

**Zdeněk Helus**



# ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

**UČEBNICE PRO STŘEDNÍ ŠKOLY  
A BAKALÁŘSKÁ STUDIA NA VŠ**



 **GRADA®**

 GRADA®



Zdeněk Helus

---

# ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

Učebnice pro střední školy  
a bakalářská studia na VŠ

Grada Publishing

***Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy***

*Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.*

*Vydání odborné knihy schválila Vědecká redakce nakladatelství Grada Publishing, a.s.*

**prof. PhDr. Zdeněk Helus, DrSc.**

**ÚVOD DO PSYCHOLOGIE**

**Učebnice pro střední školy a bakalářská studia na VŠ**

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400

[www.grada.cz](http://www.grada.cz)

jako svou 4581. publikaci

Foto archiv autora

Odpovědná redaktorka Maria Arnautovová

Sazba a zlom Milan Vokál

Zpracování obálky Michal Němec

Počet stran 320

Vydání 1., 2011

Vytiskly Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.

© Grada Publishing, a.s., 2011

Cover Photo © fotobanka Allphoto

**ISBN 978-80-247-3037-0** (tištěná verze)

**ISBN 978-80-247-7200-4** (elektronická verze ve formátu pdf)

---

# OBSAH

**Úvod: Cíl a pojetí této učebnice . . . . . 11**

## **Část první**

**Vědecká psychologie: Od předchůdců k jejímu zrodu . . . . . 19**

**1. Pět zastavení na cestě ke vzniku vědecké psychologie . . . . . 21**

1.1 Zastavení první – důraz na duši . . . . . 21

1.2 Zastavení druhé – důraz na mysl, vědomí . . . . . 22

1.3 Zastavení třetí – důraz na reagování . . . . . 23

1.4 Zastavení čtvrté – zkoumání vztahu mezi psychickými jevy  
a mozkiem . . . . . 24

1.5 Zastavení páté – člověk jako příslušník národa či pohlcený  
davem . . . . . 25

**2. Zrod vědecké psychologie: Čtyři vybrané události jejího  
počátku . . . . . 27**

2.1 Založení první laboratoře . . . . . 27

2.2 Vydání velkého syntetického díla . . . . . 29

2.3 Klinická bádání, psychologická pomoc . . . . . 31

2.4 První testování . . . . . 35

## **Část druhá**

**Současná psychologie: Oblasti jejího vymezení . . . . . 43**

**1. Psychologie: Věda o psychice, o vědomém a nevědomém  
prožívání . . . . . 45**

1.1 Čtyři výchozí poznatky . . . . . 45

1.2 Vědomí . . . . . 48

1.3 Vědomí v akci – pozornost . . . . . 53

1.4 Vědomí a nevědomí . . . . . 55

1.5 K výzkumům souvisejícím s nevědomím . . . . . 61

---

\* V úvodu každé části této knihy je vždy její rozvedený, podrobný obsah. Každou část také uzavírají Stručná rekapitulace, Náměty k promýšlení a cvičení, Literatura k rozšiřujícímu a prohlubujícímu studiu.

---

<b>2. Psychologie: Věda o chování</b>	<b>69</b>
<b>3. Psychologie: Prožívání, chování a neurohumorální systém</b>	<b>72</b>
3.1 K výzkumům psychických korelátů mozkových hemisfér	74
3.2 Nervová soustava, endokrinní systém a psychika	77
3.3 Mozek ve vývoji, plasticita mozku a psychika	78
<b>4. Psychologie: Prožívání, chování a sociokulturní systém</b>	<b>80</b>
4.1 K vymezení pojmu kultura	82
4.2 Přínosy terénních kulturně antropologických výzkumů	83
4.3 Dimenze charakterizující kulturu – jejich psychické koreláty	86

### **Část třetí**

<b>Pohled na základní duševní jevy: Úvod do obecné psychologie</b>	<b>93</b>
--	-----------

<b>1. Vnímání</b>	<b>96</b>
1.1 Od počítku ke vjemu	96
1.2 Smyslové modality	97
1.3 Organizace vjemového pole	101
<b>2. Operování s primárními obsahy mysli: Představy a fantazie</b>	<b>106</b>
2.1 K paměťové představivosti	106
2.2 K podobám a významu fantazijní představivosti	107
<b>3. Myšlení</b>	<b>109</b>
3.1 Druhy myšlení	109
3.2 Myšlení a jazyk	111
3.3 Pojmy/pojmotvorba	113
3.4 K vývoji myšlení	115
<b>4. Emoce, city</b>	<b>120</b>
4.1 Základní znaky emocí	120
4.2 Ke druhům emocí	123
4.3 Aktuální téma: emoční inteligence	125

---

<b>5. Motivace</b> .....	<b>128</b>
5.1 Motiv a jeho skladba: potřeby a incentivy .....	128
5.2 K analýze potřeb .....	129
5.3 Dvě významná témata výzkumu motivace .....	133
<b>6. Učení: Základní činnost adaptace a rozvoje osobnosti</b> .....	<b>137</b>
6.1 Paměť – základní předpoklad učení .....	138
6.2 K psychofyziologickým základům paměti a učení .....	143
6.3 Tři základní mechanismy učení .....	144
6.4 Učení disfunkční .....	147
6.5 Specifika lidského učení .....	149
6.6 Usilování o způsoby efektivního učení .....	151

## **Část čtvrtá**

<b>Osobnost</b> .....	<b>157</b>
-----------------------	------------

<b>1. Pohled na vlastnosti osobnosti: Triáda základních vlastností</b> .....	<b>160</b>
1.1 Schopnosti .....	160
1.2 Temperament .....	165
1.3 Charakter .....	169
<b>2. Pohled na vlastnosti osobnosti: Velká pětka / „Big five“</b> .....	<b>171</b>
<b>3. Pohled na vlastnosti osobnosti: Odolnost</b> .....	<b>175</b>
3.1 Zátěž a stres .....	175
3.2 Vulnerabilní versus resilientní vlastnosti .....	180
<b>4. Já a sebepojetí</b> .....	<b>184</b>
4.1 Sebeпоjetí a jeho aktualizace .....	185
4.2 Obsahové oblasti sebepojetí .....	188
4.3 Závěrem .....	190

## **Část pátá**

<b>Člověk mezi lidmi: Uvedení do sociální psychologie</b> .....	<b>193</b>
---	------------

<b>1. Základní druhy mezilidských vztahů</b> .....	<b>195</b>
1.1 Přímé mezilidské vztahy .....	195
1.2 Vztahy zprostředkované .....	197

---

1.3	Vztahy zvnitřněné/interiorizované	198
1.4	Vztahy distancované	199
1.5	Vztahy aktivizující, facilitující, protektivní	199
1.6	Vztahy oslabující, poškozující, omezující	200
<b>2.</b>	<b>K činitelům ovlivňujícím mezilidské vztahy</b>	<b>202</b>
2.1	Vytváření dojmu	202
2.2	Interaktivní posilování výchozího dojmu	204
2.3	Atribuční tendence	208
<b>3.</b>	<b>Sociální začlenění – Problematika sociálních skupin</b>	<b>212</b>
3.1	Hlavní znaky sociální skupiny	214
3.2	Pohled na druhy skupin	215
3.3	Jedinec ve skupině – transformace individua v člena skupiny	216
3.4	K uplatňování vlivu skupiny	222
<b>4.</b>	<b>Sociální interakce a komunikace</b>	<b>231</b>
4.1	Základní druhy komunikace	233
4.2	Komunikace podpůrná	239
<b>5.</b>	<b>Antisociální a prosociální chování: Příklad agresivity versus altruizmu</b>	<b>241</b>
5.1	Agresivita ve vztazích mezi lidmi	241
5.2	Prosociální chování, altruizmus	245

## Část šestá

### Člověk ve vývoji: Úvedení do základů vývojové psychologie . . . . 251

<b>1.</b>	<b>Vývoj – souvislost s věkem</b>	<b>253</b>
<b>2.</b>	<b>Pět základních úrovní vývoje</b>	<b>254</b>
2.1	Vývoj jako zrání	254
2.2	Vývoj jako učení	255
2.3	Vývoj jako socializace	256
2.4	Vývoj jako edukace	261
2.5	Vývoj jako sebeutváření jedince	265



---

<b>3. Polarita charakterizující vývoj</b> .....	<b>267</b>
3.1 Kontinuita versus diskontinuita ve vývoji .....	267
3.2 Vzestupné versus sestupné/involuční směřování vývoje .....	270
3.3 Vývojová normalita versus odchylky od ní .....	272
<b>4. Vývojové epochy a období</b> .....	<b>275</b>
4.1 Prenatální věk .....	276
4.2 Vývojová epocha dětství .....	277
4.3 Epocha dospívání .....	292
4.4 Dospělost .....	300
4.5 Stáří .....	305
<b>5. Závěrem</b> .....	<b>308</b>
<b>Rejstřík věcný</b> .....	<b>311</b>
<b>Rejstřík jmenný</b> .....	<b>314</b>



---

# ÚVOD: CÍL A POJETÍ TÉTO UČEBNICE

## Podrobný obsah

1. K rozlišení psychologie laické a odborné/vědecké
2. Devět znaků odborné psychologie
3. Obsahová stavba knihy
4. K dalším studijním pramenům

Cílem této učebnice je poskytnout výchozí, základní orientaci<sup>1</sup> v psychologii těm, kdo se jí dosud nezabývali, anebo mají pocit, že své dřívější seznámení s ní potřebují oživit, nově uspořádat, založit na pevnějších základech. Mám na mysli jednak studenty středních škol, kteří mají předmět psychologie ve svém studijním plánu, samostatně nebo v rámci základů společenských věd, ale také ty, kteří v rámci pokračujícího vysokoškolského studia nebo celoživotního vzdělávání stojí před úkolem absolvovat úvod do psychologie. Kniha je koncipována tak, aby uspokojila i zvědavost těch, kteří si z čistě osobního zájmu chtějí ujasnit, co to psychologie je, na jakých základech je vybudována, k čemu je dobrá. Autor vynaložil úsilí, aby kniha nejen poskytla ty nejdůležitější informace, ale byla i zajímavou. Dbal, aby nezbytné teoretické pasáže byly skloubeny s vhodnými příklady, jak z konkrétních výzkumů, ilustrujících jak psychologie dospívá ke svým poznatkům, tak i z reálného života. Nemělo by uniknout, že psychologie je pomocnicí lidí v jejich rozhodování, překonávání náročných situací, řešení zapeklitých problémů, hledání cest smysluplného a zdravého života.

---

<sup>1</sup> Hovořím-li o orientaci výchozí a základní, hodilo by se ještě dodat, že to bude orientace stručná. Existují totiž v překladové české literatuře díla, taktéž zamýšlená jako úvody do psychologie, která jsou však nesrovnatelně obširnější. Tak „Psychologie“ R. Atkinsonové a spoluautorů (Portál, Praha 2002) čítá 750 stran velkého formátu; podobný rozsah má i „Psychologie“ S. Kassina (Computer Press, Brno 2007). Autor tak stručného díla, jako je tato učebnice, tedy stojí před téměř nadlidským a riskantní úkolem co vybrat, co vypustit, tak aby obraz psychologie, který podá, zůstal obrazem kořektním.

## 1. K rozlišení psychologie laické a odborné

Vyjděme z upozornění na skutečnost, že každý z nás je svého druhu psychologem, má své psychologické zkušenosti. To znamená, že se zajímá o lidi kolem sebe, chce znát jejich vlastnosti, chce vědět, proč se chovají tak jak se chovají, co zamýšlejí, na co stačí, jak prožívají určité události, v čem je na ně spolehnutí. V podobném duchu je psychologem i vůči sobě samému, chce se v sobě vyznat a řídit své jednání, aby dosáhl cílů, na kterých mu záleží. Klást si psychologické otázky a hledat na ně odpověď je běžnou nevyhnutelností. V tomto případě ovšem nejde o psychologii odbornou, ale **laickou**.

Laickým psychologem je dívka, která se vážně zamilovala a přemýšlí, zdali její chlapec je ten pravý; klade si otázky, zdali za tím, jak se k ní chová, je opravdu hluboký a trvalý cit.

Když muže opustila partnerka, na které mu záleželo, tak pravděpodobně laicky psychologizuje. Vyjasňuje si, proč se tak stalo: „Co na mé a co na její straně vedlo k tomuto konci a v čem bych se měl změnit, abych v budoucnu podobným selháním předešel?“

Laicky psychologizují rodiče, když zvažují, zda dát dítě na gymnázium, či nikoliv, a kladou si otázky po jeho schopnostech, vytrvalosti a pílí.

Podobně je tomu, když vedoucí obchodu přijímá nového prodavače a snaží se ze vstupního jednání s ním vyvodit, je-li poctivý, bude-li se na něj moci spolehnout, dokáže-li dělat před zákazníky dobrý dojem.

Taktéž provádím laické psychologické sebezpytování, když mne přátelé pozvou na horskou túru a já si musím vyjasnit, zda takovou zátěž fyzicky i psychicky vydržím, zdali mne nepřemůže závrať z výšky, zdali mne vůbec něco takového baví a zda lidé, kteří se takto zaměřují, jsou pro mne těmi pravými.

Laická psychologie může být provozována velmi nešťastně. Známe případy, kdy se někdo v druhých lidech či v sobě samotném opakovaně mýlí, někdy s tragickými důsledky. Známe ale i případy, kdy je laická psychologie praktikována s kromobyčejnou zdatností. Téměř pravidelně se v televizi a tisku dovídáme o podvodnících, kteří dokážou neuvěřitelným způsobem a opakovaně získávat důvěru lidí, aby je okradli, zneužili. Jsou známy bezpočetné historiky o sňatkových podvodnících, kteří vědí, jak jít na opuštěné ženy a „omotat si je kolem prstu“. Ale jsou známy i opačné, pozitivní případy, kdy nám někdo druhý dokáže vdechnout sebedůvěru; tak, že zvládneme věci, na které bychom si jinak netroufali; kdy nám někdo dokáže vnést do duše klid, pozvednout naši mysl když jsme v krizi. Máme radost, že jsme se setkali s dobrým laickým psychologem!

Zvláštním případem laické psychologie je tak zvaná psychologie **narrativní**, založená na vyprávění. Setkáváme se s ní v románech, divadelních

hrách, memoárové literatuře, filmech, rozhovorech o životních osudech. Je nedocenitelným zdrojem inspirací.

Geniálními, klasickými představiteli narativní psychologie jsou například Dostojevský, Strindberg, Proust, Kafka... Shakespeare nás třeba ve svém Othellovi uvádí do zrodu posedlosti žárlivostí a bezmocnosti určitého jedince jí čelit. Psychologizování ale prostupuje i takzvaný lehčí žánr, jmenovitě detektivky: Jádrem je vyprávění, objasňující motiv zločinu.

Již bylo řečeno, že laická psychologie není ušetřena vážných omylů, třeba i s neblahými důsledky. Cesty psychologického poznání a jednání je třeba postavit na pevnější základy, než jakých je laická psychologie schopna. Narativní psychologie nemá za cíl podat ucelený systém psychologického poznání, o který bychom se mohli opřít. Ale život v současné společnosti si naléhavě žádá rozvinuté, argumentované, hodnověrné poznatky, na které se lze spolehnout mnohem více než na závěry a domněnky psychologie laické. Pomysleme například na výběr řidičů veřejné dopravy ve velkoměstě; na odhalování příčin alkoholizmu či drogové závislosti a volbu adekvátní metody léčby; na strategii jednání s člověkem, který trpí úzkostmi ze selhání do té míry, že nedokáže využít schopností, které má apod. Takováto zadání, a mohli bychom uvést bezpočet dalších, se už zcela vymykají možnostem laické psychologie. Jsou to zadání pro **psychologii odbornou**.

## 2. Devět znaků odborné psychologie

Nadále se budeme zabývat **odbornou psychologií**, tedy **psychologií budovanou na vědeckých základech**. Je pro ni podstatná přítomnost určitých znaků, které jsou ovšem vlastní i jiným vědním disciplínám. Jak ale uvidíme v následujících částech a kapitolách této knihy, aktualizují se v psychologii jí vlastním způsobem, tak jak to odpovídá tomu, čím se zabývá, co je jejím předmětem.

- Vědecká psychologie se opírá o **poznatky, které jsou ověřené, průkazné a tvoří poznatkový systém**. Konkrétně to znamená, že lze doložit, jak se k nim dospělo a jakými opakovanými šetřeními lze jejich platnost znovu potvrdit. Jejich platnost lze podepřít pádnými argumenty. Poznatky nejsou izolované, ale tvoří propojené poznatkové celky.
- S poznatky a poznatkovým systémem souvisí úzce **repertoáry metod a metodických postupů či strategií**, díky kterým k poznatkům dospívá-

me. Repertoár metod je odborníkům široce dostupný a mohou jej využívat všichni, kteří chtějí již provedené výzkumy opakovat, kriticky přezkoumat co do správnosti či širě jejich platnosti, adaptovat na nové situace apod.

- Poznatky nezůstávají jen prostými fakty, ale jsou interpretovány, vysvětlovány co do svých souvislostí s jinými fakty, co do své platnosti, co do svých příčin a následků... Jinými slovy, stávají se součástí **teorie, která krom toho, že poznatky vysvětluje, také otevírá perspektivy cest k poznatkům novým**. Vybízí k formulaci hypotéz, které je třeba ověřovat.
- Poznatky, metody a teorie nachází své vyjádření ve **sdílené terminologii a rozvinutých, ustálených způsobech komunikace**. Na tom je založen vědecký diskurz, který je neodmyslitelným předpokladem vývoje oboru.
- Realizace dosud uvedených znaků nemůže být toliko záležitostí aktivit izolovaných jednotlivců. Tyto znaky jsou vytvářeny a široce realizovány v **odborných a vědeckých centrech, badatelských a aplikačních institucích**, do nichž jsou jednotliví odborníci včleněni, či na která se napojují, která respektují jako zavazující autoritu a pod jejichž přímou či nepřímou kontrolou se nachází. Dnes se stále více prosazuje, aby taková centra byla vpojena do mezinárodních sítí.
- **Postavení odborného psychologa** je dosahováno školením, zajišťovaným vysokoškolskými pracovišti, která pro to mají oprávnění (akreditaci) a vydávají odpovídající kvalifikační osvědčení/certifikáty. Taktéž je stále důrazněji vyžadováno, aby odborný psycholog absolvoval různé formy celoživotního vzdělávání, čímž je zajištěno, že své poznání rozšiřuje; že neustrne, ale drží s vývojem svého oboru krok.
- Odborní psychologové se sdružují ve **stavovská sdružení, garantující rozvoj a prestiž oboru a jmenovitě také etické principy, kterými se řídí**; vytváří směry a hnutí s jasně vyjádřenou koncepcí a definovanými cíli; zakládají fóra, na nichž komunikují své odborné a vědecké problémy; rozvíjí kritickou reflexi cest, kterými se psychologie ubírá, odhalují mezery a nedostatky ve své práci. Tomu slouží konference, semináře a workshopy, časopisy a knižní publikace.

- Ke znakům odborné psychologie na vědeckém základě rovněž patří **utváření vztahů k jiným vědním disciplínám**, které mají s psychologií styčné plochy. Jsou to zejména neurovědy a některé lékařské obory, sociologie, pedagogika a četné další.
- Psychologii charakterizuje široký záběr témat, kterými se zabývá – přesvědčí nás o tom i studium této knihy. Důsledkem je, že **se člení do několika málo základních oborů a velkého množství oborů aplikovaných**. Mezi nimi je ovšem živá komunikace, nastolující základní povědomí o jednotě psychologie jako vědní disciplíny. Základní psychologické obory vytváří fundament, na kterém stavba psychologického poznání spočívá. Jsou to především psychologie obecná, psychologie osobnosti, psychologie sociální, vývojová, biologická. Čtenář této knihy bude s některými z nich blíže seznámen. Aplikované obory zajišťují služby psychologie v nejrůznějších oblastech životní praxe, odpovídají na poptávku po psychologii v současné společnosti. Mezi nejdůležitější patří psychologie klinická (problémy diagnostiky osob s psychickými potížemi a péče o ně), psychologie zdraví (problematika činitelů zdravého způsobu života a předcházení vlivům škodícím zdraví), poradenská psychologie (poskytující kvalifikovanou pomoc lidem v různých oblastech jejich bezradnosti a těžkostí), pedagogická a školní psychologie (řeší problémy adaptace na školu a výuku, činitelů vzdělávacího úspěchu či neúspěchu žáků), psychologie práce (zabývá se podmínkami pracovní činnosti a činiteli ovlivňujícími pracovní výkon), forenzní psychologie (zabývá se psychologickými problémy soudnictví a věznění), psychologie sportu a mnohé další.

### 3. Obsahová stavba této knihy

Uvedení do psychologie, které je cílem této knihy, rozvedeme v šesti tematických okruzích, kterým budou věnovány její jednotlivé části.

V části první se budeme zabývat **vznikem odborné/vědecké psychologie**. Ujasníme si, že se zde nevynořila ze dne na den. Má své předchůdce, kteří razili jejímu vzniku cestu. A můžeme také zaznamenat události, které už s tímto vznikem přímo souvisí. Takový pohled do minula není jenom zajímavý, je i důležitý: Dává nám pochopit, čím vším bylo třeba projít, co bylo třeba překonat a co muselo vydržet, aby psychologie nabyla své stávající podoby.

V části druhé nás bude zajímat, jak vlastně psychologii dnes definovat. Co je jí dnes souzeno zkoumat, aby dostála úkolům, které jí přináleží v sou-

stavě vědních disciplin. Nebo jinak řečeno, budeme se zabývat otázkou, **co je vůdčím předmětem psychologického zájmu**. Zjistíme, že psychologie nenabízí jednu odpověď, ale odpovědi přinejmenším čtyři. Jsou to ovšem odpovědi, které spolu mohou a měly by souviset. Ujasníme si, co to znamená, že:

- psychologie se zabývá duševními/psychickými jevy, že zkoumá **vědomí a nevědomí**;
- psychologie se zabývá **chováním**;
- psychologie zkoumá, jak psychické jevy a chování souvisí s tělesností člověka, jmenovitě s jeho **neurohumorálním systémem**, a na prvním místě se stavbou a fungováním mozku;
- psychologie zkoumá, jak psychické jevy a chování souvisí s tím, že člověk je od narození do konce života vnořen do **společensko-kulturního systému**, do systému norem a hodnot, zvyklostí a pravidel, které si jej podrobují, která do něho vrůstají, jejichž působení se nemůže vymknout, protože zakládá jeho druhou přirozenost.

V části třetí se budeme zabývat ústředním tématem základní psychologické disciplíny – psychologie obecné. Tématem **základních duševních jevů, které vyčleňujeme z proudu našeho prožívání**. Budeme se věnovat:

- **Vnímání**, kterým vcházíme v bezprostřední kontakt se světem kolem nás, ale také s vlastním tělem; díky vnímání se skutečnosti, která nás obklopuje, dostává její vnitřní, psychické reprezentace.
- **Představám, pamětním a fantazijním**. Ujasníme si jak to, co jsme vnímali, v naší psychice uchováváme, přetváříme, uvádíme do nových souvislostí.
- **Myšlení**, díky kterému dokážeme odhalovat a nastolovat problémy a řešit je. Připomeneme si vztah mezi myšlením a jazykem, který je jeho nejdůležitějším nástrojem, umožňujícím naše myšlení rozvinout, naše myšlenky komunikovat. Zvláštní pozornost budeme věnovat vývoji myšlení v dětském věku a cestám jeho rozvoje ve škole.
- **Emocím, citům**. Vyjdeme ze skutečnosti, že naše prožívání bývá prostoupeno vzrušením, kladným či záporným laděním. Pozornost budeme věnovat také fyziologickým souvislostem emocí a jejich vyjadřování.



Rozlišíme jejich základní druhy. Neopomeneme ani téma, které je dnes aktuální, o kterém se hodně píše a hovoří, téma tzv. emocionální inteligence.

- **Motivaci**, lidskému směřování a usilování. Provedeme klasifikaci potřeb a upozorníme na jejich vztahy s vnějšími popudy/incentivami. Povšimneme si dvou významných témat, která dlouho stála v popředí motivačních výzkumů a ani dnes neztratila svou platnost: témat výkonové motivace a kognitivní disonance.
- **Učení** a v úzké souvislosti s ním také **paměti**. Učení vymezíme jako základní činnost adaptace, opírající se o předchozí zkušenost. Rozlišíme základní mechanismy učení – učení signálům (podmiňováním), učení operantní, učení nápodobou. Pozornost budeme věnovat specifikům lidského učení a snahám o jeho efektivitu ve vzdělávacím procesu. Upozorníme na skutečnost, že učení může za jistých okolností vést i k disfunkčním výsledkům, snižujícím vyhlídky jedince dosáhnout cíle či úspěchu.

Tématem čtvrté části knihy je **osobnost**, tedy individualita, která je nositelem duševních jevů, jednajícím subjektem. Důraz položíme na vyčlenění a charakteristiku základních vlastností; neboli složek osobnosti, jejichž poznání nám umožní jedince pochopit, předvídat, jak se zachová (co dokáže), adresně k němu přistupovat. Zvýšenou pozornost budeme věnovat schopnostem, temperamentu a charakteru, ale také vlastnostem odolnosti a dalším, které nám přibližuje psychologický výzkum. Dalším závažným tématem psychologie osobnosti, kterému se budeme věnovat, bude téma „jáství“, tedy vztahu člověka k sobě samému, jeho sebepojetí.

Část pátá bude věnována psychologické **problematicke mezilidských vztahů**, postavení člověka mezi lidmi, ve společnosti. Bude uvedením do jedné z hlavních psychologických disciplín, **psychologie sociální**. Ujasníme si, co a jak ovlivňuje dojem, který si o sobě navzájem vytváříme, a jak tento dojem ovlivňuje jednání. Dále se budeme zabývat sociálními skupinami, do nichž je člověk začleněn, v nichž má svou pozici, hraje svou roli. Důležitou oblastí, na kterou se rovněž zaměříme, je oblast interakcí a komunikací, v nichž se mezilidské a sociální vztahy odehrávají. Neopomeneme skutečnost, že vztahy mohou být narušené (nabýt asociální či antisociální podoby), a že je třeba hlouběji porozumět i vztahům prosociálním, lidi navzájem sblížujícím.

A konečně poslední, šestá část bude uvedením do **psychologie vývoje**. Bude podán výklad činitelů, kteří vývoj člověka ovlivňují a v návaznosti pak charakteristika základních úrovní vývoje: Vývoje jako zrání, učení, socializace osobnosti, edukace (výchovy a vzdělávání), sebeutváření osobnosti. Následovat bude stručný výklad jednotlivých vývojových epoch a období, jimiž na své cestě životem procházíme.

#### 4. K dalším studijním pramenům

Předložená učebnice samozřejmě není jedinou svého druhu. Minimálně čtyři široce dostupná díla sledují podobné cíle v obdobném rozsahu i tematické skladbě.<sup>2</sup>

- Maria Fürst: Psychologie (Včetně vývojové psychologie a teorie výchovy). Votobia: Olomouc 1997.
- Hans Kern, Christiane Mehl a další: Přehled psychologie. Portál: Praha 2006.
- Pavel Říčan: Psychologie (Příručka pro studenty). Portál: Praha 2006.
- Marie Vágnerová: Základy psychologie. Nakladatelství Karolinum: Praha 2007.

Doporučuji, aby si student alespoň jedno z nich zvolil pro doplňující orientaci a uvědomil si tak, že různá psychologická témata lze pojednat odlišným způsobem a že jednotliví psychologové se mnohdy různí v tom, na co kladou důraz, jaký výklad volí a jak v jeho prospěch argumentují.

+ + +

Autorovi nezbyvá než popřát všem, kteří se odhodlají k četbě, respektive studiu této knihy, aby v ní nehledali jen soubor poznatků, z nichž budou eventuálně zkoušeni; ale také a především vědění, inspirující na cestě životem. Pomáhající vyznat se v sobě samotném, ve druhém člověku, na kterém nám záleží, v lidech kolem nás. Tak, abychom si byli vzájemným obohacem.

---

<sup>2</sup> Čtenář, který klade na své studium vyšší nároky, může s velkým užitekem čerpat z publikací rozsáhlejších, které jsem uvedl výše, v poznámce pod čarou na str. 11 Odkazy na další díla, seznamující se speciálněji zaměřenými tématy, najde čtenář v závěru každé ze šesti částí této knihy.

# ČÁST PRVNÍ

## VĚDECKÁ PSYCHOLOGIE: OD PŘEDCHŮDCŮ K JEJÍMU ZRODU

### Podrobný obsah

#### 1. Pět zastavení na cestě ke vzniku vědecké psychologie

- 1.1 Zastavení první – důraz na duši
- 1.2 Zastavení druhé – důraz na mysl, vědomí
- 1.3 Zastavení třetí – důraz na reagování
- 1.4 Zastavení čtvrté – zkoumání vztahu mezi psychickými jevy a mozkiem
- 1.5 Zastavení páté – člověk jako příslušník národa či pohlčený davem

#### 2. Zrod vědecké psychologie – čtyři vybrané události jejího počátku

- 2.1 Založení první laboratoře
- 2.2 Vydání velkého syntetického díla
- 2.3 Klinická bádání, psychoterapeutická pomoc
- 2.4 První testování

\*\*\*

Stručná rekapitulace první části

Náměty k promyšlení a cvičení

Literatura k rozšiřujícímu a prohlubujícímu studiu

Důkladné vysledování významných událostí, pozoruhodných myšlenek a objevitelských činů minulosti, razících cestu současné vědecké psychologií, není cílem této kapitoly.<sup>3</sup> Úplně odhlédnout od vytváření předpokladů vzniku současné psychologie by ale nebylo moudré. Díky jejich stručnému přiblížení si uvědomíme, že:

---

<sup>3</sup> Zájemce o tuto oblast odkazujeme na publikace A. Plhákové „Dějiny psychologie“ (Grada, Praha 2006) a M. Hunta „Dějiny psychologie“ (Portál, Praha 2000).