

Občanský a společenskovední základ

PSYCHOLOGIE

**Ladislava Doležalová
Marie Vlková**

Obsah

ÚVOD DO PSYCHOLOGIE.....	6
STRUČNÉ DĚJINY PSYCHOLOGIE.....	6
HLAVNÍ SMĚRY PSYCHOLOGIE.....	8
<i>Hlubinná psychologie</i>	8
<i>Neobehaviorismus a kognitivní psychologie</i>	8
<i>Humanistická psychologie</i>	9
<i>Transpersonální psychologie</i>	9
PŘEDMĚT PSYCHOLOGIE.....	9
<i>Chování</i>	10
<i>Prožívání</i>	10
SYSTÉM PSYCHOLOGICKÝCH VĚD.....	10
<i>Základní psychologické disciplíny</i>	10
<i>Speciální psychologické disciplíny</i>	11
<i>Aplikované psychologické disciplíny</i>	11
VÝZKUMNÉ METODY PSYCHOLOGIE.....	12
DETERMINACE PSYCHICKÝCH JEVŮ.....	13
NERVOVÁ SOUSTAVA ČLOVĚKA.....	14
<i>Význam centrální nervové soustavy při formování osobnosti člověka</i>	15
VÝVOJOVÁ PSYCHOLOGIE.....	16
PŘEDMĚT ZÁJMU VÝVOJOVÉ PSYCHOLOGIE.....	16
ZÁKLADNÍ METODY VÝVOJOVÉ PSYCHOLOGIE.....	16
<i>Podélný (longitudinální) přístup</i>	16
<i>Příčný přístup</i>	16
JEDNOTLIVÁ VÝVOJOVÁ OBDOBÍ JEDINCE.....	16
<i>Prenatální období</i>	17
<i>Novorozenecké období</i>	17
<i>Kojenecké období</i>	17
<i>Batolecí období</i>	17
<i>Předškolní období</i>	18
<i>Mladší školní věk</i>	19
<i>Období pubescence</i>	20
<i>Období adolescence</i>	20
<i>Období časně dospělosti</i>	21
<i>Střední dospělost</i>	22
<i>Pozdní dospělost</i>	22
<i>Stáří</i>	23
PSYCHICKÉ PROCESY.....	24
PODSTATA PSYCHICKÝCH PROCESŮ.....	24
ČITÍ.....	24
VNÍMÁNÍ.....	25
<i>Charakteristiky vnímání</i>	25
<i>Poruchy vnímání</i>	26
PŘEDSTAVIVOST.....	26
<i>Dělení představ</i>	27
<i>Asociace představ</i>	27
<i>Asociační zákony</i>	27
<i>Typy představivosti</i>	28
MYŠLENÍ.....	28
<i>Formy myšlení (logické operace)</i>	28
<i>Myšlenkové operace</i>	29
<i>Druhy myšlení</i>	29
INTELIGENCE.....	29
CITY (EMOCE).....	31
<i>Znaky citů</i>	31
<i>Druhy citů</i>	32
<i>Dělení citů z vývojového hlediska</i>	32
PAMĚŤ.....	32
<i>Složky paměti</i>	32
POZORNOST.....	33



PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI.....	34
PŘEHLED HLAVNÍCH TEORIÍ OSOBNOSTI.....	34
<i>Freudova teorie osobnosti</i>	34
<i>Další teorie osobnosti</i>	35
SKLADBA OSOBNOSTI.....	38
PSYCHICKÉ DISPOZICE OSOBNOSTI.....	39
<i>Schopnosti</i>	39
<i>Temperament</i>	40
<i>Motivační dispozice</i>	41
<i>Charakter</i>	41
FYZICKÁ KONSTITUCE JAKO SOUČÁST OSOBNOSTI ČLOVĚKA.....	42
DALŠÍ CHARAKTERISTIKY OSOBNOSTI.....	43
<i>Emocionalita</i>	43
<i>Pesimismus a optimismus</i>	44
<i>Kreativita</i>	44
<i>Postoje</i>	44
INTEGRACE OSOBNOSTI.....	45
PSYCHOLOGIE ŽIVOTNÍ CESTY ČLOVĚKA.....	46
DUŠEVNÍ PORUCHY.....	47
<i>Dědičnost jako příčina vzniku psychických odchylek</i>	47
ZÁKLADNÍ TYPY ZÁTĚŽOVÝCH SITUACÍ.....	47
<i>Frustrace</i>	47
<i>Stres</i>	48
<i>Deprivace</i>	48
KATEGORIZACE DUŠEVNÍCH PORUCH.....	49
<i>Stručný přehled známějších poruch</i>	49
PSYCHOLOGIE ČINNOSTI, JEDNÁNÍ A CHOVÁNÍ.....	52
PODSTATA PSYCHOLOGIE ČINNOSTI A JEDNÁNÍ.....	52
AKTIVACE ČINNOSTI.....	52
<i>Úroveň aktivace</i>	52
<i>Aktivační činitele</i>	53
DRUHY LIDSKÉ ČINNOSTI.....	53
<i>Hra</i>	53
<i>Učení</i>	54
<i>Práce</i>	54
VŮLE, VOLNÍ JEDNÁNÍ.....	55
<i>Proces volního jednání</i>	56
KONFLIKTY.....	56
<i>Intrapersonální (vnitřní) konflikt</i>	56
<i>Interpersonální (vnější) konflikt</i>	57
<i>Řešení konfliktů</i>	57
SOCIÁLNÍ PSYCHOLOGIE.....	58
PŘEDMĚT A POJMY SOCIÁLNÍ PSYCHOLOGIE.....	58
PROCES SOCIALIZACE.....	58
<i>Socializace jedince</i>	59
<i>Socializace speciální</i>	59
ZPŮSOBY SOCIALIZACE.....	59
<i>Vegetativně emocionální učení</i>	59
<i>Instrumentálně motorické učení</i>	59
<i>Asociačně kognitivní učení</i>	60
<i>Další vlivy působící na proces socializace</i>	60
KOMUNIKACE.....	62
<i>Verbální komunikace</i>	62
<i>Neverbální komunikace</i>	63
KOMUNIKAČNÍ STYLY.....	64
POSTOJE.....	65
<i>Rodina jako primární sociální skupina</i>	65
<i>Třída jako sekundární sociální skupina</i>	66
<i>Skupina</i>	66
PŘÍLOHA Č. 1.....	70
PŘÍLOHA Č. 2.....	71
POUŽITÁ A DOPORUČENÁ LITERATURA.....	72

ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

Osnova kapitoly



Po prostudování této kapitoly poznáte:

- stručné dějiny psychologie
- předmět psychologie
- systém psychologických věd
- výzkumné metody psychologie

Stručné dějiny psychologie

Psychologie je vědní obor. Vědeckou disciplínou se stala před více než sto lety jako součást filozofického myšlení. V první antické a středověké etapě je označována jako nauka o duši.

Psychologii můžeme definovat jako vědu o psychických jevech člověka.



POJEM

PSYCHOLOGIE

Název této nauky je odvozen ze dvou řeckých slov – **psyché** (duše) a **logos** (věda).

Psychologie zaujímá mezi vědami zvláštní postavení – na jedné straně spolupracuje s přírodními vědami, jako je biologie, na druhé straně s vědami humanitními, jako je sociologie, pedagogika, etnografie, jazykověda a jiné.

V antickém Řecku byla duše chápána jako síla oživující tělo, odloučení duše od těla znamenalo smrt. V **Platonově** pojetí je duše uvězněna v těle – její pravý život nastává až mimo ně. Podle **Aristotela** je třeba pečovat o duši, o její čistotu, tj. žít život v dobru a pravdě, protože „... oddá-li se člověk zlu a lži, pak zatemňuje svou duši“.

Vůdčí osobností raného křesťanství je **Augustin**, který klade důraz na pochopení sebe sama, porozumění sobě a z toho vyvození, jak žít dál a dát svému životu smysl. **Sv. Augustin** bývá často vyobrazován jako učenec – s knihou, psacím brkem – a v jeho přítomnosti je často rovněž anděl nebo dítě Ježíš.

Jako poslední z velkých představitelů předvědecké psychologie je uváděn **Tomáš Akvinský**, který zdůrazňuje především spojitost člověka se světem přírody.



OSOBNOST



Platon

Platon (narozen roku 428 nebo 427 př. n. l.). Sokratův žák, nadaný matematik a jeden z nejvýznamnějších filozofů všech dob. Pocházel z aténské aristokratické rodiny. Stál i u zrodu slavné aténské Akademie. Ve většině případů mají Platonova díla formu dialogu, ve kterém vystupuje Sokrates jako hlavní postava. Platon se dožil poměrně vysokého věku, zemřel v Aténách ve věku 82 (či 84) let.



OSOBNOST



Aristoteles

Aristoteles (384 př. n. l.–322 př. n. l.) právem náleží mezi významné filozofy. Pocházel ze známé rodiny, jeho otec byl osobním lékařem makedonského krále Filipa II. Jeho učitelem je sám **Platon**. Předmětem **Aristotelova** zájmu jsou i další vědy – např. anatomie, astronomie, ekonomie, lingvistika, logika nebo politologie. Ke konci života byl Aristoteles obviněn z rouhání bohům a donucen k odchodu do vyhnanství do Chalkidy, kde po roce zemřel.



OSOBNOST

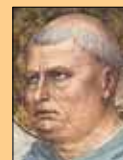


sv. Augustin

Sv. Augustin z Hippo (354–430) je řazen mezi nejvýznamnější filozofy a teology raného křesťanství. Pocházel z rodiny římského úředníka. Po období bouřlivého mládí, ovlivněn matkou, která byla křesťankou, se zcela oddává víře. Svou pozornost zaměřoval na problematiku trojedinosti Boha. **Sv. Augustin** přispěl i k tomu, že některé hodnoty antické kultury mohou být zachovány i v křesťanské kultuře.



OSOBNOST



Tomáš Akvinský

Tomáš Akvinský (1225–1274) byl katolickým teologem, filozofem a jednou z nejvýraznějších osobností a autorit římskokatolické církve jako takové. Jeho práce je řazena k vrcholným dílům scholastiky. Jeho filozofie vychází z teologického výkladu **Aristotelova** díla a ve své práci byl ovlivněn i tzv. **novoplatonismem**, směrem, který dále rozvádí **Platonovu** filozofii. Pochován je v klášteře Fossanova v obci Priverno (Itálie).

Za počátek nové moderní etapy myšlení je považováno učení francouzského filozofa **Reného Descarta**. Descartovy **Vášně duše** jsou pokusem o soustavný výklad „pohybů“ lidské duše. Na rozdíl od starší, aristoteléské psychologie, která pokládala

WIKIPEDIE:

Platon a Aristoteles:

<http://cs.wikipedia.org/wiki/Platon>; <http://cs.wikipedia.org/wiki/Aristoteles>

Sv. Augustin a Tomáš Akvinský: http://cs.wikipedia.org/wiki/Sv._Augustin; http://cs.wikipedia.org/wiki/Tomáš_Akvinský



duši za princip života, a přisuzovala ji proto i rostlinám a živočichům, připisuje **Descartes** duši hlavně intelektuální schopnosti a pokládá ji za výsadu člověka.

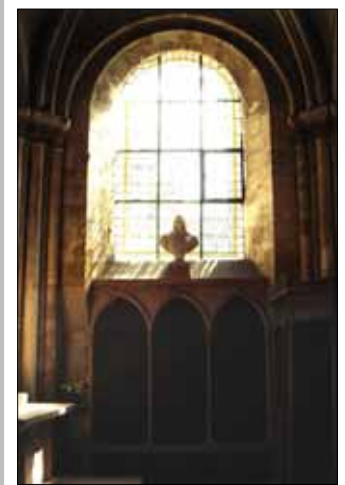
Duše se neřídí fyzikálními zákony, a je tedy odlišnou substancí, s tělem je ovšem těsně spojena a působí na ně prostřednictvím mozkové šišinky. Život a chování živočichů vysvětluje **Descartes** mechanicky, stejně jako fungování lidského těla.



OSOBNOST

René Descartes

René Descartes (1596–1650) byl francouzský filozof, fyzik a matematik. Narodil se v Rennes ve vzdělané rodině, která mu poskytla všestranné vzdělání. Vzhledem k tomu, že dobře spravoval zděděný majetek, mohl cestovat a dále se vzdělávat. Zemřel ve Stockholmu, okolnosti úmrtí nejsou zcela přesně doloženy, spekuluje se o zápalu plic či o tom, že mohl být otráven. Ostatky Descarta byly převezeny do Paříže a od roku 1819 jsou uloženy v klášteře Saint-Germain-des-Pres.



Descartova filozofie

ZAJÍMAVOST

Descartův filozofický pohled je založen na skepsi, tedy zpochybnění všeho, o čem lze pochybovat. Právě tím se (dle něj) ale dosáhne toho, že člověk najde pevnou oporu v sebejistotě myslící duše.



„Když jsme tedy takto zpochybnili všechno, o čem můžeme nějak pochybovat, a dokonce předstírali, že to není pravda, můžeme předpokládat, že není Bůh ani nebe, ani tělesa; že sami nemáme ruce ani nohy, ani celé tělo. Nemůžeme však předpokládat, že nejsme my sami, kteří to myslíme. Nelze tvrdit, že by to, co myslím, v té chvíli, kdy to myslím, neexistovalo. Takže tato myšlenka: ‚Myslím, tedy jsem‘ (latinsky ‚Cogito, ergo sum‘), je ze všech první a nejjistější, jaká každému řádně filosofujícímu přijde.“

Výňatek z Descartova díla *Principy*

Na **Descarta** navazuje anglický myslitel **John Locke** (1632 až 1704) metodou „zkoumání toho, co probíhá v mysli“, tedy vědomí, a nazývá ji introspekci. Veškerý duševní život se podle něho skládá z **prvků vědomí**, z jejichž spojování (**asociací**) se skládá duševní – vědomý život: „*Nic není v mysli, co nebylo dříve ve smyslech.*“



John Locke

O zrodu psychologie jako vědní disciplíny můžeme hovořit v souvislosti se vznikem **první psychologické laboratoře v Lipsku**, kterou založil **Wilhelm Wundt** (1832–1920). **Wundt** kladl důraz na bezprostřední zkušenost, její analýzu a psychické elementy, určení spojení mezi nimi, na vztah mezi drážděním smyslových orgánů fyzikálními podněty a zkušeností (pocity, prožitky, které následují). Laboratorní práce dávala záruku objektivní metody při získávání spolehlivě ověřených poznatků, podobně jako u přírodních věd. Další laboratoře potom vznikaly v USA.

Toto pojetí napadá a kritizuje např. Američan **P. T. Yang**, který tvrdí, že psychologie se musí zaměřit na chování a rozvinout experimentální metody výzkumu. Vzniká program amerických behavioristů, jehož zakladatelem se stal **John B. Watson** (1878–1958). Ostatní, zejména zpočátku, ostře kritizovali názory zdůrazňující vlivy dědičnosti. Zastávali názor, že při formování osobnosti má rozhodující význam vnější prostředí a výchova.



John Broadus Watson



Ivan Petrovič Pavlov

Velký vliv i praktické použití získaly v tomto období teorie učení ruského vědce **Ivana Petroviče Pavlova** (1849–1936), které představují **klasické podmiňování**. Směry, které se postupně objevují na scéně vědecké psychologie, vznikaly na počátku 20. století na základě nových filozofických směrů – např. **fenomenologie** či **existencialismus**, ale i jiných vědních oborů, jako je **kybernetika**, **biologie**, **kulturní antropologie**, **sociologie** apod.

První psychologická laboratoř

ZAJÍMAVOST

Dobový snímek zachycuje **Wilhelma Wundta** (sedící) a jeho pracovní tým při práci.



Wilhelm Wundt



POJEM



► BEHAVIORISTÉ

Název tohoto názorového proudu je odvozen z anglického pojmu **behavior** (chování).

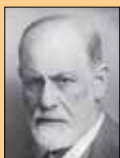
WIKIPEDIE:

R. Descartes a J. Locke:
W. Wundt a J. B. Watson:
I. P. Pavlov:

<http://cs.wikipedia.org/wiki/Descartes>; http://cs.wikipedia.org/wiki/John_Locke
<http://cs.wikipedia.org/wiki/Wundt>; http://cs.wikipedia.org/wiki/John_Watson
http://cs.wikipedia.org/wiki/I._P._Pavlov



OSOBNOST



Sigmund Freud

Sigmund Freud (1856–1939). Narodil se v Příboře, tehdejší Rakousko-Uhersku, jako syn obchodníka s látkami. Po vystudování lékařství a působení ve vídeňské nemocnici (kde zastával i post primáře) si založil vlastní neurologickou praxi. Věnoval se léčbě psychiky člověka a vypracoval metodu jejího zkoumání – **psychoanalýzu**. Po nástupu Hitlera k moci nucen (jelikož je původem Žid) emigroval do Londýna, kde také počátkem 2. světové války zemřel. Proslul svými objevy o vlastnostech (v tehdejší době spíše neznámého a tajemného) **nevědomí**.

OSOBNOST



Carl Gustav Jung

Carl Gustav Jung (1875–1961) byl švýcarský psycholog a psychoterapeut. Vyrůstal ve velmi duchovně založené rodině – jeho otec byl protestantským duchovním. Sám Jung ovšem svoji životní dráhu směřoval ke studiu medicíny, konkrétně psychiatrie. Stál u zrodu **psychoanalýzy** a významnou měrou se zasloužil o **výzkumy a léčbu v oblasti schizofrenie**. Úzce se přátelil a spolupracoval se **Sigmundem Freudem**. Známe jsou zejména jeho poznatky z oblasti lidského **nevědomí** a rovněž jeho **teorie individualizace** a interpretace **Bytostného Já**.

Hlavní směry psychologie

Psychologie jako nauka je věda mnoha různých přístupů a názorových proudů. V následujících odstavcích jsou přiblíženy hlavní směry, ve které se psychologie vyvinula. Jsou to:

1. **hlubinná psychologie**
2. **neobehaviorismus**
3. **kognitivní psychologie**
4. **humanistická psychologie**
5. **transpersonální psychologie**



Před rodným domem Sigmunda Freuda v Příboře stojí neodmyslitelná relikvie, symbolizující psychoanalýzu – pohovka.

Hlubinná psychologie

Hlubinná psychologie zahrnuje klasickou psychoanalýzu **Sigmunda Freuda**. Za jeho klíčový titul je považováno dílo **Výklad snů**. Bylo mu však často vytýkáno přílišné zdůrazňování úlohy sexuality a agrese ve vývoji jedince od prvního roku života.

Psychoanalýza se vyvinula a rozrostla v širší hlubinnou psychologii zásluhou **Carla Gustava Junga**, který vidí ovlivňování našeho jednání a prožívání v takzvaných **archetypech**.

Archetypy jsou prožitkové obsahy, které nevznikly během individuálního života, ale v dějinách lidstva. Každý jedinec je nese v sobě a za určitých okolností se mu připomínají v symbolech, ve snech.

Do tohoto proudu patří rovněž **individuální psychologie** rakouského psychologa **Alfreda Adlera** (1870–1937) a směry tzv. **neopsychoanalýzy**, reprezentované **Erichem Frommem** (1900 až 1980). Podle něj je člověk určitými formami politického tlaku nucen potlačovat podstatný znak své bytosti – svobodu, sám sobě se pak odcizuje.



Alfred Adler

Neobehaviorismus a kognitivní psychologie

Neobehaviorismus je směr psychologie, který se vyvinul v USA.

Neobehaviorismus považuje za základ výzkumu psychických procesů chování a zaměřuje se na objektivní záznam závislosti mezi podněty a reakcemi.

Vůdčí postavou se stal **Edward C. Tolman** (1886–1959), který vytvořil teorii tzv. **kognitivních map**.

Teorie kognitivních map je založena na hypotéze, že chování organismu je sice ovlivňováno jeho předchozí úspěšností či neúspěšností, ale také závisí na poznávacím zájmu – směřování organismu k orientaci v prostředí.

Neobehaviorismus byl jedním z nejdůležitějších směrů, které měly rozhodující vliv na ustavení kognitivní psychologie.

Teorie kognitivních map

Teorii kognitivních map velice dobře dokládá příklad z laboratorní praxe.

Hypotézu si **Tolman** ověřoval na pokusu s potkany. Do bludiště nejprve umisťoval nasycené hlodavce, kteří tím pádem nepocítovali potřebu získat potravu na opačném konci labyrintu. Hlodavci pouze prozkoumávali systém chodeb... Jakmile byli ale tyto jedinci umístěni do bludiště později – hladoví, nacházeli potravu velmi brzy a (co je podstatné) nepoměrně rychleji než jedinci, kteří v bludišti nikdy nebyli.

Vnitřní obrazy poznané skutečnosti posloužily potkanům, kteří již v bludišti byli, k lepší orientaci v opakující se situaci. Zvýšila se jim schopnost rychle a adekvátně reagovat.

ZAJÍMAVOST



WIKIPEDIE:

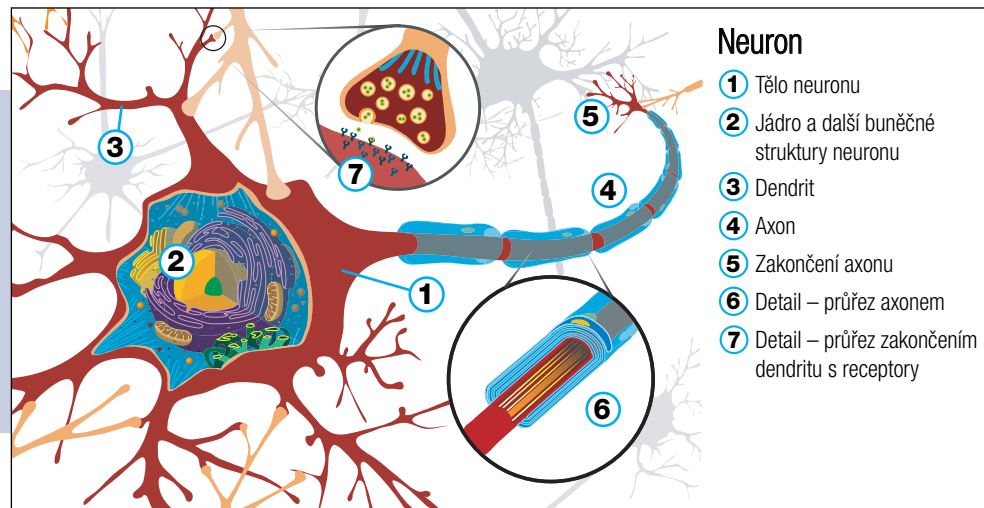
S. Freud a C. G. Jung:
A. Adler a E. C. Tolman:

<http://cs.wikipedia.org/wiki/Freud>; http://cs.wikipedia.org/wiki/Carl_Gustav_Jung
http://cs.wikipedia.org/wiki/Alfred_Adler; http://cs.wikipedia.org/wiki/Kognitivní_mapy

Nervová soustava člověka

Stavba a funkce mozku jsou nepředstavitelně složité. Podle dosavadních poznatků zahrnuje mozek až **100 miliard nervových buněk – neuronů**.

Neuron se skládá z **těla buňky**, krátkých výběžků zvaných **dendrity** a jednoho delšího (až 1 metr) výběžku zvaného **axon**.

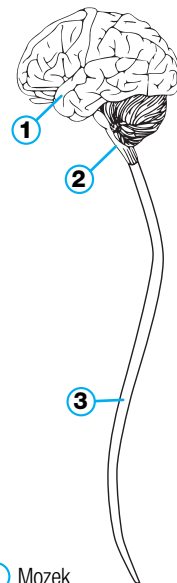


Nervový systém – zvláště mozek – má velmi složitou stavbu, jeho jednotlivé části jsou odlišeny a zároveň mnohonásobně propojeny navzájem.

Centrální nervová soustava (CNS) se skládá z **míchy, prodloužené míchy a mozku**. Psychologicky důležité jsou především tyto vztahy:

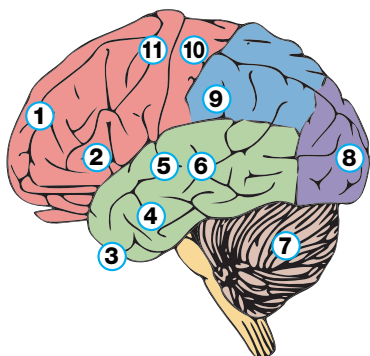
- **Prodloužená mícha** – zajišťuje dýchání a reflexy vzpřímeného držení těla.
- **Mozeček** – zajišťuje koordinaci pohybů.
- **Retikulární formace mozkového kmene** – je to soustava asi devadesáti nervových jader, vzájemně propojených. Prochází staršími částmi mozku od míchy až po střední mozek a je spojena jak s míchou, tak s mladšími, vyššími stupni CNS, zejména s mozkovou kůrou. Úkolem retikulární formace mozkového kmene je aktivování nejvyšších částí mozku, tedy mozkové kůry (probuzení, udržení bdělého stavu, pozornosti).
- **Limbický systém** – vývojově starší část mozkové kůry. Na její vnitřní ploše je s ní spojený hypothalamus a další podkorová jádra. Zajišťuje řízení endokrinní soustavy a homeostázy (udržování stabilního vnitřního prostředí, instinkty, příjem potravy, sexuální chování, reakce na stres, emoce apod.).
- **Talamus** (dvojice velkých podkorových jader) – zajišťuje spolupráci s retikulární soustavou (soustava kanálků v buňce), limbickým systémem a mozkovou kůrou při plnění jejich funkcí.
- **Mozková kůra** – umožňuje vnímání, záměrné pohyby, řeč, myšlení, rozhodování, kontrolu cílevědomé činnosti.

Centrální nervová soustava člověka



- 1 Mozek
- 2 Prodloužená mícha
- 3 Páteřní mícha

Mozek člověka



- 1 Čelní lalok (vjemy bolesti)
- 2 Brocaova zóna (motorická schopnost řeči)
- 3 Olfaktorické ganglium (čich a chuť)
- 4 Temporální lalok (řečová paměť)
- 5 Sluchový lalok (centrum sluchu)
- 6 Wernickeova zóna (zpracování řeči)
- 7 Mozeček – cerebellum (centrum rovnováhy, koordinace svalstva)
- 8 Laloky zadního mozku (centrum zraku)
- 9 Angulární laloky (zpracování smyslových vjemů)
- 10 Senzorický kortex (vegetativní vjemy)
- 11 Motorický kortex (centrum tělesného pohybu)

Lidský mozek se jeví při povrchním pohledu jako symetrický, ve skutečnosti se však vyznačuje **asymetrií**. **Levá hemisféra** je u většiny lidí poněkud větší a má vedoucí úlohu, je v ní centrum řeči, zajišťuje slovní myšlení a řešení složitých výpočtů. **Pravá hemisféra** umožňuje především prostorové vnímání a prostorovou představivost. Vnímání citového zabarvení řeči je zajištěno za součinnosti řečového centra v levé hemisféře mozku společně se zrcadlovou částí v hemisféře pravé. Za normálních podmínek obě hemisféry spolupracují. CNS je v interakci s celým organismem, přijímá z něj a z jeho povrchu informace, zpracovává je a řídí činnost výkonných orgánů, tj. svalů a žláz. Spojení mozku a míchy s ostatními částmi těla zajišťuje **periferní nervový systém**.

Význam centrální nervové soustavy při formování osobnosti člověka

Sociální aspekty jsou podstatné pro formování a pochopení osobnosti člověka. Tak jako organismus vytváří interakční jednotu s přírodním prostředím, vytváří člověk jednotu s prostředím sociálním. Hominidi žili jako lovci a sběrači v nevelkých skupinách (v počtu asi do 30 lidí), u pračlověka se život ve skupinách značně rozvinul. Je pravděpodobné, že právě život ve skupině a rozvoj řečové komunikace podporoval značný růst mozku. Společná činnost stimulovala nejen rozvoj řeči a myšlení, ale i emocí. Socializace není jen jednosměrné působení společnosti na jedince, není to jen přizpůsobování se jedince vnějšímu sociálnímu prostředí. Každý člověk si po svém utváří obraz o sobě, o jiných, o světě, aktivně působí na své prostředí.

V procesu socializace se formuje individualita – jedinečná osobnost, která je odlišná od druhých.

Socializace zahrnuje osvojení lidských forem chování (zejména ve styku s lidmi), jazyka, hodnot společnosti a její kultury.

To vše probíhá od raného dětství v rodině, ve škole a ve všech ostatních skupinách po celý život. Za nejdůležitější je považován počátek vývoje socializace v rodině, kde probíhá zprostředkování prvních poznatků, zkušeností, norem.

Při nedostatku láskyplné péče od narození dochází k závažným obtížím ve vývoji dítěte – včetně poruch vývoje řeči, myšlení i problémů v emočních projevech.

Jednu z důležitých rolí hraje **sociální učení**. Je to soubor forem učení, ve kterém si jedinec ve styku s druhými lidmi osvojuje předpoklady pro život. Učí se sociální interakci a komunikaci, přejímá sociální role. Po celý život člověk vyrůstá ve vztahu k druhým lidem, zařazuje se do sociálních vztahů a skupin, a to výrazně ovlivňuje jeho osobnost.

Člověk během svého života vystupuje v různých sociálních rolích.

V dětství nejdříve napodobuje, později si utváří vlastní systém norem, tvoří si individuální hierarchii, která se stává základním regulátorem jeho sociálních vztahů.

Shrnutí kapitoly

Souhrnně můžeme říci, že psychologie člověku pomáhá zejména:

- lépe poznávat sama sebe, poznávat další lidi a působit na ně, porozumět druhým, uspořádat věci a podmínky, ve kterých člověk žije, apod.

Tyto poznatky pak jedinec využívá k zajištění svého plnohodnotného života.

Náměty pro samostatnou práci

1. Který z psychologických proudů vás zaujal? Nastudujte tento směr podrobněji a vysvětlete jej spolužákům. Z vyjmenovaných osobností si jednu vyberte a vyhledejte o ní více informací. Využijte informací on-line internetových encyklopedií.
2. Zopakujte si z předmětu biologie kapitolu o centrální nervové soustavě.
3. Vysvětlete na konkrétním příkladě pojmy: vědomí, podvědomí, bezvědomí.
4. Uveďte konkrétní užití psychologie v praxi.
5. Jakým tématům by se v současnosti měly věnovat aplikované psychologické disciplíny?

Socializace lidského rodu

ZAJÍMAVOST

Člověk již prošel velmi dlouhou a složitou etapou svého vývoje. Přes prvotní náznaky sdružování do malých skupin (jejichž prvořadým zájmem bylo zajištění obživy a ochrany) až po současné velmi komplikované sociální vazby velkých pracovních a zájmových kolektivů... Zamyslete se nad tím, co vše ze soudobých zcela běžných věcí a skutečností nebylo známo před padesáti či sto lety, ve středověku či pravěku. Moderní lékařské metody, výpočetní technika, nanotechnologie, lety do vesmíru...

To vše je výsledkem rozvoje tvůrčích schopností člověka, jeho socializace ve společnosti, uplatnění komunikačních schopností – tedy všech dovedností, které získává během svého života a předává je dál dalším pokolením.



Neprobádané zákonitosti

ZAJÍMAVOST

Nevysvětlitelné jevy a lidská psychika

Neprobádanými zákonitostmi, úkazy a jevy duševního života se zabývá tzv. **parapsychologie** (nebo **metapsychologie**). Do tohoto oboru spadají jevy, u nichž jde o přesahování duševního života přes jeho „normální“ hranice. Co nevnímáme smysly, je „nadsmyslné“, které je rozsáhlé, nekonečné a neověřitelné. Toto nové odvětví se zabývá „nadanormálními“ jevy psychologie i biologie. Jsou vázány na „zvláštní“ schopnosti a stavy, které jsou nejčastěji nazývány jako stavy medijní.

V r. 1882 vznikla **Society for Psychical Research** (Společnost pro psychický výzkum), jejíž založení se považuje za počátek studia paranormálních jevů. Termín **parapsychologie** však navrhl až v r. 1889 německý filozof a teoretik **Max Dessoir**.



Náměty a tipy pro samostatnou práci



VÝVOJOVÁ PSYCHOLOGIE

Osnova kapitoly



Po prostudování této kapitoly poznáte:

- základní metody sledování vývoje osobnosti
- jednotlivá vývojová období člověka
- specifika fyzického i duševního vývoje osobnosti během života

Předmět zájmu vývojové psychologie

Vývojová psychologie se zabývá vývojem lidské psychiky (chováním a prožíváním) od početí do smrti.

Někdy se lze setkat i s přesnějším termínem **ontogenetická psychologie**, pro naše účely však zůstaneme u obecnějšího termínu **vývojová psychologie**.

Základní metody vývojové psychologie

Vývojová psychologie využívá při sledování osobnosti dvou základních přístupových metod:

- **podélný (longitudinální) přístup**
- **příčný přístup**

Podélný (longitudinální) přístup

Při této metodě **jsou konkrétní jedinci sledováni po dostatečně dlouhý časový úsek** tak, aby bylo možné zachytit změny jejich psychiky během klíčových období.

Tento přístup umožňuje **skutečné zachycení probíhajících změn**. Bohužel se jedná o velmi náročný způsob výzkumu, takže se používá spíše zřídka. V Čechách tuto metodu použili psychologové **Z. Matějček**, **Z. Dytrych** a **V. Schiller** při sledování tzv. **nechtěných dětí** (dětí, které se narodily proto, že jejich matkám byla zamítnuta interrupce).

Příčný přístup

Vývojové změny pro každé období života jsou **odvozovány z vyšetření vývoje u většího souboru dětí stejného věku**. Tímto způsobem se např. získávají **normy pro inteligenční testy**.

Jednotlivá vývojová období jedince

Kritické (senzitivní) období – je období v životě člověka, kdy jedinec celkově více vnímá určité vlivy z okolí.

Pouze pokud se tyto stimuly objeví, může dojít ve vývoji k realizaci změn, na které je geneticky nastaven. Pokud podmínky vhodné nejsou, změny ve vývoji již lze dohnat pouze částečně nebo vůbec. Pokud například dítě nedostane v prvním měsíci pozitivní reakci na tzv. „spontánní úsměv“, nebude se jeho úsměv dále vyvíjet a může i vyhasnout.

Mezi jednotlivá vývojová období jedince náleží: **prenatální období, novorozenecké období, kojenecké období, batolecí období, předškolní období, mladší školní věk, období pubescence, období adolescence, časná dospělost, střední dospělost, pozdní dospělost a období stáří**.



OSOBNOST



Zdeněk Matějček

Zdeněk Matějček (1922–2004) náležel mezi významné české psychology. Specializoval se především na dětskou psychologii, na jejím poli dosáhl světového věhlasu. Zdůrazňoval a propagoval význam rodiny jako nejdůležitějšího prvku určujícího vývoj dítěte. Byl i spoluzakladatelem sdružení, které propagovalo a zpopularizovalo zapojení zvířat do terapie – otec Zdeňka Matějčka byl ředitelem kladrubského hřebčína (což psycholog považoval za prvotní stimul pro založení sdružení). Je spoluautorem významných poznatků o psychické deprivaci a o vývoji psychiky dítěte v kojeneckých ústavech a dětských domovech.





„Mamahotel“ – třicátníci u maminek

V současné době stále častější jev – mladí dospělí muži zůstávají u svých maminek.

Pokud porovnáme dobu před rokem 1989 a současnost, pak „předlistopadoví“ mladí měli daleko větší snahu se vymanit ze své původní rodiny a začít žít svůj vlastní život a budovat si své vlastní rodinné zázemí.

Co tedy způsobuje, že současní mladí muži zůstávají i nadále ve své původní rodině a necítí potřebu se osamostatnit? Je to prostě – spočívá to v kouzlu tzv. **mamahotelu**, tedy mít vše přichystáno, jak se říká „až pod nos“ (počínaje nakoupenou a přichystanou stravou či vypraným a vyžehleným prádlem a konče faktem, že nemusí vyřizovat nepříjemné formality spojené s bydlením). Pohodlnost vítězí – mladí mužové se de facto nemusí o nic starat, odpadají jim (leccdy značné) životní náklady a často tím také řeší fakt osamocení (absenci životního partnera). Někdy je to také způsobeno sociální nezralostí, což pak může činit i partnerské problémy, kdy se muž „nemůže rozhodnout mezi maminkou a partnerkou“.

Ve většině případů se to týká jen mužů, mladé ženy mají přirozenou tendenci zakládat svou vlastní rodinu.

Jak poznáte takového „mamánka“? Ač již dávno překročil třicítku, má zaměstnání a příjem, stále bydlí u svých rodičů. Má tendenci zlákat svoji partnerku k bydlení právě u své původní rodiny s tím, že vlastně „budou mít od jeho maminky všechno zařízené a nachystané“. Jistě si dokážete představit, jakou váhu by mělo rozhodovací slovo jeho partnerky v „cizí“ domácnosti matky jejího partnera. Muž svou matku také často zatahuje do řešení partnerských problémů a často vidí příčiny vzájemných neshod právě na straně partnerky. Tento stav může pokračovat paradoxně i po svatbě a odchodu muže z bývalé domácnosti...



Střední dospělost

Období: 25–45 let



Muž a žena ve středním věku. Většinou již mají zařízenou společnou domácnost spojenou s péčí o děti a řešením partnerských a rodinných vztahů a také plněním pracovních povinností v zaměstnání či vlastní živnosti.

- **Tělesný vývoj** – střední dospělost v sobě skrývá jak vrchol tělesného vývoje (cca okolo 30 let), tak i první známky stárnutí. Zmenšuje se pružnost pokožky, objevují se první vrásky, zmenšuje se pružnost kloubů, snižuje se celková fyzická výkonnost. Mezi jedinci mohou být velké individuální rozdíly dané jejich vlastním životním stylem – např. pravidelným sportováním, udržováním zdravé životosprávy a celkové péče o tělo.
- **Sexuální vývoj** – u mužů klesá produkce testosteronu a následně i pohlavní aktivity. U žen může klesnout sexuální aktivita v souvislosti s porodem dětí a kojením.
- **Myšlení (kognitivní vývoj)** – kognitivní výkonnost není již postavena na rychlosti používání myšlenkových operací, opírá se však o nabyté znalosti a životní zkušenosti.
- **Sociální vývoj** – v období střední dospělosti zpravidla **vrcholí pracovní kariéra**. Většina dospělých již žije v trvalých partnerských vztazích nebo se alespoň pokouší je najít a vychovává již své vlastní děti.
- **Krise středního věku** – nastává cca okolo 30.–35. roku, jedná se o významný předěl v životě člověka, ovlivňující všechny oblasti jeho života. Dospělý třicátník si uvědomuje, že končí určitá část život spojená s nadějemi, ambicemi, očekáváním, že některé své plány nejspíš již neuskuteční, a stojí před otázkou jak naplnit, jaký smysl dát druhé půlce života. Pozoruje první známky stárnutí. Objevují se první myšlenky na stáří, na vlastní smrtelnost. Znovu se vrací téma vlastní identity – „*Kdo jsem nyní? Jaký smysl má můj život?*“ Jeho adekvátní zvládnutí přispěje k získání většího vnitřního klidu a zralějšího přístupu k životu. Není to však otázka dnů, ale spíš měsíců, mnohdy i let.

Pozdní dospělost

Období: 45–60/65 let

- **Tělesný vývoj** – dochází k celkovému poklesu výkonnosti. Při námaze rychleji nastupuje únava a organismus potřebuje delší dobu na regeneraci. Zhoršuje se hojení ran a zlomenin, stejně jako zotavování z těžších infekčních chorob apod. Tělo prodělává i velké změny po vzhledové stránce – prohlubují se vrásky, může docházet k řídnutí či vypadávání vlasů, některé tělesné partie stále zřetelněji ochabují. U žen se dostavuje cca okolo 50. roku menopauza, tj. ukončení reprodukčního období, často provázená mnoha nepříjemnými pocity – bolesti v oblasti pánve, prsou, dušnost, pocení apod.
- **Sexuální vývoj** – u žen klesá zájem o sex pomaleji než u mužů. Některé z žen mohou mít v této oblasti potíže po menopauze. Příčiny těchto potíží však většinou tkví spíše v oblasti psychické (obava ze ztráty ženské identity, ze ztráty přitažlivosti) než fyzické. U mužů obecně klesá sexuální aktivita v souvislosti se snížením produkce testosteronu rychleji. Existují však velké individuální rozdíly. Někteří muži se i po padesátce rozhodnou založit novou rodinu a zplodit s mladší partnerkou děti.

PSYCHICKÉ PROCESY

Osnova kapitoly



Po prostudování této kapitoly poznáte:

- podstatu psychických procesů
- charakteristiku počitků a vjemů a jejich poruchy
- podstatu a druhy představivosti a myšlení
- pojem intelekt a inteligence, přístupy k posuzování inteligence
- podstatu a druhy citů, paměti a pozornosti

Podstata psychických procesů

Psychické procesy patří mezi základní psychické fenomény. Každá živá bytost, člověka nevyjímaje, se potřebuje orientovat v prostředí, kde žije. Velmi stručně řečeno potřebuje z prostředí získat co nejpřesnější informace, kvalitně je zpracovat, včetně posouzení na základě minulých zkušeností, a adekvátně na ně reagovat po stránce citové i volní.

K základnímu sběru informací (stimulaci) slouží **čítí** a **vnímání**.

Čítí

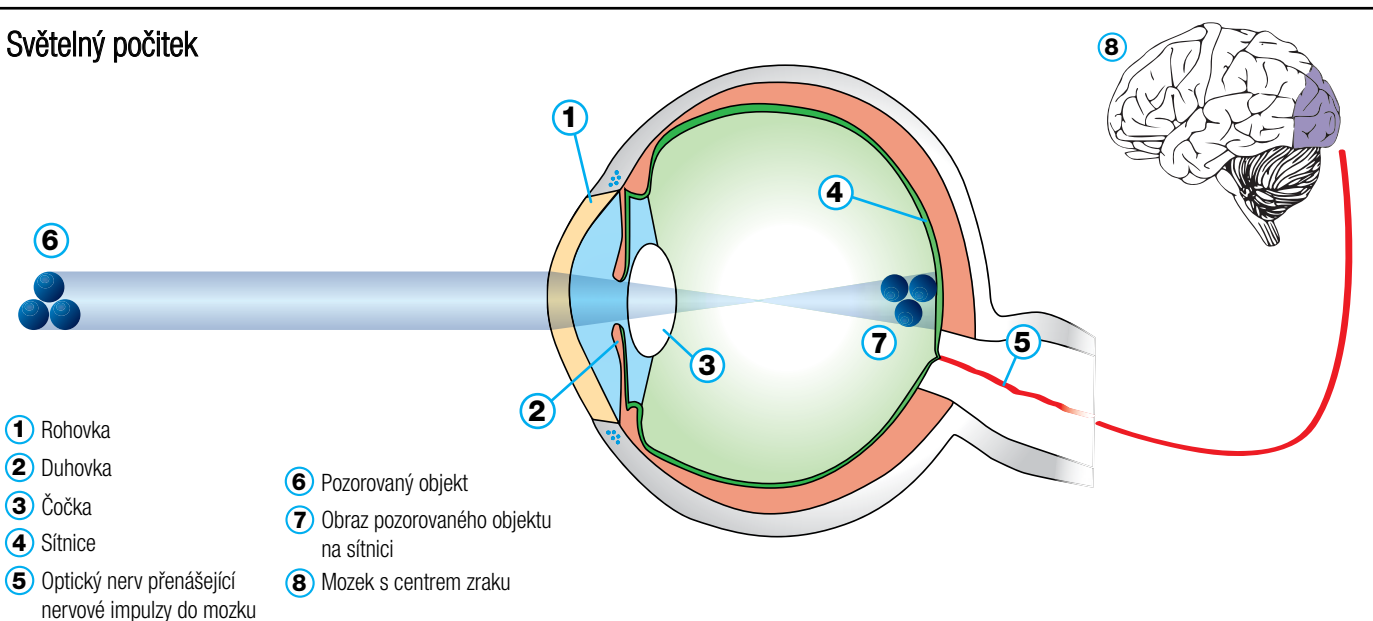
Čítí představuje prostý reflexivní příjem podnětů našimi smysly:
stimul ▶ nervová soustava ▶ mozek.

V mozku se pak stimul zpracovává jako jednoduchá základní informace vyjadřující smyslovou kvalitu, tzv. **počitek**. Příkladem počitku může být např. světlo, tma, teplo, chlad, hořká chuť.

Na počitek nemají vliv naše minulé zkušenosti. Při rozsvícení lampy bude vnímat počitek světla každý člověk, ať se jedná o Evropana, nebo o příslušníka primitivního kmene pralesů Jižní Ameriky.

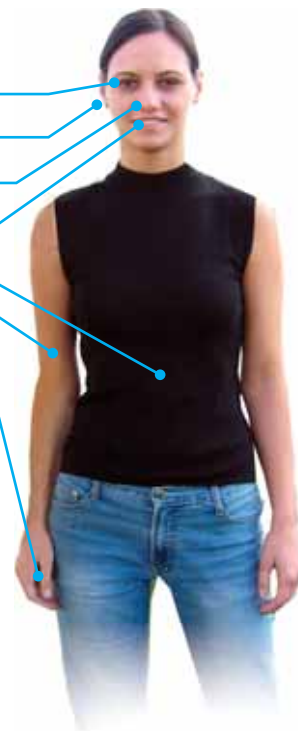
Důležitou roli při vnímání jednotlivých počitků hraje úroveň **adaptace** – tj. intenzita podnětu, který vnímáme jako neutrální. V úrovni adaptace se mohou jednotliví lidé lišit. Při stejné venkovní teplotě nebude obyvatel např. Grónska vnímat chlad, ale obyvatel Afriky ano. Úroveň adaptace se může lišit i u jednoho člověka – rozsvítíme-li prudce světlo, bude mít dotčným zpočátku intenzivní počitek světla, pokud však bude světlo svítit delší dobu, oko se adaptuje, a počitek světla nebude tak intenzivní.

Světelný počitek



Počítky dělíme podle smyslových orgánů, kterými informace do mozku přichází:

- **Zrakové** – umožňují rozeznávat světlo a tmou, tvary a barvy.
- **Sluchové** – dodávají informace o intenzitě a tónu zvuku.
- **Čichové** – umožňují rozpoznat jednotlivé vůně.
- **Chuťové** – díky nim se orientujeme v jednotlivých chutích.
- **Tělové** – informují nás o stavu našeho těla buď **zevnitř** (hlad, sytost, nevolnost) nebo **zvenčí** (tj. kontrolujeme skrze ně tělo a jeho části při pohybu).
- **Hmatové** – umožňují rozeznávat tlak, teplotu, bolest.



Vnímání

Vnímání (percepce) je základní psychická funkce umožňující nám získat subjektivní obraz vnějšího i vnitřního prostředí na základě informací získaných našimi smysly.

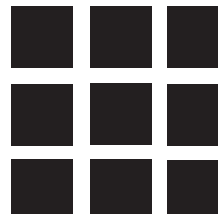
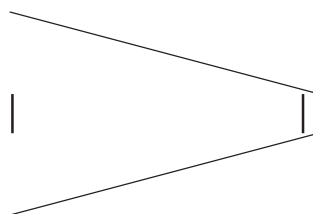
Nejedná se tedy již o pouhou informaci ze smyslových receptorů, ale o její celkové zpracování konkrétním člověkem na základě jeho subjektivních zkušeností. Výsledkem proto není jediný počíteč, ale jejich komplex, ovlivněný naším myšlením, tzv. **vjem**. Pokud nám někdo podá květinu, jednotlivými počítky mohou být např. ostrost trnů, červená barva nebo sladká vůně. Teprve jejich složením a porovnáním s minulou zkušeností můžeme dostat vjem – v tomto případě zjištění, že držíme v ruce růži.



Charakteristiky vnímání

- **Celostnost** – jednotlivé informace jsou vždy odrazy nějakého celku. **Obraz skládající se z částí je též vždy vnímán jako celek**. Některé části mohou v určitý okamžik působit jako výraznější, ale vždy na pozadí celku. Velký vliv zde má i naše minulá zkušenost. Například na obrázku vpravo může být změť čar vnímána jednou osobou jako nezřetelná čmáranice, naproti tomu druhý člověk v ní uvidí zcela jasnou kresbu.
- **Výběrovost** – v určitém okamžiku **nevnímáme vše, co na nás působí, ale pouze část podnětů**. Výběr je řízen naší pozorností, motivací či dalšími psychickými stavy, jako je např. stupeň únavy či bdělosti apod. **Pole vnímání** členíme obvykle na figuru, čili to, co je vnímáno jako dominantní, a pozadí (například fotografie s různou hloubkou ostrosti, viz obr. vpravo).

Také toto členění může být ovlivněno našimi potřebami, zkušenostmi apod. Klasickým příkladem jsou známé **optické klamy**. Podívejme se na některé... Pokud se podíváte na první obrázek níže, co vidíte – kalich, nebo dvě tváře? A co další obrázek – jsou svislé čárky stejně dlouhé, či nikoliv? A třetí obrázek – nejsou náhodou na bílých spojnicích mezi čtverečky šedé flíčky?



Lidské oko lze docela snadno ošálit, co říkáte?

- **Významovost** – vnější obrazy a objekty jsou pro nás vždy nositeli určitých významů, nelze je vnímat jenom jako jakási „čistá data“, tj. např. u následujícího obrázku vpravo jako prostou změť čar.



▲ Celostnost vnímání obrazu



▲ Fotografie s různou hloubkou ostrosti

◀ Příklady optických klamů



▲ Významovost vjemu. Vidíte tuleně, nebo osla?

PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI

Osnova kapitoly



Po prostudování této kapitoly poznáte:

- přehled teorií o vzniku a vývoji osobnosti
- skladbu osobnosti
- duševní poruchy osobnosti

Přehled hlavních teorií osobnosti

Pojem **osobnost** je používán v mnoha významech – například ve zjednodušené podobě jako označení úspěšného člověka působícího v kultuře, politice, historii...

Jiný význam má v právní vědě nebo sociologii. O někom se můžete dočíst, že je mimořádnou osobností, o jiném slyšíte, že je osobností rozpolcenou, tragickou nebo nedocenenou.

Do psychologie byl pojem osobnosti zaveden až na začátku 20. století, v době, kdy se duševní život člověka jako celek stal předmětem odborného studia. Vědce a lékaře začalo zajímat, jak je to s vnitřním uspořádáním duševního života člověka. V jistém smyslu pojem „osobnost“ nahradil v psychologii pojem „duše“, který byl jako nevědecký opuštěn.

V uplynulých sto letech navrhovali psychologové mnoho definic osobnosti, které se od sebe velmi liší. **Hippokrates** definoval čtyři typy osobnosti: **sangvinický, cholericý, melancholický, flegmatický**.

Americký psycholog **Floyd Henry Allport** (1890–1978) zdůrazňoval, že „*osobnost je něco a něco také dělá*“. Je rovněž zastáncem teorie, že osobnost člověka se postupně přizpůsobuje společenským normám.

Naopak americký psychiatr a psycholog **Harry Sullivan** (1892–1949) pokládal osobnost za pouhý „*vzorec opakovaně se vyskytujících interpersonálních situací*“ a **Raymond Bernard Cattell** (1905–1998) ji pokládal za tu stránku jedince, která umožňuje předvídat chování.



Raymond B. Cattell

Freudova teorie osobnosti

Podle **Sigmunda Freuda** je osobnost uzavřeným systémem. **Libido**, duševní (psychická) energie, se musí uplatňovat v rámci hranic tohoto systému. **Freud** vymezil tři subsystémy, řízené vzájemně rozpornými principy a cíli, které v osobnosti existují spolu a jsou mezi sebou v neustálém protikladu. Jsou to: **Id, Ego** a **Superego**.

Id

Tento subsystém osobnosti je „*temnou a nepřístupnou částí osobnosti, chaosem a kotlem plným kypících vznětů*“.

Z hlubin nevědomí se **Id** domáhá okamžitého uspokojení svých tužeb. Je „iracionální, řídí se principem slasti a nestará se o potřeby druhých lidí“. Jako příklad **ryzího Id** Freud uvádí kojence – dítě raného věku, které touží po krmení, ale žádná potravina nepřichází. Dítě si tedy představuje slast přijímání potravy na základě dřívější zkušenosti. Freud věřil, že u dospělých lze obdobný úkaz najít v nočním snění. Ve Freudově pojetí „*síly, které podle našeho předpokladu existují za napětími vzbuzovanými potřebami Id*“, jsou nazývány **pudy**.

Ego

Ego se řídí principem reality, převádí požadavky **Id** do praktického naplňování potřeb tak, že stanovuje povahu a vhodnou dobu uplatnění těchto požadavků.

Ego je racionální, působí na vědomé úrovni, zvažuje činy a jejich následky a ukládá je do předvědomí. Pokud si člověk může zpětně dobře vybavit zapomenuté události a osobní zážitky, pak je podle Freuda dobře rozvinuté **Ego** známkou zdravé osobnosti.

WIKIPEDIE:

Raymond B. Cattell:
Floyd Henry Allport:

http://en.wikipedia.org/wiki/Raymond_Cattell
http://en.wikipedia.org/wiki/Floyd_Henry_Allport



OSOBNOST



Hippokrates

Hippokrates (460 př. n. l. až 377 př. n. l.). Vzdělaný muž, pocházející z lékařské rodiny. Význačný antický lékař, který je považován za zakladatele vědecké medicíny (jako první se distancoval od šarlatánské léčby). Je autorem mnoha vědeckých spisů (některé se nacházejí v Alexandrijské lékařské knihovně). Právě **Hippokratovi** je přisuzováno zavedení pojmu **lékařské tajemství**, které je zakotveno i v tzv. **Hippokratově přísaze**.

Superego

Poslední ze subsystému osobnosti – **Superego** – obsahuje omezení a zákazy ukládané dítěti v raném a mladém věku rodiči a dalšími pro ně významnými dospělými a také chválu za „dobré“ chování. Zatímco **Id** požaduje plnou a okamžitou slast, reakcí **Superega** je „*nesmím si dovolit žádnou slast, musím dosáhnout dokonalosti*“.

Podle Freuda lidé, u nichž se **Superego** přiměřeně nerozvinulo, se často cítí nevinní i při mravních přestupcích a často se chovají asociálně. Lidé se silným **Superego** jsou perfekcionalisté, kteří pak trpí „mravní úzkostí“.

Freud vnímal osobnost jako jednotnou identitu Id, Ega i Superega, které jsou těsně propojeny.

Zajímavé jsou Freudovy studie o významu snů, které nazývá „strážci spánku“. Tvrdil, že sny „*podávají jasný pohled do nevědomých přání osoby a jsou ve skutečnosti splněním nevědomých přání*“.

Další teorie osobnosti

Carl Gustav Jung (coby zakladatel školy analytické psychologie) nepovažoval sexuální pud za hlavní, určující činitel lidského života. Ego pokládal spíše za aktivní než reaktivní. Pojímal osobnost jako samostatnou soustavu, kladl důraz na minulost jedince a zahrnoval do ní i živočišné a lidské historické předky.

Jung pokládal za zralou, dobře přizpůsobenou osobu toho člověka, který dosáhl vysokého stupně sebeuskutečnění.

Podle Junga vytvářejí osobnost čtyři subsystémy:

1. kolektivní vědomí
2. osobní nevědomí
3. vědomé Já (Ego)
4. bytostné Já (které spojuje vědomí s nevědomím)

Během svého života Jung svými názory výrazně ovlivnil nejen psychologickou vědu, ale i oblast literatury a umění; v pozdější době jeho vliv slábl. Mnohé Jungovy teorie osobnosti nepřežily, jeho typologie se však stále užívá.

Jung také rozlišoval mezi postoji **introverze** (zaměření jedince na intrapsychický svět) a **extraverze** (zaměření na své okolí).

S Freudem také několik let spolupracoval **Alfred Adler**. Víme již, že to byl představitel **individuální psychologie**. Nikdy se však nepokládal za Freudova žáka a nikdy nepodstoupil psychoanalýzu.

Podle Adlera „*usiluje každý člověk o překonání pocitů méněcennosti zakotvených v dětství a o dosažení nadřazenosti*“. Pokládal například pořadí narození sourozenců v rodině za ukazatel jejich budoucích postojů a vzorců chování.

Dobře přizpůsobená osobnost se utváří v dětství, hlavní úlohu při kladení sociální vztažnosti dítěte hraje matka. Pojem **individuálního životního stylu** je v Adlerově teorii ústřední, zahrnuje znaky, rysy a způsoby chování, za důležité považuje rodinné prostředí, které ovlivňuje individuální životní styl jedince.

Ego a egoismus

ZAJÍMAVOST

Pojem **egoismus** vznikl koncem 18. století a rozšířil se především díky výkladu německých filozofů **Kanta**, **Schopenhauera** a **Nietzscheho**.

Podle **Schopenhauera** charakterizuje egoismus jednoznačná zásada „*všechno pro mne a nic pro druhé*“ a to, že jej rovněž nic neomezuje. Egoismus je dle něj hybnou silou zvířecího i lidského počínání a v protikladu vůči němu stojí **morálka**. Ta se snaží prosazovat tzv. **altruismus**, což je naopak komplex postojů a jednání, jež mají sledovat prospěch druhého člověka.

Nietzsche ve svém výkladu pojmu egoismus tvrdí, že „*vznešené duše mají nárok na to, aby se jim jiní obětovali*“, čehož bohužel zneužil Hitler a nacisté ve své ideologii.

V současnosti je egoismus synonymem pro **sobectví**, ovšem v méně hanlivém významu. Člověk-egoista sleduje primárně své cíle, při jejich dosahování se neohlíží na své okolí a nepřipouští si neúspěch. Zjednodušeně řečeno „*často si jde za svým i přes mrtvolu*...“. Pokud egoisté zastávají vedoucí funkce, jsou většinou autoritativními řídicími pracovníky, nepřipouštějícími diskusi a zpochybňování svého názoru. Dlužno říci, že pracovní kolektivy tohoto vedoucího dosahují výsledků, ovšem často na úkor dobrého pracovního klimatu.



Extravertně založeného člověka poznáte i podle sebevědomého postoje, nebojí se nápadného oblečení, vyhledává společnost, „srší“ energií... Introvert je jeho pravým opakem – vyznačuje se plachostí, nikdy nebude „bavičem“ společnosti, nerad komunikuje na veřejnosti, před kolektivní činností dá raději přednost klidu a soukromí.

I. P. Pavlov například zachoval tradiční čtveřici typů temperamentu, ale vysvětloval je rozdílem ve vlastnostech nervových procesů – síle podráždění a útlumu, vzájemné vyrovnanosti nervových procesů a jejich pohyblivosti. Britský psycholog německého původu Hans Jürgen Eysenck (1916–1997) navázal jak na starořecké členění, tak i na učení I. P. Pavlova (ale také na Junga a řadu dalších badatelů) a charakterizuje osobnost (popřípadě temperament) kombinací dvou dimenzí: **extraverze – introverze** a **stabilita – labilita**.

- **Extravert** – je popisován jako člověk otevřený, družný, společenský, impulzivní, rád riskuje, své city příliš nekontroluje, má rád změnu a má bohatou slovní zásobu.
- **Introvert** – je naopak uzavřený, tichý, nebývá agresivní, je trpělivý, jedná rozvážně, má jen úzký okruh přátel, jedná převážně plánovitě.
- **Labilní člověk** – bývá neklidný, nevyrovnaný, úzkostný, mívá pocity méněcennosti, často i neurotické potíže. Jsou u něj typické rychlé změny nálady, těžko se přizpůsobuje.
- **Stabilní člověk** – projevuje se emoční stálostí a vyrovnaností, přizpůsobuje se rychle změnám, je dostatečně sebevědomý.

Druhy temperamentu podle Eysencka:

- **Sangvinický typ** – je charakterizován zvýšenou stabilitou, extraverzí.
- **Cholerický typ** – pro něj je typická labilita, extraverze.
- **Melancholický typ** – je labilní a převažuje u něj introverze.
- **Flegmatický typ** – vyznačuje se stabilitou a introverzí.

Podle Eysencka jsou krajní typy teoretickou záležitostí a reálně neexistují.

Mezi pět nejobecnějších faktorů osobnosti se řadí: **svědomitost, vstřícnost, otevřenost ke zkušenosti, extraverze/introverze, neuroticismus – labilita** (podrobněji viz [Příloha č. 1 – Pět nejobecnějších faktorů osobnosti a třicet vlastností nižšího řádu](#), str. 70).

Souhrnně lze konstatovat, že v současné době se termín temperament užívá k označení souboru psychických (popřípadě psychofyziologických) vlastností, které se projevují způsobem chování, reagování, prožívání, a také toho, jak silně se projevují navenek.

Temperament je převážně vrozený, ale v průběhu života dochází ke změnám především působením a vlivem výchovy, společnosti atd.

Proč se člověk chová určitým způsobem, co je příčinou jeho chování lze také vysvětlit jeho **motivačními vlastnostmi**.

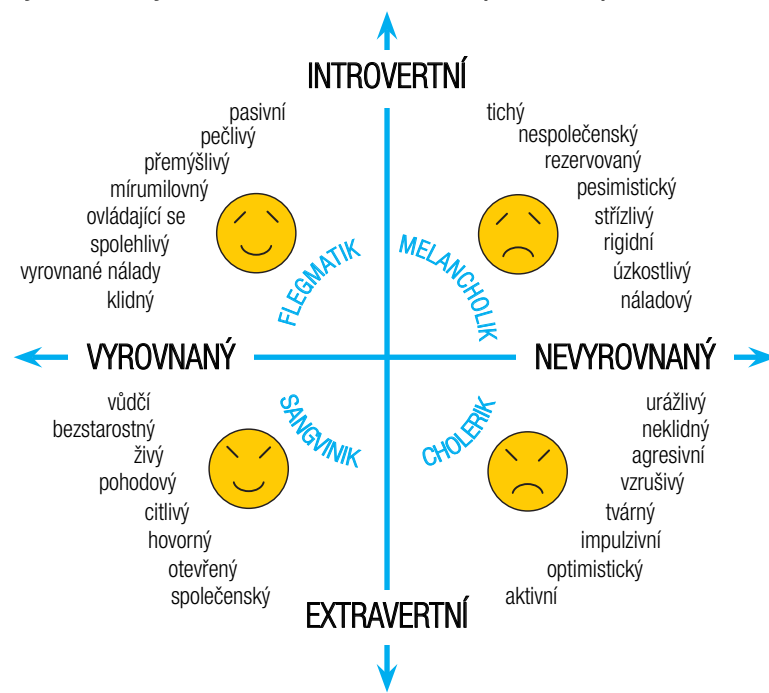
Motivační dispozice

Motivační dispozice jsou vnitřní faktory procesu podněcování aktivity. Jsou to předpoklady ke vzniku a uplatnění úsilí, souhrn všech skutečností, které podporují nebo tlumí jedince, aby něco konal či nekonal. Každý má vlastní, individuální (a poměrně stabilní) motivační vlastnosti, mohou se však postupně měnit, např. věkem.

Charakter

Se složkami osobnosti je spojován **charakter člověka** či **povahové rysy**. Téma charakteru má v psychologii zvláštní postavení, neboť mnozí psychologové ho odmítají, protože v něm spatřují zavádění normativních hledisek, která do empirické vědy nepatří. Přesto se současná psychologie tímto tématem zabývá.

Eysenckův systém klasifikace osobnosti podle temperamentu



POJEM

► MOTIVACE

Odvozeno od latinského *movere* = hýbat, pohybovat

POJEM

► CHARAKTER

Pojem je odvozen z řečtiny – znamená **vryp**, **vryvat**.

PSYCHOLOGIE ČINNOSTI, JEDNÁNÍ A CHOVÁNÍ

Osnova kapitoly



Po prostudování této kapitoly poznáte:

- stavy vědomí a projevy chování
- aktivační činitele vedoucí k činnosti jedince
- druhy lidské činnosti
- podstatu volního jednání člověka
- mechanismy vzniku a řešení konfliktních situací

Podstata psychologie činnosti a jednání

Činnost a jednání je oblast psychologie, která je nejvíce na očích nejen odborníků, ale i laiků. Lidé jsou často hodnoceni podle činů, jejich jednání bývá sledováno již od narození – nejprve rodiči a prarodiči, později ve škole, v zaměstnání.

Základním činitelem a podmínkou činnosti je **aktivace**.

Aktivace činnosti

Velmi zjednodušeně lze říci, že se jedná o uvedení celého organismu do činnosti, ať již vnitřní (např. myšlení či emoční procesy), nebo vnější (jednání, chování).

Úroveň aktivace můžeme hodnotit stavem vědomí (míra vnitřní aktivace) a projevy chování (míra vnější aktivace).

Úrovně aktivace

- **Afekt** – stav nejvyšší excitace, vědomí je silně zúžené (jedinec nevnímá nic okolo, jenom zdroj svého rozrušení), v určitých případech jedinec vědomí na krátkou dobu i ztrácí (tzv. **patický afekt**). Na úrovni chování je typická velká aktivita, ale nízká nebo téměř žádná sebekontrola. Příkladem může být právě zmiňovaný patický afekt, kdy jedinec v rámci extrémního citového rozrušení ztratí na okamžik vědomí i sebekontrolu a udělá něco, co by v bdělém stavu nikdy neudělal (např. zraní druhou osobu). Po odeznění afektu si pak není schopen na nic vzpomenout.
- **Bdělá pozornost** – jedinec je schopen soustředěné pozornosti a koncentrace na objekt svého zájmu, úroveň sebekontroly je přiměřená, tj. je schopen reagovat rychle a účinně vzhledem k situaci, ve které se nachází, za použití osvědčených postupů a vzorců.
- **Relaxovaná bdělost** – pozornost není zacílená, spíše se pohybuje mezi různými podněty na principu volné asociace, tj. jedna představa vyvolá druhou (více viz **asociační zákony**). Reakce chování sice nejsou tak rychlé a cílené jako u bdělé pozornosti, jsou však kreativnější, tj. jedince snadněji napadne neotřelá a originální řešení situace.
- **Ospalost** – omezené vnímání, jedinec si uvědomuje pouze silnější podněty, chování je zpomalené, spontánní činnost žádná.
- **Lehký spánek** – vědomí je omezené, jedinec reaguje pouze na silné vnější stimuly, mohou se objevovat sny. Chování je redukováno pouze na pohyby ze spánku, bez cíleného zaměření.
- **Hluboký spánek** – vědomí je silně omezené, jedinec nevnímá své okolí, pokud není vytržen velmi silným impulzem. Na úrovni chování provází hluboký spánek ztráta kontroly pohybu, tj. dítě se může v hlubokém spánku pomočit, ač je jinak již schopné samo udržovat čistotu.
- **Kóma** – ztráta vědomí, jedince nelze probít ani bolestivými podněty. Organismus není schopen žádného projevu chování, mizí dokonce i základní reflexy (např. zornice nereagují stažením na prudké osvětlení).
- **Smrt** – nulová míra aktivace jak na úrovni vědomí, tak na úrovni chování.



Jednání v afektu postihuje čas od času každého z nás... Záleží ovšem na jeho intenzitě, okolnostech a místě vzniku. Je to jednání, které v daném okamžiku nejsme schopni kontrolovat a které nás může později mrzet.

POJEM



► PATICKÝ AFEKT

Znamená **silný emoční výbuch**.

SOCIÁLNÍ PSYCHOLOGIE

Osnova kapitoly



Po prostudování této kapitoly poznáte:

- předmět sociální psychologie
- socializaci jedince ve společnosti
- formy komunikace a komunikační styly

Předmět a pojmy sociální psychologie

Sociální psychologie v úzké součinnosti s řadou psychologických i jiných vědních oborů zkoumá proces socializaci jedince, tzn. **utváření jeho osobnosti sociálními a kulturními vlivy**.

Sociální psychologie jako vědecká disciplína řeší otázky forem a mechanismů začleňování lidí do mezilidských vztahů.

Sociální život člověka, jeho vztahy k ostatním lidem se stávají zdrojem jeho duševního dění a současně jeho obsahem. **Mezilidské vztahy** jsou komplexní a mnohostranné. Zahrnují nejen aktuální dění, ale i širší společenský život, který se uskutečňuje v určitých historických a kulturních podmínkách. Jedinečnost osobnosti člověka je v průběhu života stále rostoucí měrou určována právě kulturní povahou osvojování sociálních zkušeností shromážděných činnostmi mnoha generací. Celá řada vlastností a projevů osobnosti člověka může být variabilní v závislosti na zvláštностech dané kultury.

POJEM



► DETERMINACE

Pojem **determinace** znamená **určení, určování, vymezení**. Značí postup od obecného pojmu k pojmům méně obecným.

Společenská determinace se projevuje tak, že vtiskuje určitým společenským skupinám specifické znaky.

Podstatným činitelem utváření vlastností duševního života jedince jsou jeho sociální zkušenosti a názory, k nimž má vztah. Prvotní je úzká biologická a sociální vazba dítě – matka, později se rozšiřuje o další vztahy (např. přátelské, milenecké atd.), do nichž člověk zákonitě vstupuje v průběhu života a hraje určitou roli.

Předmětem sociální psychologie je tedy proces socializace jedince, v jehož průběhu se z organismu ovládaného v podstatě biologickými zákony vyvine lidský jedinec.

První koncepce sociálně psychologického poznání se utvářely již v 1. polovině 19. století a vycházely z filozofického vědění. K prvním teoriím patřily **psychologie národů, psychologie davu a teorie instinktů sociálního chování**, prezentované např. německými sociálními psychology **H. Hiebschem** a **M. Vorwergem**.

V roce 1908 bylo v Londýně vydáno dílo amerického psychologa britského původu **Williamu McDougalla** (1871–1938) **Úvod do sociální psychologie**. Zabývá se faktory, které ovlivňují chování lidí.

Psychologie na počátku 20. století již nashromáždila dostatek zkušeností s užitím experimentální metody, která pak ovlivnila utváření sociální psychologie jako vědy.

Proces socializace

Socializací se člověk učí orientovat ve svém prostředí, směřovat k určitým cílům a navazovat citové vztahy.

Množství mezilidských vztahů má dvě základní formy:

- **vztah člověka k jinému člověku** (matka, otec, kamarád, spolužačka)
- **vztah člověka k malé skupině** (rodina, třída, pracovní kolektiv)

Vyjádření aktivního vztahu mezi jedinci nazýváme **interakcí**, tj. jak na sebe vzájemně reagují, jak mezi nimi vznikají konflikty, jak se navzájem ovlivňují.



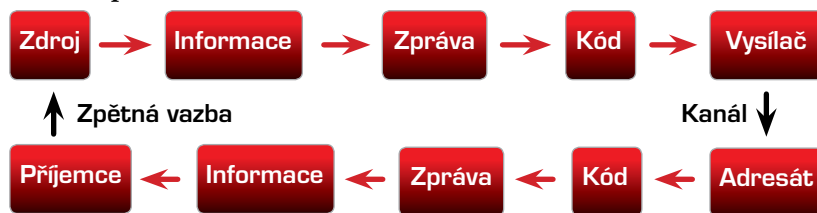
Většina lidí se začleňuje do společenství s ostatními – ať už je to rodina, spolužáci ve třídě, či pracovní kolektiv. Vztahy v lidské společnosti jsou i velmi komplikované; postavení v kolektivu si jedinec často buduje velmi dlouhou dobu (typicky například ve své profesní kariéře v zaměstnání).

Nezbytným předpokladem pro řeč je dobrá **vyjadřovací schopnost**. Neschopnost jasně vyjádřit myšlenku se může stát příčinou nedorozumění, nepochopení mezi jedinci.

Sdělení musí mít obsah a formu, musí počítat s adresátem, jeho mentalitou, postavením, potřebami atd.

Díky řeči si lidé mohou sdělovat informace o událostech, které se staly před mnoha staletími, ale také o událostech, které teprve nastanou. Řečové formy komunikace přesahují časové i prostorové omezení sociálních kontaktů a umožňují člověku díky **moderním technologiím** komunikaci i na velké vzdálenosti.

Schéma průběhu komunikace:



Internetová telefonie **ZAJÍMAVOST**



Moderní komunikační technologie se v současnosti čím dál více uplatňují a nacházejí své příznivce. Typickým příkladem je internetová telefonie, pomocí které její účastníci realizují běžný hovor (navíc doplněný i obrazem). Internetové technologie také zcela smazávají faktor vzdálenosti – je jedno, zda spolu dotyční hovoří v rámci jednoho města, nebo přes půl zeměkoule, hovor je navíc zdarma ☺. Už jste zkusili například Skype?

Neverbální komunikace

- **Výrazy obličeje (mimika)** – vyjadřujeme základní emoce. Je důležité, aby komunikace byla přiměřená a přirozená.
- **Pohyby rukou (gestikulace)** – je ovlivněna typem temperamentu, věkem, pohlavím.
- **Tělesný postoj (prosturologie)** – dáváme jím najevo vzájemný vztah, otevřenost, uzavřenost.
- **Vzdálenost těl (proxemika)** – spočívá ve vyjádření vztahu k druhému člověku, a to ve vzdálenosti, kterou od sebe komunikující subjekty zaujmají.
- **Oční kontakt** – je nejdůležitější, často mimo naši kontrolu. Vyznačuje se intenzitou (jak dlouho se člověk dívá) a frekvencí (jak intenzivně se dívá).
- **Komunikace dotykem (haptika)** – znamená fyzický kontakt, dotýkání se částmi těla (například poklepání rukou po rameni vyjadřující uznání).
- **Komunikace předmětem** – mohou to být brýle, ukazovátko, pero apod.
- **Komunikace vzhledem** – upravenost oblečení signalizuje příslušnost k vrstvě nebo názorovému proudu. Jedná se o často opomíjený aspekt neverbální komunikace, zejména v obchodní komunikaci.
- **Zacházení s časem (chronemika)** – vyjadřuje schopnost člověka hospodařit s časem (kolik času věnuje jednotlivým osobám, činnostem, jak je dochvilný apod.).



Mimika obličeje velmi často doprovází komunikaci jedince.

Víte, že? ... Neverbální komunikace – okno do duše člověka

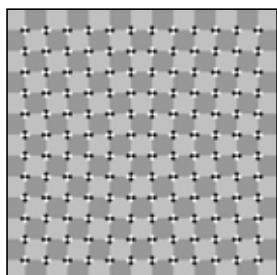
ZAJÍMAVOST

- Víte, že za **intimní vzdálenost** je považován prostor přibližně 45 cm, do kterého byste měli „vstoupit“ vyložené jen při fyzickém kontaktu? Pokud při rozhovoru přistupujete blíže, protějšek to vnímá jako nepříjemné narušení tohoto osobního prostoru.
- **Pohled do očí** – měl by být přímý, měl by vzbudit autoritu a zájem druhé osoby. Neměl by být příliš dlouhý (vyzývavý) ani těkavý a uhýbavý.
- **Délka pohledu do očí jako mocenský nástroj** – někdy může osoba, která s vámi jedná, volit záměrně dlouhý pohled do vašich očí. Testuje vaši výdrž, snaží se tímto nad vámi získat „navrch“. Pokud již musíte uhnout pohledem, učíte tak vždy do strany, nikoliv dolů (to je většinou doprovázeno skloněním hlavy, což signalizuje „ústup z pozice“).
- **Ruce** – velmi důležitý prvek neverbální komunikace. Zkušený personalista (či obchodník) pozná z polohy vašich rukou či jejich pohybů, jak na tom jste co do vnitřního rozpoložení. **Pohrávání si s prsty, tužkou či mnutí předmětu** značí nervozitu. Při **podávání ruky** stiskněte partnerovi v komunikaci jeho ruku přiměřeným stiskem; „mdlý“ stisk ruky opět odkrývá vaši úzkost a nejistotu. Pokud podáte ruku směřovanou dlaní dolů, naznačíte tím svůj nadřazený postoj (a opačně). **Zkříženými rukama na prsou** naznačujete uchýlení se do obrany a nejistoty, případně nesouhlas. Podobné je to, pokud **zkřížíte ruce za krkem**.
- **Škrábání na hlavě** – signalizuje protějšku vaši nejistotu. **Zakrývání** úst dlaní při mluvení může naznačovat, že jste řekli něco neupřímného.
- **Tělo a postoj** – **svěšená ramena** opět budou signalizovat vaši nejistotu. Pokud chcete vystupovat sebejistě, **pohybuje se rozvázně**. **Nenechte se zatlačit do časové tísňe a shonu** tím, že pocítíte z druhé strany náznaky netrpělivosti ze setkání trvajícího delší dobu (netrpělivosti druhého naopak můžete využít ve svůj prospěch).

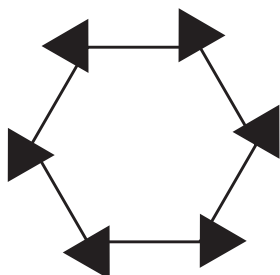


Příloha č. 2

Příklady optických klamů



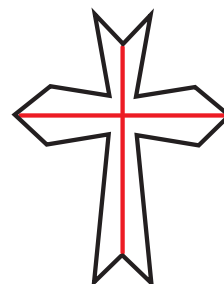
1 Je ta šachovnice rovná, nebo křivá?



2 Pokud spojíte úsečky, vznikne pravidelný šestiúhelník?



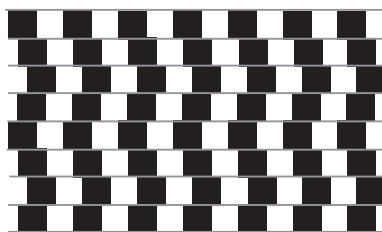
3 Vidíte babku, nebo dívku s odvrácenou tvář?



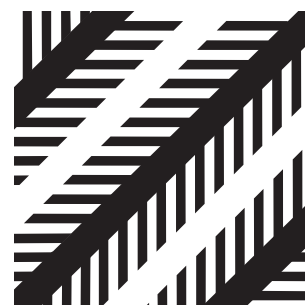
4 Která z přímek uvnitř kříže je delší?



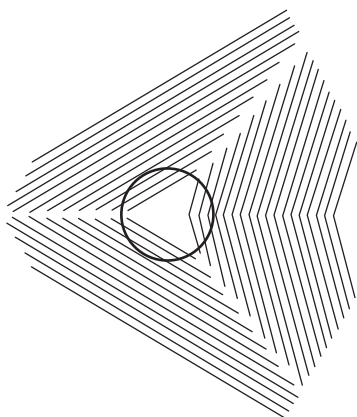
5 Věříte, že barva malých kroužků má stejný odstín?



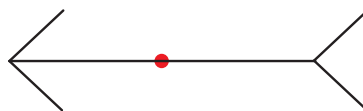
6 Vypadá to, že horizontální čáry jsou křivé...



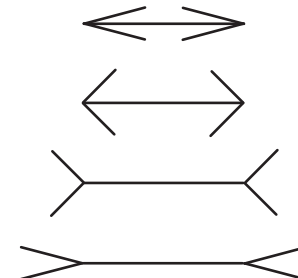
7 To vypadá, že ty tlusté černé čáry nejsou spolu rovnoběžné, a také že nejsou nahoře a dole stejně silné...



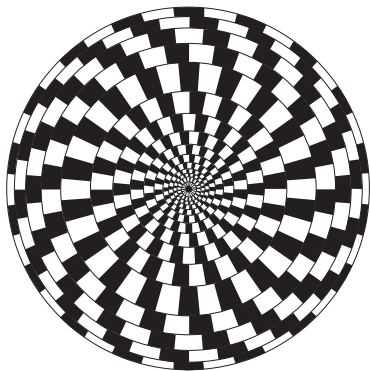
7 To uprostřed rozhodně nemůže být kruh...



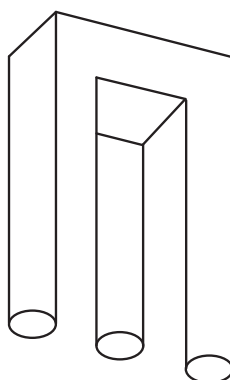
8 Která část přímky od směrem červeného bodu je delší – pravá, nebo levá?



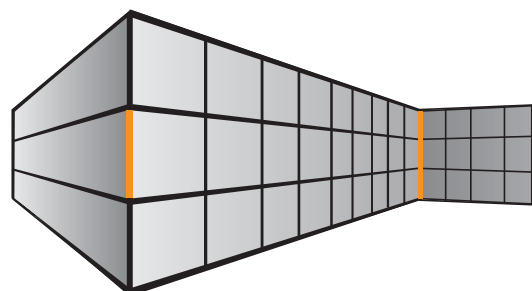
9 Která čára je nejdelší?



10 Zvládnete „dojet“ hrotem tužky od kraje až do středu spirály? ©



11 Podivná vidlice. Zakrytím horní poloviny uvidíte, že má tři hroty; zakrytím dolní poloviny zjistíte, že může mít jen hroty dva.



10 Müller-Lyerova iluze v perspektivě – určete, která z dvou oranžových přímek je delší.