

Előadások és javasolt irodalom az “Általános Pszichológia 3” tanegységhez (motiváció - emóciók)

1.) A motiváció definíciója, a motiváció témakörének alapfogalmai (ösztön, szükséglet, drive, homeosztázis, incentive, stb.). A motiváció-koncepció fejlődésének történeti áttekintése. A motiváció fiziológiai vonatkozásai. A humanisztikus pszichológia (Maslow) motiváció-koncepciója.

2.) Primer motivációk: A táplálkozás szabályozása (perifériás és centrális kontroll-mechanizmusok), a táplálékfelvételt befolyásoló pszichológiai tényezők. A táplálkozás zavarai (obesitas, anorexia nervosa, bulimia nervosa) **Irod.:** Túry, F., Szabó, P.: Bulimia nervosa. Irodalmi áttekintés. *Psychiatria Hung.* 1991;6:43-59.; Szabó, P.: Bulimia nervosa: egy modern betegség. *Természet Világa* 1992;123: 252-254., Túry, F. és mtsai: Anorexia nervosa. Irodalmi áttekintés I-II. *Psychiatria Hungarica* 1993;8: 301-314. és 387-408. oldal.; Túry F., Szabó P.: A táplálkozási magatartás zavarai: anorexia nervosa és bulimia nervosa. *Medicina Kiadó, Budapest, 2000;* Szabó Pál: Az evészavarok: anorexia nervosa és bulimia nervosa. *Debreceni Disputa* 2007; 7: 82-87; Túry Ferenc, Pászthy Bea (szerk.): *Evészavarok és testképzavarok. Pro Die, Budapest, 2008*

3.) A szexualitás pszichológiai vonatkozásai. Az ivadék gondozás.

4.) A támadó magatartás motivációja. Biológiai tényezők (hormonok, idegrendszer) szerepe. Az agresszivitást magyarázó elméletek (pszichoanalízis, frusztráció-agresszió hipotézis, Bandura szociális tanulás elmélete, Berkowitz elmélete). Az agresszivitás csökkentésének lehetőségei.

Irod.: Hárdi I. (szerk.): *Az agresszió világa. Medicina, Bp., 2000;* Szabó Pál: *Agresszivitás: előnyök és veszélyek.* In: Bencze L. (szerk.): *Gyökér és gyümölcs. Nemeshegyi Péter köszöntése. Corvinus Kiadó, Bp., 1998, 293-311. old.*

5.) A menekülő magatartás motivációja: félelem, szorongás. A félelem és szorongás fogalma, típusai. Fiziológias és patológias szorongás (generalizált szorongás, pánik, fóbiák, kényszerbetegség, PTSD). A szorongás kialakulásának mechanizmusai, a szorongás csökkentésének lehetőségei.

6.) Selye stressz-elmélete. Stressz és stresszor, az általános adaptációs szindróma. A stressz következményei, pszichoneuroimmunológia. A stresszt befolyásoló tényezők, coping, Lazarus elmélete. A-típusú személyiség. **Irod.:** Szabó P.: *Halálunk és a stressz. A stressz szerepe a betegségek kialakulásában. Természet Világa* 1993; 124: 255-258.

7.) A segítő viselkedés motivációja, altruizmus.

8.) Az intrinsic motiváció fogalma A kognitív motivációk alapjelenségei, exploráció, kutató motiváció (optimum arousal-elmélet, szenzoros deprivációs kísérletek, szenzoros élménykeresés).

9.) Teljesítmény-motiváció.

10.) Az emóció-témakör alapfogalmai. Érzelem-definíciók, az érzelmek osztályozása: alap-érzelmek, dimenzionális megközelítés. Az érzelmek vizsgálata (fiziológiai módszerek, érzelem-kifejezés, szubjektív élmények).

11.) Klasszikus érzelemelméletek (James-Lange elmélet, Cannon-Bard elmélet), ezek kritikái. Újabb emóció-elméletek (Schachter és Singer kétfaktoros elmélete, Valins hamis-feedback kísérletei, Solomon és Corbitt elmélete, Scherer komponens-folyamat elmélete).

12.) Az érzelmek észlelése, nonverbális szenzitivitás, empátia. Az érzelem és az érzelem-kifejezés biológiai vonatkozásai (aszimmetria, lateralizáció). Patológiás emocionális jelenségek, alexithymia. **Irod.:** Szabó P.: Könnyek: a vízi energia leghatékonyabb formája ? Az emocionális sírás titkai. Természet Világa 1990;121:222-223.; Szabó P.: A sírás biológiája és pszichológiája. Erdélyi Pszichológiai Szemle 2000; 1:49-56., Oatley, K, Jenkins, K: Érzelmek. Osiris, Budapest, 2001

13.) Az érzelmek és a kogníció kapcsolata. Az érzelmek és az emlékezés kapcsolata.

A legfontosabb szakirodalmi források a motiváció-emóció témakörben:

Magyar nyelven:

- 1) Bányai É., Varga K. (szerk.): Affektív pszichológia. Medicina Kiadó, Budapest, 2012
- 2) Fiske, ST: Társas alapmotívumok. Osiris Kiadó, Budapest, 2006
- 3) Oatley, K, Jenkins, JM: Érzelmek. Osiris, Budapest, 2001
- 4) Pléh Cs., Boross O.: Bevezetés a pszichológiába. Osiris Kiadó, Budapest, 2004
- 5) Barkóczi I., Séra L. (szerk.): Az emberi motiváció. Szöveggyűjtemény. I. és II. kötet. Nemzeti Tankönyvkiadó, 1994
- 6) Barkóczi I., Séra L. (szerk.): Érzelmek és érzelemelméletek. Szöveggyűjtemény. I. és II. kötet. Tankönyvkiadó, Budapest, 1992

Angol nyelven:

- 1) Brewerton, DB (ed): Clinical Handbook of Eating Disorders. Marcel Dekker, Inc., New York, 2004;
- 2) deCatanaro, DA: Motivation and Emotion: Evolutionary, Physiological, Developmental, and Social Perspectives. Prentice Hall, Upper Saddle River, New Jersey, 1999;
- 3) Edwards, DC: Motivation and emotion. Evolutionary, physiological, cognitive, and social influences. Sage Publications, Thousand Oaks, California, 1999;
- 4) Ferguson, ED: Motivation: A Biosocial and Cognitive Integration of Motivation and Emotion. Oxford University Press, New York, 2000;
- 5) Lewis, M, Haviland-Jones, JM (eds): Handbook of Emotions. Guilford Press, London, 2004;
- 6) Reeve, J: Understanding motivation and emotion. John Wiley & Sons, Hoboken, 2005;
- 7) Thompson, JK (ed): Handbook of Eating Disorders and Obesity. John Wiley & Sons, Chichester, 2004;
- 8) Treasure, J, Schmidt, U, van Furth, E (eds): Handbook of Eating Disorders. John Wiley & Sons, Chichester, 2003

GYAKORLAT:

A témakörökhöz kapcsolódó módszereket ismerni kell.

Irod.: Düll A., Varga K.: Általános pszichológiai gyakorlatok II. Nemzeti Tankönyvkiadó, 1994

Vizgakérdések az Általános Pszichológia III. tanegységhez (Motiváció - emóciók)

Vizgakérdések a “motiváció” témakörből

1) A motiváció definíciója, a motiváció témakörének alapfogalmai (ösztön, szükséglet, drive, homeosztázis, incentive, stb.). A motiváció-koncepció fejlődésének történeti áttekintése; 2.) A motiváció fiziológiai vonatkozásai; 3) Primer motivációk: A táplálkozás szabályozása (perifériás és centrális kontroll-mechanismusok), a táplálékfelvételt befolyásoló pszichológiai tényezők. A táplálkozás zavarai (obesitas, anorexia nervosa, bulimia nervosa); 4) A szexualitás pszichológiai vonatkozásai. Az ivadékgyondozás; 5) A támadó magatartás motivációja. Az agresszivitást magyarázó elméletek; 6) A menekülő magatartás motivációja: félelem, szorongás; 7) Stressz; 8) A kognitív motivációk alapjelenségei (optimum arousal-elmélet, szenzoros deprivációs kísérletek, szenzoros élménykeresés); 9) Az intrinsic motiváció fogalma, exploráció, kutató motiváció.; 10) Teljesítmény-motiváció; 11.) A humanisztikus pszichológia (Maslow) motiváció-koncepciója

Vizgakérdések az “emóció” témakörből

1) Az emóció-témakör alapfogalmai. Érzelem-definíciók, az érzelmek osztályozása, alap-érzelmek; 2) Klasszikus érzelemelméletek, ezek kritikái; 3) Újabb emóció-elméletek; 4) Az érzelmek vizsgálata. Az érzelmek pszichofiziológiája, érzelmkifejezés, szubjektív élmények; 5) Pozitív érzelmek: szeretet, altruizmus; 6) Az érzelmkifejezés biológia vonatkozásai, patológiás jelenségek. Az alexithymia; 7) Az érzelmek észlelése, nonverbális szenzitivitás, empátia; 8) Az érzelmek és az emlékezés kapcsolata

Számonkérés: mind a nappali, mind levelező tagozaton 2 írásbeli zárthelyi dolgozat (ZH) a szorgalmi időszakban. Ez nem feleletválogató teszt, hanem szöveges válaszokra lesz szükség.

Vizsga: írásbeli és szóbeli. Az írásbeli rész “beugró” a szóbelihez: a témakör alapvető kérdéseire kell röviden válaszolni. A szóbeli vizsgán 1-1 tételt kell kifejtetni a motiváció, illetve emóció témakörből. A vizsga írásbeli része alól mentesül az, aki a zárthelyi dolgozatot legalább 60%-os eredménnyel teljesíti.

Debrecen, 2014. szeptember 8.

Dr Szabó Pál egyetemi docens

Debreceni Egyetem, Pszichológiai Intézet