

# Tudat

Durkheim: a „szellemi jelenségeket” jelenti, intellektualizált társadalmi termék.

Kollektív reprezentációk.

Freud: A lelki élet összefogója.

**Tudat**  Kontrollált éber állapot.

Főbb funkciói:

- A környezet és önmagunk folyamatos figyelése.
- Önmagunk vezérlése / elindít és végigvisz kognitív és motoros folyamatokat. /

## A jelen idot terhelo tudati funkciók:

- figyelem,
- rövid ideju emlékezet / STM /,
- kereso funkciók az LTM-ben,
- tervezés, anticipáció,
- helyzetértékelés,
- problémamegoldás,
- beszéd,
- érzékelés, idoérzékelés,
- mozgáskoordináció,
- viselkedés kontroll.

# **Tudatelottes**

## **/S.Freud /**

Emlékek gondolatok, amelyek pillanatnyilag nem részei a tudatnak, de a tudatba emelhetők.

# Tudattalan

**S. Freud:** Olyan emlékek, impulzusok, vágyak, amelyek hozzáférhetetlenek a tudat számára, de befolyásolják gondolatainkat, cselekedeteinket.

**Jungnál** a tudattalannak óriási mértékben korrekatív, kiegyensúlyozó, a realitás tiszteletbentartására into, de a felsőbbrendű emberi célok irányába mutató vezérlo tendenciái is vannak.

# Módosult tudatállapotok

- Meditáció
  - relaxálás, ellazulás
  - másképp szemlélni a világot
- Hipnózis (hüpnosz – alvás )

Verbális kontroll (hipnotizor) hatása alatt megváltozik az

  - érzékelés
  - emlékezet
  - akarat

# Szenvedélybetegségek, tudatmódosítók

Ismétlodo viselkedésforma, amelyet a személy kényszeresen végrehajt, bár ez rá és (többnyire) környezetére **káros**.

Tudatmódosítók, drogok

- Stimulánsok amfetaminok, ecstasy, koffein...
- Depresszánsok opium, morfium, ...
- Halucinogének LSD, **cannabis**, ...

# Figyelem

Az észlelés összpontosítása, az ingerek közti hangsúlyozás, szelekció.

Biológiai hátterét az arousal /agyi aktiváció/ biztosítja.



# Arousal

Általános agyi aktivációs szint (és rendszer). Éberségi, gerjesztettségi állapot.

A szellemi és fizikai teljesítőképesség idegi (és hormonális) előfeltétele.

# Motiváció

Szükséglet-kielégítést és célirányos viselkedést kiváltó késztetés. Szelektív aktivitás.

# Motívum

Olyan tényező, amely megszabja,  
vagy módosítja törekvéseinket,  
cselekedeteinket.