

Univerzita Jana Amose Komenského

Roháčova 63, Praha 3



Studijní opora pro kombinované studium

Předmět

ÚVOD DO PSYCHOLOGICKÉ TEORIE

Studijní obor: SPPG (Bc.)

2022

Obsah

Úvod	2
1. Vstupní informace k předmětu	3
2. Přehled témat předmětu sociální psychologie / Přednášky	4
3. Téma první: Vznik psychologie jako vědy a její postavení v soustavě věd.....	5
4. Téma druhé: Psychoanalytické a behaviorální teorie v psychologii	8
5. Téma třetí: Humanistické teorie a jejich odraz v psychoterapii	12
6. Téma čtvrté: Základní kategorie a metody v psychologii.....	14
7. Téma páté: Smyslové vnímání, imaginace a jejich význam.....	18...
8. Téma šesté: Myšlení a řeč a jejich význam.....	27
9. Téma sedmé: Poruchy kognitivních procesů a jejich význam	31
10. Téma osmé: Seznam povinné a doporučené literatury	38

Úvod

Vážené studentky, vážení studenti,

tento předkládaný materiál slouží jako opora Vašeho studia, které absolvujete v kombinované formě. Materiál je rozšířeným průvodcem studia, který máte zveřejněný v informačním systému pro studenty UJAK (IS Moggis). V části vstupní informace naleznete anotaci předmětu, výstupy, kompetence, které získáte jeho absolvováním, a požadavky na jeho ukončení. Následuje přehled témat předmětu. Přínosem tohoto materiálu je rozpracování jednotlivých přednášených témat, kde máte uvedeny základní pojmy, hlavní témata a anotaci k nim včetně odkazu na základní studijní literaturu. Literaturu uvedenou pod jednotlivými studijními tématy je třeba chápat skutečně jako základní. Dále je třeba využívat i literaturu doporučenou dle instrukcí vyučujícího. Celkový seznam literatury a dalších zdrojů je uveden na konci studijní opory.

Rozvrh přednášek je součástí informačního systému Moggis, stejně tak i časy konzultací vyučujících.

Přejeme Vám hodně úspěchů ve vašem studiu.

1. Vstupní informace k předmětu

Předmět: Úvod do psychologické teorie

Ročník: první / 1. semestr

Způsob zakončení: Zápočet / Zápočtová práce zaměřená na práci s odborným textem.

Anotace

Cílem výuky daného předmětu je představit psychologii jako vědu o chování a prožívání člověka. Obsah předmětu je zaměřen na výklad, souvislosti a porozumění pojmů z oblasti základních oborů psychologie. Posluchače seznamuje se základními směry psychologického myšlení a psychoterapeutických škol první poloviny 20. století a základními principy postmoderního myšlení. Ukazuje na biologické souvislosti funkcí psychiky, seznamuje se základními metodami psychologie, zaměřuje se na porozumění a aplikaci poznatků v konkrétních projevech poznávacích procesů, chování a prožívání člověka v každodenních životních situacích.

Důraz bude kladen na využitelnost poznatků v činnostech, ve kterých se uplatňují absolventi bakalářského studia na UJAKu.

Uvedený cíl bude realizován v níže charakterizovaných tematických okruzích.

Výstupy ze studia předmětu Úvod do psychologické teorie

Studenti znají a porozumí:

- psychologickou terminologii, předmět, strukturu a historii psychologie vč. jejího vztahu k jiným vědám,
- hlavní psychologické a psychoterapeutické směry (zejména podstatu teorií psychodynamických, kognitivně behaviorálních a humanistických),
- základní znaky lidské psychiky, zejména její biologickou a sociální podmíněnost,
- kognitivní procesy a procesy umožňující získávání individuálních zkušeností.

Dovednosti (student dokáže, je schopen, umí):

- vyhledávat psychologické poznatky publikované v knižních, časopiseckých i elektronických zdrojích; se získanými informacemi tvořivě pracovat,
- aplikovat znalost zákonitostí fungování lidské psychiky na proces poznávání sebe i jiných lidí.

2. Přehled témat předmětu Úvod do psychologické teorie /

Přednášky:

(v souladu se sylabem předmětu)

Tematické vymezení/okruhy:

Přednášky:

Pozn. Každé téma má hodinovou dotaci 2 vyučovací hodiny, některé studijní texty k nim jsou více obsažné, jiné se překrývají (viz v textu níže), v každém případě je dodržena celková hodinová dotace.

Vznik psychologie jako vědy a její postavení v soustavě věd (časová dotace 2 hodiny);

- Vybrané myšlenky filozofie jako základ pro vznik psychologie.
- Vybrané poznatky medicíny.
- Vznik psychologie a její postavení v soustavě věd.

Psychoanalytické a behaviorální teorie v psychologii (časová dotace 2 hodiny);

- Základní postuláty dynamických teorií a terapií.
- Behaviorální a kognitivně behaviorální teorie a terapie – základní postuláty.

Humanistické teorie a jejich odraz v psychoterapii (časová dotace 2 hodiny);

- Teorie A. Maslowa a jeho předchůdců.
- Potenciály a potřeby člověka, přínos C. Rogerse.

Základní kategorie a metody v psychologii (časová dotace 2 hodiny);

- Kategorie vědomí, prožívání, chování, psychika, psychický jev.
- Metody pozorování, rozhovor, test, dotazník, analýza produktu činnosti, experiment v psychologii.

Smyslové vnímání, imaginace a jejich význam (časová dotace 2 hodiny);

- Smyslové vnímání.
- Integrativní funkce vnímání a fyziologický průběh vnímání.
- Procesy imaginace – představivost a fantazie a jejich význam.

Myšlení a řeč a jejich význam (časová dotace 2 hodiny);

- Fáze a formy myšlení, myšlenkové operace a jejich význam.
- Metakognitivní procesy.
- Myšlení a řeč.

Poruchy kognitivních procesů a jejich význam (časová dotace 1 hodina);

- Poruchy smyslového vnímání na základě narušení funkcí smyslových orgánů.
- Poruchy paměti a pozornosti, poruchy myšlení.

Semináře (Pozn. Studijní texty doplněny i tématy seminářů – pozornost, paměť- seminární úkoly určené studentům denního studia):

1. Biologické základy psychologie – pracovní listy (časová dotace 2 hodiny);
2. Referát - fenomenologická pojetí v psychologii – přehled vybraných autorů a jejich základní myšlenky (časová dotace 2 hodiny)

3. Referát - funkcionalismus v psychologii – přehled vybraných autorů a jejich základní myšlenky (časová dotace 2 hodiny)
4. Pozornost – její funkce a vlastnosti – pracovní listy (časová dotace 2 hodiny);
5. Paměť – její druhy, funkce, fáze a vlastnosti – pracovní listy (časová dotace 2 hodiny);
6. Logické chyby v myšlení – řešení konkrétních příkladů (časová dotace 2 hodiny);
7. Pojetí normy v kontextu 20. století – příklady (časová dotace 1 hodina);

3. Téma první: Vznik psychologie jako vědy a její postavení v soustavě věd

Anotace

Předmět psychologie-studium psychiky, která existuje v dimenzích prožívání a chování vědomého a nevědomého. Psychologie jako věda vzniká rozvojem experimentální metody v psychologickém bádání. Souvisí s filozofickými a biologickými přístupy.

Klíčová slova:

Pojem psychologie, psychika, chování, prožívání, vědomí, nevědomí, filozofické a biologické přístupy.

Psychologie jako věda, význam psychologie

Psychologie je věda o člověku, o jeho duševním životě, o jeho psychice.

Předmětem psychologie je studium psychiky, která existuje v dimenzích prožívání a chování vědomého a nevědomého. Směřuje k poznání osobnosti.

- Prožívání – subjekt má určité obsahy vědomí – vjemy, představy, myšlenky, city, snahy
- Chování – 3 kategorie – jednání (jednorázový akt), konání (dlouhodobé), výraz (mimický, pantomimický), probíhá v závislosti na objektivní situaci a motivaci subjektu
- Vědomí a nevědomí (podvědomí) – člověk je schopen uvědomit si jen ty obsahy, které jsou spojeny s jeho činností a lze je vyjádřit slovem

Základní formy psychiky – procesy a dispozice

Procesy – např. vnímání, cítění, myšlení závisejí na mozkových strukturách a jsou dispozicí pro psychické dění, to se realizuje ve vztahu dispozic a podnětu – vnějšího i vnitřního.

Struktura psychologických věd:

Teoretické.

- obecná včetně psychologie osobnosti
- vývojová – ontogenetická
- psychologie dítěte, dospělých (adultopsychologie), stáří
- sociální – determinace chování

Aplikované:

- pedagogická
- klinická – diagnostická
- poradenská – školní, manželská
- psychologie zdraví

Speciální:

- biologická – podíl biologické regulace na chování
- psychologie sportu, reklamy...

Podoby psychologie

- laická (nevědecká)
- vědecká (tu reprezentují psychologické instituce, časopisy apod.)
- umělecká (narativní)

Význam psychologie - psychologie člověku pomáhá:

- 1) poznat sám sebe,
- 2) rozvíjet sebe,
- 3) poznávat druhé,
- 4) působit na druhé,
- 5) uspořádat podmínky, ve kterých člověk pracuje, studuje...

Vývoj názorů na předmět psychologie, vznik psychologie jako vědy

V průběhu dějin se profilovaly 4 názory na předmět psychologie – předmětem je duše, vědomí, chování, psychické struktury.

Empirie přináší nové poznatky – koncem 17.st. Mezi významné představitele, kteří se zasloužili o vznik psychologie jako vědy patří.

Descartes – vědomí – organismus pracuje na základě reflexu

Bacon – zakladatel experimentálních věd – pramenem poznání smysly, základní metoda pozorování

Vzniká 1. koncepce – asocianismus – zákl. elementy počítky a představy, které se sdružují do vědomých zážitků, rozvoj v 18. a 19. st. spolu se senzualismem, Lock, Herbart, Spencer

Wundt – 19., 20. Lipsko experimentální laboratoř – odrážení asociovaných obsahů ve vědomí – sebepozorování, introspekce, Neumann, Hall v USA.

Psychologie jako samostatná vědní disciplína vzniká založením první psychologické laboratoře (Lipsko, 1879, W. Wundt, viz výše), která experimentálně, na vědeckých

základech přistupuje k objektivně ověřitelným poznatkům, spolehlivě ověřitelným (podobně jako fyzika...); ; tomu odpovídají i předpoklady jejího vzniku, k nimž patří filozofický pozitivismus, vývojové teorie, rozvoj fyziologie a neurologie a vznik psychofyziky

Filozofické předpoklady

V 1. pol. 19. století – velmi vlivná empirická filozofie, která v oblasti psychologie usilovala o co nejpřesnější popis a klasifikaci obsahů vědomí a jejich vzájemných vztahů; v 2. pol.se začal prosazovat pozitivismus, jehož zakladatelem byl A. Comte.

Biologický přístup

se zabývá studiem neurofyziologických procesů, mozku, „technickými“ aspekty vnímání a podobně. Zajímá se, jaké neurofyziologické procesy jsou základem chování a prožívání, a vznikla díky možnosti aplikace biologických experimentů pro studium myšlenkových jevů. Tento přístup je nejvíce svázaný s biologickou psychologií. Biologický přístup chápe například depresi jako poruchu v důsledku abnormálních změn nepříznivě ovlivňujících hladinu neurotransmiterů. Mezi významné osobnosti tohoto přístupu patřili např. W. James, u nás F. Koukolík.

Přístup z hlediska fyziky

Fyzika jako obor ovlivnila vědecké psychologické metody zkoumání a principy v oblasti chování a prožívání.

Koncem 19. a v polovině 20. století vznikají různé psychologické směry.

Reakcí na elementární psychologii byla **celostní, tvarová psychologie**, ne předmět psychologie, ale koncepce psychiky, význam tvaru jako kvality psychického dění, která není podmíněna pouze jednotlivými prvky, zastánci strukturálního přístupu ve výkladu vnímání, učení, myšlení – Lewin, Köler..

Proti asocianismu koncem 19.st. psychoanalýza – existence psychických dějů mimo vědomí, reálným psychickým je nevědomí, jehož obsahy se nemusí ztotožňovat s etickými normami

Behaviorální psychologie – v USA, důraz na pozorovatelné chování na základě stimul, reakce; představitel Watson

Neobehaviorismus – Hull, Skinner – kromě chování i vědomí – proměnné

Kognitivní=poznávací psychologie se na rozdíl od behaviorismu soustřeďuje na to, co se děje uvnitř organismu. Chování je chápáno jako vnější projev vnitřního prožívání, je zdůrazňován význam myšlení v jednání člověka. Kognitivní psychologii se zabýval např. americký psycholog Kelly.

Kognitivní psychologie se zabývá způsobem vytváření tzv. *vnitřních obrazů* (modelů) vnějšího světa, ve kterém žijeme. Termínem kognitivní psychologie také někdy bývá označován mezioborový psychologický přístup ke zkoumání lidského myšlení. Zmíněné **kognitivní modely jsou vlastně vnitřním obrazem chování** (tj. situací, událostí, psychických procesů, myšlení člověka a problémů, s nimiž se setkáváme) **za účelem lepší orientace a možnosti učinit smysluplné rozhodnutí s předstihem**. Takto vytvořený *obraz světa* je důležitým činitelem ve vnitřním řízení aktivit našeho organismu. Je nejen zodpovědný za to, jak jsme schopni reagovat, ale je také např. **zdrojem naší celkové stability či nestability**.

Kontrolní otázky k tématu:

Kdy a za jakých okolností vzniká psychologie jako věda?

Jaké znáte psychologické směry?

Jak vnímáte význam psychologie?

Úkoly k samostudiu:

Najděte průsečíky mezi poradenskou, školní a pedagogickou psychologií

Připravte si příklady aplikovaných psychologických věd – čím konkrétně se zabývají?

Jaké problémy řeší klinická psychologie? -uved'te příklady

Základní studijní prameny:

HELUS, Z.: Úvod do Psychologie. Praha: Grada. Str. 241-250.

HOLEČEK, V., MIŇHOVÁ, J., PRUNNER, P. Psychologie pro právníky. Plzeň: Aleš Čeněk, 2007. ISBN 978-80-7380-065-9

KUČERA, D. *Moderní psychologie: hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4621-0.

PLHÁKOVÁ A. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2011. ISBN 978-80-200-1499-3.

ZVÍROTSKÝ, Michal. *Sebevýchova : teorie a praxe pedagogického ovlivňování sebe sama*. Vydání 1. 2020. ISBN 978-80-271-2425-1.

4. Téma druhé: Psychoanalytické a behaviorální teorie v psychologii

Anotace

Psychologická teorie behaviorismus zdůrazňuje význam prostředí a naučeného chování, psychoanalytické teorie se naopak zaměřují na vrozené mechanismy chování.

Klíčová slova:

Psychoanalýza, behaviorální teorie, význam prostředí, vrozené mechanismy chování.

Psychologické teorie psychoanalytické a behaviorální (východiska psychoterapie)

H l e d i s k o	<i>psychoanalýza</i>	<i>behaviorismus</i>	<i>humanistická psych.</i>
<i>struktura osobnosti.:</i>	id, ego, super-ego	naučené reakce, zvyky	vlastní "Já", sebepojetí
<i>základní motivy:</i>	sex a agrese	podněty všeho druhu	potřeba seberealizace
<i>determinace:</i>	dědičnost, vrozené pudy, biolog. potřeby	učení, nápodoba vzoru, kritické životní situace	svobodná volba vývoje, vlastní aktivita
<i>role nevědomí:</i>	maximální	žádná	minimální
<i>příčiny psychických poruch (např. neuróz):</i>	nevědomé, potlačené konflikty, fixace, prožitá traumata v dětství	nevhodný výchovný vliv prostředí, maladaptivní zvyky, poruchy socializace	inkongruence, neshoda, krize přijatých hodnot, nevhodné sugesce z dětství
<i>pojetí svědomí:</i>	super-ego	sebe-zpevňování	obraz ideálního "Já"
<i>v terapii jde o:</i>	odkrývání (potlačených motivů)	(pře)učení (působením odměn a trestů)	spoluprožívání (akceptace, empatie)

(podle D.Coona in NAKONEČNÝ, M. *Psychologie osobnosti*. Praha: Academia, 1998 - s. 15)

Biologická a sociokulturní determinace lidské psychiky

- obecně znamená určení, vymezení, stanovení vztahu mezi proměnnými;
- Determinace znamená příčinnou podmíněnost a zákonitou závislost věcí a jevů;
- Aplikace principu determinace na oblast psychiky znamená:
chování a prožívání . je vždy *podmíněno určitými faktory*, činiteli, vlivy, příčinami
- činitele lze poznat, tato poznatelnost je ale omezena složitostí psych. jevů a stupněm rozvoje metod

Obvykle rozlišovány tyto **dva základní faktory determinace: (dědičnost a prostředí)**
biologické a sociální:

Biologická determinace zahrnuje:

a) činitele vnitřní

- 1) *NS a její činnost* vegetativní, periferní a CNS
- 2) *endokrinní žlázy* = žlázy s vnitřním
- 3) *dědičnost*: vrozené vlohy, reflexy, instinkty a pudy...

b) činitele vnější:

Socio-kulturní determinace zahrnuje

- 1) *výchovné vlivy, prostředí* - zážitky, traumata z dětství
- 2) *společenské normy*, spol. tabu, různé zvyky, dokonce i jiné zákony
- 3) *kulturní determinace*: pozitivní či naopak negativní vliv

Behaviorismus – zaměřuje se na objektivně pozorovatelné chování (ne psychika člověka), vychází z filozofického směru pozitivismu (vědecké dokazování)

Chování je podle behaviorismu reakcí na podněty, základním mechanismem učení je podmiňování

Posilování žádoucího chování odměnami, oslabování nežádoucího chování tresty (ve smyslu nápravy nežádoucího chování)

Veškeré lidské chování s výjimkou nejzákladnějších reflexů a instinktů je naučené.

Kognitivně-behaviorální terapie

Vychází z kombinace kognitivních a behaviorální psychoterapie. Poruchy chování jsou chápány jako naučené reakce – behaviorismus. Kognitivní psychoterapie věnuje pozornost poznávacím procesům, jejich porozumění.

Kognitivní procesy

Jsou všechny operace a pochody, jejichž prostřednictvím si člověk uvědomuje a osvojuje svět a sebe sama, na jejichž základě je schopen sebereflexe, rozlišování objektivního a subjektivního i vytváření hodnotových orientací a názorů.

K.p. jsou úzce spojeny s procesy konativními (snahovými), s nimiž vytvářejí základní komponentu psychické činnosti člověka, dále jsou spojeny s vývojovým přístupem.

Kognitivně vývojový přístup

- překonal tradiční kognitivní psychologii (statický pohled na psychické procesy):

a) nelze popsat vztah mezi věkem a chováním, aniž bereme v úvahu změny duševních struktur

b) ovlivnil teorie učení – Piagetova teorie vývoje poznávání „svět se musí vejít do toho, co už dítě zná“.

Psychoanalýza S. Freuda - lidské chování a prožívání je ovládáno převážně nevědomými pudy a instinkty – sexualitou a agresivitou jako vrozenými tendencemi.

Psychoanalýza je odhalováním nevědomých příčin obtíží, které nelze pochopit běžným, racionálním způsobem

Struktura lidské psychiky:

Id = oblast základních instinktů a základních biologických potřeb, primární psychic. procesy, které se řídí principem slasti – libidem

Ego = racionální oblast, duševní život vycházející ze zkušenosti, zahrnující naše myšlenky a pocity. Já kontroluje a usměrňuje pudy, řídí se principem reality, udržuje rovnováhu a zdravý vývoj osobnosti

Superego = svědomí, morální vědomí, tradiční morální hodnoty, zafixované z dětství, superego hodnotí a ovlivňuje vědomé aktivity ega i pudové impulzy id, pokud v rozporu se svědomím, následuje pocit viny, zkreslené sebehodnocení

Mechanismus vzniku psychických obtíží – střetnutí mezi id a superego vyvolává neurotické stavy, úzkosti, jedinec pak volí obranné mechanismy (popření, racionalizace, vytěsnění...)

Individuální psychologie Alfreda Adlera

Dynamika vývoje člověka dána potřebou dosáhnout úspěchu:

- důraz na sociální zaměření ve vývoji jedince
- pocit méněcennosti je celoživotním motivačním zdrojem vývoje, základním cílem je překonání pocitů méněcennosti a získání nadřazenosti či úspěchu

- **člověk je sebeurčující**, utváří svou osobnost podle toho, jak chápe sám sebe a své vlastní zkušenosti, určujícím faktorem sebepojetí, hlavním činitelem – **vlastní tvořivá aktivita**
- s přibývajícimi zkušenostmi se ustaluje dynamický systém vzorců chování – **na základě toho, co se osvědčilo, působí zde dědičné vlivy i interakce s prostředím**
- vzniká životní styl – dán osobním životním cílem, city vůči ostatním (sociálním cítěním), aktivitou jedince, chápáním světa, osobní logikou, strukturou rodiny, do níž se dítě rodí
- usměrňovat cíle s životní realitou, kompenzace životních cílů
- **rozvíjení sociálního cítění, společenského citu, životního plánu**

Kontrolní otázky k tématu:

Které základní psychologické teorie a směry kladou důraz na vnější prostředí jako určující v ovlivňování chování člověka?

Které základní psychologické teorie a směry kladou důraz na vrozené mechanismy jako určující v ovlivňování chování člověka?

Jak rozdílným pojetím psychologických směrů (behaviorismus, psychoanalýza) odpovídají psychoterapeutické přístupy?.

Úkoly k samostudiu:

Promyslete si, jak může být behavioristická teorie uváděna do praxe, na jakých základních principech je postavena – uvádějte příklady

Promyslete si, jak může být kognitivně vývojový přístup uváděn do praxe, na jakých základních principech je postaven – uvádějte příklady

Analyzujte, na jaké problémy se zaměřuje psychoanalýza, uvádějte příklady

Základní studijní prameny:

FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: UJAK, 2017. ISBN 978-80-7452-130-0.

KUČERA, D. *Moderní psychologie: hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4621-0.

PLHÁKOVÁ A. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2011. ISBN 978-80-200-1499-3.

5. Téma třetí: Humanistické teorie a jejich odraz v psychoterapii

Anotace:

Humanistická psychologie vznikla v USA v pol. 50.let 20.stol. Její hlavní myšlenkou je to, že člověk je podněcován snahou po seberealizaci. Představiteli humanistické psychologie jsou např. psychologové Maslow (jeho významná teorie potřeb), dále Rogers (teorie růstu).

Klíčová slova:

Humanistická psychologie, deficitní, růstové potřeby, seberealizace, psychoterapie, nedirektivní přístup

Humanistická psychologie – 50. léta 20. st. – USA Maslow, Bühlerová, Rogers, filozoficky vliv existencialismu (Heidegger, Sartre, Jaspers)

Humanistické paradigma:

Nalézání vlastní identity

Získávání sociální zkušenosti

Přebírání zodpovědnosti za sebe i za druhé

Mezi nejvýznamnější představitele patří Maslow (teorie potřeb) a Rogers (teorie růstu).

Maslowova hierarchie potřeb:

a) Deficitní potřeby : fungují na principu udržování tělesné nebo psychické rovnováhy, redukce napětí,

- fyziolog., bezpečí, lásky, uznání - potřeba získávat pozitivní zpětnou vazbu od ostatních, jakési potvrzení své hodnoty a hodnocení v souladu s naším očekáváním, potřeba sebeúcty

b) Růstové potřeby:

Seberealizace, seberůst- vědění, estetické - metapotřeby; **cesta ke štěstí**

Cesta k sebeaktualizaci, transcendenci - potřeba dělat něco, co nás přesahuje..

Základním motivem lidského chování je seberealizace, již jsou podřízeny všechny dílčí motivy, vědomí je centrem lidské zkušenosti, subjektivistický pohled na realitu – svět je reálný, jak ho jedinec vnímá a interpretuje

Ve vzájemném společenství ustupují hodnoty, jež se zakládají na vnější autoritě, a naopak jsou posilovány hodnoty, které jsou budovány na vlastním prožitku. S tím souvisí i rozhodovací procesy, založené na pocitu a vědomí své vlastní ceny.

Rogers hovoří o prožitkovém učení, které zahrnuje vedle myšlenek i pocity, empatické porozumění a vnímání postojů. C. R. Rogers – **orientace na člověka**

- víra v přirozené dobro, **člověk je schopen si uvědomovat své vlastní přirozené hodnoty a řídit se jimi, být zodpovědný k sobě i druhým**

Poradenství na základě úcty, empatie, bezvýhradného přijetí celého člověka, jeho rozumové i prožitkové stránky

Důraz na nedirektivní přístup

- podpora osobnostního růstu– **orientace na klienta**
- víra v přirozené dobro, člověk je schopen si uvědomovat své vlastní přirozené hodnoty a řídit se jimi, být zodpovědný k sobě i druhým
- **člověk je schopen seberochovej, uspořádání vlastních myšlenek, pocitů, osobnostního vývoje, sebeaktualizace, sebemotivace**

„Naslouchat druhému je radostné, obohacující, znamená to být s ním v kontaktu.

Naslouchat znamená slyšet slova, myšlenky, citová zabarvení, osobní významy i to, čeho si třeba mluvčí není ani zcela vědom. Nasloucháme-li celé bytosti druhého a dáme-li mu to pocítit, bude vděčný, uvolní se. Rád by pak řekl ještě více, vzdáme se v něm vlna nebyvalé svobody a je otevřenější procesu změny“. (Rogers, 2014)

Klíčový pojem humanistické psychologie je empatie. Empatie znamená vnímavost k emocím jiných. Empatičtí lidé jsou dokonaleji vybaveni vnímat sebemenší projevy toho, co jiní lidé potřebují či chtějí. Proto vynikají v profesích, kde se mohou o někoho „starat“. Na základě empatie jsme schopni porozumět plně tomu druhému a spolupracovat s ním. Známe totiž jeho obavy i jeho přednosti a "dovednosti", a to vše z pouhého vcítění se.

Kontrolní otázky k tématu:

Jaký je rozdíl mezi deficitními a růstovými potřebami podle Maslowovy hierarchie potřeb?

Jak vyjádřit Rogersův „přístup zaměřený na člověka“?

Jaký význam má empatie v mezilidských vztazích?

Úkoly k samostudiu:

Promyslete si, jak může být humanistická teorie uváděna do praxe, na jakých základních principech je postavena – uvádějte příklady

Vysvětlete základní přístup k vývoji člověka vyjádřený následovně: „člověk je sebeurčující“ – jaké mechanismy pro vývoj jedince jsou určující?

Analyzujte „naslouchání“ jako podmínku pozitivních mezilidských vztahů

Základní studijní prameny:

FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: UJAK, 2017. ISBN 978-80-7452-130-0.

HELUS, Z.: *Úvod do Psychologie*. Praha: Grada. Str. 241-250.

HOLEČEK, V., MIŇHOVÁ, J., PRUNNER, P. *Psychologie pro právníky*. Plzeň: Aleš Čeněk, 2007. ISBN 978-80-7380-065-9

KUČERA, D. *Moderní psychologie: hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4621-0.

PLHÁKOVÁ A. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2011. ISBN 978-80-200-1499-3.

ROGERS, C.R. *Způsob bytí*. Praha: Portál, 2014

ZVÍROTSKÝ, Michal. *Sebevýchova : teorie a praxe pedagogického ovlivňování sebe sama*. Vydání 1. 2020. ISBN 978-80-271-2425-1.

6. Téma čtvrté: Základní kategorie a metody v psychologii

Anotace:

Kapitola se zaměřuje na charakteristiku psychických jevů. Třídění a charakteristika psychických jevů – jsou funkcí (produktem, projevem činnosti) mozku, formují se v činnostech jedince, které jsou vykonávány uvnitř lidské společnosti a plní funkce kognitivní - poznávací a regulační – řídicí.

Klíčová slova:

Psychické jevy, procesy, vlastnosti, obsahy, klinické, testové metody, metody výzkumu.

Základní kategorie a metody v psychologii

Psychologie je věda o chování a prožívání **vědomého a nevědomého**

prožívání – vjemy, představy, emoce, procesy rozhodování, vybavování z paměti apod.

chování – všechny pohyby člověka, reakce, úkony, vnější činnost a její složky (řeč, mimika, gestikulace)

vědomí – zážitky, zkušenosti, procesy od prostého vnímání až po složité myšlení. Vědomí máme, když vidíme, slyšíme, cítíme, myslíme, něco si představujeme, rozhodujeme se, konáme.

Vědomí se utváří, začíná kolem třetího roku v procesu sebeuvědomování (vědomí tedy nemá novorozenec).

podvědomí (nevědomí)

- automatizované činnosti (opakované už bez vědomé kontroly)
- vědomí neregistrované (podprahové)
- potlačené touhy, přání, pudy, nepříjemné zážitky

Psychické jevy (dále PJ) obvykle se třídí na:

1) psychické **procesy** – vnímání, představování, fantazie, myšlení, paměť

2) psychické **stavy** – pozornost, emoce, náročné živ. situace (frustrace, deprivace, stres, konflikt)

3) psychické **vlastnosti** – (jsou nejdelší, relativně trvalé znaky osobnosti), temperament, charakter, schopnosti, vlohy, potřeby, hodnoty

4) psychické **obsahy** – získané v procesu učení (vědomosti, dovednosti), hodnotová orientace

5) **mechanismy fungování a vývoje osobnosti** – procesy socializace, interiorizace, exteriorizace

Charakteristika psychických jevů

1. PJ **jsou funkcí** (produktem, projevem činnosti) **mozku**
2. PJ se **formují v činnostech** jedince, které jsou vykonávány uvnitř lidské **společnosti**
3. PJ plní funkce **kognitivní** - poznávací a **regulační** - řídicí

Psychologické metody

Pro současný psychologický výzkum je typická rozmanitost metodologických přístupů a zároveň vědomí, že jakákoliv metoda je pouze prostředkem na cestě k poznání.

Volba psychologických výzkumných metod je závislá na obsahu psychologického zkoumání, na cíli výzkumu a na charakteru zkoumaných psychických jevů. Pro větší objektivitu je vhodné používat více metod, které se vzájemně doplňují.

Metodou rozumíme záměrný postup (cestu) vedoucí k dosažení stanoveného cíle – toho, co chceme objevit, poznat.

Psychodiagnostická činnost a psychodiagnostická metoda

Psychodiagnostika - je aplikovaná psychologická disciplína, jejímž úkolem je zjišťování a měření duševních vlastností a stavů, případně charakteristik individua.

Psychodiagnostická činnost – souhrn operací, postupů a technik, jejichž cílem je stanovit diagnózu podle konkrétního cíle:

- určení stupně vývoje testovaného jedince
- zjištění příčin odchýlného vývoje od věkové normy
- zjištění individuálních zvláštností osobnosti
- zjištění podmínek a příčin individuálních rozdílů
- prognóza nebo predikce

Psychodiagnostická metoda – způsob, jenž vede k získání psychologické diagnózy, soustava podnětů (úkolů, otázek)

Klinické metody

Klinické metody – pozorování, psychologický rozhovor, anamnéza, rozbor spontánních výtvorů

Pozorování

Nejčastější a zdánlivě nejjednodušší klinická metoda.

a) Podle toho zda pozorujeme sebe či jiné osoby

- sebepozorování (introspekce)
- pozorování jiných osob

b) Podle zaměření

- náhodné
- systematické

c) Podle množství pozorovaných jedinců

- individuální
- skupinové

c) Podle časového rozpětí

- krátkodobé
- dlouhodobé

d) Podle toho, zda zkoumaná osoba ví, že je pozorována

- technika pozorovaného pozorovatele (zkoumaná osoba ví, že je pozorována)
- technika nepozorovaného pozorovatele (zkoumaná osoba neví, že je pozorována)
- technika participace (experimentátor je jedním z pozorovaných)

Situace pozorování **přirozené** a **navozené**. Vyhodnocení pomocí **posuzovací škály**.

Nepřesnosti při posuzování pozorování:

- zkreslení do kontrastu
- zkreslení do podobnosti
- podlehnutí prvnímu dojmu
- haló efekt
- sugestivní přejímání názoru
- aktuální psychický a somatický stav posuzovatele

Psychologický rozhovor

rozlišujeme

- **standardizovaný** (řízený)
- **polostandardizovaný**
- **nestandardizovaný** (neřízený)

Otázky:

s vnučenou volbou, vyžadující volnou odpověď, přímé, nepřímé – projektivní

Anamnéza

je zjišťování podstatných faktů o vývoji zkoumané osoby a podmínkách tohoto vývoje.

Rozbor spontánních výtvorů

Tyto výtvory, ať už **výtvarné**, **slovní**, či **hudební** musí být opravdu spontánní tzn. co nejméně ovlivněny vzory a nácvikem.

základní: rozbor **kresby**, rozbor **slovních projevů**

Testové metody

- testové metody představují vyšetření, při kterém dodržujeme určitá pravidla a získané informace (odpovědi, výkony, výtvory) se jednotným způsobem vyhodnocují

A. Výkonové testy

= testy schopností; zaměřují se na výkon vyšetřované osoby

Testy inteligence

- počátky měření intelektových schopností jsou spojeny se jménem **Jamese McKeena Cattella**, který v roce **1890** použil poprvé pojmu „**test**“

= metody vyšetření rozumových schopností a současné mentální úrovně jedince

- nejznámějším a nejpoužívanějším vyjádřením úrovně inteligence je inteligenční kvocient (IQ), zavedený **W. Sternem**

$$IQ = \text{mentální věk} / \text{chronologický věk} \times 100$$

Inteligenci je možno definovat jako **mentální schopnost** nebo **pohotovost myslí**.

Testy vědomostní

- zjišťují úroveň vědomostí nebo znalostí
- jsou rozšířeny zejména v oblasti školství a poradenství; své místo mají i v psychodiagnostice dospělých, a to v oblasti profesionálních znalostí

B. Testy osobnosti

- objektivní testy osobnosti – z konstrukce metody nebo ze způsobu jejího vyhodnocení plyne, že vyšetřovaná osoba nemá možnost záměrně zkreslit vyšetření (zejména ve smyslu nadlepšení, nadhodnocení)
- lze je interpretovat nejen jako výkonový test vzhledem k rychlosti a správnosti řešení, ale i jako test osobnosti – do popředí vystupuje pečlivost provedení

Dotazníky

- soubor standardizovaných otázek v písemné formě
- typy otázek: a, otevřené – volně na ně odpovídáme
 - b, uzavřené – volíme z několika odpovědí (ANO x NE, 5 variant...)
- k hromadnému pozorování
- výhodou dotazníků je snadný a rychlý způsob hodnocení
- v krátké době lze získat velký počet údajů od mnoha osob
- nevýhodou: možnost záměrného zkreslení výsledků pro subjekt žádoucím směrem

Podmínky kvality diagnostických technik :

Standardizace - přesné podmínky vyšetření, obsah testu a jeho skladba, normy.

Reliabilita (spolehlivost) - je stálost testových výsledků v čase užitých u týchž jedinců při různých příležitostech.

Validita (platnost) testu označuje míru, v jaké test skutečně měří to, co měřit má.

Sociometrie

Metodu vytvořil **J. L. Moreno**. Je prostředkem k popsání a hodnocení struktury a organizace malých skupin a umožňuje posoudit povahu interpersonálních vztahů i jejich atraktivnost.

Ve školní třídě se zjišťuje: **oblíba, neoblíba, autorita** (tato technika je prevencí šikany)

Sociogram – grafické zobrazení pozice členů ve skupině a jejich vzájemných vztahů

Kontrolní otázky k tématu:

Podle jakých kritérií třídíme psychické jevy?

Jak můžeme charakterizovat psychické procesy, stavy, vlastnosti a obsahy?

Jaké psychologické metody můžeme využívat v empirickém výzkumu?

Úkoly k samostudiu:

Navrhněte problém v psychologickém kontextu, který byste chtěli řešit

Navrhněte postupy řešení

Připravte si metody, zdůvodněte jejich využití

Základní studijní prameny:

FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: UJAK, 2017. ISBN 978-80-7452-130-0.

HELUS, Z.: Úvod do Psychologie. Praha: Grada. Str. 241-250.

HOLEČEK, V., MIŇHOVÁ, J., PRUNNER, P. *Psychologie pro právníky*. Plzeň: Aleš Čeněk, 2007. ISBN 978-80-7380-065-9

7. Téma páté: Smyslové vnímání, imaginace a jejich význam

Anotace:

Čítí, vnímání, představování jako kognitivní procesy. Psychické procesy začínají vnímáním, nikoliv čítím. Vnímání na úrovni sémanticko-operační - spojeno s činností a s přiřazováním významů = vědění, tj. o určitém objektu vím, že má určité vlastnosti, k čemu ho lze použít... Funkcí imaginace je vytváření mentálních reprezentací vnějšího světa.

Klíčová slova:

Senzorické procesy, vnímání, představování, smyslová citlivost, fantazie

Čítí a vnímání

Senzorické procesy - čítí

W. Wundt – rozlišuje čítí a vnímání – počitky = nedělitelné jednotky zkušenosti, které charakterizuje:

Kvalita – druh podnětu (světlo)

Intenzita - (hlasitost, jasnost)

(psychické procesy začínají vnímáním, ne čítím)

Čítí –vnímání - rozdíl je chápán v úrovni poznávacích procesů, vnímání založeno na senzorických procesech, ale zároveň je přesahuje

Čítí = proces získávání syrových informací a jejich transformování do podoby nervových impulsů, které mozek dále využívá

Percepce = organizace a interpretace senzorických informací, která nám umožňuje pochopit jejich význam, důležitým faktorem je učení – zkušenost, každý akt vnímání spočívá na všech relevantních, současných i minulých informacích

Obecná charakteristika senzorických procesů

Počitek= – odraz (ve vědomí člověka) jednotlivých vlastností předmětů a jevů, které právě působí na receptory člověka, projevem dráždivosti, citlivosti, základem smyslového poznávání; - má-li vzniknout počitek – podnět určitou intenzitou, sílu

Nejmenší, která vyvolá počitek – dolní počitkový práh = absolutní práh (podprahové podněty – nevyvolávají počitek)

Nejvyšší – horní počitkový práh – (nadprahové – nepocítujeme, nebo jako bolest)

Nejmenší rozdíl mezi dvěma podněty téhož druhu, jenž umožňuje postřehnout rozdíl mezi počitky – rozdílový počitkový práh – Weberův zákon=při vyšších intenzitách podnětů se rozlišovací schopnost lidských smyslů snižuje

Smyslová citlivost = schopnost lidí pocítovat podněty s velmi nízkým počitkovým prahem a rozdílovým prahem

Při čítí se uplatňuje zákon kontrastu – při náhlé změně intenzity podnětu se zdá intenzita nového podnětu větší či menší

Teorie nestability podnětových prahů

Absolutní a rozdílové senzorké prahy jsou relativně nestabilní

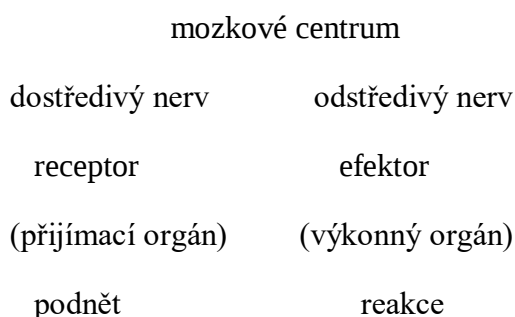
Teorie detekce signálu - vnímání určitých podnětů je ovlivněno motivy, očekáváními a vlastnostmi jedince

Teorie adaptační úrovně - senzitivita smyslových orgánů se mění na základě působení předchozích podnětů – adaptační úroveň je úroveň stimulace, které jsme přivykli – přizpůsobení chuťovým, tepelným podnětům, nikoliv bolesti

Schéma reflexního oblouku

Analýzátor (**receptor, dostředivý nerv, mozkové centrum**)

Smyslové receptory tvořeny nervovými buňkami reagujícími na fyzikální, chemické, biochemické podněty, převod do podoby nervových signálů, které jsou aferentními nervovými drahami přiváděny do mozku = transdukce



Základní druhy receptorů – dělení:

A) Podle působení:

exteroreceptory (informace z vnějšího světa) – zrak, sluch, čich, chuť, kožní smysly

interoreceptory (tělesné změny), ty se dále dělí na:

proprioceptory (změny vlastního těla),

visceroreceptory (změny probíhající bezděčně, mimo vědomou kontrolu)

B) Podle charakteru podnětů:

fotoreceptory, mechanoreceptory, termoreceptory, chemoreceptory, nociceptory (bolesti), proprioceptory (pohybu)

C) Podle umístění v organismu:

1. vnější – dálkové (telereceptory) – zrakový, sluchový, čichový, vibrační

- dotykové – chuťový, tepelný, tlakový, bolesti

2. vnitřní – visceroreceptory-útrobní, orgánový – trávení, bolesti, krevního oběhu, dýchání, vylučování, sexuální, vyčerpanosti

- proprioreceptory – pohybu, polohy, rovnováhy

Čítí a mentální reprezentace

Existence percepčních iluzí – to, co čijeme (smysly), není nutně tím, co vnímáme (ve vědomí) – naše vědomí sbírá smyslové informace a vytváří mentální reprezentace předmětů a jejich vlastností – percepce vzniká v okamžiku, kdy objekt vnímání odráží vlastnosti zevního světa – vjem = odraz souhrnu vlastností těch předmětů a jevů, které momentálně působí na naše analyzátory

Proces vnímání, jeho funkce

= analyticko-syntetická činnost analyzátorů:

- smyslová (recepční) analýza (každý receptor z komplexu vnějších vlastností vybere ty, pro které je uzpůsoben)
- mozková (korová) analýza (umožňuje pomocí získaných informací analyzovat vnímaný předmět, jednotlivé vlastnosti)
- mozková syntéza (složky vnímaného předmětu se spojují v celek – vzniká vjem (není součtem počítků, jednotlivých vlastností, ale celistvým obrazem))

Funkce vnímání spočívá v řízení adaptivního chování, tj. přizpůsobení se dané situaci na základě obrazu, který si o ní subjekt vytváří.

Charakteristika vnímání

a) základní adaptivní proces – součinnost vnímání s předmětnou činností a s pamětí, tj.: vnímání je předpokladem řízení činnosti; v jednotě s činností se utváří

b) je proces centrálního zpracování senzorických dat do mentálních struktur, vjemů, umožňujících subjektu řízení jeho činnosti

c) je aktivní a výběrový proces odběru informací, který má zásadní význam pro život

Vlastnosti vnímání

- výběrovost – dávání přednosti jedněm objektům, nebo jejich vlastnostem, před druhými, dáno objektivně – nápaditostí, velikostí, subjektivně – zájem, potřeby, zkušenosti...
- zaměřenost – jak odlišujeme vnímaný objekt – pokud se odráží od pozadí - figura a pozadí, uplatňuje se zde zákon kontrastu – o co víc se vnímaný předmět liší od pozadí, tím víc ho vnímáme
- pregnantnost – dotváření vjemu – vnímá i to, co není obsaženo, tendence doplňovat, zdokonalovat
- celistvost – tendence vnímat jednotlivosti jako celek – jednotlivé tony – jako melodii
- konstantnost – tentýž předmět vnímáme stejně – kruh jako kruh, i když má podobu elipsy

Druhy vnímání z pohledu celostní psychologie

1. Vnímání objektů = trojrozměrných útvarů, jejich velikosti, vzdálenosti, pohybů

- na úrovni senzomotorické - vnímání tvarů - vztah figury a pozadí (zákon podobnosti, blízkosti, uzavřenosti, hladkého průběhu, zkušenosti)
- na úrovni sémanticko-operační - spojeno s činností a s přiřazováním významů = vědění, tj. o určitém objektu vím, že má určité vlastnosti, k čemu ho lze použít...

2. Vnímání času – v psychologii význam jako prožívání změn probíhajících v čase

- základ ve sledování vzniku, trvání a ukončení nějakého jevu
- vliv zkušenosti
- rychlost uskutečňujících se změn
- stupeň aktivity jedince
- citový vztah k vykonávané činnosti
- sociální způsob života

3. Sociální vnímání

Interpersonální percepce – formování soudů, které se týkají lidí jako sociálních bytostí

Aspekty sociální percepce:

- senzitivita, citlivost, empatie; předchozí zkušenosti
- inteligence; dobrý vztah k sobě
- emocionální stabilita

3 základní komponenty :atributivní složka, očekávací složka, afektivní složka

Smyslové klamy

vjem neodpovídá vnímané skutečnosti, je nepřesný, zkreslený – způsobený některými tendencemi v procesu vnímání, nebo nedokonalostí našich analyzátorů.

Mezi smyslové vjemy ale nepatří – např. hůl ponořená do vody (styk dvou různých skupenství), fata morgana apod.

Typy smyslových klamů

slepá skvrna, chuťová iluze, hmatová iluze

Optickogeometrické klamy

Ze smyslových klamů jsou nejznámější.

- iluze kontrastu
- přeceňování svislých čar
- přenesení vlastností obrazce na jeho části
- zdánlivá změna směru čar vlivem jiných čar

Představy a fantazie

Imaginace - definice, funkce

Paměťové představy – obraz předmětu nebo děje ve vědomí, i když není vnímán, zdrojem podněty z vnější reality

Fantazijní představy – nejsou pouhou reprodukcí dříve vnímané skutečnosti, ale pozměněné, nové představy v nových souvislostech, utváření převážně z vnitřních zdrojů

Funkce imaginace – vytváření mentálních reprezentací vnějšího světa

Funkce fantazie – Vieweg- primární funkce - schopnost „emancipovat se“ od objektivní reality, emocionálně podmíněná tendence jedince dosáhnout odstupu od reality

- sekundární funkce - vytvářet alternativní model s potřebou „přesahu“ podle vlastních cílů

Klasifikace představ -základním kritériem – způsob vzniku

a) podle převažujícího mechanismu při vzniku:

Paměťové představy – aktualizací stopy po dřívějších vjemych (vykládán asociačními zákony)

Fantazijní představy – pasivní nebo tvůrčí syntéza částí paměťových představ (reprodukcí či rekonstruující, tvořivá)

Anticipační, cílové p. souvisí s regulačními funkcemi v rámci cílevědomé činnosti čl.

b) Podle převládajícího druhu receptoru.

Zrakové, sluchové, motorické...(zároveň typy představivosti)

c) Podle stupně abstraktnosti a zobecnění:

Jedinečné – představy konkrétního předmětu nebo jevu

Obecné – schematické představy předmětů a jevů určitého druhu

Druhy fantazijních představ

Stern – “fantazie je oblast představ, která je nesouhlasná s objektivním světem...fantazijní obrazy překračují zkušenosti“

Piaget – spojitost fantazie a hry – „fantazie = interiorizovaná hra“

1. **Rekonstrukční fantazie** – vybavování na základě slovního popisu, grafického nebo symbolického zobrazení

2. Tvořivá fantazie – tvorba nových, originálních obrazů

3. Bdělé snění – představy, které se vztahují k vlastní vytoužené budoucnosti= vzpomínky uchované v paměti a fantazijně zpracované dočasně nahrazují vnější realitu, jsou přechodem od představ k fantazii

Principy fantazijní činnosti - (Nakonečný)

Aglutinace – spojování znaků jednoho předmětu se znaky jiného předmětu –mořská panna

Kombinace – výběr a uspořádání znaků podle určité ideje-moderní architektura

Stylizace – úprava určitého objektu do esteticky působivé podoby-postavy v lidovém výtvarném umění

Schematizace – redukce struktury objektů na podstatné, charakteristické prvky-zjednodušující, ale výstižná kresba

Zvětšování či zmenšování objektů – obři, skřítki

Symbolizace – objekt zastoupený jiným objektem – klacek jako zbraň

Alegorizace – obrazné vyjadřování – mír – bílá holubice

Asociační zákony (psychické dění na základě asociace psychických obrazů)

Hume(A.18.s.)-imprese (vjemy),ideje (představy-otisk imp.)

Primární zákony při vybav. představ (Fröbes, Ebbinghaus)

1. Podobnosti -obraz asociuje jiný, podobný
2. Kontrastu – představa bílé asociována s černou
3. Dotyku v prostoru – představy- na stejném místě
4. Dotyku v čase – p. simultánní-současné, sukcesivní-následné
5. Příčinnosti, kauzality – jev vyvolává příčinu -dříví-pila

Sekundární – motivace, potřeby, zkušenosti

Brown – (Angl. 19/20) - živost, častost, novost – čím je asociace novější, čím častěji se opakuje, čím silnější jsou emoce, tím snadnější je její vybavení

Galton – (Angl. 19/20) –pokusy - ve schopnosti vytvářet představy jsou indiv. rozdíly

Spojení asociací s učením a pamětí

Asociace představ = spojení vytvářející se za určitých podmínek mezi dvěma, více představami, umožňující po vybavení jednoho jevu vyvolání jevu asociovaného

J.F.Herbart: (Něm. 2.pol.19.st)

učení = vštěpování žádoucích představ za podmínek uvědomělého zájmu a pozornosti (motivace, jasnost, novost, opakování)-soustředění, zaměření, uvědomění

Imaginace jako kognitivní proces

Gardner – teorie rozmanitých inteligencí -prostorová intelligence – projevuje se orientací v prostoru, snadným vytvářením vizuálních představ

= schopnosti, které zajišťují přesné vnímání vizuálního světa, umožňují transformaci a modifikaci původních vjemů a vytváření myšlenkové představy z vlastní vizuální zkušenosti, i když už vnější podněty nepůsobí

Současné užívání prostorové a objektivní představivosti – vznik zvláštního druhu vizuálního myšlení, vhodného pro řešení vědeckých problémů – např. architekti

Jiné druhy představ

Eidetické představy – velmi živé (téměř se neliší od vjemu), u dětí, umělců, schopnost vyvolat si do všech podrobností přesný obraz toho, co bylo viděno, i v kombinaci s původním doprovodným vjemem sluchu nebo hmatu

U dospělých označení fotografická paměť(při reprodukci odborného textu), silná zraková představivost

Perseverační představy – vtíravé (perseverace=setrvačnost, ulpívavost)

Ulpívání na představě, její vracení se do vědomí bez jakékoliv souvislosti

Kontrolní otázky k tématu:

Jaký je rozdíl mezi čítím a vnímáním?

Jaký je rozdíl mezi vnímáním a představováním jako kognitivními procesy?

Jak souvisí učení s představami a asociačními zákony?

Úkoly k samostudiu:

Realizace testu představivosti – jaké máte preference vnímání?

Na základě výsledku testu analyzujte svoje procesy učení

Jaké strategie paměti využíváte při učení? Uvádějte příklady

Základní studijní prameny:

FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: UJAK, 2017. ISBN 978-80-7452-130-0.

HELUS, Z.: Úvod do Psychologie. Praha: Grada. Str. 241-250.

HOLEČEK, V., MIŇHOVÁ, J., PRUNNER, P. *Psychologie pro právníky*. Plzeň: Aleš Čeněk, 2007. ISBN 978-80-7380-065-9

PLHÁKOVÁ A. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2011. ISBN 978-80-200-1499-3.

8. Téma šesté: Myšlení a řeč a jejich význam

Anotace:

Kapitola se zabývá analýzou pojmu myšlení a myšlenkovými operacemi. Myšlení je zprostředkovaný a zobecňující způsob poznávání předmětů a jevů na základě pochopení jejich vzájemných vztahů a souvislostí. Podstatou myšlení je vykonávání určitých myšlenkových postupů, které nazýváme myšlenkovými operacemi. Funkcí myšlení je řešení problémů.

Klíčová slova:

Pojem myšlení, myšlenkové operace, myšlení jako řešení problémů

Myšlení = zprostřed. a zobecňující způsob poznávání skutečnosti na zákl. pochopení vzáj. vztahů a souvis., proces zprac. a využívání informací, výsledkem nový poznatek

1. **Konkrétní** (praktické) – manipulace s vjemy – skládání puzzle – při praktické činnosti
2. **Názorné** (konkrétní)– operujeme s představami – při řešení geometrických příkladů
3. **Abstraktní** (teoretické)– operace se znaky, symboly a jejich významy– pojmové myšlení

Bruner –**analytické** – jasně vymezené kroky, plně uvědomované,

intuitivní–málo uvědomovaný proces

Guilford - **konvergentní** – sbíhavé, jedno řešení podle logic. postupu,

divergentní – rozbíhavé, různá řešení

Formy myšlení (Aristoteles)

Pojmy = odraz obecných a podstatných vlastností předmětů a jevů ve vědomí, vyjadřující podobnost a rozdíly na základě společných znaků

4 hlavní kategorie obecných pojmů:

Substance (podstata), kvantita (množství), kvalita (vlastnost), relace (vztah)

Soudy = vztahy mezi pojmy

Názvosloví: *subjekt* = pojem, o kterém se něco vypovídá, *predikát* = výpověď o subjektu, *propozice* = vztahy mezi dvěma pojmy

Úsudky = odvození nového soudu z jiných soudů, sestává z *předpokladů (premis)* a *závěru (konkluze)*, základním typem sylogismus (3 výroky):

1. Všichni lidé jsou smrtelní
2. Sokrates je člověk
3. Tedy také Sokrates je smrtelný

Druhy pojmů na základě teorií

Baron – pojmy jsou mentální kategorie, do kterých zařazujeme předměty, události, zkušenosti nebo ideje, které jsou si v jednom nebo více aspektech podobné

Bruner – klasická, definiční teorie pojmů – význam pojmu lze stanovit na základě určujících rysů, které tvoří jádro (babička-vnoučata)

Baron – přirozené pojmy (neurčité) – tam, kde nejsou určující rysy – např. hra

Roschová – ne určující rysy, ale vzájemná podobnost (babička-šedivé vlasy) - teorie prototypů = nejvýstižnější příklady daného pojmu, prototypy základem neurčitých pojmů

(neurčité pojmy v humanitních oborech – definice „intelligence“ - podle zaměření na odlišné prototypické vlastnosti)

Piaget – předpojmy (pes=náš pes)

Barsalou – ad hoc kategorie-(účelové) - naše znalost pojmů zahrnuje více atributů, než kolik se jich v daném momentu aktivuje (střecha, chození po ní - tato vlastnost aktivována v relevantním kontextu – umístění antény)

Myšlenkové operace

=účelné mentální manipulace s psychickými obsahy, které směřují k řešení problémů:

Logické – řídí se přesnými pravidly, algoritmy-specifický myšlenkový postup pro určitý typ problému (návod, jak postupovat) ; - hledání správného řešení

Heuristické – (objevné)-zkrácené myšlenkové postupy, zjednodušující problémy a cestu k jejich řešení-osobní zkušenost (rogersovský přístup) - hledání možného řešení

- řada problémů nemá algoritmická řešení, pak obecný heuristický postup=analýza prostředků z hlediska cíle, stanovení dílčích cílů

Akademické problémy – přesně definované – informace, logika (počítače)

Praktické problémy – nepřesně definované – porozumění významům a objevování nových

Komparace = zjišťování podobnosti a rozdílů mezi různými jevy – třídění, kategorizace

Usuzování=vyvozování závěrů z výchozích předpokladů-

2 zákl. typy- indukce, dedukce

Indukce=vyvozování obecného tvrzení na základě znalosti jednotlivých případů-2 postupy-generalizace (zobec.) a abstrakce

Generalizace-zjišťování a spojování společných a podstatných vlastností

Abstrakce-vyčleňování podstatných a obecných vlastností

Dedukce=vyvozování závěrů o specifických případech z obecných pravidel –typ. sylogismy

Analogický úsudek = heuristický postup, kt. není systematický, ale napadne nás – na základě podobnosti

Metakognice

- metakognice jako poznávání na druhou, poznávání toho, jak člověk poznává, řízení vlastního učení, přemýšlení o myšlení, tj. **uvědomování si vlastních kognitivních procesů.**

Metakognici, stejně jako tvořivost, můžeme chápat jako **souhrn kognitivních schopností, osobnostních vlastností a motivů.** To znamená, že do poznávacích procesů jsou zapojeny i osobnostní charakteristiky, dány dispozicemi a rozvíjeny učením, metakognitivní strategie, logické i heuristické řešení problému a poznávacích situací, vyžadujících řešení na kvalitativně vyšší mentální úrovni s určitým vhledem i nadhledem.

Kognitivní činnosti na nižší úrovni umožňují rozvoj metakognitivních dovedností.

Kognitivní činnost nižší úrovně se vyznačuje tím, že je vázána na kontext a v něm obsažené informace, na jejich příjem, zpracování a další zacházení s nimi – hovoříme o **učení s porozuměním**, kam patří znalost, porozumění – interpretace, aplikace.

Vyšší kognitivní úrovně se vyznačují činnostmi vázanou na vlastní myšlenkové procesy a obsahy, na jejich utváření a samostatnost s nimi zacházet a hodnotit je, znamenají uvědomování si vlastního myšlení.

Myšlení a řeč

Psycholingvistika – zkoumá řeč jako zvláštní druh lidské mentální aktivity

Jazyk=system slov a znaků (symbolů), má svou gramatickou stavbu, je nástrojem řeči

Řeč=individuální mentální aktivita, nástrojem myšlení a prostředkem dorozumívání

Sémantika – nauka o významu slov a sděleních

2 druhy významů – denotát, konotát

Denotát - význam, který se vztahuje na samotný předmět či jev, na odraz jeho nejobecnějších znaků, je pro všechny shodný

Konotát – to, co dané slovo u příjemce vyvolává, individuální, emocionálně zabarvené asociace, významy jedinečné a proměnlivé, ovlivněné situačním kontextem

Druhy řeči

rozeznáváme tyto základní druhy:

vnitřní řeč – s její pomocí formulujeme své myšlenky, které obvykle navenek nevyjadřujeme slovem

vnější řeč – vyjadřujeme navenek k druhým lidem naše postoje apod.

mluvená řeč – kontakt s posluchači, ale málo času na výběr vhodných slov

psaná řeč – dostatek času, ale psychologicky náročnější než mluvená

Kontrolní otázky k tématu:

V čem se zásadně liší myšlení od kognitivních procesů vnímání a představování?

Podle jakých kritérií můžeme rozeznávat různé druhy myšlení?

Jak vysvětlíme pojem metakognice?

Úkoly k samostudiu:

Uvádějte příklady, úkoly, které řadíme do nižší kognitivní úrovně

Uvádějte příklady, úkoly, které řadíme do vyšší kognitivní úrovně

Jak, jakými metodami můžeme rozvíjet tvořivost, kreativitu?

Základní studijní prameny:

FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: UJAK, 2017. ISBN 978-80-7452-130-0.

HELUS, Z.: Úvod do Psychologie. Praha: Grada 2018. Str. 241-250.

HOLEČEK, V., MIŇHOVÁ, J., PRUNNER, P. *Psychologie pro právníky*. Plzeň: Aleš Čeněk, 2007. ISBN 978-80-7380-065-9

KUČERA, D. *Moderní psychologie: hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4621-0.

PLHÁKOVÁ A. *Učebnice obecné psychologie*. Praha: Academia, 2011. ISBN 978-80-200-1499-3.

9. Téma sedmé: Poruchy kognitivních procesů a jejich význam

Anotace:

Kapitola se zaměřuje na kognitivní procesy a jejich poruchy. Jsou analyzovány poruchy vnímání - mezi poruchy vnímání lze zařadit mj. depersonalizaci, derealizaci, halucinace a iluze. Dále poruchy paměti - hypo a hypermnézie. Další podkapitoly jsou věnovány pozornosti a jejím poruchám. Závěr obsahuje poruchy myšlení.

Klíčová slova:

Poruchy vnímání, paměť, poruchy paměti, pozornost, poruchy pozornosti, poruchy myšlení.

Poruchy vnímání

Mezi poruchy vnímání lze zařadit mj. depersonalizaci, derealizaci, halucinace a iluze.

Depersonalizace a derealizace

Depersonalizace je častá, ale nikoliv závažná porucha prožívání vlastního těla, vlastních psychických a tělesných pochodů. V případě, že postižený vnímá okolí jako odcizené okolí – jeví se jako neznámé, cizí, neskutečné či jinak změněné, mluvíme o *derealiaci*. Vyskytují se jak ve zdravé populaci (při stresu), tak při psychických poruchách - typicky u neuróz a u schizofrenie.

Halucinace – jedná se o nejzávažnější poruchu smyslového vnímání. Představuje klamné vjemy, které vznikají bez závislosti na konkrétním vnějším podnětu. Subjekt je zcela přesvědčen o jejich realitě. Tyto představy pak mohou významně ovlivnit jednání subjektu. Má-li pacient náhled, jedná se o pseudohalucinace.

Sluchové halucinace - nejčastější halucinace – od zvuků až po slova, věty, monology.

- *Imperativní* – hlasy přikazují pacientovi něco, co může být v rozporu s jeho přesvědčením, pacient se příkazy může řídit. Nebezpečné jsou příkazy k sebevraždě nebo vraždě.

Při jejich zjištění je nutné pacienta hospitalizovat, neboť může být nebezpečný sobě či okolí.

- *Antagonistické* – slyšení více hlasů, některé sympatizují s pacientem, jiné jsou nepřívětivé.

Zrakové halucinace, hmatové, čichové halucinace

Paměť, poruchy paměti

Charakteristika paměti

Paměť je spojení navzájem na sebe působících systémů, jejichž společná úloha spočívá v **zapamatování, uchovávání a znovuvybavování** informací, těmito systémy se rozumí v mozku se odehrávající procesy výběru, porovnávání, uskladňování, vyhledávání a vybavování informací.

Fáze paměti

1) **zapamatování, vstípení** (recepce) – může být

a) **neúmyslné**

b) **úmyslné**

- mechanické - více násobné opakování

- logické – pochopením vnitřních souvislostí, je náročnější, ale trvalejší

2) **uchování** (retence) – čas od zapamatování do vybavení

3) **vybavení** (reprodukce) – je aktivizace zapamatovaného, uchovaného materiálu.

a) **znovupoznání** – vybavení minulého prožívání vzniká pouze při opakovaném působení původních podnětů (návrat na místo dovolené)

b) **vlastní reprodukce** – vybavuje si zapamatovaný materiál, ne všechny osvojené poznatky a činnosti dokážeme reprodukovat

c) **reminiscence** – zvláštním případem spontánního vybavení, je opakem zapomínání, po určité době dojde ke zlepšení pamětního výkonu

Druhy, typy a individuální vlastnosti paměti

2) podle **průběhu zapamatování** – úmyslná (*záměrná*) a neúmyslná (*bezděčná*)

3) podle **způsobu zapamatování** – mechanická a logická

4) podle **obsahu zapamatovaného materiálu** – slovní, zrakovou, sluchovou, čichovou, chuťovou, hmatovou, pohybovou, emoční

5) podle **délky podržení materiálu** – ultrakrátkou, krátkodobou, dlouhodobou

Základní **typy paměti** podle převládajících vlastností a zvláštností

a) **názorně obrazný** (zrakový, sluchový, pohybový)

b) **slovně logický** (pamatuje si pojmy, myšlenky a čísla)

c) **emocionální** (pamatuje si především emocionální zážitky)

Nejdůležitější ukazatelé úrovně paměti jsou **rozsah a přesnost paměti**.

Činitelé ovlivňující trvalost zapamatování

základní podmínkou se ukazuje být **motivace**. Proces zapamatování též významně ovlivňuje **aktuální stav jedince** tj. jeho stupeň **koncentrace**. Nezbytnou podmínkou dlouhodobého

zapamatování je **opakování**, využívání mnemotechnických pomůcek a typu paměti (představivosti).

Retroaktivní útlum – záporné působení nového učiva na staré

Proaktivní útlum – tlumivé působení starého učiv na nové

Poruchy paměti

Hypomnézie

- Snížení paměťové výkonnosti, buď globálně nebo selektivně.
- Nejčastěji při organickém postižení, jako součást syndromu demence.
- Při únavě, vlivem farmak, toxinů.
- U demencí porušena hlavně vstíplivost.
- Konfabulace – na otázky odpovídá postižený sice přiléhavě ale fakticky nesprávně, přesto je však přesvědčen, že má pravdu, a za chvíli na tutéž otázku může odpovědět jinak.
- Amnestická dezorientace – totální porucha vstíplivosti.

Korzakovský syndrom

- Porucha vstíplivosti, konfabulace, amnestická dezorientace.
- Alkoholové demence, Alzheimerova choroba.

Amnézie

- Úplná ztráta paměti, zpravidla časově ohraničená, plná či selektivní.
- Retrográdní, anterogádní.
- Časté u kvantitativních poruch vědomí, po úrazu.
- Kontinuální nebo ostrůvkovitá (delírium, alkoholová intoxikace)
- Selektivní amnézie – u hysterických osob, vytěsání nepříjemné vzpomínky.

Tranzitorní globální amnézie

- **Amnestický iktus**: náhle vzniklá porucha paměti, hlavně organická, působením silného stresoru, náhle začne, náhle skončí.
- **Psychogenní amnézie**.
- **Dissociativní amnézie**: dissociativní fugy (toulavost), ovlivnitelná hypnózou.

Hypermnézie

- Nadměrné, nepřiměřené zapamatování si určitého selektivního materiálu.
- Obvykle součást paranoidních psychóz (pamatuje si souvislosti související s bludem).
- U neuróz, manie.

Paramnézie

- Zkreslení uloženého obsahu, dotyčný má ale pocit přesnosti.

Vzpomínkový klam

- Patická paramnézie, nositel je neodvratně přesvědčen o realitě určité představy, typické u psychóz a poruch osobnosti.

Ekmnézie

- Nepřesná časová lokalizace správné vzpomínky.

Kryptomnézie

- Neúmyslný plagiát, nemocný je přesvědčen o autorství něčeho, co sám nevymyslel, ale někde četl či slyšel.

Pseudologia phantastica

- „Syndrom barona Prášila“, bájeví lhavost – není to pravá porucha paměti, typické pro hysterii, i u dětí.

Charakteristika pozornosti, poruchy pozornosti

Pozornost je psychický stav, který se projevuje soustředěností a zaměřeností vědomí.

soustředěnost – je stupeň aktivity psychické činnosti

zaměřenost – je chápána jako výběrovost

Druhy pozornosti

a) **bezděčná** (neúmyslná, mimovolní, pasivní) pozornost – je nezávislá na úmyslu člověka a je vyvolávána zvláštnostmi působících předmětů.

- **nepodmíněně reflexní** – vzniká u všech lidí vlivem vrozených nepodmíněných reflexů (stejná reakce při hřmění)
- **podmíněně reflexní** – nabývá významu pouze pro jedince v důsledku jeho individuální zkušenosti a zájmů (aktuální sport. výsledky apod.)

b) **záměrná** (úmyslná, aktivní) – proces vědomého soustředění

Vlastnosti pozornosti

a) **rozsah, šířka** – množství podnětů, které je schopen jedinec vnímat najednou nebo které dokáže v krátkém čase postihnout – **extenzita pozornosti**.

b) **intenzita, hloubka** pozornosti – stupeň soustředění, podrobnost zpracování podnětů.

c) **stálost** – délka soustředění pozornosti na stejný předmět.

- d) **pohyblivost** (oscilace, přenášení, kolísání) – přesouvání pozornosti z místa na místo.
e) **rozdělení** – zpracovávání informací z více než jednoho zdroje současně.

Poruchy pozornosti

- 1) **roztržitost** – neschopnost dlouhodobé koncentrace pozornosti. Opak koncentrace pozornosti.
a) **nestálost úmyslné pozornosti** – neschopnost se delší čas soustředit na konkrétní objekt
b) **příliš velká intenzita pozornosti** – hluboké soustředění na jeden objekt vyvolává nepozornost v jiných oblastech
2) **rozptýlenost** – neschopnost udržet pozornost v daném směru

Poruchy myšlení

1. Poruchy formy myšlení

poruchy dynamiky myšlení

útlum myšlení= zpomalení myšlenkových procesů

- **bradypsychismus**= zpomalení i ostatní psych. funkce – bradylogie s dlouhými pauzami mezi slovy a dlouhými latencemi do odpovědi
- **záraz myšlení**
- **mutismus** = myšlení probíhá dál, je porucha řečové produkce
- **aphrasia voluntaria** = úmyslné mlčení

zrychlení myšlení

- **tachypsychismus**= i jiné psych. funkce
- **myšlenkový trysk** = vystupňovaná forma → tachylogie Logorea může vyústit v pseudoinkoherenci – neschopnost přiměřeně verbalizovat zrychlený myšlenkový proces (zejm. v mánii).

poruchy struktury myšlení

- **ulpívavé** myšlení = setrvává na jedné představě nebo pojmu → perseverace nebo vebigerace (opakování části slova, hlásky, tónu)
- **nevýpravné** myšlení = setrvává na jedné myšlence. V řeči se vrací stále ke stejnému tématu, byť i v různých formulacích
- **zabíhavé** myšlení = hlavní myšlenkový směr je přerušován a doplňován vedlejšími, nepodstatnými myšlenkami
- **tangenciální** (rozjíždivé) myšlení – myšlenky na sebe navazují velmi vzdáleně – odpověď souvisí s otázkou velmi vzdáleně
- **rezonérství** (plané mudrování) – neplodné úvahy o bezvýznamných věcech – často u hebefrenní formy schizofrenie

- **paralogické neboli dyslogické** myšlení = narušení logické vazby myšlení – myšlenky na sebe navazují podle povrchních souvislostí a náhodných asociací. Abstrahující myšlení – vytrhává určité části skutečnosti a spojuje ji do nepatřičného celku s jinou skutečností (chce poslat ruku domů pro peníze). Aglutinující myšlení – vytváří nové pojmy → slovním vyjádřením jsou neologismy
- **inkohherentní neboli nesouvislé** myšlení = rozvolnění logických a asociačních vazeb. Extrémní projev = slovní salát (schizofázie)
- **obsedantní** (nutkavé) myšlení = postižený se uvědomuje jejich neodůvodněnost a nesmyslnost, avšak nedokáže je vůlí potlačit
- **ovládavé** myšlení = po delší dobu a opakovaně převládá určitá myšlenka
- **katatymní a holotymní** myšlení = myšlení zkreslené emotivitou
- **autistické** myšlení = snížený kontakt mezi subjektivním světem nemocného a objektivní realitou. Náplň myšlení tvoří subj. prožitky, fantazie – těm nemocný připisuje charakter obj. reality. Verbální produkce bývá minimální, nemocný se svému okolí jeví jako netečný. Méně vyjádřena a zpravidla nepatologická forma se nazývá **introvertované myšlení** – nemocný je schopen rozlišovat mezi skutečností a fantazií.
 - **symbolické a magické** myšlení – schizofrenie
 - **vztahovačné** (paranoidní myšlení) – připisuje neutrálním jevům a situacím ve svém okolí zvláštní význam ve vztahu k vlastní osobě

2. Poruchy obsahu myšlení – bludy

bludy = mylné a nevývratné osobní přesvědčení založené na nesprávném odvození závěru ze zevní reality

charakteristiky bludu:

1. chorobný vznik – součást duševní poruchy
2. nepravdivost
3. nevývratnost
4. vliv na jednání
5. individuální a soukromý útvar – není produktem obecného mínění

Dělení bludů:

Bludy paranoidní (vztahovačné)

Bludy makromanické (velikášské) – podmíněné zvýšenou náladou = hlavně u psychotické mánie

Bludy mikromanické – pacient je v depresivní náladě (např. se obviňuje, že něco zavinil):

Jiné – např. *pseudomegalomanské* (př.: „Mojí vinou je zničen svět.“),

Kontrolní otázky k tématu:

Jak můžeme charakterizovat pozornost a paměť?

S jakými poruchami vnímání, pozornosti a paměti se můžeme nejčastěji setkat?

Jaké poruchy pozornosti nejvíce snižují kvalitu učení?

Úkoly k samostudiu:

Zamyslete se, jaké strategie paměti jsou pro vás efektivní

Analyzujte, Jaké poruchy myšlení nejvíce snižují kvalitu života?

Uveďte příklady k předchozímu úkolu

Základní studijní prameny:

- HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie. : učebnice pro střední školy a bakalářská studia na VŠ.* Praha Praha: Grada. 2018. ISBN: 978-80-247-4675-3. Str. 241-250.
- FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie.* Praha: UJAK, 2017. ISBN 978-80-7452-130-0.
- PLHÁKOVÁ A. *Učebnice obecné psychologie.* Praha: Academia, 2011. ISBN 978-80-200-1499-3.
- VACÍNOVÁ, M., TRPIŠOVSKÁ, D., FARKOVÁ, M. *Psychologie. 2. rozšířené vydání.* Praha, UJAK, 2010. ISBN 978-80-7452-008-2.

10. Téma osmé: Seznam povinné a doporučené literatury

Povinná studijní literatura:

BLATNÝ, M., *Psychologie celoživotního vývoje*. Vydání první. 2016. ISBN 978-80-246-3462-3.

FARKOVÁ, M. *Vybrané kapitoly z psychologie*. Praha: UJAK, 2017. ISBN 978-80-7452-130-0.

HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie. : učebnice pro střední školy a bakalářská studia na VŠ*. Praha: Grada. 2018. ISBN: 978-80-247-4675-3. Str. 241-250.

KUBÍKOVÁ, K. Problematika pojetí autority z pohledu budoucích učitelů a učitelů z praxe. *In Autorita v edukační a sociální práci*. Pardubice: Univerzita Pardubice 2012, s. 101-108. ISBN: 978-80-7395-507-6

PAVELKOVÁ, I., ŠKALOUDOVÁ, A., KUBÍKOVÁ, K. Vztahové normy učitele a jejich vliv na výkonovou motivaci žáků. In. *Podpora zdravého psychického vývoje z aspektu dítěte a učitele*. Praha: Eduko, 2013. ISBN 978-80-87204-66-5. s. 56-58.

KUČERA, D. *Moderní psychologie: hlavní obory a témata současné psychologické vědy*. Praha: Grada Publishing, 2013. ISBN 978-80-247-4621-0.

VACÍNOVÁ, M., TRPIŠOVSKÁ, D., FARKOVÁ, M. *Psychologie*. 2. rozšířené vydání. Praha, UJAK, 2010. ISBN 978-80-7452-008-2.

VYGOTSKIJ, L., S., *Psychologie myšlení a řeči*. 2017. ISBN 978-80-262-1258-4.

ZVÍROTSKÝ, Michal. *Sebevýchova : teorie a praxe pedagogického ovlivňování sebe sama*. Vydání 1. 2020. ISBN 978-80-271-2425-1.

Doporučená literatura:

DAVIS, L., J. *The End of Normal. Identity in Biocultural Era*. The University of Michigan Press, 2014, USA. ISBN 978-472-05202-8, s. 13-14.

HELUS, Zdeněk. *Úvod do psychologie. : učebnice pro střední školy a bakalářská studia na VŠ*. Praha: Grada. 2018. ISBN: 978-80-247-4675-3.

HOSKOVCOVÁ, S., HOSKOVEC, J., HELLER, D. *Dějiny české a slovenské psychologie*. Praha: Karolinum, 2016. ISBN 978-80-246-2425-9.

KLUCKÁ, J., VOLFOVÁ, P. *Kognitivní trénink v praxi*. Praha: Grada, 2016. ISBN 978-80-247-5580-9.

KOHOUTEK, R. *Dějiny psychologie pro pedagogy*. Brno : Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4540-8.

OREL, M., PROCHÁZKA, R., a kol. *Vyšetření a výzkum mozku: pro psychology, pedagogy a další nelékařské obory*. Praha: Grada, 2017. ISBN 978-80-247-5539-7.

ROGERS, C.R. *Způsob bytí*. Praha: Portál, 2014.

PLHÁKOVÁ, A. *Spánek a bdění: vědecké poznatky a jejich psychoterapeutické využití*. Praha: Portál, 2013. ISBN 978-80-262-0365-0.

POHL, R., F. (ed.). *Cognitive illusions: intriguing phenomena in thinking, judgment and memory*. 2. edition. New York: Routledge, NY, (A psychology press book), 2017. ISBN 978-1-138-90342-5.

SAK, P., KOLESÁROVÁ, K. *Sociologie stáří a seniorů*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-247-3850-5. 232 s. ISBN 978-80-247-3850-5.