

## Tartalom

A motivációk fajtáinak, tulajdonságainak részletesebb áttekintése, elsősorban abból a szempontból, hogy bizonyos dolgokra azért érzünk késztetést, mert az adott biológiai és társadalmi formában létezőnk, másokra viszont ettől függetlenül is.

## Megjegyzés

A motivációk azok a különféle módok, ahogyan a lélek jól vagy rosszul érezheti magát. Alapvető jellemzőiket 'Az elme szerkezete' téma tárgyalja. Jelen téma viszonylag hosszú és meglehetősen filozofikus, szinte az egész apró betűvel is van szedve. Inkább csak azoknak lehet érdekes, akiknek van kedvük mélyebben eltűnődni rajta, hogy mik mozgatnak bennünket.

# Forma, öntudat, motivációk és érzelmek

(Azonosító: 042; Változat: 01)

## Pozíció a műben

**Előszó**

**A világ működése**

**Bevezetés**

**Elvek**

**Alapok**

**Élet**

**Elme**

**Az elme jelenségei**

**Forma**

A forma alapjai

Forma, öntudat és érzékek

## **Forma, öntudat, motivációk és érzelmek**

Forma, öntudat és gondolkodás

A boldogság eredete és a forma hatalma

**Boldogság**

**Ember**

**Társadalom**

**Egység**

**Program**

**Az ember élete**

1. A motivációk alapjai.....	2	—
2. A forma motivációi .....	3	
2.1. A biológiai forma motivációi.....	3	1
2.2. A társadalmi forma motivációi .....	4	
3. Univerzális motivációk.....	5	—
3.1. Az univerzális motivációk tulajdonságai .....	5	
3.2. Az univerzális motivációk fajtái.....	6	2
3.3. Az öntudat egyéb hatásai a motivációkra .....	8	
4. A motivációk egyéb tulajdonságai.....	9	—

## 1. A motivációk alapjai

A lélek, az elme érző része, **különböző módokon képes magát jól és rosszul érezni**. Ezek a módok a motivációk. Az egyed ennek következtében olyan viselkedést tanúsít, mellyel a jó érzéseket keresi, a rosszakat pedig megpróbálja elkerülni.

A motivációk alapvető jellemzőit **lásd** ‘Az elme szerkezete’ témában.

### Belőle a legfontosabbak:

- A motivációkat többféleképpen lehet csoportosítani. Így vannak egyrészt **testi érzések** (pl. amikor fáj a lábunk) és **lelki érzelmek** (pl. a szerelem); másrészt a forma motivációi és az univerzális motivációk. A biológiai és részben a társadalmi forma is **a forma motivációival** (pl. a táplálkozás vágya vagy az elfogadottság igénye) készíteti a neki kedvező viselkedésre az egyedeket, míg a nagyrészt az öntudattal megjelenő **univerzális motivációk** (pl. a humor) jóval kevésbé kötődnek a formához, ezek nagyrészt az öntudattal rendelkező elme saját törekvései.
- A lélek érzékenysége, a boldogságra való képességünk eleve azért jött létre, hogy a biológiai forma ennek segítségével vegyen rá bennünket a neki kedvező viselkedésre, amit később a társadalmi forma is kihasznál. Az öntudat, illetve az univerzális motivációk megjelenésével az elmének saját törekvései is lettek, ám **a forma hatalma** továbbra is jelentős. Ezt lásd ‘A boldogság eredete és a forma hatalma’ témában.
- **A lélek** egy rugalmas eszköz, **sok mindenre érzékennyé tehető**. Innen a sokféle motiváció.
- **A motivációk gyakran kétoldalúak**: jó és rossz érzést is képesek kiváltani, mint ahogyan az éhség kellemetlen, a jóllakottság pedig kellemes. (Az alábbiakban általában csak az egyik oldalt említem.)
- Az is változó lehet, hogy adott motivációfajtán belül mi okoz kellemes és kellemetlen érzést. Ezt bizonyos motivációknál **ízlésnek** (pl. táplálkozás, esztétika), másoknál **a motiváció tartalmának** nevezem (pl. etika, sikervágy).
- **A személyiség** a lélek egy konkrét megjelenése. Fontos része neki, hogy az adott lélek milyen motivációkra mennyire érzékeny.

- **Az egyik biológiai formáról a másikra változó**, hogy milyen (formai) **motivációi vannak a különböző lényeknek**, ezért is más egy egér elméje, mint egy emberé. Azonban **egy formán belül**, így emberről-emberre **is** változó a személyiség, különösen, hogy ki mely (univerzális) motivációra mennyire érzékeny.
- **Hogy mely motivációkra érzékeny a lélek, némileg időben is változhat**. Ezek a változások lehetnek rövidtávúak, ahogyan a hangulatok változtatják egymást, és hosszabb távúak, ahogyan a személyiség formálódik, lassan és fokozatosan. Ezek a változások azonban kevésbé érintik a személyiség korán kialakuló alapvonásait.
- **A motivációk adottságok**. Nem tehetünk arról, hogy mikre vágyunk, nem tudjuk a motivációinkat tudatosan alakítani, ki-bekapcsolni.

Ebben a témában részletesebben megvizsgáljuk a motivációkat.

## 2. A forma motivációi

### 2.1. A biológiai forma motivációi

Ezek általában **az ön- és fajfenntartást szolgálják**, és két nagy csoportra oszthatók, az egyéni és társas motivációkra.

1) **Egyéni motivációk**, melyek inkább az önfenntartáshoz kapcsolódnak:

- **Veszélyérzet**

- **Testi fájdalmak**

- **Táplálkozási motivációk (éhség, szomjúság, stb...)**

Az embernek (és vélhetőleg az állatoknak is) vannak bizonyos **előre programozott preferenciáik**. Ezek egy része **általános**, így az, hogy az édes kellemes, a keserű viszont kellemetlen. Másrészt, a jelek szerint ennél **speciálisabb** preferenciák is belénk épültek: az emberek nagy része eredendően irtózik például a fekáliától, a vértől vagy különféle állatoktól: férgektől, pókoktól, kígyóktól, patkányoktól, stb... (Mint látható, ezek nem korlátozódnak a táplálkozási motivációkra.)

- **Birtoklási vágy**

Hogy az élethez szükséges anyagi feltételek, a táplálék, a hajlék biztosítása mennyire fontos a túlélés és a szaporodás szempontjából, azt nem kell sokat magyarázni. Így volt ez végig az ember evolúciója során is, nem meglepő tehát, hogy ez a motiváció **mélyen belénk épült**, az emberi viselkedés alapvető hajtóerejévé vált. A mi esetünkben ráadásul gyakran más motivációk, a versenyszellem, a siker, és a státusz iránti vágy is támogatja az anyagiasságot, minek következtében sokaknak jóval több kell a hasznosnál. Az állatoknál nem tapasztalunk ilyesmit β.

### ● **Játékosság, izgalom**

Mint az 'Érdekes biológiai jelenségek' témában ki van fejtve, a játék hasznos, edzi a testet, és fejleszti a készségeket. Ezért hasznos a formának, ezért is említem itt. Viszont a játékot az elme hasznosságától függetlenül is élvezheti, önmagáért is művelheti. Ennyiből **speciális**: a játék **egy olyan – részben univerzális – motiváció, mely sok öntudattal nem bíró állatfajban is jelen van.** Lásd még itt a kíváncsiságot, melyről hasonlókat lehet elmondani.

### 2) **Társas motivációk, melyek inkább a fajfenntartást szolgálják.**

#### ● **Szexuális vágy**

#### ● **Szerelem, szeretet, barátság**

Róluk részletesen **lásd a hasonló című témát.** Itt annyit, hogy ezek különböző mértékig szolgálják a forma érdekeit, a szerelem leginkább, a barátság legkevésbé. Eléggő bizonytalan, de a jelek szerint szeretetre az öntudat nélküli állatok is képesek, míg a szerelem az öntudattal jelenhetett meg, ellensúlyozandó annak törekvését, hogy kibújjon az utódgondozás ösztöne alól. A szerelem tehát különleges: az öntudattal jelenik meg, mégis a forma érdekeit szolgálja. (Míg a legtöbb öntudattal megjelenő motiváció univerzális.)

#### ● **Utódgondozási ösztön**

Ez **nem feltétlenül az utódok iránti szeretetből fakad,** számos állat valószínűleg inkább a gondoskodást jelentő viselkedésekre érez késztetést. (Hasonlóan ahhoz, ahogyan a fogantatáshoz sem az utódok létrehozásának a vágya, hanem a szexuális vágy vezet.) Az is erre utal, hogy miután a szülők megtették a kötelességüket, jellemzően nem foglalkoznak tovább az utódaikkal.

Lásd itt, hogy az érzelmi élet csak az emlősökben jutott magasabb szintre.

#### ● **Versenyszellem, a státusz és a hatalom utáni vágy**

Ezek arra késztetnek, hogy felülkerekedjünk másokon, ennyiből **társas motivációk.** Másrészt, bár társadalmi közegben érvényesülnek, elsősorban az egyén hasznát, evolúciós sikerét szolgálják, ezért sorolom **a biológiai forma motivációi közé.**

## 2.2. A társadalmi forma motivációi

### **Ezek a társadalmi forma fennmaradását szolgálják.**

#### ● **Az elfogadottság igénye és a csoportszellem**

Az **elfogadottság igénye** annyit tesz, hogy az egyén számára fontos az, hogy a közösség befogadja, annak tagjai maguk közül valónak tekintsék. A **csoportszellem** pedig azt jelenti, hogy az egyént érinti az, ami az őt befogadó csoporttal, annak tagjaival történik. Például ha utóbbiak sérelmet szenvednek, különösen, ha más csoportok tagjaitól, akkor azt az egyén személyes sérelemként éli meg – vagyis azonosul a csoporttal.

Ez a motiváció annyiból speciális, hogy **kevésbé kötődik a különböző társadalmi formákhoz,** egy biológiai formán, fajon belül jellemzően egyformán működik. Így egyfelől számos csoportban, csordában élő állatban is megtalálható, akikenél a biológiai forma határozza meg a társas létet is, és nincsenek alternatív társadalmi formák. Másfelől e

motiváció az embernél is azonos formában szolgálhatja a sokféle társadalmi forma érdekét – szemben mondjuk a sikervágygal, ahol az egyes társadalmi formák a nekik megfelelő sikerkritériumokat ültetik el az emberek fejében.

Itt lehet megemlékezni az **együtműködési hajlamról** is, mely nem annyira egy külön motiváció, inkább az egyéni érdekekről való lemondást, az önzés tompítását jelenti a társak, a közösség érdekében. **Lásd** ‘Az evolúció logikája’ témában, hogy a csoport szelekció miképpen járulhatott hozzá az együtműködési hajlam és a csoport szellem beépüléséhez az emberi természetbe.

### • A konformitás (hasonulás) vágya

A különféle csoportokban az egyén általában hasonul, konformálódik a társaihoz. Létezik erre irányuló nyomás is, illetve van, aki csak az elfogadottság érdekében teszi, de **a legtöbben** eredendően félnek különbözni, **szeretnének olyan lenni, mint a többi**. Ezért tekintem a konformitás vágyát külön motivációnak. A konformitás az egyén szempontjából is hasznos lehet, például azért, hogy kipróbált és bevált viselkedési mintákat tesz magáévá. Ennyiből a biológiai formának is hasznos, elsősorban mégis a társadalmat támogatja, azért, hogy **beolvasztja az egyént a fennálló társadalmi rendbe**. Bővebben lásd a ‘Konformitás’ témában.

### • Az univerzális motivációk felhasználása

Elsősorban a sikervágyé és az etikai érzéké. Ez azt jelenti, hogy **a különböző társadalmi formák a saját érdekük szerint definiálják a sikert és a helyes cselekvést a polgáraik számára**. Például egy piacgazdaságban az anyagi boldogulás jelentheti a sikert, míg egy totalitárius rendszerben a politikai hierarchiában elért státusz. Az előbbiben az ember helyesen cselekedhet már azzal, ha a törvényes keretek között az önérdekét követi, az utóbbiban viszont elvárás lehet az uralkodó ideológia követésének megannyi módja, így a társadalmi munka vagy a politikai aktivitás.

Míg maguk a motivációk, a sikervágy és az etikai érzék eleve adottak, **a társadalmi rendszer** ezek tudatos tartalmát, a sikerkritériumokat és az etikai elveket definiálja, az emberek **gondolkozását formálja**. A biológiai formával szemben a társadalmi forma sokkal inkább a gondolkozásra támaszkodik a viselkedés irányításában.

### • A biológiai forma motivációinak felhasználása

A társadalmi forma gyakran felhasználja a biológiai forma motivációit is. Ilyen **például**, ahogyan a piacgazdaság a birtoklási vágyra és versenyszellemre alapoz. **Lásd** ehhez ‘A boldogság eredete és a forma hatalma’ témában a társadalmi forma kompatibilitását a biológiaiával.

## 3. Univerzális motivációk

### 3.1. Az univerzális motivációk tulajdonságai

#### 1) Nem a forma érdekeit szolgálják

Együttal a működésük sem függ attól, hogy az elme milyen formában jelenik meg. Ezért is nevezem őket univerzálisaknak.

Ahogy említettem, **bizonyos univerzális motivációkat a forma is felhasznál**, így a sikervágyat és az etikai érzéket. (Továbbá, ha nagyon akarjuk, más univerzális motivációnak is fellelhetjük a forma számára hasznos tulajdonságait. Az univerzális esztétika, a zene vagy a festészet például növelhette a csoportok összetartását, vagy a humor hasznos lehetett abban, hogy az öntudattal rendelkező elme el tudja viselni az élet nehézségeit.) Ami ezeket mégis megkülönbözteti a forma motivációtól az egyrészt az, hogy **a forma itt nem magát a motivációt alakítja** a saját érdekei szerint, hanem annak tudatos tartalmát, a sikerkritériumokat és az etikai elveket, másrészt pedig az, hogy **e motivációk a forma számára hasznos mértéken felül is befolyásolják a viselkedést**.

## 2) Nagyrészt az öntudattal jelennek meg

Mégpedig egyszerre, **csomagként**, ahogyan ‘Az elme szerkezete’ témában le van írva.

Ehhez a következőket kell hozzátenni:

- Annak ellenére, hogy az öntudattal, egy tudati jelenséggel jelennek meg, az univerzális motivációk természetesen **a lélek jelenségei**.
- Úgy tűnik, hogy **néhány univerzális motiváció**, így a kíváncsiság és a játékoság **öntudat nélkül is jelen lehet**.
- **Az öntudattal nem csak univerzális motivációk jelennek meg**. Különösen a szerelem lehet ilyen, mely nagyrészt a forma érdekeit szolgálja.

## 3.2. Az univerzális motivációk fajtái

### • Esztétikai érzék

Mi emberek alapvetően kétféle dolgot látunk szépnek. Egyfelől vannak dolgok, melyeket azért, mert éppen az adott biológiai formában, emberként létezőnk. Ilyen például egy nő szépsége férfiszemmel. Ezt nevezem **formaspecifikus szépségnek**. Logikus azt feltételezni, hogy ezeket a dolgokat praktikus okokból látjuk szépnek, azért, mert a biológiai formáknak így jó. Lásd ehhez ‘Az állati elmék és hatalmunk az állatok fölött’ témában, hogy az állatok, ha szépnek is látnak valamit, az mindig a párválasztáshoz kapcsolódik, és hogy kérdéses, hogy ezt egyáltalán esztétikai érzéknek nevezhetjük-e.

Másfelől viszont vannak dolgok, például a naplemente, melyeket anélkül érzünk szépnek, hogy az a formának hasznos lenne. Ezt nevezem **univerzális szépségnek**, univerzális esztétikának. Érdekes kérdés, hogy az ilyen dolgokat más öntudattal bíró lények is szépnek látnák-e. Valószínűleg sokkal inkább, mint azokat, melyeket az emberi formánk láttat szépnek velünk.

### • Etikai érzék

Ami azt jelenti, hogy szeretünk helyesen cselekedni, és szeretjük, ha velünk szemben is helyesen cselekednek. Azt, hogy szerintünk konkrétan mi a helyes, az **etikai elvek**, az etikai érzék motivációjának tudatos tartalma határozza meg.

Az etikát egy egész fejezet tárgyalja ebben a könyvben.

### • Humorérzék

Ez megint egy olyan dolog, ami nincs öntudat nélkül. Össze szokták keverni vele az állatok játékoságát, a kettő azonban nem ugyanaz.

Érdekes és **nehéz kérdés, hogy mi a humor**. A furcsa az benne, hogy **számos fajtája** van, melyekben nehéz megtalálni a közös pontot. Humoros lehet például...

- Ahogy az emberek **tortákat dobálnak** egymás arcába.
- A kétértelmű szavak, **szójátékok** (Például: Mit mond az orosz, ha meglát egy, a feleségéhez nagyon hasonlító nőt? – Nahát, ez szakasztott Mása!; Hogy jön ki pap a templomból? – Mintha mise történt volna.)
- Az **irónia**, amikor a szó szerinti jelentés ellentétben áll azzal, amit ki akarunk fejezni. (Például, hogy „Ne filozofálj, hidd el az a fő, hogy sok pénz legyen és elég nő”, mint e mű fő mottója.) Vagy, amikor ami történik, az nincs összhangban azzal, aminek az előzmények alapján történnie kellett volna. (Például, ha valaki koplal, hogy minél tovább éljen, erre elüti a villamos, mert az éhségtől nem látta.)

Egy gyakori közös pont a **humoros dolgokban**, hogy **több dolog metszéspontjában találhatóak**. Az, hogy „mása” érthető úgy, hogy valaminek a másolata, vagy mint egy orosz női név; egy ironikus megjegyzés pedig egyszerre hordozza magában a szó szerinti, és a kifejezendő jelentést. De ez **sem egy általános szabály**, a tortadobálásra például nem alkalmazható. (@@Ha tudtok egy jó meghatározást a humorra, érdekelne.)

### • A teljesítés, alkotás, önmegvalósítás vágya

Az ilyesmi szintén nem izgatja az öntudat nélküli állatokat.

### • Szabadságvágy

Az állatok csak annyiban vágnak a szabadságra, amennyiben akadályozva érzik magukat egyéb motivációik kielégítésében, például, hogy táplálkozzanak vagy szaporodjanak. **Az öntudat**, közelebbről az ember, a szabadságot már lényegesen **szélesebb körben igényli**: potenciálisan sem szereti korlátozva érezni magát, és nemcsak is közvetlen motivációi kielégítésében, de tudatos választásaiban sem. Ez egyrészt annak az eredménye, hogy az öntudat fel tudja fogni a szabadság elvont fogalmát; másrészt pedig annak, hogy megjelenik az akarat, a motivációk tudatos kezelésének, a tudatos választásnak a képessége. Jele ennek, hogy mindenféle kényszer hajlamos automatikusan ellenállást szülni bennünk.

Különösen, a **biológiai forma által megszabott korlátok**, a korlátozott testi-szellemi képességek, az élet előírt menete, nem zavarják az állatokat. Bár általában az emberek se foglalkoznak ezzel sokat, bennünk azért fölmerülhet, hogy jobb lenne e korlátok nélkül.

### • A túlélés vágya

Ahogy az ‘Az állati elmék és hatalmunk az állatok fölött’ című témában olvasható, az állatok nem félnek a haláltól, sőt, ha a forma azt követeli tőlük, önként mennek bele. Az embernél (öntudattal bírónál) más a helyzet. Ez részben azért van, mert mi már képesek vagyunk felfogni a halál fogalmát, részben a szabadságunk korlátozását látjuk benne, részben pedig nem akarjuk elveszíteni az egyéb motivációinkból fakadó örömeiket. Am ezen túl is élni akarunk, a **túlélés egy külön motiváció**, ami például abból látszik, hogy a legtöbben szabad választásukból sem akarnak meghalni, akkor sem, ha az élet már csak szenvedést tartogat.

### • Kíváncsiság

Pontosabban a túléléshez szükséges mértéken felüli, önmagáért való kíváncsiság.

Ez annyiból speciális, hogy a jelek szerint **bizonyos öntudat nélküli állatokra is jellemző**. (Hasonlóan a részben szintén univerzális játékossághoz.)

### • A dolgok tudata

Az öntudattal bíró elme képes reflektálni a saját gondolataira, képes örülni a dolgok általa felfogott állapotának. Így például, bár különösebb testi érzéssel nem jár, boldogsággal tölthet el a tudat, hogy nem fáj semmink, egészségesek vagyunk. Ráadásul **ezek a**

**gondolatok elvontak is lehetnek.** Ilyen mondjuk, amikor az kelt jó érzést bennünk, hogy testi épségünk **biztonságban** van.

Talán a legjelentősebb, ami e módon boldogságot tud adni, az a saját teljesítményeink és tulajdonságaink kiválóságának tudata, azaz a **sikertudat** és a (magas) **önértékelés**. Innen az ember **sikervágya** és **magas önértékelés iránti vágya**, mindkettő fontos motivációnk. Megemlítendő, hogy az etikai érzékhez hasonlóan az említett motivációk is tudatos tartalommal rendelkeznek: ezek a **sikerkritériumok** és a **magas önértékelés kritériumai**. Míg e motivációk erőssége azt adja meg, hogy mennyire vágyunk általában a sikerre és a magas önértékelésre, a kritériumok határozzák meg, hogy konkrétan mit tekintünk sikernek, mikor értékeljük magunkat magasra. Részletesebben lásd 'A siker motívuma' témát.

(Megjegyzendő, hogy a tudatosodott tények **az öntudat nélküli állatokban** is képesek érzéseket kiváltani, ám ezt közvetlenül teszik, nem azáltal, hogy az elme reflektál a gondolataira. Így egy egér közvetlenül és automatikusan veszélyt érez, ha úgy tudja, „ott egy macska”, nem pedig azt gondolja, hogy „milyen kár, hogy ott egy macska”.)

### 3.3. Az öntudat egyéb hatásai a motivációkra

Az öntudat alapvetően új, univerzális motivációkkal látja el lelket, de ezen túl is hatással van rá:

#### 1) Az érzések, érzelmek intenzívebb hatása

Ez annak köszönhető, hogy az öntudattal bíró elmét a **jó és rossz érzések** már nemcsak közvetlenül érintik, hanem azok **tudatosodnak is** benne, ami további érzelmeket kelthet. Így ha fáj a lábam, az nemcsak önmagában rossz, hanem még szerencsétlennek is érezhetem magam tőle. Mint látható, ez az új hatás a régi motivációk tekintetében is működik.

#### 2) Elvontabb dolgok is érzelmeket válthatnak ki benne

Mint amilyen az említett halál, biztonság vagy siker.

#### 3) Távolabbi dolgok is érinthetik

Több tekintetben is. Például az öntudattal bíró elme **messzebbre lát az időben**, izgathatja magát a múlton és a jövőn is. Másrészt, különösen, ha az öntudat megfelelő intelligenciával párosul, **a dolgok távolabbi összefüggései** is boldogságot okozhatnak neki. Valaki örülhet mondjuk annak, hogy Amerikában a megfelelő elnököt választották meg, aki majd biztosítja a rendet a Közel-Keleten, ami miatt olcsóbb lesz az olaj, ami miatt Magyarországon könnyebb lesz vállalkozni, és ezért ő jobban él majd.

#### 4) Az akarat, a szándék megjelenése

Ami lényegében **a motivációk tudatos kezelését jelenti**, a viselkedés tudatos megválasztását, miközben különféle motivációk hatnak ránk. Általa vagyunk képesek „ellenállni a (közvetlen) csábításnak”, amikor valamilyen (távolabbi) szempontból úgy tűnik számunkra jónak. Ellenállhatunk mondjuk azért, mert az etikai elveink elemzéséből arra jutottunk, hogy amire indítást érzünk (pl. lopjunk), az helytelen, vagy, mert a jövőbeli magunknak ártanánk vele (pl. ha most rágyújtunk).

**Az akarat erő nagysága** elméről-elmére **változó**, és adott elmén belül időben is az lehet.



## 4. A motivációk egyéb tulajdonságai

### 1) A motivációk kialakulása és az érzelmek fejlődése

Egy (formai) motiváció úgy tud beépülni a lélekbe, ha az általa kiváltott viselkedés elősegíti az evolúciós sikert, és ez kellően széles körben és hosszú ideig fennáll. Ha ez adott, akkor a lélek sokféle motivációt be tud fogadni, mint a fentiekből is kitűnik.

Ami az **érzelmek**et illeti, azok **az emlősökben fejlődtek magasabb szintre**. Mint az utódgondozási ösztönnél elhangzott, sok alacsonyabb rendű faj valószínűleg nem azért gondoskodik az utódairól, mert irántuk érez valamit, hanem mert magára a gondozást jelentő cselekvésekre készítik a motivációit. Az emlősöknél viszont különösen **az anyának jobban, tovább és összetettebb módon kell gondoskodnia a kicsinyéről**. Mindenekelőtt szoptatnia kell őt, ami egy igen intim kapcsolatot. Ezen túl is biztosítania kell azonban, hogy kicsinyének meglegyen a lehetősége a testi és különösen a szellemi fejlődésre, amihez meg kell védenie őt, és gondoskodnia kell róla, hogy az eleget tanulhasson, játszhasson. Ezt az összetett gondoskodást pedig valószínűleg könnyebb elérni úgy, hogy magához a kicsinyéhez kötődik, nem pedig az egyes rész-cselekvésekre érez késztetést.

Az utódgondozáson túl a **társas lét is hozzájárult az érzelmek fejlődéséhez**. Egyrészt az öntudat támogatása által, melynek révén az egyedek beleélhetik magukat egymás helyzetébe, és melynek révén megjelent a szerelem. Másrészt, érthető módon egy ilyen közegben a társas érzelmek jobban hozzájárulhattak az evolúciós sikerhez, így könnyebben kiválasztódhattak, fejlődhettek. (Például, ha haragomban eltiportam a csoportbeli riválisomat, akkor nekem több utódom lehetett.)

### 2) A biológiai motivációk elnagyoltsága és erőteljessége

Az **elnagyoltság** azt jelenti, hogy az, hogy mi okoz jó és rossz érzést, a vágyaink és a viselkedésünk esetenként csak durván meghatározottak, és a forma szempontjából sem mindig optimálisak. Példa rá, hogy az ember milyen sokféleképpen keresi a szexuális kielégülést azon az egyen kívül, ami a gyereknemzésre hivatott. Az **erőteljességet** pedig valószínűleg valamennyien megtapasztaltuk már testi fájdalmaink intenzitásában.

Az **ok** az lehet, hogy míg egy **motiváció ereje egyszerű dolog, a megélt cselekvés már bonyolult** lehet. Emiatt – bár a formáknak az volna a legjobb, ha a motivációik egyszerre lennének pontosak és erősek – az **evolúció** könnyebben erőssé teszi őket, mint hogy megtalálja azok optimális tartalmát. Másrészt a korlátozott információ kapacitással rendelkező **gén**ek is könnyebben leírják az erőteljességet, mint egy bonyolult cselekvést. Végül, az elnagyoltságot a **szelekció esetlegessége, gyengesége** is támogatja, vagyis az, hogy ez a laza irányítás is elegendő a sikerhez. Utóbbihoz lásd ‘Az evolúció tökéletlensége’ témát.

Az **erőteljesség** egyébként a **társadalmi forma esetén is jellemző**, gondoljunk csak a sikervágy és az elfogadottság vágyának erejére, illetve a másik oldalról a társadalmi normák betartására, mondjuk a családalapításra irányuló nyomásra. Az **elnagyoltság** azonban **kevésbé** mondható el itt.

### 3) A motivációk párhuzamos működése és összeütközése

A sokféle motiváció egyszerre hat ránk, nem ritkán egymással ellentétesen. Ilyen a már említett példa, amikor szeretnénk birtokolni valamit, az etikai érzékünk viszont eltántorít attól, hogy ellopjuk. A **viselkedés a motivációk eredőjeként alakul ki**, az öntudattal bírók esetén gyakran a közvetlen motivációk akaratos elnyomásával. A motivációk összeütközéséről ‘A boldogság keresése és korlátai’ témában lehet bővebben olvasni.

### 4) Az érzelmek különleges fajtái

A fent említett alapvető, általános érzelmeknek életünkben és nyelvünkben megkülönböztetjük bizonyos speciális, összetettebb változatait. Ilyen például a féltékenység, ami az afelett érzett boldogtalanság, hogy akit szerettek, mást szeret; vagy a gyász, ami egy szeretett személy halála miatti boldogtalanság.

Itt említhetők az **indulatok** is, melyek olyan érzelmek, melyek hirtelen, radikális cselekvésre ösztönöznek. Ilyen például a harag, amikor kedvünk támad orrba vágni a sikertelenségünk okozóját.

## 5) Egyebek

- **Az érzelmek működésének megvannak a maguk sajátosságai.**

Például az, hogy a szerelem intenzív, de múlékony, hasonlóan a haraghoz és a legtöbb indulathoz. Ilyen az is, hogy a stressznek két fajtája van, az egyik hirtelen áll be, és gyorsan lecseng, a másik pedig lassan halmozódik fel, de megszabadulni is időbe telik tőle. Hogy melyik érzelmek hogyan működik, azt az agyunk és a hormonjaink működése határozza meg. β. (@@Volna még az érzelmek működésének olyan tipikus és fontos sajátossága, melyet érdemes lenne itt említeni?)

- **Létezik egy visszacsatolás az érzelmek és azok testi megjelenése között.**

Például amikor vidámak vagyunk és mosolygunk, az arcon megjelenő mosoly tovább fokozza a jókedvünket – vagy elősegíti annak felkeltését, még ha érzelmek nélkül, akaratlagosan húztuk is mosolyra a szánk. β

- **Az embert alapvetően kétféle módon érinti az, hogy mások hogyan viszonyulnak hozzá.**

Így érinti az, hogy mások...

- **Hogyan éreznek iránta:** különösen, szeretik vagy utálják.
- **Hogyan gondolkodnak felőle:** különösen, hogy mennyire tartják sikeresnek, mennyire értékelik őt. (Az, hogy mások sikeresnek tartanak-e, magasra értékelnek-e, nem ugyanaz, mint a saját sikertudatunk, önértékelésünk és a kapcsolódó motivációink. Lásd ehhez a 'A siker motívuma' témát, ott a belső és külső sikerről és értékelésről, valamint a becsvágyról mondtattak.)

Az öntudat nélküli állapotokat ezek nem érdeklik. β

- **Az érzelmek összefüggenek az érdekekkel.**

Lásd erről az 'Érzelmek és érdekek' témát.

## 6) A maslowi hierarchia

Maslow egy pszichológus volt, aki szerint az emberi motivációk hierarchikus rendszerbe szervezhetők, melyben az ember csak akkor kezd el törekedni egy magasabb rendű (alább magasabb sorszámú) szükséglet kielégítésére, ha az alacsonyabb rendűeket már kielégítette. A motivációk sorrendje ezek szerint:

- 1) **Fiziológiai szükségletek** (táplálkozás, szexualitás, stb...)
- 2) **Biztonság** (lényegében a fiziológiai szükségletek biztossága β)
- 3) **Szeretet és összetartozás**
- 4) **Megbecsültség** (mások és önmagunk által)
- 5) **Önmegvalósítás** (képeségeink, tehetségünk maximális kihasználása)

Két megjegyzés:

- Összevetve ezt a motivációk általam vázolt rendszerével, azt lehet megállapítani, hogy a forma motivációi a maslowi hierarchia alsóbb, az univerzális motivációk pedig a

felsőbb régióiban helyezkednek el. Utóbbiakra tehát jellemzően akkor törekszünk, ha a forma igényei már kielégítést nyertek.

- Van ebben a hierarchiában valami, de **koránt sem általánosan érvényes**. Gondoljunk csak a kispénzű alkotókra vagy az öngyilkos terroristákra, akik a magasabb rendű motivációiknak engedelmességgel feláldozzák a biztonságukat vagy akár az életüket is.



*Ebben a könyvben nem az a lényeg, hogy ki írta, hanem a könyv maga. Visszajelzéseiddel sem elsősorban nekem teszel szívességet, hanem a könyvet teszed jobbá. Hozzunk létre együtt valami igazán hasznosat, egyedülállót és maradandót!*

Klikkelhető linkek (Word-ben a Ctrl-t nyomni közben):

[Kérdőív](#) – [Fórum](#) – [Email](#)

*Valamint, ha tetszett, oszd meg ezt a témát a Facebook-on.*

Klikk a gombra (Word-ben a Ctrl-t nyomni közben):

