

1. **Opiši razliko med motivi potiskanja in motivi privlačnosti!** Če se pojavi neka potreba (pri m. potiskanja fiziološka, pri m. privlačnosti psihološka) jo pri k. potiskanja izpolnimo, pri m. privlačnosti pa to naredimo če je to seveda prav.
2. **Naštej nekaj organskih in nekaj psiholoških potreb!** O: hrana, kisik; P: ljubezen, ugled
3. **Kako doživljamo pojavljanje potrebe in kako njeno zadovoljitev?** Pojavljanje potrebe doživljamo kot pomanjkanje nečesa, njeno zadovoljitev pa kot izravnavo tega pomanjkanja, če gre za fiziološko ali organsko potrebo, če gre pa za psihološko si pa z izravnavo tega pomanjkanja zastavimo nov cilj.
4. **Na nekaj konkretnih primerih opiši in primerjaj homeostatično in progresivno zadovoljevanje potreb!** Ko smo lačni iščemo hrano in ko se najemo nam sitost ne bo pomenila nič in hrane ne bomo več iskali (homeostatično), ko smo pa na primer na tekmovanju, pa prehitimo tekmovalca pred nami si postavimo kot nov cilj naslednjega tekmovalca (progresivno)
5. **Katere vrednote so zlasti pomembne za sožitje in urejanje odnosov med ljudmi?** Družinske, socialne, demokratične, socialne.
6. **Skušaj odkriti bistvene razlike med motiviranim obnašanjem pri živalih in ljudeh.** Živali svoje potrebe zadovoljujejo nagonsko, ljudje pa na socializiran način, ki se ujema z okoljem v katerem živi.
7. **Latinski pregovor »Najprej je treba živeti, šele potem filozofirati« se ujema s teorijo o hierarhiji motivov. Kako?** Najprej moramo zadovoljiti nižje (fiziološke, organske) motive, nato pa šele višje (psihološke – varnost, ljubezen, ugled, samoaktualizacija)
8. **Zakaj se mora človek pogosto odreči neposrednim in takojšnjim nagonskim zadovoljstvom?** Zaradi okolja. Upoštevati mora norme, navade in vrednote družbe in okolja v katerem živi.
9. **Kaj so po Freudu prava gibalna naša zavestna volje?** Nezavedni nagonski impulzi in nezavedno delovanje družbene in moralne norme.
10. **Kaj pomeni trditvev, da ima volja socialni izvor?** Na naše odločitve vplivajo družina in širši družbeni krog (po Vigotskem). Družina vpliva z vzgojo, vedenjem, pogovori...[]s tem se oblikujejo naše vrednote. Odločitve sprejemamo v skladu z našimi vrednotami.
11. **Katere so najbolj pogoste frustracije in konflikti, ki jih doživljajo tvoji vrstniki?**
12. **Kako se razplete obnašanje v konfliktni situaciji? Ali ostane privlačnost konfliktnih ciljev vseskozi enaka? Kaj se zgodi, če se ta privlačnost spremeni?** Obnašanje v konfliktni situaciji se razplete kompromisno. Privlačnost konfliktnih ciljev se spremeni: pri ambivalentnem cilju najprej prevladuje +, ko se mu pa približamo prevlada -. Če se ta privlačnost spremeni se lahko z njo spremeni tudi naša odločitev glede tega čila.
13. **Naštej nekaj oblik vsakdanjega eustesa in distresa. kateri so najpogostejši vsakdanji drobni stresi, pozitivni in negativni? Kaj pomenijo za kakovost našega življenja?** E: srečanje s prijatelji, sošolci; D: slaba ocena; mini stresi: rdeča luč, slabo vreme. Evstresi naše počutje izboljšajo, distresi ga pa poslabšajo, včasih povzročijo celo psihosomatske motnje (ulkus, povišan krvni tlak, sladkor).
14. **Kateri dogodki povzročajo duševne in življenjske krize?** Težki življenjski dogodki (smrt bližnjega, bolezen, invalidnost). V mladosti jo povzročajo šola, družina itd., v starosti pa nedoseženi cilji.
15. **Kdaj lahko soočanje s psihično obremenitvijo ocenimo kot konstruktivno in uspešno?** Ko je obremenitev odpravljena.
16. **Zakaj je izid obrambnega reagiranja po navadi kompromisen?** S pomočjo obrambnega mehanizma se moramo vesti čim manj, saj so posledice nevrotске težave.
17. **a1, b5, c2, d6, d4, e3**