**III BLOK**

Opiekun medyczny, Elementy psychologii i socjologii, nauczyciel: Agata Zapała

TEMATY:

**Proszę zapoznać się z podstawowymi informacjami na poniższe tematy:**

Procesy emocjonalne i motywacyjne oraz ich znaczenie w życiu człowieka.

Osobowość człowieka – czynniki wpływające na rozwój osobowości.

TREŚCI DO PRZECZYTANIA

Procesy emocjonalne

* EMOCJE - to zjawiska psychiczne wyrażające nasz stosunek do otoczenia. Człowiek w swoich działaniach odnosi się do ludzi, rzeczy, zjawisk, działań innych ludzi i ten stosunek może być mniej lub więcej uświadomiony. Emocje to przeżycia proste przebiegające gwałtownie i trwające względnie krótko.
* Posiadają 3 cechy:

Znak – „+” i „-”  
  
Intensywność - siła z jaką przeżywamy, stopień pobudzenia układu nerwowego.  
  
Treść - strach, obrzydzenie, radość

* Ekspresja emocji – wyrażanie ich, (nie) możemy nad nią panować ☺,
* spór: co jest pierwsze emocja czy ocena,
* wpływ emocji na procesy poznawcze

Zasady pomagająco – przeszkadzające

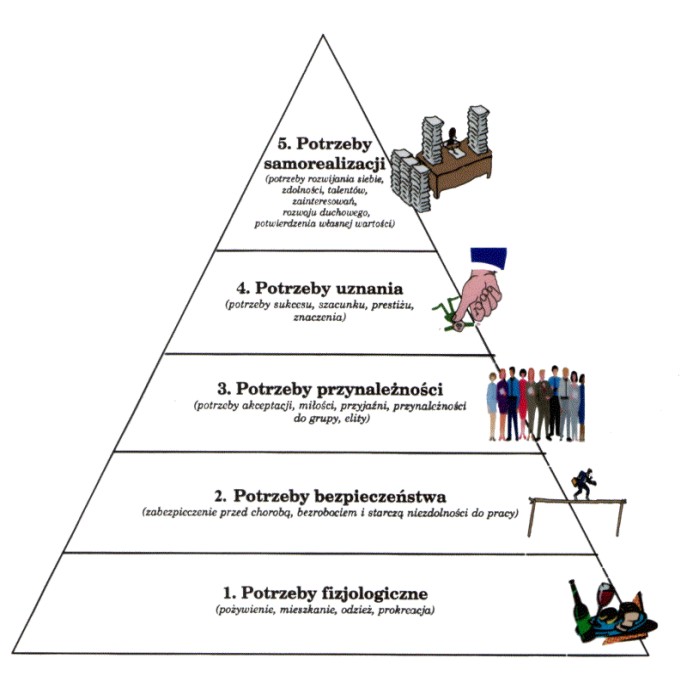
* **brak emocji (obojętność)** – z bodźca czerpiemy tylko informację, zorganizowanie ślubu obcej osobie,
* **minimalny stan natężenia emocji** – sprzyja procesom umysłowym (bez względu na znak), organizujemy swój ślub, do którego jest jeszcze rok,
* **emocje o średniej sile** – wyraźny wpływ na przebieg czynności poznawczych i korespondują wprost z treścią emocji, nasz ślub- za miesiąc,
* **emocje o silnym natężeniu** – wyłącza mechanizmy regulacji zachowania, wszystkie czynności podporządkowujemy procesom emocjonalnym, osoba ślepa na to co się dzieje wokół niej, realizuje tylko swój stan emocjonalny (szał, furia), partner uciekł sprzed ołtarza.
* w powstawaniu emocji bierze udział biologia, powstają pod wpływem układu nerwowego i gruczołów wydzielania wewnętrznego,

- „cielesne” przejawy emocji: gęsia skórka....

PROCESY WYKONAWCZE

* **PROCESY WYKONAWCZE** - wpływają na organizowanie działań jednostki - sterują działaniem, dzięki nim tworzą się ciągi uporządkowanych czynności, kształcą one nawyki, umiejętności i sprawności. Czynnikami aktywizującymi człowieka do działania są **potrzeby, zadania i cele**. Czynnikami ukierunkowującymi są **motywy (dlaczego to zrobiłeś?) Motywy = niezaspokojone (jeszcze) potrzeby.**
* **POTRZEBA** - to **brak** w organizmie czegoś, co jest niezbędne do utrzymania równowagi organizmu i dobrego funkcjonowania.

PODSTAWOWA PIRAMIDA POTRZEB WG MASLOWA



OSOBOWOŚĆ CZŁOWIEKA

* **Osobowość** – złożony zbiór właściwości psychicznych, wpływających na charakterystyczne wzorce zachowań danej jednostki, niezmienne w czasie i w różnych sytuacjach.
* **Typy osobowości:**
* najwcześniejsza teoria typów: **Hipokrates**. Sądził on, iż ciało zawiera 4 podstawowe płyny, inaczej *HUMORY*, z których każdy wiąże się ze szczególnym *TEMPERAMENTEM*, wzorem zachowań i emocji.

Potem grecki lekarza **Galen** zasugerował, że **osobowość** jednostki zależy od danego humoru w organizmie:

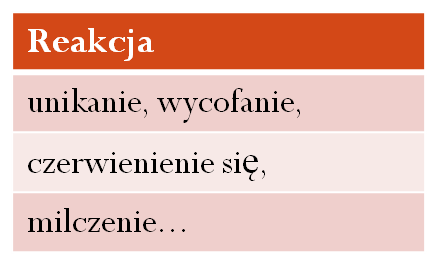
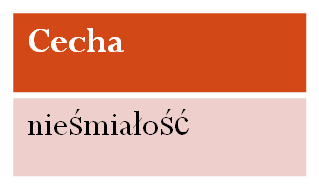
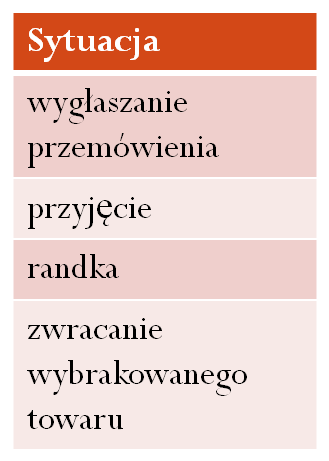
* krew, temperament sangwistyczny: wesoły i aktywny,
* flegma, temperament flegmatyczny: apatyczny i ospały,
* czarna żółć, temperament melancholiczny: smutny i zadumany,
* żółć, temperament choleryczny: łatwo wpadający w złość i pobudliwy.

Współczesne koncepcje typów osobowości:

* Frank Sulloway:
* koncepcja oparta na kolejności urodzin:
* organizmy różnicują się w celu odnalezienia niszy, w której mogłyby przeżyć,
* dzieci pierworodne maja gotową niszę, natychmiast zyskują miłość i uwagę rodziców, starają się podtrzymać to poprzez podporządkowanie,
* dzieci urodzone później muszą znaleźć sobie inną niszę, „urodzeni buntownicy”, którzy starają się celować w inne dziedziny niż ich rodzeństwo, rozwijają w sobie „otwartość na doświadczenia”, są bardziej innowacyjni....

Teorie cech:

* Teorie cech zakładają istnienie wymiarów ciągłych, takich jak inteligencja czy życzliwość.
* Cechy są trwałe i powodują, że ludzie zachowują się w ten sam sposób w różnych sytuacjach, np. w jaki sposób może przejawiać się uczciwość, lenistwo



Cechy w ujęciu Allporta

Trzy rodzaje cech:

* cechy podstawowe,
* cechy główne,
* cechy drugorzędne.

**Cechy podstawowe** to cechy wokół których jednostka organizuje swoje życie. Dla Matki Teresy cechą podstawową mogłoby być poświęcanie swojego życia dla innych...



**Cechy główne** reprezentują zasadnicze, charakterystyczne dla danej osoby właściwości, takie jak uczciwość czy optymizm...

**Cechy drugorzędne** to specyficzne, osobiste właściwości, pomagające przewidzieć zachowanie człowieka, ale mniej przydatne do zrozumienia jej osobowości, np. preferencje dotyczące jedzenia, ubierania się...

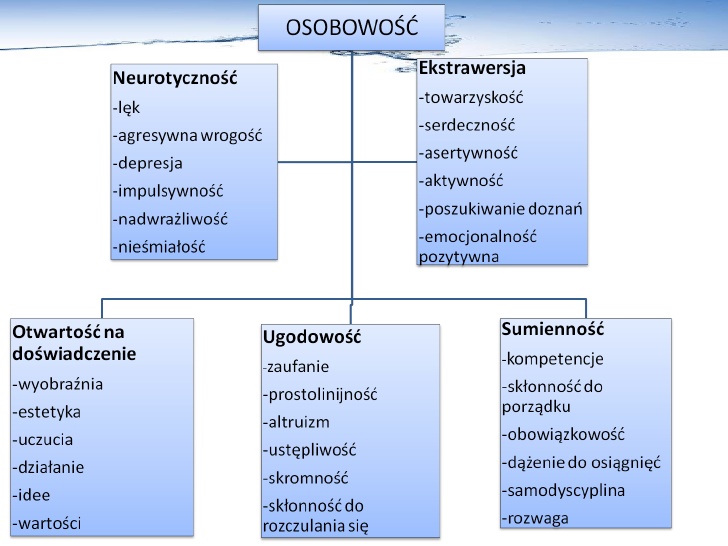
Koło osobowości wg Eysenck’a



3 główne wymiary:

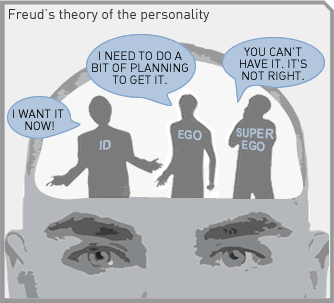
* **ekstrawersja**: ukierunkowany do wewnątrz vs. ukierunkowany do zewnątrz,
* **neurotyczność**: zrównoważony emocjonalnie vs. niezrównoważony emocjonalnie,
* **psychotyzm**: (uprzejmy i liczący się z innymi vs. agresywny i antyspołeczny),

**Model Wielkiej Piątki/ Model pięcioczynnikowy**

****

**Struktura osobowości wg Freuda**

* W psychoanalizie, podstawą jest koncepcja struktury osobowości. Według Freuda, nasza osobowość składa się z trzech elementów: *id*, *ego* i *superego,*
* na każde nasze zachowanie wpływ ma zarówno id jak i pozostałe elementy.



* Id to pierwotna energia, która zasila pozostałe systemy. Jego celem jest zachowanie optymalnego poziomu energii w organizmie. Jeśli więc jest jej zbyt dużo, id dąży go tego aby ją rozładować.
* Id bywa nazywane naturalnym popędem, albo też wewnętrznym dzieckiem, działa bowiem właśnie jak dziecko, które chce unikać przykrości i dążyć do przyjemności.
* **Ego** to element kontaktujący się ze światem zewnętrznym. To ego wie co trzeba zrobić aby osiągnąć zadowolenie i obniżyć poziom energii. Ego jest w stanie odróżnić to co jest rzeczywiste i istnieje w świecie zewnętrznym od tego co znajduje się jedynie w wyobraźni człowieka. Ego decyduje o działaniu i o tym na jakie bodźce nastąpi reakcja organizmu.
* **Superego** nazywane jest sumieniem lub poziomem społecznym. Przechowuje ono wszystkie nakazy i zakazy społeczne, moralne, prawne. Superego hamuje nieakceptowane społecznie impulsy id i dąży do doskonałości w rozumieniu wpojonych człowiekowi wartości i zasad.

Struktura osobowości:

* Wszystkie trzy elementy osobowości współpracują ze sobą, tworząc jedną spójną strukturę, która powoduje że jesteśmy tacy jacy jesteśmy.
* Przykład:
* Kiedy jesteśmy głodni, id zaczyna domagać się usunięcia napięcia, czyli głodu. Ego wie, że aby zjeść, trzeba wyjść z domu i udać się do sklepu z jedzeniem bądź do restauracji. Superego zaś mówi nam, że nie można ukraść jedzenia, tylko należy za nie zapłacić. Takie są bowiem normy społeczne.
* W rzeczywistości, kiedy jesteśmy głodni, idziemy na zakupy a potem przygotowujemy posiłek, a cały proces z tym związany jest spójny i płynny, bo nasze elementy osobowości dobrze ze sobą współpracują.

Czynniki wpływające na rozwój osobowości:

* aktywność własna,
* środowisko biologiczne (np. zróżnicowanie geograficzne) i społeczne,
* role społeczne,
* osoby znaczące,
* przejmowanie wzorców,
* rola oddziaływań wychowawczych,

Osobowość jako system:

* **Osobowość jako system** to wewnętrzny system regulacji pozwalający na **adaptację i** wewnętrzną integrację myśli, uczuć i zachowania w określonym środowisku w wymiarze czasowym (poczucie stabilności). Jest to zespół względnie trwałych cech lub dyspozycji psychicznych jednostki, różniących ją od innych jednostek.

Regulacyjna funkcja osobowości:

* Ujęcie Reykowskiego
* Osobowość, rola regulacyjna wobec zachowania, na przykładzie dominującego typu regulacji...



* Osobowość wg Reykowskiego to naczelny system regulacji, integracji i kontroli działania.
* Dzięki wykorzystaniu wiedzy swoje popędy można hamować...
* Np. wiedząc, że jedzenie w kinie nie wypada, możemy powstrzymać swoje popędy dotyczące głodu, albo...
* posiadając określony zasób wiedzy możemy się powstrzymać od załatwiania potrzeb fizjologicznych w publicznym miejscu.

Reykowski dokonuje podziału na dwa subsystemy:

* JA- zbiór informacji na własny temat,
* NIE JA- wszystko to, co jest poza jednostką.
* Nasze zachowanie zależy od różnych typów regulacji.
* 3 typy: równorzędny i 2 dominujące:
* ***Typ równorzędny*** polega na zachowaniu pełnej równowagi między JA i NIE JA, co w rzeczywistości jest raczej niemożliwe.

Dwa pozostałe typy są możliwe co do występowania:

* 1) JA dominuje nad NIE JA – **typ egocentryczny** – osoba w swoim mniemaniu jest ważniejsza od świata: może przyjąć formę ekspansywną: osoba chce ciągle więcej (nawet kosztem innych), mimo, że ma już zaspokojone potrzeby, lub formę obronną – osoba jest ogólnie zadowolona z tego co posiada, ale bardzo agresywnie reaguje, gdy ma się czymś podzielić- „ja nic nie chcę od świata, ale światu też nic nie dam”...
* NIE JA dominuje nad JA – **typ prospołeczny:** forma allocentryczna: osoba podporządkowuje swoje potrzeby innym, np. matka poświęca się dla dziecka, forma socjocentryczna: osoba podporządkowuje się dużym anonimowym grupom, ideom,
* czy typ prospołeczny też może przyczynić się do patologii?

Główne nurty w psychologii osobowości:

* **psychoanaliza** – skoncentrowana na postrzeganiu człowieka zdeterminowanego nieświadomymi popędami,
* **behawioryzm** – mocno akcentujący wpływ czynników zewnętrznych na kształtowanie się osobowości,
* **teorie humanistyczne** – całościowe i personalistyczne ujęcie człowieka, natura jest dobra lub neutralna (nigdy nie jest zła – tak jak w psychoanalizie), skupiają się na przyszłości, samorozwoju, samorealizacji.

**Poniżej znajdują się zagadnienia do samodzielnego opracowania. W razie potrzeby skonsultowania kwestii zadań do samodzielnego wykonania jestem do Państwa dyspozycji. Proszę o wiadomość na adres: azapalaproedu@gmail.com**

**- jeśli Państwa odpowiedź, którą chcą Państwo skonsultować będzie napisana odręcznie to proszę zeskanować lub wykonać zdjęcie i przesłać na adres: azapalaproedu@gmail.com**

ZADANIA DO SAMODZIELNEGO OPRACOWANIA

1. Proszę opisać poszczególne czynniki wpływające na rozwój osobowości.

2. Proszę na wybranym przez Państwa przykładzie opisać przykładowe zachowanie osoby ekstrawertycznej ale równocześnie zrównoważonej emocjonalnie.

**Proszę wykonać test a następnie sprawdzić odpowiedzi. W razie wątpliwości proszę skontaktować się ze mną pod adresem: *azapalaproedu@gmail.com***

TEST SPRAWDZAJĄCY + ODPOWIEDZI

1. Neurotyczność głównie charakteryzuje się:

a) poszukiwaniem nowych doznań,

b) skłonnością do porządku,

c) nadwrażliwością,

d) altruizmem.

2. Potrzeba bezpieczeństwa to:

a) zabezpieczenie przed chorobą,

b) inaczej potrzeba uznania,

c) potrzeba akceptacji,

d) najbardziej podstawowa potrzeba w Piramidzie Maslowa.

Prawidłowe odpowiedzi:

1c, 2a.