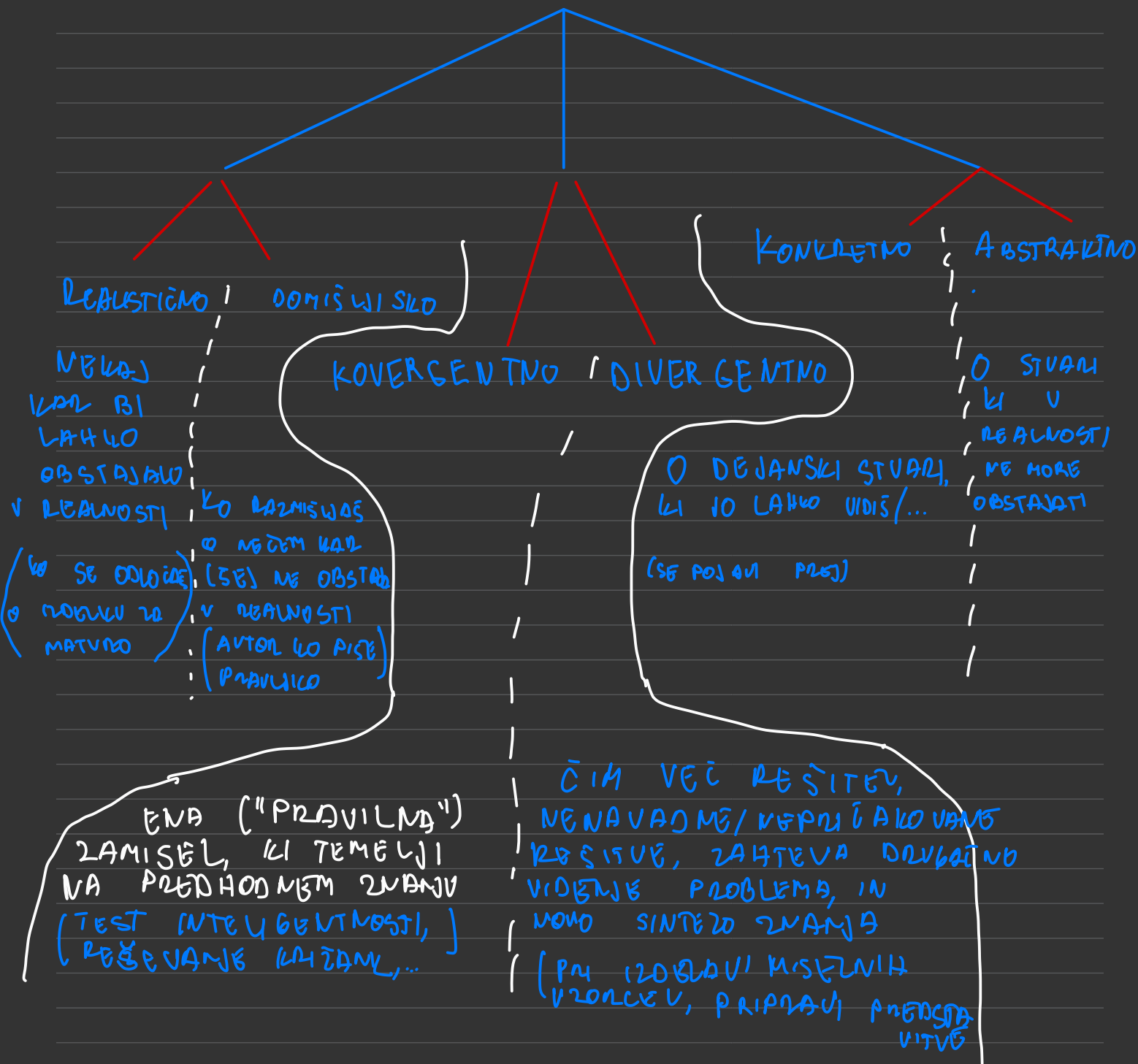



MISLJENJE



ČUSTVA

PROCESI, KI IZRAŽAJO VREDNOTENJE ZUNANJEGA SVETA

IMA OBJEKTI V KATEREKA JE USMERJENO

KOMPONENTE ČUSTEV:

1. SUBJEKTIVNO DOŽIVLJANJE: PR: JEZEN SEM, VESEL SEM

2. KOGNITIVNA OCENA: PUPIS PO MENA, POMENBOST SITUACIJE,
ZGODI SE IZJEMNO HITRO IN AVTOMATIČNO

(PR: UČITELJ JE BIL PEŠTRANSKI, DOBIL SEM VIŠJO KAZNO
KOT SOŠOLEC)

3. FIZIOLOŠKO UZAVRJEVANJE: FIZIOLOŠKE SPREMEMBE (PR: HITREJŠE
ALI GLBOKO DIHANJE, POROČEN DANAŽ, GLASUJŠE/TIŠJE GOVORJENJE)

4. ČUSTVEN IZRAZ: SPREMEMBE VEDEBJA (ALOO POGLUBEC,
STISNOŠ PEST, ...)

AFEKTI

KRATKOTRAJNO
MOČNO
ČUSTVO

ZMANJŠAN NAČRAN NA
VEDENJEM

RAZPOLOŽENJA

DOLGOTRAJNO
SIBLO
ČUSTVO

TUČNISO ČUSTVENO
PODLAGO DO ŽIVLJANJA
IN VEDENJA.

TEMELJNA

STRAH, JEZA, VESELJE, GUVS,
PASENEŽENJE, ŽALOST

UM VERZALNA, PRIROJENA

KOMPLEKSNA

LJUBEZEN, SO VRAŠTVO, POMOS, ZA VIST,...

SO MAUČENA

POJAVISO SE KASVEJE V RAZVOJU

PRILAGODITVENA FUNKCIJA:

PRILAGAJANJE OKOLIŠČINAM

MASLOW: "DOLEK NIŠO ZAGOTOVLJENE OSNOVNE
POTREBE TUDI VIŠJE NE MOREJO BITI"

→
POMANJLJIVOST: MI VEDNO RES (LEGNO: MNO VOJMO SO LJUDJE DISALI
DESMI (KOGNITIVNA POTREBA), KLIVAS
NEZADOVOLJEN POSREJ DO VARNOSTI)

FAVSTACIJA: DOČIUVANJE OVINB AM DOSEGANJU CILJA

KONFLIKTI:

- +/+ KONFLIKT - ODOČAŠ JE MED DUEMA + CILJEMA
(NPR. V KATEN RESTAVRACIJI A/ JEDLI)
- -/- KONFLIKT - ODOČAŠ SE MED DUEMA - CILJEMA
(NPR. NE DA SE TI VČIT VONDA TE JE STRAN SLABE OCENE)
- +/- KONFLIKT - CILJ IMA POZITIVNO IN NEGATIVNO PLAT
(NPR. ZALJUBLJENI SE JE NEČ DNI VOZIL OENOG HIŠE
LJUBLJENE OSEBE, VONDA SI IANAD STRAKU PO
ZAVRATVI NI VRAJ POZVONITI)

ALI

KO SE AM MALU ODOČAMO MED MEZONAVO - A
DAMO JEDLO IN ZONAVO - A NE TAD OROJNO

STRES

STRESORJI - DRABLSAJ, EI ITH DOČIUVANJO KOT PROENJO A/ IZTIV

▲ EUSTRES - "DOBRI STRES" - SPOSOBJA DOVEKA

▲ DISTRES - ŽEOLIV STRES - ZAVINA DOVEKA, ZANAV STANU PO MEUSPEHU

