

Description du test M2 : C et D

~10 QCM

3 Questions à réponses courtes

2 Questions à réponses plus longues (mais pas à développement)

Contenu

Motivation :

- Définition
- Caractéristiques d'un quelqu'un motivé
- Différencier et justifier (à partir de scénarios) les théories de motivation
- Besoins biologiques (ex. faim et comportement sexuel) vs besoins psychologiques (ex. besoin d'accomplissement/réalisation)
- La pyramide de besoins de Maslow

Émotions :

- Définition
- Les 4 composantes
- Différence entre émotion, sentiment, humeur
- Différencier les théories des émotions
- Les 3 rôles des émotions
- Les émotions universelles : comment sont-elles exprimées différemment au sein de différentes cultures ou sexes
- Le bonheur : c'est quoi, comment le garder/l'augmenter

Le stress

- Définition
- Le diagnostic d'une situation
 - Bon stress vs mauvais stress
- Les réactions physiologiques et psychologiques au stress
- La gestion du stress