



TRABAJO PRÁCTICO

Facundo Navarro
5to B
"emociones y motivación"

TRABAJO PÁCTICO DE PSICOLOGÍA

Facundo Navarro

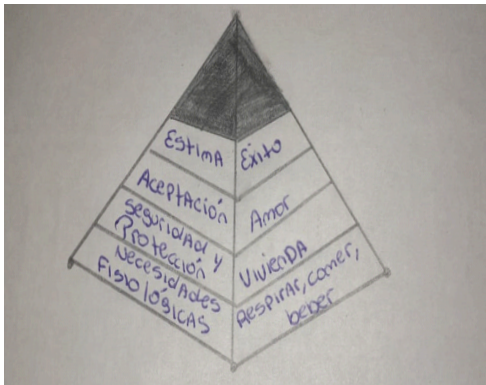
5to B

1. Definir motivación. ¿Qué lo motivó al personaje a salir entrenar?

La motivación es la explicación de la razón por la que una persona decide hacer algo.

El personaje de Michael se motiva a salir a entrenar más que nada por el apoyo y la influencia positiva que tuvo su nueva familia adoptiva, además la conexión que tuvo con su madre adoptiva y el deseo de no querer decepcionarla son cosas importantes que lo impulsaron a esforzarse y entrenar.

2. Dibuja la pirámide de Maslow



3. Definir que es un conflicto.

Cuando coexisten motivaciones contradictorias estamos frente a conflictos, Lo ideal no es la ausencia de conflictos sino el saber resolverlos de forma adecuada, acorde con nuestros sentimientos y necesidades

4. El conflicto principal de la película es:

El conflicto principal de la película es la lucha de Michael por encontrar su identidad y en cierta manera su lugar en el mundo. Además de que tiene que luchar con su pasado, con recuerdos y miedos.

5. Existen tres tipo de conflictos explica cada uno y intenta identificar en la película al menos un tipo de conflicto.

- Atracción-atracción: Dos motivos atrayentes pero incompatibles.
- Rechazo-rechazo: Dos situaciones desagradables pero debe optar por alguna
- Atracción-rechazo: Dos tendencias opuestas pero ambas son compartidas por el mismo objeto.

En la película podemos ver Atracción-rechazo : en el caso de Michael tiene una atracción hacia la vida que le ofrece su nueva familia adoptiva que representa más amor, apoyo y estabilidad, pero a la vez también enfrenta un rechazo hacia su pasado y los traumas relacionados con su infancia difícil. Esto crea un conflicto interno significativo para él.

6. Definir frustración. ¿Cómo es la tolerancia a la frustración del personaje?

La frustración es una situación que se experimenta cuando no se logra el objetivo deseado.

Es importante para el desarrollo de la personalidad aprender a superar frustraciones, ya que la tolerancia es lo que posibilita emprender nuevos objetivos.

A medida que la película avanza nos muestra como el personaje de Michael va evolucionando en su manera de pensar haciendo que su tolerancia a la frustración vaya cambiando.

Al principio debido a su difícil infancia y experiencias traumáticas muestra una tolerancia muy baja a la frustración ya que se siente inseguro y abrumado muchas veces, pero mientras la película avanza muestra como su tolerancia a la frustración comienza a aumentar, más que nada por el apoyo de su nueva familia adoptiva.

7. Los obstáculos para conseguir lo que uno desea puede ser interno, si depende de uno mismo, o externo, cuando se deben a otras personas o circunstancias. ¿Que tipos de obstáculos tendría Michael?

El personaje sufría obstáculos tanto externos ya que Michael provenia de un entorno muy empobrecido y ha tenido que lidiar con la falta de recursos y oportunidades en su infancia.

Y también tuvo que enfrentar obstáculos internos como su inseguridad ya que él lucha con la falta de confianza en sí mismo debido a su pasado. Y esto lo lleva a menudo a que se sienta fuera de lugar.

8. Completa el siguiente cuadro.

	Definición	Ejemplo de la película
Emoción	Estado afectivo intenso y de breve duración y acompañado de cambios corporales	La escena en la que Michael se enfada y rompe las luces de la casa
Sentimiento	Estado afectivo de mayor duración que la emoción y menor intensidad que la pasión	La escena en la que la familia Tuohy le da la bienvenida a Michael en su hogar y lo hace sentir parte de la familia.
Pasión	Estado afectivo intenso, que puede ser duradero y estable. De muy fuerte incidencia en el comportamiento, da la sensación de que domina todo el comportamiento	La escena en la que su nueva mamá adoptiva se apasiona por ayudar a Michael y lucha incansablemente para que tenga una vida mejor

9. Completa la clasificación de las emociones



10. Busca ejemplos en la película sobre las siguientes emociones:

Ejemplo de alegría: cuando Michael es finalmente aceptado en el hogar de su familia adoptiva siendo una alegría muy grande al poder experimentar el amor y la calidez

familiar.

Tristeza: hay momentos en los que Michael recuerda su pasado doloroso lo que le provoca demasiada tristeza.

Irá: cuando Michael escucha a sus antiguos compañeros en el barrio burlarse o hablar mal de su nueva familia adoptiva y más que nada de su madre siente demasiada ira.

Asco: en algunas escenas Michael muestra algo de asco por las condiciones en las que vivió antes, como la violencia que había en su barrio.

Miedo: uno de los principales miedos que podemos ver en Michael a lo largo de la película es el temor a que su familia adoptiva no lo acepte completamente o que lo abandone como ocurrió en su infancia

11. Enumera los cambios que ocurren en la familia una vez que Michael integra a la familia

Cambios en la familia

1. La familia se vuelve más unida y amorosa
2. Michael forma lazos cercanos con los miembros de la familia especialmente con su nueva madre adoptiva.
3. Todos aprenden sobre las dificultades que enfrenta Michael y se vuelven más comprensivos
4. La familia empieza a hacer más cosas juntos como asistir a partidos de fútbol.
5. La familia comienza a ver el mundo desde una nueva perspectiva entendiendo mejor las luchas sociales y económicas todo esto Gracias al impacto que hizo Michael en sus vidas

12. ¿Qué le dice la madre adoptiva en el entrenamiento?

Durante el entrenamiento, su madre se acerca y le dice claramente, como el protege a su familia ahora debe proteger a su equipo. Le recuerda a Michael que no hay cosa más importante que la familia y que ahora su equipo es su familia

13. Opinión personal: ¿Qué mensaje te dejó la película?

La película un sueño posible nos muestra diversos mensajes pero el que más noté fue la empatía y la aceptación ya que se destaca la necesidad de ser empáticos con aquellos que vienen de contextos diferentes, la película nos invita a reflexionar sobre las diferencias sociales y raciales promoviendo la aceptación y el entendimiento