**FREUD** vidi smisel volje in zavestnega delovanja v tem, da nam omogoča obvladovanje nagonov, v kolikor je to nujno za obstanek in medsebojno sožitje.

Z zavestno voljo lahko nagonske težnje zadovoljimo na družbeno sprejemljiv način

Zavestno delovanje ni neodvisno, je nezavedno motivirano.

1. je pod vplivom nagonskih impulzov, katerih se ne zavedamo več
2. je pod vplivom moralnih zahtevk, ki so nam jih privzgojili. Na nas delujejo nezavedno, ker smo jih interiorizirali

nadjaz

ono

J

A

z

ZAVEDNO ali ZAVESTNO

NEZAVEDNO

meja

**ONO ali ID**- prestavlja rezervoar psihične energije, s katero mi razpolagamo. Vsebuje instinkte in nagone. Ono ne pozna zakonov, pravil in deluje na primitiven način. Za ID velja načelo ugodja. Teži k takojšnji in brezpogojni zadovoljitvi. Tak proces nagonskega zadovoljevanja teženj imenujemo primarni proces.

**JAZ ali EGO**- ga izoblikujemo; črpa energijo iz onega in je njegov posebej izoblikovani del. Zanj velja načelo realnosti. Upošteva stvarnost, logiko in realne odnose. Proces zadovoljevanja je sekundarni.

**NADJAZ ali SUPEREGO**- to so naše sprejete družbene norme in zahteve okolja. Predstavlja vest, egoideal.

**FIAT DOŽIVETJE** (fiat- tako naj bo)  v fazi odločitve  **VETO DOŽIVETJE** (veto- tako naj

ne bo)

## DINAMIKA MOTIVOV

Motivacijski pluralizem– več motivov hkrati (če so vsi skladni je OK; če so neskladni  KONFLIKT)

POTREBA/ OSEBA

CILJ

OVIRA

**Frustracija**- stanje oviranosti v motivacijski situaciji; ovira nam preprečuje, da bi dosegli nek cilj

- Pozitivna  izziv, da se še bolj potrudimo  ko presodimo, da bomo oviro premagali

- Negativna  če nam ne uspe / že od začetka dvomimo v uspeh

**Ovire**- vse pojavi, ki preprečujejo zadovoljitev potrebe

Zunanje

Notranje  konflikti (oba sta ti naklonjena, koga boš izbrala??)

**KONFLIKTI –** sočasno delovanje nasprotnih motivov, ki se vzajemno izključujejo

- vrste konfliktnih situacij

* **+ - +**  ali približevanje- približevanje
  + oba sta mi enako všeč, oba sta mi naklonjena, koga izbrati?  upočasni naše delovanje
* **– - –** ali izogibanje- izogibanje
  + Ali ne grem v šolo ali pa dobim slabo oceno
  + Ne da se mi učit : slab uspeh
* **+ - –** ali približevanje- izogibanje
  + Cilj je ambivalenten  nasprotujoči si vrednoti
    - Dobra služba : velika oddaljenost, ni dopusta
    - Am- nasprotna
    - Bi- dvojna
    - Valenca- vrednost

Ko smo daleč od cilja se mu radi približujemo, ko smo blizu je težje

**Podoben primer**:

ko greš k zobozdravniku

izogibanje

približevanje

Daleč od cilja

Blizu cilja