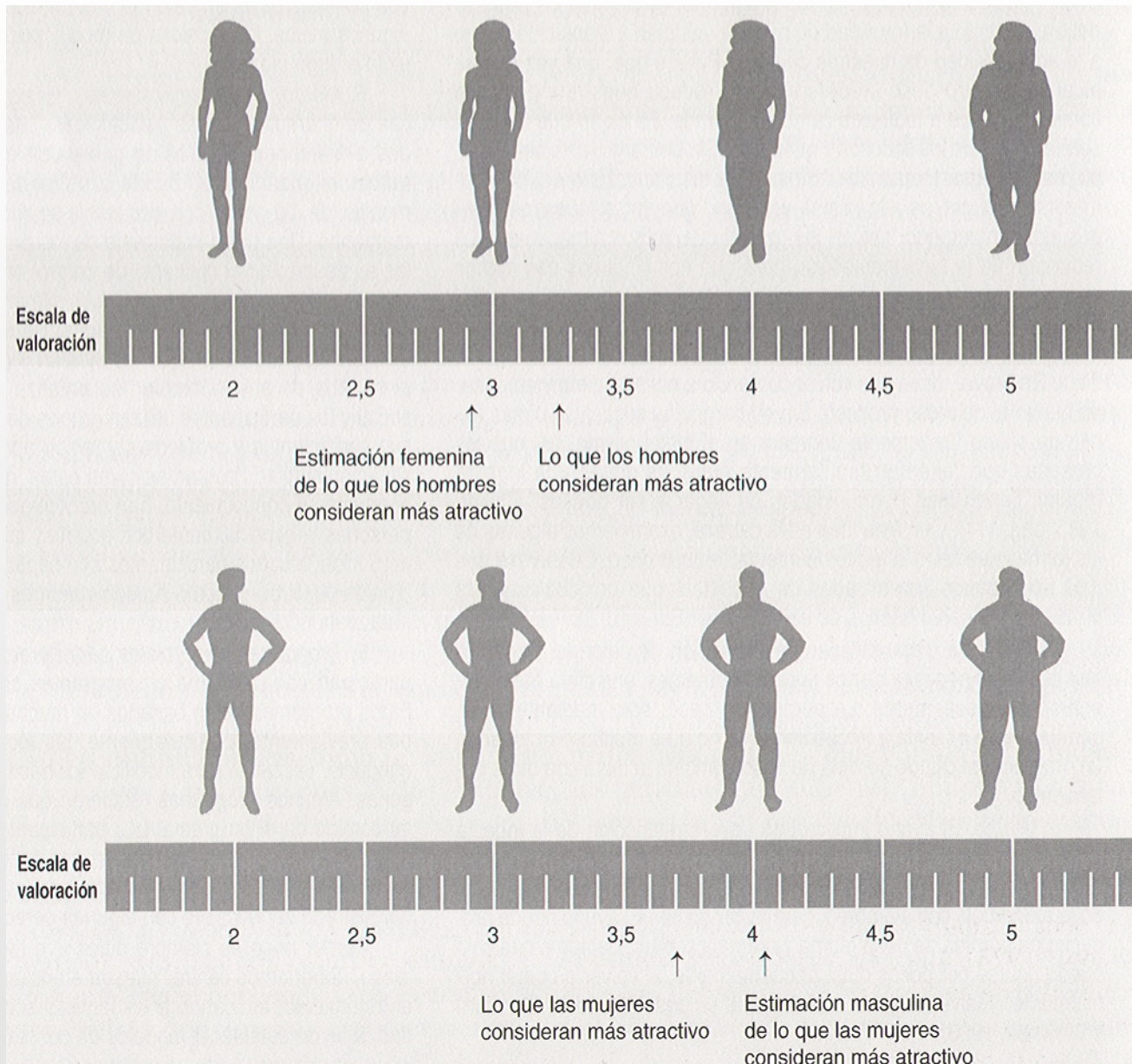
- Teorías cognitivas

- Teorías anteriores conciben organismo como empujado por fuerzas internas o externas
 - Conducta influida por planes y objetivos
 - Objetivo: punto final donde se quiere llegar
 - Plan: estrategias para lograr objetivo

II. MOTIVOS PRIMARIOS

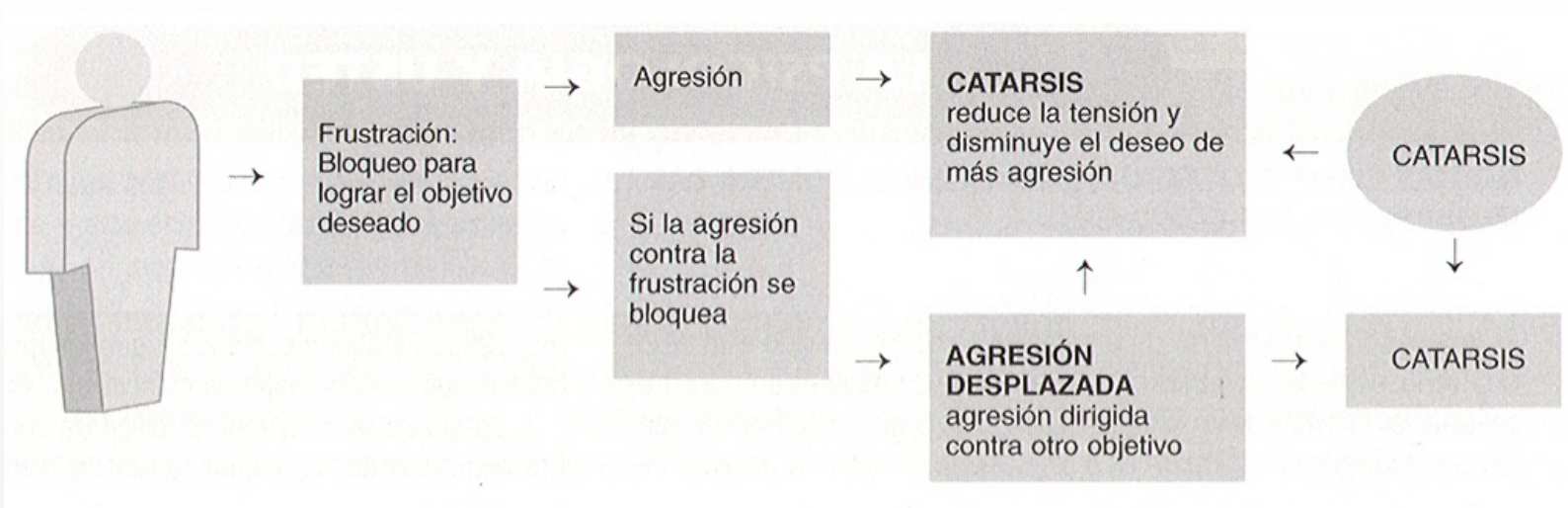
- **Hambre**
 - Bases biológicas: Impulso de hambre debido a combinación de factores:
 - Reacción intestinal (contracciones del estómago)
 - Nivel de glucemia
 - Importancia del sabor (comemos algo agradable después de saciados)
 - Peso corporal e ingesta a largo plazo: tendencia a mantener peso corporal a largo plazo. Lipocitos durante la infancia determina nuestro peso y conducta alimenticia a largo plazo → teoría del punto de ajuste
 - Trastornos del hambre
 - Obesidad
 - Anorexia nerviosa y bulimia
- **Sed**
 - 67% del agua dentro de células (intracelular)
 - 26% fuera de células (extracelular)
 - 7% en sangre
 - Agua intra y extracelular contiene 0.9% de sal (cloruro sódico)
 - Si aumenta la concentración de sal en fluidos extracelulares el agua sale de las células para restablecer equilibrio (ósmosis)
 - Osmorreceptores en hipotálamo sensibles a niveles de agua intracelular
- **Sexo**
 - Andrógenos (hormona sexual masculina) incrementa impulso sexual en hombres. Impulso se mantiene constante a lo largo del tiempo.
 - Estrógenos (hormona sexual femenina) incrementa durante ovulación. Impulso dependiente del ciclo
 - Importancia de las claves externas para los animales: Feromonas
 - Importancia de factores psicológicos y culturales en conducta sexual humana
 - Conducta sexual humana
 - Autosexual
 - Homosexual
 - Heterosexual
 - Continuo heterosexualidad – homosexualidad
 - Sexo coactivo: Violación y acoso sexual

Necesidades básicas universales	Respuesta cultural
<p><i>Metabolismo</i> (necesidad de alimentos sólidos, líquidos, ingreso de oxígeno, sueño, reposo)</p>	<p><i>Intendencia</i> (producir comida, disponer de agua, disponer de aire fresco)</p>
<p><i>Reproducción</i> (sexo)</p>	<p><i>Parentesco</i> (noviazgo, matrimonio)</p>
<p><i>Confort corporal</i> (abrigo, limpieza)</p>	<p><i>Refugio</i> (casas en las que vivir, fuente de agua, vestidos)</p>
<p><i>Seguridad</i> (escape, evitar peligros)</p>	<p><i>Protección</i> (costumbres, reglas, leyes, sistema de justicia)</p>
<p><i>Movimiento</i> (ejercicio corporal)</p>	<p><i>Actividades</i> (juego, deportes)</p>
<p><i>Crecimiento</i> (madurar psicológicamente)</p>	<p><i>Entrenamiento</i> (educación)</p>
<p><i>Salud</i> (mantenerse sano, ausencia de enfermedad)</p>	<p><i>Higiene</i> (salud)</p>

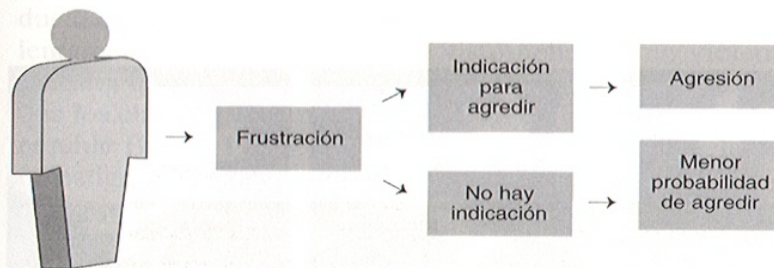


III. MOTIVOS SOCIALES

- Agresión y violencia
 - Teorías del instinto
 - Freud: instinto básico para agredir
 - Agresión se muestra si existe clave externa que la libere
 - Válido para animales pero no para hombre ya que agresividad depende de factores culturales y existen diferencias individuales
 - Teorías biológicas
 - Altos niveles de testosterona relacionados con agresividad
 - Teoría de la frustración-agresión
 - Agresión consecuencia de la frustración. Frustración → alguna forma de agresión
 - Frustración ocurre cuando no se consigue lo que se quiere, cuando se quiere
 - Cuando objeto directo de frustración no está disponible o nos supera → agresión desplazada
 - Si se libera tensión es menos probable que se agreda posteriormente → catarsis
 - Críticas:
 - Frustración no es única fuente de agresión
 - Frustración conduce a agresión sólo cuando interpretamos el sentimiento como cólera y la atribuimos a alguien.
 - Teoría del aprendizaje social
 - Aprendemos a través de la observación de modelos (aprendizaje vicario de Bandura)
 - Si los modelos agreden, aprendemos a agredir como ellos (experimento de niños en guardería)
 - La importancia de los medios de comunicación en la agresión
- Motivo de logro
 - Conducta impulsada por deseo de conseguir altos niveles de calidad en ejecución
 - Buscan tareas que supongan un reto
 - Tienen un modelo interno de calidad que intentan alcanzar
 - Suelen ser educados para ser independientes y suelen ser reforzados con cariño por actos independientes (si falla esto último no se consigue una alta motivación de logro)
 - Motivación intrínseca vs. extrínseca
 - Motivación extrínseca: aquella que depende de factores externos (dinero, regalos, etc). Conducta cesa cuando los incentivos externos no están disponibles
 - Motivación intrínseca: obtener satisfacción en la realización de tareas. Conducta se realiza sin esperar recompensa
 - La expectativa de recompensa puede destruir la motivación intrínseca. Si se da una recompensa para la realización de una tarea cuando ésta se está realizando por placer, la supresión de la recompensa conduce a la extinción de la conducta



A. Indicación para agredir



B. Cólera, atribución y culpa

