

PSYCHOLOGIE PRO PEDAGOGY: ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

PhDr. Jiřina Pávková
*Katedra informačních technologií a technické výchovy,
Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta*



evropský
sociální
fond v ČR



EVROPSKÁ UNIE



MINISTERSTVO ŠKOLSTVÍ,
MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY



OP Vzdělávání
pro konkurenceschopnost

INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

Další vzdělávání pedagogických pracovníků na PedF UK Praha (CZ.1.07/1.3.00/19.0002)

PSYCHOLOGIE PRO PEDAGOGY: ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

PhDr. Jiřina Pávková
Katedra pedagogiky,
Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta

Studium:

Učitelství praktického vyučování

Kurz:

Psychologie pro pedagogy

OBSAH

ÚVOD	4
1 Psychologie jako vědní obor.....	5
2 Historický vývoj psychologie, současné směry.....	10
3 Psychologické metody.....	16
4 Psychika, psychické jevy.....	21
4.1 Psychické procesy.....	22
4.1.1 Poznávací procesy.....	22
4.1.2 Paměťové procesy.....	29
4.1.3 Motivační procesy.....	31
4.2 Psychické stavy.....	36
4.3 Dílčí psychické předpoklady.....	40
4.4 Psychické vlastnosti, vlastnosti osobnosti.....	41
4.5 Rysy osobnosti, temperament a charakter.....	44
5 Osobnost.....	50
6 Motivace.....	57
ZÁVĚR.....	63

ÚVOD

Tento studijní text je určen na pomoc posluchačům kurzů celoživotního vzdělávání ve studiu ke splnění kvalifikačních požadavků – studium v oblasti pedagogických věd. Je vhodný pro učitele odborných předmětů, učitele praktického vyučování, učitele odborného výcviku, vychovatele a pedagogy volného času. Svojí strukturou a obsahem odpovídá výuce studijního předmětu psychologie pro pedagogy a doporučené studijní literatuře. Celý text má dvě části. První část seznamuje posluchače se základními pojmy obecné psychologie a psychologie osobnosti. Druhá část je zaměřená na vybraná témata ze sociální a pedagogické psychologie, včetně nahlédnutí do problematiky psychohygieny.

Nejedná se o autorský text. Obsahuje informace převzaté z publikací, které jsou posluchačům uvedené jako studijní literatura. Snahou autorky textu je usnadnit lidem, kteří se většinou s psychologií setkávají poprvé, pochopení jejího významu a orientaci ve spletité problematice pojmů. Tento text je tedy nutno chápat jako určitou pomůcku ke studiu, nemůže však nahradit samostatné studium odborné literatury ani prezenční výuku formou konzultací. V rámci všech forem výuky je kladen důraz na rozvíjení schopnosti aplikovat získané poznatky ve vlastní pedagogické praxi. Text také může posluchačům výrazně pomoci při přípravě na dílčí i závěrečnou zkoušku z psychologie.

PSYCHOLOGIE PRO PEDAGOGY

Anotace

Tento studijní text shrnuje základní poznatky z obecné psychologie. Objasňuje postavení psychologie mezi ostatními vědními obory, její historický vývoj. Podává přehled používaných metod. Vysvětluje pojem psychika, psychické jevy, uvádí jejich přehled a základní charakteristiku. Zabývá se také pojmem osobnost a motivací lidského jednání.

1 Psychologie jako vědní obor

Milí kolegové, mnozí z vás se v rámci tohoto studia poprvé setkávají s vědou, která se jmenuje psychologie. Máte o ní rozmanité představy, různé množství i kvalitu informací. Zcela náhodně vybrané osoby odpovídaly např. takto: Je to něco o psychice, je to o vymývání mozků, o manipulaci s lidmi, všichni ji v životě potřebujeme a používáme, většinou si to ani neuvědomujeme.

V této první části textu se pokusíme informace upřesnit, uspořádat, uvést, co je předmětem psychologie, k čemu nám může být v životě užitečná a jak je možné ji studovat.

Klíčová slova

psychologie, předmět psychologie, chování, prožívání, vědomí, nevědomí, osobnost, obory psychologie, význam studia psychologie

Psychologie je vědní obor. Souvisí s vědami přírodními i společenskými, psychika člověka má svůj biologický i společenský základ (stavba a funkce mozku, vliv lidí kolem nás). Bývá označována jako věda o člověku, i když se stále více rozvíjí i obor zoopsychologie. Studie v této oblasti přinášejí zajímavé poznatky a pomáhají pochopit chování zvířat i lidí.

Psychologie v původním významu slova znamená vlastně vědu o duši. V současné psychologii se pojem duše už příliš nepoužívá. Studium psychologie se lidé zabývali už od starověku. Po dlouhá staletí byla součástí filosofie, podobně jako i pedagogika. Jako samostatný vědní obor existuje od 2. poloviny 19. století.

Každý vědní obor má vymezenou oblast studia. Ta je označována jako předmět příslušné vědy. Svůj předmět má tedy i psychologie. Zjednodušeně se dá říci, že předmětem psychologie je lidské chování

a prožívání, poznávání osobnosti člověka. Už tato formulace však přináší některé otázky.

Chování člověka lze sledovat, zaznamenávat, dokonce i měřit. Dá se však podobně sledovat i lidské prožívání? Co je to vlastně prožívání? Je to souhrn psychických jevů, např. paměť, emoce atd. Je také jejich zkoumání možné a pokud ano, tak jakými způsoby? Určitě to je složitější než u chování.

Také pojem osobnost je komplikovaný. Mezi lidmi jsou velké individuální rozdíly, s věkem se osobnost mění, osobnost ovlivňují i lidé, mezi kterými se člověk pohybuje. S vědomím všech těchto skutečností lze předmět psychologie upřesnit takto:

Psychologie je věda o člověku, zkoumá osobnost, její chování a prožívání, vědomí i nevědomí, vývoj osobnosti, její interakci s prostředím, individuální a typové rozdíly mezi lidmi. Zabývá se též psychickými odchylkami a poruchami.

Psychologie jako vědní obor se neustále rozvíjí a diferencuje. V současné době se jedná spíše o soubor psychologických věd. Existuje řada oborů psychologie. Každý z nich má svůj teoretický základ i praktické využití. Podle toho, co převažuje, lze obory psychologie rozdělit na teoretické a praktické (aplikované).

Mezi převážně teoretické obory patří:

- Obecná psychologie
- Psychologie osobnosti
- Dějiny psychologie
- Psychologická metodologie
- Vývojová psychologie
- Sociální psychologie
- Psychofyziologie
- Neuropsychologie
- Psychopatologie
- Zoopsychologie

První čtyři obory bývají v rámci studia označovány jako úvod do studia psychologie.

Mezi aplikované obory patří:

- Klinická psychologie
- Pedagogická psychologie
- Poradenská psychologie
- Školní psychologie
- Psychologie práce
- Psychologie sportu
- Psychologie reklamy
- Soudní psychologie
- Forenzní a penitenciární psychologie a další

Psychologie nemůže existovat izolovaně, bez spolupráce s jinými vědními obory, např. s pedagogikou, biologií, ekonomii, matematikou, informačními technologiemi, filosofií, sociologií apod. Rozvíjejí se hraniční obory, jako je např. pedagogická psychologie, filosofie výchovy, sociologie výchovy.

Význam studia psychologie

Určité poznatky z psychologie využívá v životě každý člověk. Pohybujeme se mezi lidmi, snažíme se je poznat, pochopit jejich chování, odhadnout jejich schopnosti, chceme na ně působit, získat je pro své záměry. Podobné záměry mají lidé vůči nám. Také je důležité poznat sám sebe, umět reálně ohodnotit své možnosti, svoji osobnost, umět na sobě pracovat. Toto vše potřebujeme a probíhá to v rodinných vztazích, na pracovišti, ve veřejném životě.

K poznatkům z psychologie je možné se dopracovat různými způsoby. Velký význam mají životní zkušenosti, zvláště pokud je člověk dokáže zpracovat, zhodnotit a využívat. Je mnoho lidí, kteří psychologii nestudovali, a přesto jsou považováni za dobré psychology. Takováto

psychologie bývá označována jako laická. Má velkou cenu, je však závislá na individuální zkušenosti a je nebezpečí, že člověk podlehne mýtům, pověrám, nepodloženým názorům.

Oproti **laické psychologii** existuje **odborná, vědecká psychologie**. Vyznačuje se soustavností, koncepčností, kritičností, má svůj zavedený systém pojmů, svoji terminologii, ověřené metody a techniky zkoumání. Rozvíjí teorii, aplikuje získané poznatky do praxe.

Odborné psychologické poznatky lze nejlépe získat některou z forem systematického studia, ale i individuálním sebevzděláváním. Pro některé profese je studium psychologie nezbytnou součástí přípravy. Jedná se především o všechny tzv. pomáhající profese, jako jsou např. pedagogové, lékaři, ostatní zdravotníci, právníci, sociální pracovníci, psychologové. Psychologii potřebují manažeři, pracovníci ve službách, prodavači, policisté, vlastně každý, kdo ve svém zaměstnání přichází do kontaktu s lidmi. Těžko si lze představit povolání, kde tomu tak není.


Studium psychologie může probíhat na různé úrovni od náročných forem vysokoškolského studia oboru přes předměty psychologie na středních školách, různé formy celoživotního vzdělávání až po nabízené způsoby zájmového vzdělávání. Obsah studia je nutno přizpůsobit potřebám účastníků.

Kromě laické a vědecké psychologie existuje ještě psychologie nazývaná **umělecká** nebo též **narativní**. V uměleckých dílech literárních, dramatických, výtvarných i hudebních dokáží autoři zobrazit lidské prožívání a silně zapůsobit na psychiku čtenáře, diváka, posluchače.


Zapamatujte si



Psychologie je věda o člověku, má svůj předmět zkoumání. Studuje psychické jevy, lidské chování a prožívání, osobnost. Obory psychologie se dají rozdělit na teoretické a aplikované. Spolupráce s jinými vědními obory je pro psychologii nezbytná. Poznatky z psychologie jsou užiteč-

né pro každého. Pro některá povolání je studium psychologie součástí profesní přípravy. Znalost alespoň základů psychologie je nezbytná pro všechny pedagogické profese. 

Otázky k promyšlení

1. Do jakých vědních oborů lze psychologii zařadit? 
2. Vysvětlete souvislost psychologie s přírodními vědami.
3. Vysvětlete souvislost psychologie se společenskými vědami.
4. Co je předmětem psychologie?
5. V čem vidíte rozdíl při zkoumání lidského chování a prožívání?
6. Pokuste se uvést příklady vědomých i nevědomých prožitků.
7. Zamyslete se, zda jste se při své četbě setkali s knihou, kterou byste označili jako psychologický román.
8. Vzpomeňte si, zda některé hudební, výtvarné či dramatické umělecké dílo zapůsobilo silně na Vaši psychiku.
9. Do kterých oborů lze rozčlenit psychologii?
10. Se kterými obory psychologie máte osobní zkušenosti? Jaké?
11. Které vědní obory jsou podle Vás pro psychologii největším přínosem?
12. V čem vidíte význam Vašeho studia psychologie? Co hlavně od něho očekáváte?
13. Setkali jste se již dříve s psychologií jako studijním oborem? Kde a na jaké úrovni?
14. Potkali jste ve svém životě člověka, jehož osobnost Vás zaujala? Pokuste se tuto osobnost charakterizovat.

Použitá a studijní literatura

Čáp, J., Mareš, J. *Psychologie pro učitele*. Praha : Portál, 2001. ISBN 80-7178-463-X.

HELUS, Z. *Psychologie pro střední školy*. Praha : Fortuna, 1995. ISBN 80-7168-245-4.

2 Historický vývoj psychologie, současné směry

Tato kapitola podává velmi stručný a hodně zjednodušený přehled o vývoji názorů na lidskou duši, psychiku, mysl, vědomí, tak jak jsou tyto pojmy různě používány. Je otázkou, jestli jsou tyto poznatky pro pedagogii vůbec nezbytné. A je pro ně vůbec nezbytné studium psychologie? Položili jsme tuto otázku jednomu z budoucích posluchačů oboru učitelství. Odpověděl takto: Psychologii potřebujeme, abychom věděli, jak na ty lumpy, a nemuseli je tlouct. Ale historie? To snad ani ne.

Přesto tuto kapitolu zařazujeme, pro posluchače, kteří studují ve svém programu i psychologii, je určitě důležité vědět něco o tom, jak se názory na lidskou psychiku vyvíjely, jaké rozmanité přístupy a názory se objevovaly, k jakým sporům mezi zastánci různých směrů docházelo a jaké názory se v současné psychologii se objevují.

Klíčová slova

filozofie, duše, vědomí, introspekce, psychologické laboratoře, behaviorismus, nebehaviorismus, psychoanalýza, hlubinná psychologie, gestaltismus, kognitivní psychologie, humanistická psychologie, transpersonální psychologie

Psychologie jako věda prošla dlouhým vývojem a stále se vyvíjí. Dlouho byla součástí filosofie, jako samostatný vědní obor existuje teprve od 2. poloviny 19. století. Vývoj psychologie je možné zjednodušeně rozdělit do čtyř hlavních etap.

1. Předvědecká minulost, zkoumání lidské psychiky bylo součástí filosofie
2. Zrod psychologie jako samostatné vědní disciplíny

3. Rozrůznění psychologie na počátku 20. století
4. Současná psychologie

První etapa, kterou lze také označit jako předvědeckou, prošla dlouhým vývojem, několika fázemi.

První fáze tohoto dlouhého období zahrnuje období antiky a středověk. Psychologie byla chápána jako věda o duši. Představiteli tohoto pojetí jsou známí řečtí filosofové Platón a Aristoteles, dále významné osobnosti raného křesťanství Augustin a Tomáš Akvinský.

Druhá fáze předvědecké etapy se vyznačovala snahami o zkoumání vědomých myšlenkových procesů. Mizí pojem duše jako něco příliš odtazitého a je nahrazen pojmem vědomí. Tato fáze zahrnuje přibližně období 17. až 19. století. Hlavními představiteli jsou francouzský filosof R. Descartes [dekárt] a anglický myslitel J. Locke [lok]. Ten jako první navrhl použití metody introspekce – sebezpozorování pro zkoumání toho, co probíhá v mysli. Jeho názory na význam smyslového poznání výrazně ovlivnily i pedagogické myšlení. Známý je jeho výrok, že „nic není v mysli, co nebylo dříve ve smyslech.“

Ke konci první etapy se objevily první počátky různého směřování psychologie, rozrůžňování psychologických směrů. Názory vycházející z Locka kladly důraz na vlivy prostředí, které formuje lidskou osobnost, a v dalších etapách směřovaly k behaviorismu.

Naopak názory německého myslitele G. W. Leibnize [lajbnyc], který považoval za podstatné pro vývoj osobnosti respektování její svébytnosti a možnosti seberealizace, se později projeví např. v humanistické psychologii. Lze ho také považovat za jednoho z předchůdců snah psychologie zkoumat i nevědomé vrstvy psychiky.

Druhá etapa ve vývoji psychologie je sice kratší než první, ale velmi významná. Bývá charakterizována jako zrod psychologie jako samostatné vědní disciplíny. Za rozhodující v tomto vývoji je považován rok 1897. Tehdy Němec W. Wundt [wunt] založil v Lipsku první psychologickou laboratoř. Pokud chtěla psychologie prokázat, že je skutečnou vědou,

musela být schopná pracovat experimentálně v laboratorních podmínkách podobně jako přírodovědné obory. Wundt a jeho spolupracovníci se zaměřovali zejména na poznávání duševních pochodů metodou vědecké introspekce. Poučený a speciálně školený badatel měl za úkol popisovat co neobjektivněji průběh vlastních psychických jevů. Po vzoru Wundta založil podobnou psychologickou laboratoř v USA Titchener [tyčener]. Tyto události byly počátkem rychlého rozvoje psychologie jako uznávané samostatné vědy.

Třetí etapa ve vývoji psychologie je charakteristická přibýváním poznatků na základě zkoumání a současně množstvím diskusí a sporů. Ty vedly k rozrůznění psychologie a vzniku některých psychologických směrů.

První spor se týkal významu introspekce ve výzkumu. Mnozí odborníci této metodě vytýkali malou objektivitu, i u zaškoleného pozorovatele má pozorování sebe sama značně subjektivní zabarvení. Zastánci těchto názorů doporučovali, aby se psychologie zaměřovala hlavně na zkoumání jevů, které lze objektivně popsat a zaznamenat, tedy na chování. Tento program se stal základem směru, který se nazývá behaviorismus. Za jeho zakladatele je považován Američan J. B. Watson [votsn].

Druhý spor řešil otázku, zda se má psychologie zaměřovat pouze na vědomé procesy nebo i na pochody, které probíhají v našem nevědomí. Poznatky z oblasti psychiatrie poukázaly na to, že nevědomé procesy existují, ovlivňují lidský život a existují způsoby, jak je poznat, např. pomocí hypnózy nebo rozborem snů. Zastánci těchto názorů stáli u zrodu psychologického směru, který se nazývá psychoanalýza. Jejím zakladatelem je Rakušan S. Freud [frojd].

Třetí spor se týkal toho, zda má psychologie i nadále zkoumat dílčí izolované jevy, např. počitky a vjemy, nebo prosadit zásadu celostnosti. Vše živé přirozeně směřuje k tvarům, celkům, tedy i lidská psychika. Těmito názory byl položen základ psychologického směru označovaného

jako celostní nebo tvarová psychologie, mezinárodně označovaná jako gestaltismus. Mezi její zakladatele patří M. Wertheimer [verthajmr] a W. Köhler [keler].

Čtvrtá etapa ve vývoji psychologie se týká současného stavu. Zahrnuje pět hlavních proudů, a to psychologii hlubinnou, nebehaviorismus, kognitivní psychologii, humanistickou psychologii a transpersonální psychologii. Mezi jednotlivými směry neprobíhají vyhraněné spory vedoucí k jednoznačným závěrům, ale spíše snaha o vzájemné obohacování.

Hlubinná psychologie se zaměřuje na hledání těch činitelů, kteří jsou uloženi v hlubších vrstvách psychiky. Často to mohou být potlačené zážitky z dětství. Tento směr se postupně rozčlenil do několika proudů:

- Klasická psychoanalýza, představitel Freud
- Analytická psychologie, představitel Jung
- Individuální psychologie, představitel Adler
- Neopsychoanalýza, představitel Fromm

Nebehaviorismus se zaměřuje především na výzkum chování. Na rozdíl od původního behaviorismu se však nebrání usuzování na pochody uvnitř organismu. Hlavním představitel je E. C. Tolman [tolmen]. V jeho názorech je zřejmé, že čerpá z některých hypotéz gestaltismu.

Kognitivní psychologie navazuje na gestaltismus a obohacuje jej. Předmětem zájmu je vytváření vnitřních obrazů vnějšího světa, které člověku pomáhají, aby mohl v různých situacích smysluplně jednat. Významným představitel je Američan G. A. Kelly.

Humanistická psychologie má jako hlavní předmět zájmu identitu člověka, jeho sebevyjádření, seberealizaci. Zastánci tohoto směru prosazují názor, že potlačování vlastní identity např. vnějšími společenskými vlivy vede k odcizování sobě samému. To, že člověk nemůže být sám sebou, může vést k narušení vývoje osobnosti, dokonce i k duševním

poruchám. Proto je nutné společenské poměry humanizovat tak, aby každý člověk mohl projevit svoji identitu. Za významnou osobnost tohoto směru je považován C. Rogers [rodžrs].

Transpersonální psychologie se zabývá mimořádnými stavy vědomí, které lze navodit meditací, drogami, hypnózou, autosugescí, holotropním dýcháním apod. Často lze objevit návaznost na některá orientální učení. Zastánci tohoto směru tvrdí, že lidé zdaleka nevyužívají všech svých možností a pokoušejí se o jejich plné uplatnění. Názory transpersonálních psychologů jsou zatím přijímány s rozpaky, vedou se o nich četné diskuse. Významným představitelem tohoto směru je Čech žijící v Americe S. Grof.

Zapamatujte si

? Ve starověku a středověku byla psychologie součástí filosofie. Byla chápána jako věda o duši, pojem duše byl později nahrazen pojmem vědomí. Samostatnou vědou se stala roku 1879, kdy Němec Wundt založil v Lipsku první psychologickou laboratoř. Na počátku 20. století objevovaly rozmanité přístupy ke zkoumání psychiky člověka a psychologie se rozrůznila do tří směrů: behaviorismus, psychoanalýza a gestaltismus. V současnosti mezi hlavní směry v psychologii patří hlubinná psychologie, neobehaviorismus, kognitivní psychologie, humanistická psychologie a transpersonální psychologie.

Otázky k promyšlení

- !**
1. Ve kterém období byla psychologie součástí filosofie?
 2. Kteří starověcí filosofové se zabývali psychologickou problematikou?
 3. Připomeňte si dílo a hlavní myšlenky filosofů z období antiky, jak jste se s nimi setkali v předchozím studiu.
 4. Kteří myslitelé z období raného křesťanství přispěli k rozvoji psychologického myšlení?



5. V čem vidíte přínos filozofa Descarta pro psychologii?
6. Jak přispěl k rozvoji psychologie J. Locke? Jakou metodu zkoumání navrhl? V čem je jeho význam pro rozvoj pedagogického myšlení?
7. Kdy a kde se psychologie stala samostatnou vědou? S jakým jménem a činem je tato událost spojena?
8. Které psychologické směry vznikly na počátku 20. století? Kterí jsou jejich hlavní představitelé?
9. Jaké hlavní směry lze rozlišit v současné psychologii? Kterí jsou jejich hlavní představitelé?
10. Pokuste se stručně charakterizovat u jednotlivých směrů hlavní myšlenky a přístupy ke zkoumání.
11. Naučte se jména hlavních představitelů správně psát i vyslovovat.
12. Přečtěte si některou publikaci toho z významných psychologů, který vás svými názory zaujal.

Použitá literatura

HELUS, Z. *Psychologie*. Praha : Fortuna, 1995. ISBN 80-7168-245-4.

Další doporučené zdroje

ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha : Portál 2001. ISBN 80-7178-463-X.

HARTL, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha : Portál 2009. ISBN 978-80-7367-569-1.

3 Psychologické metody

Psychologie je věda o člověku. Aby určitý obor byl považovaný za skutečnou vědu, musí mít vypracovaný soubor metod zkoumání. Má je tedy i psychologie. Následující kapitola podává jejich stručný přehled.

Klíčová slova

metody diagnostické a výzkumné, pozorování, experiment, rozhovor, dotazník, analýza výsledků činnosti, standardizované psychodiagnostické metody

K poznávání lidí využívá psychologie různých metod. Ty slouží jako metody diagnostické i výzkumné. Dají se třídit podle různých hledisek.

Jedno z hledisek je, zda osoba, která metodu používá, do zkoumaného jevu nezasahuje, nebo zasahuje. V prvním případě mluvíme o **metodě pozorování**, v druhém případě o **experimentu**. Při pozorování psycholog nebo učitel do zkoumaného jevu nezasahuje. Lze rozlišit několik druhů pozorování, příležitostné a systematické, krátkodobé a dlouhodobé, zúčastněné a nezúčastněné. Při systematickém pozorování je nutno vymezit úkoly, jasně stanovit, které jevy jsou pro pozorování podstatné. Výsledky pozorování se zaznamenávají, nejlépe do pozorovacích archů. Je důležité odlišit objektivně zaznamenaná fakta od jejich výkladu, interpretace. Tato metoda je náročná z hlediska osobnosti pozorovatele i časově.

Pro **experiment (pokus)** je charakteristické, že experimentátor záměrně zasahuje do jevu, který chce poznat, některou z podmínek přidá nebo změní. Potom sleduje důsledky této změny u zkoumaných osob a porovnává je s výsledky kontrolní skupiny. Experiment musí být možné za stejných podmínek opakovat. Je možno rozlišit dva druhy expe-

rimentů – laboratorní a přirozený podle podmínek, ve kterých probíhá. V laboratorních podmínkách lze snadněji sledovat podmínky a pomocí techniky zaznamenávat výsledky. Nevýhodou je, že nezvyklé prostředí může na zkoumané osoby působit rušivě, a tak zkreslovat výsledky. Experiment v přirozených podmínkách tuto nevýhodu nemá, ale kontrola podmínek a registrace výsledků je obtížnější.

Mezi často používané psychologické metody patří dále **rozbor slovních projevů**, mluvených i psaných. Slovní údaje mají subjektivní charakter, proto velmi záleží na jejich pochopení a výkladu. Do této skupiny metod patří **rozhovor**, **dotazník** a **rozbor volnějších písemných projevů**. Rozhovor může probíhat individuálně nebo skupinově. Vedení rozhovoru, zvláště skupinového, je náročné, vyžaduje dobrou přípravu a cvik. Kladené otázky musí být srozumitelné, nikoliv sugestivní, formulované tak, aby dotazovaný necítil obavy nebo neměl pocit ztráty osobní důstojnosti. Rozhovor může být předem připravený včetně formulace otázek, označuje se též jako řízený. Volný rozhovor je naopak připravený pouze rámcově, dává dostatečný prostor dotazované osobě k vyjádření vlastních názorů a pocitů. Psycholog nebo pedagog, který vede takový rozhovor, musí postupovat taktně a držet se hlavního tématu. Velmi často se používá kombinace rozhovoru řízeného a volného. Průběh a výsledky rozhovoru je nutno zaznamenávat přímo v jeho průběhu nebo po jeho ukončení. Se souhlasem zkoumané osoby je možné rozhovor nahrávat. Všechny tři způsoby zaznamenávání mají své výhody i nevýhody.

Dotazník je vlastně písemnou obdobou rozhovoru. Oproti němu je časově úspornější, v kratším časovém úseku lze získat velké množství informací podle počtu respondentů. Není vhodný pro osoby, které mají obtíže při čtení a psaní, např. malé děti, mentálně postižení, lidé, kteří dobře neznají použitý jazyk. Velkou pozornost je nutno věnovat přípravě dotazníku, zejména formulaci otázek. Ty musí být srozumitelné, jednoznačné, nesmí nikterak napovídat očekávané odpovědi. V do-

taznících se používají otázky otevřené (např. Jak trávíš svůj volný čas?), uzavřené (např. Z následovně uvedených činností označ ty, kterým se ve volném čase věnuješ) nebo kombinované (uzavřená otázka doplněná možností volné výpovědi). Na začátku dotazníku nesmí chybět oslovení respondentů, žádost o pravdivé vyplnění, seznámení s účelem dotazníku, s využitím údajů a ujištění, že uvedené údaje nebudou zneužity. První položky se většinou týkají nezbytných osobních dat. Na konci dotazníku je vhodné poděkovat respondentům za spolupráci. Při zadávání dotazníku je také zapotřebí upřesnit způsob označování vybraných odpovědí (např. označ křížkem, zakroužkuj, podtrhni).

Další skupinou metod, kterou používají psychologové i pedagogové, je **rozbor, analýza výsledků činnosti**. Je možné analyzovat výtvarný, dramatický, literární, hudební projev, rukodělné výrobky, ale i dětskou hru, domácí i školní úlohy, cvičení, sportovní výkony. Tímto způsobem lze získat množství důležitých poznatků o zkoumané osobě, o úrovni vědomostí, dovedností, o povahových vlastnostech, o vztahu k vykonávané činnosti, motivaci, volných vlastnostech apod.

V psychologii se dále často používají **standardizované psychodiagnostické metody**. Patří mezi ně především testy inteligence, testy tvořivosti a osobnostní dotazníky. Označení standardizované znamená, že předkládané úkoly, způsob zadávání, zpracování i vyhodnocení jsou přesně dané a ověřené na velkých vzorcích. Tyto metody patří pouze do rukou psychologů s příslušným vzděláním, zkušenostmi a náležitou přípravou. Neodborné použití nebo přeceňování významu jedné z metod může vést k chybným závěrům a poškodit zkoumané osoby. Zvláštní skupinu psychodiagnostických metod tvoří projektivní techniky, např. Rorschachův test inkoustových skvrn, u dětí kresba rodiny a její analýza. Předpokládá se, že do předkládaných nebo vytvářených obrázků promítá člověk své vnitřní procesy, často i potlačené zážitky. Psycholog je může poznat a pomoci člověku zbavit se potíží.

Při používání psychologických metod ve výzkumu i v diagnostice platí, že při použití jediné metody se nelze dopracovat ke spolehlivým výsledkům. Metody je nutno kombinovat a také používat opakovaně, aby se vyloučilo působení náhodných vlivů. Výsledky získané s použitím zvolených metod se posuzují, interpretují, měří, škálují. Volba vhodné metody může zásadním způsobem ovlivnit výsledky zkoumání. U jednotlivých metod se posuzuje jejich validita a reliabilita. Validita znamená, zda metoda opravdu zjišťuje to, co má. Reliabilita znamená, zda určitou skutečnost zjišťuje spolehlivě. Ke zpracování výsledků zkoumání se využívá rozmanitých statistických metod.

Mnohé z metod uvedených v této kapitole používá kromě psychologie i pedagogika ve výzkumu i v oblasti pedagogicko-psychologické diagnostiky vychovávaných osob.

Zapamatujte si

Psychologie využívá ke svému zkoumání rozmanité metody. Patří mezi ně pozorování, experiment, rozhovor, analýza slovních projevů, analýza výsledků činnosti a standardizované psychodiagnostické metody. Analýzou slovních projevů se rozumí především rozhovor a dotazník. Mezi psychodiagnostické metody se řadí také projektivní techniky. S touto skupinou metod mohou pracovat pouze odborní psychologové. Jednotlivé metody je žádoucí kombinovat a používat opakovaně, výsledky zpracovat a interpretovat. U metod se posuzuje jejich platnost a spolehlivost.



Otázky k promyšlení

1. V čem se od sebe liší metoda pozorování a metoda experimentu?
2. Jaké druhy pozorování lze rozlišit?
3. Jaké jsou požadavky na systematické pozorování?
4. Navrhněte různé způsoby využití pozorování v práci pedagoga.
5. Jaké jsou podmínky úspěšného experimentu?



- ?** 6. Zamyslete se nad možnostmi využití experimentu v běžné učitelské či vychovatelské praxi.
7. Uveďte příklady rozsáhlých experimentů v našem školství, pokuste se je zhodnotit.
8. Jaké druhy rozhovorů je možné rozlišit?
9. Zamyslete se nad odlišným průběhem rozhovorů v různých prostředích a mezi různými účastníky.
10. Které poznatky o rozhovoru jako metodě jsou důležité pro pedagogy?
11. Pokuste se uspořádat skupinový rozhovor, besedu na zajímavé téma. Zpracujte své zkušenosti. S jakými případnými problémy jste se setkali, jak by bylo možné jim předejít?
12. Jaké jsou možnosti využití dotazníku v práci pedagoga?
13. Jaké druhy otázek se dotaznicích používají, jaké jsou jejich výhody a nevýhody?
14. Pokuste se navrhnout krátký dotazník, který by vám pomohl k lepšímu poznání žáků.
15. Uvažte, zda a jak ve své praxi využíváte analýzu výsledků činnosti.
16. Jaký je váš názor na analýzu deníků jako výsledků činnosti?
17. Setkali jste se ve svém životě s některou z psychodiagnostických metod jako zkoumaná osoba? Jaké byly vaše pocity?
18. Vysvětlete termíny validita a reliabilita.

Použitá literatura

ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha : Portál 2001. ISBN 80-7178-463-X.

4 Psychika, psychické jevy

Tato kapitola je nejen rozsáhlejší než předchozí, ale i náročnější na studium. Studující se setkají s množstvím nových pojmů. Některé z nich jsou známé z běžného jazyka, ale v psychologické terminologii mají jiný význam. Bude nutné hodně zapojit paměť i logické uvažování. Přeji vám, abyste se v záplavě nových informací neutopili a zdárně dopluli do cíle.

Klíčová slova

psychika, psychické jevy, psychické procesy poznávací, paměťové, motivační, psychické stavy, dílčí psychické předpoklady, psychické vlastnosti – temperament, charakter, schopnosti

Lidská psychika je souhrn psychických jevů. Má svoji biologickou i sociální podmíněnost. Z biologického pohledu lze chápat psychické jevy jako funkci mozku. Pro porozumění psychickým jevům je důležité znát stavbu a činnost nervové soustavy, zejména její centrální části. Průběh psychických jevů také úzce souvisí s činností soustavy žláz s vnitřním vyměšováním. O biologické podmíněnosti psychiky svědčí také biologické potřeby a jejich uspokojování.

Lidskou psychiku lze posuzovat také z pohledu sociálního. Formovala se a stále se formuje v lidské společnosti. Všechny psychické jevy se utvářejí vlivem sociálního prostředí, jednotlivců i sociálních skupin.

Psychické jevy působí a projevují se v činnostech, při kterých je také můžeme poznávat. Psychické jevy tvoří pestrý a rozmanitý systém. Pro přehlednost je vhodné tyto jevy utřídit podle určitých znaků.

Psychické jevy je možné třídit takto:

- Psychické procesy
- Psychické stavy

- Dílčí získané psychické předpoklady
- Psychické vlastnosti

4.1 Psychické procesy

Psychické procesy lze dělit na poznávací, paměťové a motivační.

Mezi poznávací procesy se řadí vnímání, představy, fantazie, myšlení a řeč.

Paměťovými procesy se rozumí zapamatování, uchování, vybavování, zapomínání. Označují se také jako fáze paměti.

Mezi motivační procesy patří citové a volní procesy.

Psychické procesy zachycují část děje, činnosti, mají většinou krátké trvání.

4.1.1 Poznávací procesy

Vnímání

Vnímání je poznávací proces, kterým zachycujeme ty předměty a jevy skutečnosti, které v přítomném okamžiku působí na naše smysly. Orgán, kterým vnímáme, se nazývá analyzátor. Ten se skládá z receptoru (smyslového orgánu), dráhy dostředivého nervu a centra v mozkové kůře.

Druhy vnímání je možné rozdělit podle analyzátorů na zrakové, sluchové, čichové, chuťové, vnímání doteku, chladu a tepla, vnímání bolesti, vnímání polohy těla a pohybu. Na hmatovém vnímání se podílí více receptorů. Receptory uložené uvnitř těla se nazývají interoreceptory a proprioreceptory. Velmi složité a náročné je vnímání času a prostoru.

Výsledkem vnímání je **vjem**. Je to obraz předmětu nebo jevu, který v přítomném čase působí na naše smysly. Má celistvý charakter, obsahuje souhrn různých vlastností předmětů a jevů.

V souvislosti s vnímáním se setkáme také s termíny **čítí** a **počitek**.

Při čítí dochází k odrážení pouze jedné izolované vlastnosti předmětu či jevu. Počitek je odraz této jediné vlastnosti. Oba pojmy mají podobu spíše teoretickou. V souvislosti s nimi se v psychologii setkáváme s termíny **absolutní a rozdílový počítkový práh**. Absolutní počítkový práh znamená nejmenší velikost podnětu, který vyvolá počitek. Rozdílový počítkový práh znamená nejmenší rozdíl mezi podněty, který jsme schopni rozlišit.

Analyzátoři mají schopnost přizpůsobit se působícím podnětům, **adaptace**. Velkou schopnost adaptace mají analyzátoři zraku, čichu, dotyku, poměrně malou analyzátoři sluchu, tepla a chladu, bolesti.

Na naše smysly působí současně množství podnětů. Ty, které jsou pro nás důležité, vnímáme zřetelněji a označujeme je jako figuru, ty méně významné jako pozadí. Vnímání je výběrové. Dalšími znaky vnímání je jeho individuální charakter a možnost kompenzace nedostatků jednoho z analyzátorů jiným, např. zrak sluchem nebo hmatem. V procesu vnímání se můžeme setkat se smyslovými klamy.

Kvalitu vnímání ovlivňuje stav analyzátorů, celkový zdravotní i psychický stav člověka, jeho zájmy a potřeby, věk a zkušenost a cvik.

Vnímání se v průběhu života vyvíjí. V dětství se postupně zpřesňuje, ve stáří se jeho kvalita zhoršuje. Tento vývoj má však značně individuální charakter, lze ho výrazně ovlivnit výchovou. Smyslové vnímání je základem veškerého poznávání. Kvalitní vjemy umožňují vytváření přesných představ a pojmů. Pojmy jsou základní formou myšlení. Proto je tak důležité zejména v mladších věkových obdobích dávat dětem co nejvíce možností k poznávání skutečnosti všemi smysly a umožnit manipulaci s předměty. Názorné metody ve vyučování jsou významné na všech stupních škol. V této souvislosti je vhodné připomenout názory J. Locka a J. A. Komenského.

Představy a fantazie

Představy, přesněji asi představování, je poznávací proces, který spočívá ve vytváření obrazů předmětů a jevů, které v přítomnosti nepůsobí na naše smysly, ale v minulosti na ně působily. Představa je tedy obraz dříve vnímaného v našem vědomí.

Představy lze třídit podobně jako vjemy podle druhu zapojeného analyzátoru. Pro člověka mají zvláště velký význam představy zrakové a sluchové.

Představy mohou mít různou míru obecnosti, můžeme hovořit o představách konkrétních a obecných.

Představy se vyznačují schopností vytvářet řetězce, asociace. Vytváření asociací se řídí asociačními zákony.

Představy je možné dělit také na paměťové a fantazijní. Fantazijní představy bývají často považovány za samostatný poznávací proces označovaný jako fantazie.

Fantazie je poznávací proces, který spočívá ve vytváření obrazů předmětů a jevů, které v přítomnosti nepůsobí na naše smysly a ani v minulosti na ně v této podobě nepůsobily.

Fantazijní představa je tedy obraz předmětu nebo jevu, který jsme v této podobě dříve nevnímali. Je možné rozlišovat fantazii rekonstrukční, např. vytváření obrazů krajiny, ve které jsme nikdy nebyli, podle vyprávění jiného člověka, a fantazii tvůrčí, která umožňuje vytváření zcela nových originálních představ. Ta je jedním z projevů cenné vlastnosti osobnosti nazývané **tvůrčivost**.

Zvláštními projevy fantazie je snění ve spánku a snění v bdělém stavu, denní snění. Při snění ve spánku dochází ke zpracování dřívějších představ, jejich spojování v neobvyklých kombinacích. Vzniklé obrazy bývají většinou vyvolány přáními nebo obavami člověka. Podobný charakter má i denní snění, které je často spojeno s neuskutečněnými lidskými touhami. Často se vyskytuje ve věku dospívání a může být příčinou zhoršené soustředěnosti. Při častém unikání do snů hrozí odtržení od reality.

U dětí předškolního věku se objevují fabulace, kterým se poněkud nepřesně říká dětské lži. Jsou také projevem fantazie. Není to lež v pravém smyslu, protože není motivovaná úmyslem oklamat. Není správné za tyto projevy trestat, ale ani je přijímat bez výhrad.

Představy se v průběhu individuálního vývoje mění. Vývoj směřuje od zcela konkrétních představ k obecnějším. Obecné představy tvoří přechod k pojmům. V dětství se také představy postupně zpřesňují. Přesné představy lze vytvářet pouze na základě dostatečného množství kvalitních vjemů. Vývoj představ ovlivňuje výchova v rodině i systematické školní vzdělávání. Také fantazie se v průběhu života vyvíjí. Lidé se často mylně domnívají, že malé děti mají bohatší fantazii než dospělí. Není to tak, jenom ji častěji používají tam, kde jim chybí fakta a rozumové úvahy. Představitivost i fantazie jsou také silně ovlivněny činnostmi, kterým se člověk během života věnuje.

Myšlení

Myšlení se od ostatních poznávacích procesů odlišuje tím, že není bezprostředně vázané na smyslové poznávání, i když vývojově s ním souvisí.

Myšlení je poznávací proces, který nám umožňuje zprostředkované a zobecňující poznání skutečnosti. Myšlením lze poznávat i takové skutečnosti, které nejsou přístupné smyslovému poznávání, např. stavba hmoty, vzdálené části vesmíru, zákonitosti přírodních i společenských jevů.

Myšlení probíhá ve třech formách: pojem, soud a úsudek.

Pojem je základní forma myšlení. Je to vlastně souhrn obecných a podstatných znaků předmětů a jevů. Vzniká na základě představ, na rozdíl od nich však nemá podobu názorného obrazu. Porovnejte např. rozdíl mezi představou psa a pojmem pes, představou ovoce a pojmem ovoce.

Mezi představami a pojmy je souvislost. Existuje plynulý přechod od konkrétních představ přes různou míru obecnosti až k pojmům.

Pojmy vyjadřujeme slovy, každé slovo už tedy obsahuje určitou míru zobecnění.

Soud je taková forma myšlení, která vyjadřuje vztahy mezi pojmy. Např. vztah mezi pojmy pes a savec lze vyjádřit tímto soudem. Pes je savec.

Úsudek je forma myšlení, kdy ze dvou soudů je vyvozen další – závěr. Např. Pes je savec. Všichni savci jsou obratlovci. Závěr: Pes je obratlovec.

Myšlení může probíhat různými způsoby. Rozlišují se tři **myšlenkové postupy**: induktivní, deduktivní a z analogie. **Induktivní postup** znamená na základě jednotlivostí dojít k obecnému závěru, např. z mnoha příkladů vyvodit pravidlo. **Deduktivní postup** je opačný, od obecného poznatku k jeho aplikaci na jednotlivé případy. Postup na základě **analogie** je nejméně přesný. Vychází z předpokladu, že pokud jsou si jevy podobné v několika znacích, jsou si podobné ve všech.

Myšlení se uskutečňuje různými procesy, které se označují jako **myšlenkové operace**. Za základní myšlenkové operace se považují **analýza** a **syntéza**. Jsou podstatou analyticko-syntetické činnosti mozku. Analýza znamená rozklad celku na části, syntéza spojování částí v celek. Mezi **další myšlenkové operace** patří **řazení, třídění, srovnávání**. Náročnou myšlenkovou operací je **abstrakce**. Znamená vyčlenění a zaměření se na podstatné znaky předmětu nebo jevu. Jejím opakem je **konkretizace**. **Zobecňování, generalizace** je myšlenková operace, která spočívá ve vymezení společných podstatných znaků, předmětů či jevů.

Proces myšlení umožňuje řešení problémů. Ty mohou mít nejrůznější charakter, mohou souviset s pracovními úkoly, mezilidskými vztahy, běžnými životními situacemi. Pedagogové často řeší výchovné problémy. **Řešení problémů může probíhat několika způsoby.**

Řešení problému **pokusem a omylem** je nejméně efektivní způsob. Člověk se k němu uchyluje, pokud má nedostatek informací nebo někdy ve stresových situacích.

Řešit problém lze také podle **algoritmu**, tedy podle již osvědčeného postupu pro určitý typ problému. Důležité je algoritmus znát a umět ho správně přiřadit příslušnému problému.

Náročný, ale účinný je postup, který vychází z **podrobného rozboru problémové situace** se zapojením myšlenkových operací.

Tvořiví lidé jsou schopni řešit problémy tvůrčím způsobem, hledat a nacházet **nové, originální způsoby řešení**.

Vlastnostmi myšlení se jednotliví lidé liší, svoji roli hraje také věk. Mezi vlastnosti myšlení patří hloubka, šířka, přesnost, pružnost, kritičnost.

V průběhu života se myšlení vyvíjí. Vývoj probíhá od myšlení konkrétního k abstraktnímu.

V předškolním a mladším školním věku převažuje konkrétní myšlení, abstraktní myšlení se rozvíjí postupně a ke svému vrcholu se dostává v období pubescence a adolescence. Kvalita myšlení se mění i v dospělosti v souvislosti s aktivitami, které člověk vykonává např. ve své profesi nebo v zájmových činnostech.

Kvalitu myšlení ovlivňuje výrazně způsob výchovy a vzdělávání. Základem pro rozvoj myšlení je dostatek kvalitních vjemů a představ. Dětem je zapotřebí dávat příležitost k řešení problémů, předkládat jim k řešení problémy přiměřené možnostem a zajímavé. Na tom se může podílet rodina, škola i zařízení pro výchovu ve volném čase. V rámci školního vyučování je žádoucí volit takové didaktické postupy, které podporují samostatné myšlení, např. kladení problémových otázek, úloh k samostatnému řešení, práce ve skupinách, problémové vyučování. Důležité je také podněcovat a podporovat projevy tvůrčího myšlení, tvořivosti. Každý takový projev má být pozitivně ohodnocen.

Řeč

Řeč bývá zařazována mezi poznávací procesy nebo označována jako druh činnosti. Protože velmi úzce souvisí s myšlením, zařazujeme ji v našem textu na toto místo.

Řeč bývá definována jako nástroj myšlení a prostředek dorozumívání mezi lidmi.

Souvislost s myšlením je zřejmá již z poznatků uvedených v předchozí kapitole. Základní formou myšlení je pojem, ten vyjadřujeme slovem. O řeči jako prostředku dorozumívání budeme hovořit také v rámci sociální psychologie v tématu sociální komunikace.

Řeč má dvě stránky, obsahovou, to je to, co říkáme a formální, jak to říkáme. Formální stránka řeči souvisí se způsobem mimoslovní komunikace.

Lze rozlišit různé druhy řeči, např. **řeč vnitřní a vnější, mluvená a psaná**.

Vnitřní řeč je řeč pro sebe, bez pohybů mluvidel, je útržkovitá, zkratkovitá, nepřesná. Při převádění vnitřní řeči do vnější mohou nastat problémy. Tato situace nastává někdy při zkouškách. Žák nebo student se učil, když však má své poznatky vyjádřit slovy, činí mu to nečekané potíže. Proto je vhodné učit se nahlas.

Vnější řeč je řeč mluvená, kterou se většinou obracíme k druhým lidem pomocí slov konkrétního jazyka. Je ovlivněna prostředím, mluvními vzory, výchovou, životními zkušenostmi, postavením ve společnosti, ale i individuálními zvláštnostmi a věkem.

Řeč může mít **podobu mluvenou a psanou**. Každá z nich má své výhody i nevýhody. U mluvené řeči většinou dostáváme zpětnou vazbu od posluchače a můžeme podle ní svoji další řeč přizpůsobit. Nevýhodou je, že co již bylo řečeno, se obtížně bere zpět. U řeči psané je to naopak. Zpětnou vazbu můžeme dostat se zpožděním nebo vůbec. Zato máme čas přepracovat formulace ještě před zveřejněním. Ale co je psáno, to je dáno.

Schopnost artikulované řeči je jednou z druhových vlastností člověka. Podle kvality vyjadřování bývá člověk jako osobnost hodnocen.

Vývoj řeči prochází v životě člověka mnoha etapami. První rok života bývá označován jako předřečové období nebo období nemluvněte. V batolecím a předškolním období se řeč rychle rozvíjí. Tento

rozvoj ovlivňuje ve školním věku systematické školní vzdělávání. Zajímavé zvláštnosti má řeč pubescentů a adolescentů. I v dospělém věku a ve stáří se řeč vyvíjí, většinou vlivem prostředí a činností, které člověk vykonává.

Člověk, který má dobře rozvinutou řeč, se umí výstižně a pohotově vyjadřovat, bývá ve společnosti úspěšný a pozitivně hodnocený. Také nutno připomenout, že souběžně s řečí se rozvíjí i myšlení. Proto je tak důležité snažit se rozvoj řeči výchovou ovlivňovat. V předškolním období sehrává hlavní roli rodina. Na dítě je potřebné hodně mluvit, a to i v předřečovém období. Významné jsou kladné řečové vzory. Rodiče by také měli dbát na včasnou nápravu případných vad výslovnosti. Školy všech stupňů mají mnoho možností k rozvíjení řeči. Mezi hlavní úkoly všech vychovatelů patří rozšiřování slovní zásoby, péče o správnou výslovnost a gramatickou správnost řeči, rozvíjení schopnosti souvislého vyjadřování i přiměřených neverbálních projevů.

Nelze opomenout, že velký vliv na rozvoj řeči má také četba a masmédiá.

4.1.2 Paměťové procesy

Mezi paměťové procesy patří zapamatování, uchování, vybavení nebo znovupoznání, ale i zapomínání.

Paměťové procesy se souhrnně označují jako paměť. Paměť není izolovaný psychický jev, souvisí s poznávacími procesy, s pozorností, se zájmy apod.

Fyziologickým základem paměti je utváření stop v nervových buňkách mozkové kůry. Tyto stopy mají podobu složitých biochemických změn a změn elektrických nábojů.

Paměť je možné třídit podle různých hledisek.

Podle druhu zapojeného analyzátoru rozlišujeme paměť zrakovou, sluchovou, čichovou, chuťovou, hmatovou, pohybovou. Všechny tyto

druhy paměti mají v životě člověka význam, pro orientaci v prostředí je ale nejdůležitější paměť zraková a sluchová. Při učení lidé využívají podle svého typu více jeden z těchto druhů paměti.

Jiné možné **dělení paměti** je na názornou a slovně-logickou, sémantickou. Liší se tím, zda si zapamatováváme názorné obrazy nebo slova a logické souvislosti. Na názorné paměti se výrazněji podílí pravá mozková polokoule, na slovně-logické levá. I podle tohoto dělení je možné přiřazovat lidi k odlišným typům.

Podle zapojení vůle a míry volního úsilí rozlišujeme paměť bezděčnou a záměrnou. Bezděčnou paměť vyvolávají podněty, které jsou pro člověka zajímavé, nové, neobvyklé, které souvisejí s jeho potřebami. Na záměrné zapamatování je nutno vynaložit volní úsilí. Oba tyto druhy paměti jsou v životě důležité. V souvislosti s plněním povinností se více uplatňuje paměť záměrná, převažuje tedy i ve vyučování. Každá situace, která vyvolá bezděčnou pozornost, a tedy i bezděčné zapamatování, však přináší do výuky žádoucí odlehčení.

Podle délky doby zapamatování hovoříme o paměti krátkodobé, střednědobé a dlouhodobé.

Druhy paměti lze rozlišovat také podle druhu činnosti, ke které se vztahují, např. paměť technická, hudební, pohybová.

Kvalita paměťových procesů je závislá na mnoha okolnostech, např. na podobě toho, co si máme zapamatovat, na prostředí, stavu organismu. V rámci vyučování nebo při organizované zájmové činnosti hraje významnou roli volba vhodných pedagogických prostředků, zvláště způsob motivace.

Průběh **zapamatování** se znázorňuje křivkou. Na počátku učení křivka stoupá pozvolna, v dalším průběhu učení stoupá rychleji, kvalita zapamatování se zlepšuje. Dočasná stagnace, na křivce místo označované jako plato, neznamená konečnou úroveň zapamatování.

Opakem zapamatování je proces **zapomínání**. Je to běžný fyziologický jev. Může být i užitečné, pokud zapomínáme již nepotřebné in-

formace. Tím uvolňujeme kapacitu mozku pro nové poznatky. Zastavit nebo alespoň omezit nebo zpomalit zapomínání je možné opakováním. Také průběh zapomínání lze znázornit křivkou. Má podobný tvar jako křivka zapamatování, ale opačný průběh. Kvalita naučeného se nejrychleji zhoršuje v nejbližších hodinách po osvojení. Včasné opakování je pro kvalitu zapamatování významné.

Paměť podobně jako ostatní psychické procesy se v průběhu života vyvíjí. Vývoj souvisí se zkvalitňováním vnímání, představ, myšlení. Probíhá od převážně názorné, mechanické, bezděčné a spíše krátkodobé paměti postupně k rozvíjení paměti slovně-logické, záměrné, dlouhodobé. Dobrá paměť je pro kvalitu života důležitá. Je možné ji záměrně cvičit. V předškolním věku se na rozvíjení paměti podílejí rodiče a později zařízení pro předškolní vzdělávání. Dobře poslouží rozmanité hry, zapamatování říkadel, veršů, dramatizace, vyprávění pohádek apod. Školní vzdělávání nabízí řadu příležitostí pro systematický rozvoj paměti ve všech vyučovacích předmětech. Učení „nazpaměť“ nebývá u žáků oblíbené, pokud není spojené s pochopením významu a porozuměním. Někdy bývá pamětní učení nesprávně považováno za nemoderní a zastaralé.

4.1.3 Motivační procesy

Otázkami motivace se budeme podrobněji zabývat v dalších kapitolách v souvislosti s pojmem osobnost. Pro pochopení motivačních procesů je nutné na tomto místě alespoň stručně vysvětlit, co je to motivace. Je to souhrn jevů, které člověka podněcují k nějaké činnosti nebo mu v ní brání.

K motivačním procesům patří zejména city (emoce) a vůle (volní procesy).

City (emoce)

City jsou velmi složité psychické jevy. Je obtížné je zařadit do jedné

ze skupin. Mohou probíhat jako procesy, ale lze je označit i jako stavy nebo vlastnosti. V tomto tematickém celku se budeme city zabývat komplexně. V každém případě jsou city častými motivy lidského chování.

City jsou psychické jevy, které člověku umožňují hodnotit skutečnost včetně vlastního chování, a to z pohledu libosti (příjemné) a nelibosti (nepříjemné).

Fyziologickou podstatou citů jsou procesy podráždění a útlumu v mozkové kůře. Na průběhu emocí se podílejí vývojově starší části mozku.

City mají také svoji společenskou podmíněnost, na jejich průběhu se podílejí lidé jako jednotlivci, sociální skupiny, společenské normy a tradice.

City jako psychické jevy mají některé specifické vlastnosti. Patří mezi ně **protikladnost (polarita)**, **ambivalence (rozpornost)** a **citová nakažlivost**.

Polarita znamená, že city se mohou projevovat v celé škále od zcela kladného k výrazně zápornému pólu, např. vzrušení–uklidnění, radost–smutek, láska–nenávisť.

Citová ambivalence svědčí o tom, že většina citů má smíšený charakter, zahrnuje složku kladnou i zápornou. Např. matka milující svoje dítě může některé jeho projevy až nenávidět. Rozpor mezi laskavým verbálním projevem a nevědomými negativními neverbálními projevy, označovaný jako dvojí vazba, může mít na vývoj dítěte výrazně negativní vliv.

Citová nakažlivost znamená skutečnost, že citové prožívání mezi lidmi je přenosné. Učitelé znají ze své praxe situace, kdy jeden nudící a zívající žák přenesl tuto náladu i na ostatní. Smích jednoho žáka se šíří mezi ostatní, aniž vědí, čemu se smějí. Podobným způsobem se mohou šířit emoce nenávisti, agrese nebo naopak až nekritického obdivu v davových scénách.

Citové prožívání má individuální charakter. Jednotliví lidé se od sebe liší mírou citové vzrušivosti, sebeovládání, silou citových projevů, citlivostí až citovou zranitelností, náladovostí, obsahem citů, mírou empatie nebo stupněm citové zralosti.

Vnitřní citové prožívání má své vnější projevy. U člověka může mít slovní i mimoslovní podobu, mimoslovní, tedy neverbální, projevy emocí mají i ostatní živočichové. Chovatelé domácích zvířat s tím mají své zkušenosti. Člověk umí své vnější projevy citů vůlí ovládat. Z hlediska duševního zdraví není správné tyto projevy zcela potlačovat, lepší je naučit se je projevovat společensky přijatelným způsobem.

Podle délky trvání a výraznosti projevů se city dělí na **afekty** a **nálady**.

Afekty jsou bouřlivé city kratšího trvání. Často souvisejí se stupněm uspokojení potřeb. V průběhu afektu se člověk méně ovládá, má sníženou schopnost sebekontroly, má výrazné neverbální projevy a dochází k výrazné mobilizaci sil. Za jednání v afektu je však plně odpovědný. Pedagogové by se měli vyvarovat afektivního jednání. U dětí, žáků, studentů vyvolává negativní reakce, může být příčinou ztráty autority nebo i postihu za neprofesionální jednání.

Nálady jsou dlouhodobější city v trvání minut, hodin i dní. Vnější projevy jsou méně nápadné. Také však mají vliv na lidi v okolí, nálada se na ně může přenášet. Nálada má vliv i na průběh a výsledky vykonávané činnosti. Mezi důležité vlastnosti pedagoga patří i schopnost ovládat vnější projevy nálad a jejich časté střídání.

Afekty je možné svojí charakteristikou řadit mezi psychické procesy, nálady mezi psychické stavy. Afekty patří mezi emoce vývojově starší, vyskytují se i u zvířat.

Z vývojového hlediska je možné rozlišovat city na mladší a starší, a to z pohledu ontogeneze i fylogeneze.

Mezi vývojově starší patří již výše uvedené afekty a také pocity, spojené většinou se stupněm uspokojení biologických potřeb.

Za vývojově mladší se považují tzv. **vyšší city**, city **morální včetně sociálních** (např. přátelství, přejícnost), **city estetické** (smysl pro krásu či ošklivost), **city intelektuální** (zvědavost).

City procházejí v průběhu ontogeneze vývojem. V ranném dětství převažují city nižší. Projevy citů jsou spontánní, míra sebeovládání malá. Malé děti jsou značně sugestibilní, mají menší míru empatie. V době pubescence probíhají city dosti bouřlivě, dospívající jsou citově vzrušiví, s hloubkou citového prožívání a menším ovládním citových projevů. V následujících obdobích se projevy citů zmírňují, zvyšuje se jejich ovládní, schopnost empatie. Jedinec citově dozrává. Úroveň citového prožívání však není dána pouze věkem. Velkou roli hraje prostředí, ve kterém člověk vyrůstá, činnosti, které vykonává. Samozřejmě velmi významnou úlohu má výchova v rodině, rodinné tradice i škola, stupeň a druh školního vzdělávání a přístup pedagogů. Mezi důležité výchovné úkoly patří rozvíjení vyšších citů, podpora empatie, kultivace citů, ovládní citových projevů tak, aby lidé byli schopni projevit své city společensky přijatelným způsobem.

Volní procesy

Volní procesy se zařazují mezi procesy motivační. Jsou to projevy složitého psychického jevu označovaného jako vůle.

Vůle zahrnuje psychické procesy i vlastnosti. Zajišťuje řízení činnosti, dosahování cílů zejména v situacích, kde se člověk rozhoduje mezi více možnostmi a musí překonávat překážky.

Volní procesy se projevují v činnostech. Každá činnost má **tři fáze, přípravnou, realizační a závěrečnou, hodnotící.**

V přípravné fázi se uplatňují tyto volní procesy:

- uvědomění si vnějšího požadavku nebo vnitřního motivu
- rozhodování mezi motivy, řešení konfliktů mezi motivy, zvažování možných cílů
- rozhodnutí pro určitý cíl

- volba postupu, plánování činnosti

V realizační fázi se uplatňují následující volní procesy:

- kontrola průběhu činnosti
- posuzování dílčích výsledků
- překonávání překážek

V závěrečné, hodnotící fázi se uplatňují další volní procesy:

- kontrola výsledků
- celkové zhodnocení
- eventuální opravy
- hledání jiného způsobu řešení při nedosažení cíle
- eventuální vytyčení dalšího cíle

Kromě volních procesů zahrnuje vůle také volní vlastnosti, jako je např. vytrvalost, houževnatost, zásadovost. Zařazují se mezi charakterové vlastnosti osobnosti.

Vůle prochází v průběhu života vývojem. V předškolním věku jsou volní vlastnosti málo rozvinuté, malá vytrvalost se projevuje v častějším střídání činností. Děti jsou schopné klást si pouze blízké cíle. V mladším školním věku se volní vlastnosti i procesy postupně vyvíjejí zejména vlivem systematického školního vzdělávání. V období pubescence a adolescence se vůle zkvalitňuje, jedinci dokáží projevit značnou vytrvalost a cílevědomost v činnostech, které souvisejí s jejich zájmy. I v dospělosti se jednotliví lidé ve svých volních projevech odlišují.

Kvalita volních procesů i volních vlastností je dána prostředím, ve kterém člověk žije, činnostmi, které vykonává, a způsobem výchovy. Pěstovat a posilovat vůli lze již od útlého dětství. Rodiče se mohou na tomto procesu podílet tím, že zadávají dětem přiměřené úkoly a důsledně trvají na jejich plnění. Při hrách a jiných činnostech je vhodné děti nenásilně vést k dokončení, nepodporovat chaotické změny činností. Systematické vzdělávání na jednotlivých stupních škol v souvislosti s plněním školních povinností podporuje průběh volních procesů a rozvoj volních vlastností. Žáci se učí vykonávat i ty činnosti, které pro

ně nejsou přitažlivé, ale mají charakter povinností. Účinná motivace může tento proces zjednodušit. Z pohledu pedagoga je pro rozvoj vůle kromě vhodně volené motivace důležitá průběžná kontrola, zpětná vazba, pomoc při překonávání překážek, přiměřenost při zadávání úkolů, pozitivní hodnocení i dílčích úspěchů a ocenění snahy tam, kde žák zjevně vyvinul volní úsilí.

4.2 Psychické stavy

Psychické stavy jsou znaky, které se v průběhu času mění, ale většinou mají delší trvání než psychické procesy. Mezi psychické stavy se nejčastěji zařazují citové stavy a pozornost. S nimi souvisejí také pojmy aktivační úroveň a stavy vědomí.

City

City jsou složité psychické jevy, které tvoří souhrn procesů, stavů i vlastností. Mezi psychické stavy mezi nimi patří hlavně nálady. O citech pojednává komplexně předchozí kapitola – motivační procesy.

Pozornost

Pozornost je psychický stav, který se projevuje soustředěním na některý předmět, jev nebo činnost.

Je možné rozlišovat různé druhy pozornosti. Z pedagogického pohledu je významné odlišení **bezděčné** a **záměrné pozornosti**. Liší se navzájem podílem vynaloženého volního úsilí. Druhy pozornosti je možné rozlišovat i podle dalších vlastností, mezi které patří trvalost, hloubka, přenášení, rozdělování, ale i roztržitost. Charakteristickou vlastností pozornosti je **výběrovost**. Lidé zaměřují svoji pozornost snadněji na jevy, které souvisejí s jejich zájmy a potřebami. Samozřejmě pozornost člověka přitahují i podněty nápadné svojí novostí či neobvyklostí.

Kvalitu pozornosti ovlivňuje celá řada činitelů. Patří mezi ně zejména tyto skutečnosti:

- Věk jedince
- Zdravotní stav
- Stupeň aktivace
- Psychický stav, zvláště citový
- Úroveň stavu vědomí
- Biorytmy člověka
- Druh vykonávané činnosti
- Střídání činností, jejich trvání
- Míra pravidelnosti, vytvořené návyky
- Vlivy vnějšího prostředí

V kvalitě pozornosti jsou mezi lidmi značné rozdíly. Příčinou jsou výše uvedené vlivy, svoji roli však hrají i vrozené předpoklady, typ nervové soustavy, temperament, eventuálně specifické vývojové poruchy pozornosti označované jako syndrom ADHD, spojené většinou i s hyperaktivitou.

Pozornost se v průběhu života vyvíjí. Vývoj probíhá od převážně bezděčné pozornosti zejména v předškolním věku postupně ke schopnosti záměrné koncentrace pozornosti. Kvalitu pozornosti ovlivňuje věk, ale také prostředí, ve kterém se jedinec pohybuje, činnosti, které vykonává. Svým výchovným působením mohou pozornost ovlivnit rodiče, učitelé všech stupňů škol, vychovatelé, pedagogové volného času. Upoutání bezděčné pozornosti vhodnou motivací vnáší do vyučování žádoucí oživení. Je však nutné vést žáky ke koncentraci pozornosti i v situacích, kdy žák musí překonat svoji nechuť a vynaložit volní úsilí. Je nutno brát v úvahu, že školní vyučování by nemělo být nudné, ale především je to doba spojená s plněním povinností. Rozvoj pozornosti a vůle spolu úzce souvisí. Vedení k záměrné koncentraci pozornosti ve vyučování je dobrou přípravou na život v dospělosti. Je však nutné respektovat věkové zvláštnosti. Jako vhodný prostor pro rozvoj pozornosti se jeví oblast zájmového vzdělávání. U dětí a žáků, kteří trpí specifickými vývojovými poruchami pozornosti, je nezbytné uplatňovat individuální

přístup a používat doporučené praxí osvědčené metody a formy práce. Poučení o nich je součástí obsahu speciální pedagogiky.

Aktivační úroveň

Aktivační úroveň nebo též aktivace je celkový stav organismu. U člověka, ale i u ostatních živých tvorů je možné rozlišit více stupňů aktivace. Se stupni aktivace se mění stupeň motivovanosti pro činnost, kvalita pozornosti, citové stavy a zejména úroveň vykonávané činnosti a její výsledky.

Každý z **pěti stupňů aktivace** má své charakteristické znaky.

- **1. stupeň** – nízká aktivace: je to stav ve spánku, kdy větší část mozkové kůry je v útlumu, člověk není schopen cílevědomé činnosti;
- **2. stupeň** – snížená aktivace: stav přechodu mezi spánkem a bděním, při usínání nebo probouzení, též při silné únavě nebo některých psychických poruchách; motivace pro činnosti je nízká, pozornost slabá, pohyby nepřesné, ztížené, v činnostech mnoho chyb;
- **3. stupeň** – střední aktivace, stav při běžné každodenní činnosti, která se dobře daří, člověk je přiměřeně motivovaný, má dobrou úroveň pozornosti, cítí se dobře, svěží;
- **4. stupeň** – zvýšená aktivace: stav, který se dostavuje při náročných výkonech, pro které je člověk silně motivovaný, výsledek je důležitý, musí pro něj vynaložit zvýšené úsilí a vyvinout zvýšenou pozornost; je to stav časově omezený;
- **5. stupeň** – stav silného vzrušení až předrážděnosti, člověk vykonává činnosti, pro které je velmi silně motivovaný, úspěch může být životně důležitý; výkon může být doprovázený afekty; přes velké úsilí výkon ani výsledky nemusejí odpovídat očekávání.

Aktivační úroveň organismu ovlivňuje celá řada činitelů.

Významný je celkový i momentální zdravotní stav po stránce fyzické, psychické i sociální. Hodně záleží na působících podnětech, jejich množství, síle složení, pestrosti nebo jednotvárnosti. Svoji

roli hraje i prostředí, místo či situace a lidé, kteří se v určité situaci vyskytují. Například pobyt v ložnici navozuje jinou úroveň aktivace než sportovní stadion nebo pracovna. Tyto skutečnosti platí u lidí i u zvířat.

Aktivační úroveň lze ovlivnit **přirozenými i umělými stimulatory**. Mezi přirozené stimulatory je možno zařadit omytí chladnou vodou, pobyt na čerstvém vzduchu, hluboké dýchání, krátkodobou změnu činnosti, vhodné pokrmy a tekutiny apod. Za umělé stimulatory se považují různé drogy, nejčastěji kofein, nikotin, alkohol, některé druhy léků i mnohé jiné. Některé z nich mohou organizmus poškozovat. Jejich účinek je velmi individuální, při neověřeném nebo nadměrném použití nemusí přinést očekávaný efekt.

Pro pedagogy je důležité při plánování výchovně-vzdělávacích činností brát v úvahu aktivační úroveň dětí, žáků, umět ji posoudit a podle možností ovlivnit.

Stavy vědomí

Pojem vědomí bývá nejčastěji vymezován jako ta část psychiky, kterou si jedinec uvědomuje, jako uvědomování si vlastních prožitků, vlastního chování, sebe sama i okolního prostředí.

Stavy vědomí mohou tvořit celou škálu od bezvědomí až kómatu po stavy vysoké bdělosti, vysoké aktivace.

Nejznámějšími stavy vědomí jsou **bdění** a **spánek**.

Stav bdění charakterizují probíhající poznávací procesy a činnosti, řeč, volní jednání, toto vše na úrovni, která odpovídá stupni bdělosti, aktivace. Při některých činnostech je míra vědomé kontroly menší, například pokud mají podobu zautomatizovaného návyku.

Ve spánku dochází k obnovování psychických i fyzických sil organizmu. V průběhu spánku se mění jeho hloubka. Střídají se dvě fáze. Hluboký spánek označovaný jako non-REM a lehký, aktivovaný spánek ve fázi REM. Ta je charakteristická rychlými očními pohyby, záškuby sva-

lů. Je to doba, kdy se zdají sny. Pro kvalitní odpočinek je důležité, aby spánek procházel oběma fázemi.

Z hlediska zdravého životního stylu je důležitý správný poměr mezi trváním doby bdění a spánku. Potřeba spánku je značně individuální záležitost. Je však také dána věkem. Pro zdravý vývoj dětí je dostatečný spánek nezbytný. Jeho zajištění je jedním z důležitých úkolů rodičů i pedagogů. Nedostatek spánku může být příčinou školních neúspěchů i poruch chování.

4.3 Dílčí psychické předpoklady

Do této kategorie psychických jevů patří ty, které člověk získává v průběhu života zkušenostmi, učením. Jsou to předpoklady pro úspěšné vykonávání činností. Patří mezi ně:

- Vědomosti
- Dovednosti
- Návyky
- Zájmy
- Postoje

Vědomosti jsou soustavy představ a pojmů, informací, které si člověk osvojil.

Dovednosti jsou dílčí osvojené předpoklady pro vykonávání nějaké činnosti. Je možné rozlišit dovednosti různého charakteru, například senzomotorické, intelektuální nebo sociální.

Návyky jsou dílčí předpoklady, které umožňují vykonávat činnosti do určité míry automaticky, se sníženou vědomou kontrolou. Zároveň mají motivační charakter, pobízejí člověka v určité situaci k určitému pohybu nebo chování. Nemožnost vykonat navykloou činnost je pro člověka nepříjemná. Stačí si připomenout hygienické návyky nebo i různé zlovyky.

Zájmy patří mezi získané motivy, vyvolávají kladný emoční vztah k vybraným předmětům, jevům, činnostem a snahu zabývat se jimi. Umožňují soustředění pozornosti. Zájmové činnosti jsou součástí volného času, přinášejí možnost relaxace i rozvoje osobnosti. Kvalitní celoživotní zájmy jsou jedním ze znaků zralé osobnosti.

Postoje jsou také součástí lidské motivace, zároveň je možné je zařadit i mezi vlastnosti osobnosti. Vyjadřují vztah člověka k věcem, lidem, činnostem, událostem i myšlenkám, idejím.

Dílčí psychické předpoklady vznikají a vyvíjejí se v průběhu celého života v procesu učení. Metodami a formami osvojování vědomostí, dovedností a návyků se zabývá didaktika, pedagogickým ovlivňováním zájmů pedagogika volného času. Utváření postojů z výchovného hlediska je součástí mravní výchovy.

4.4 Psychické vlastnosti, vlastnosti osobnosti

Jsou to také předpoklady pro vykonávání činností. Oproti vědomostem a dovednostem umožňují vykonávání většího množství rozmanitějších činností. V porovnání s ostatními psychickými jevy jsou málo proměnlivé a relativně stálé.

Mezi psychické vlastnosti se zařazují **schopnosti, temperament a charakter**. Temperament a charakter se také označují jako rysy osobnosti.

Schopnosti

Schopnosti jsou psychické vlastnosti, které umožňují člověku naučit se některé činnosti a úspěšně je vykonávat.

Základem schopností jsou **vrozené předpoklady, vlohy**. Ty se však rozvinou pouze v činnostech, které člověk vykonává. Na rozvoji schopností se podílí **učení, vlivy prostředí a výchova**.

Schopnosti se mohou vyskytovat v různých stupních. Dobře rozvinutá schopnost pro určitou činnost se označuje jako **nadání**. **Talentem** se rozumí vysoký stupeň schopnosti, který člověku umožňuje podávat v určité oblasti vynikající výkony. Nejvyšší stupeň schopnosti se označuje jako **genialita**. Geniální člověk je schopen podávat zcela mimořádné výkony, jedná se o výjimečně rozvinutou schopnost.

Schopnosti lze třídit podle druhu činnosti, ke které se vztahují. Tak je možné označit schopnosti umělecké, sportovní, sociální, manuální, paměťové nebo verbální, numerické, percepční, poznávací, senzomotorické, intelektové.

Pojem schopnost úzce souvisí s pojmem dovednost. V obou případech se jedná o předpoklad k provádění činnosti. Rozdíl mezi nimi je v míře obecnosti. Schopnost má obecnější charakter, je předpokladem pro celou řadu činností v určité oblasti. Dovednost je speciálnější, vztahuje se ke konkrétní činnosti. Tak se dá například mluvit o hudební schopnosti, ale o dovednosti hry na kytaru.

Mezi schopnosti se zařazují také tak důležité vlastnosti, jako jsou **inteligence a tvořivost**.

Inteligence je soubor poznávacích schopností, které se podílejí na poznávání, učení, řešení problémů.

Obecná inteligence se vztahuje k obecným schopnostem učit se, řešit problémy, speciální inteligence k dílčím oblastem činností. Potom lze rozlišit například inteligenci verbální, nonverbální, sociální, emoční.

Inteligence má svoji složku vrozenou, vrchol jejího rozvoje nastává mezi 14. až 15. rokem. Složka získaná se rozvíjí po celý život.

Úroveň inteligence se dá zjišťovat, měřit pomocí testů inteligence. Testy jsou vlastně soubory dobře ověřených úloh. Úlohy i způsoby jejich vyhodnocování a interpretace jsou standardizované. Stupeň inteligence se vyjadřuje číslem, intelligenčním kvocientem. Vypočítává se podle vzorce $IQ = \text{mentální věk} / \text{lomeno fyzickým věkem} \times 100$. Fyzickým věkem se rozumí skutečný věk člověka podle data na-

rození, mentální věk se stanovuje podle toho, že člověk je schopen vyřešit úlohy stanovené a ověřené pro určitou věkovou kategorii. Fyzický a mentální věk se nemusí shodovat.

Číslo, které vznikne výpočtem podle vzorce, je určitou informací o inteligenci jedince, v praxi však výkonnost člověka může být ovlivněna mnoha dalšími vlivy, např. úrovní motivace, volnými vlastnostmi. Důležitější než IQ je pásmo, do kterého člověk spadá.

Většina lidí se pohybuje v pásmu průměru mezi IQ 90–110. Čísla nad 110 svědčí o nadprůměru, nad 130 se už jedná o vysoký nadprůměr. Přibližně čísla mezi 90 až 70 označují lehký podprůměr, nižší čísla svědčí o mentální retardaci různého stupně.

Informace o úrovni inteligence jsou jedním, ale ne jediným ukazatelem při posuzování schopností člověka. Není správné je přeceňovat, slouží spíše jako orientační údaj. Je také nutno vzít v úvahu možné nerovnoměrné zastoupení jednotlivých speciálních složek inteligence.

Důležitou lidskou schopností je také **tvořivost, kreativita**. Je to souhrn takových vlastností osobnosti, které umožňují tvůrčí činnost, vytváření něčeho nového, neobvyklého, nové řešení problémů.

Tvořivost není pouze vlastností výjimečných lidí, může se projevit a uplatnit v běžných životních situacích, rozmanitých povoláních.

Podobně jako při zjišťování inteligence **je možné zjišťovat úroveň tvořivosti pomocí testů**. Mají jiný charakter než testy inteligence, úkoly jsou založené na zjišťování schopností nalézat neobvyklá řešení situací, úkolů. Například „Navrhněte co nejvíce způsobů využití běžného předmětu, lžičky, cihly, listu papíru...“

Tvořivost je velmi cenná lidská vlastnost. Je žádoucí ji výchovou podporovat. Všechny projevy tvořivosti u dětí je správné ohodnotit, oceňovat pokusy o netradiční řešení úkolů i v případech, že není možné je využít. Nutno podotknout, že tvořiví žáci často nepatří mezi učitelé i spolužáky mezi nejoblíbenější právě pro jejich neobvyklé chování, nečekané otázky a netradiční řešení situací.

4.5 Rysy osobnosti, temperament a charakter

Tyto rysy osobnosti se označují též jako povahové vlastnosti. Projevují se v určitém způsobu chování a prožívání. U různých osob se rozmanité vlastnosti mohou pohybovat mezi dvěma krajními póly, kladným a záporným, např. pracovitost–lenost, pravdomluvnost–lhavost, klidnost–vzrušivost. Krajiní polohy vlastností bývají pro osobnost i pro její okolí problematické. Každý rys osobnosti má tři komponenty, poznávací, citovou a činnostní. Utváření vlastností se opírá o rozumové poznatky, názory, o prožitky a dovednosti jednat určitým způsobem.

Existuje velké množství rysů osobnosti a velké individuální rozdíly mezi lidmi. V jazycích existuje řada slov, kterými lze vlastnosti pojmenovat. Uspořádáním rysů osobnosti a seřazením podle významu se zabývalo mnoho odborníků. Znamé je např. Eysenckovo označení dvojic vlastností extroverze–introverze, stabilita–labilita nebo Learyho dominance–submisivita, hostilita–afiliace. V druhé polovině dvacátého století řada psychologů došla k pěti základním faktorům osobnosti, pro které se používá označení „velká pětka“. Řadí se mezi ně extraverte, přívětivost, svědomitost, emoční stabilita a intelekt, kultura, otevřenost ke zkušenosti. Podrobnější přehled rysů osobnosti pro mladistvé sestavil Catell.

Temperament

Temperament se projevuje způsobem reagování, silou reakce a střídáním reakcí. Dá se u něj posuzovat **síla, vyrovnanost a pohyblivost**. Je určen převážně biologicky, vrozeným typem nervové soustavy, **je tedy převážně vrozený**. Prostředí ani výchova nemohou temperamentový typ změnit, je však možné naučit se některé projevy temperamentu ovládat.

Studiem temperamentu se zabývalo mnoho známých odborníků.

Starověký lékař Hippokrates a jeho následovník Galenos vypracovali teorii čtyř temperamentů založenou na hypotetické myšlence existence čtyř tělních tekutin. Převaha krve, hlenu, žluči a černé žluči podle nich ovlivňuje způsob chování. Hippokrates dobře odpozoval a výstižně popsal projevy čtyř základních temperamentů, které pojmenoval sangvinik, flegmatik, cholerik a melancholik. Tato označení se stále používají. Pracoval s nimi i známý ruský fyziolog I. P. Pavlov. Rozdíly v temperamentech vysvětlil rozdílnými vlastnostmi základních nervových procesů – vzruchu a útluhu. Rozdělil temperamenty podle síly těchto procesů na slabé a silné, podle jejich vyrovnanosti na vyrovnané a nevyrovnané a podle pohyblivosti na pohyblivé a nepohyblivé.

Tak melancholik je typem slabým, cholerik silným nevyrovnaným, flegmatik silným, vyrovnaným nepohyblivým, sangvinik silným, vyrovnaným a pohyblivým. Pavlov své pokusy prováděl na zvířatech, nejčastěji psech a podle toho vyvodil i své závěry.

Zkoumáním temperamentu se zabýval také Kretchmer, který vycházel z domněnky o převaze různých hormonů v krvi. Rozdělil lidi do tří typů – typ schizoidní, cykloidní a viskózní. Liší se od sebe i typem postavy.

Eysenck ve svém zkoumání vycházel z předchozích poznatků o čtyřech temperamentech. Charakterizuje osobnost kombinací extroverze a introverze, lability a stability. Kombinací těchto dimenzí vzniká celá řada vlastností, které lze také přiřadit k některému ze čtyř temperamentů.

Veškerá zkoumání temperamentu přinášejí poznatky důležité pro posuzování lidí, tedy i pro práci pedagogů. Převážná většina lidí patří k typům temperamentově smíšeným, mají vlastnosti, které lze přiřadit k různým temperamentům. **Žádný temperament není pouze dobrý nebo pouze špatný, vždy zahrnuje výhodné i problematické vlastnosti.** Posuzování temperamentu je obtížné, odpovědně to mohou provádět pouze odborníci. Laici mají často tendenci zaměňovat temperamentové a charakterové vlastnosti a nesprávně zobecňovat, např. flegmatik je líný a lhostejný, cholerik agresivní, melancholik bázlivý. Základní temperamentový typ je

vrozený a zpravidla se během života nemění. Vlivem prostředí a výchovy se však mohou měnit způsoby chování v souvislosti s rozvojem vůle, schopnosti sebeovládání. Naučit člověka poznat a ovládat svůj temperament je jedním z mnoha úkolů výchovy. U malých dětí se temperament projevuje výrazněji, bezprostředněji. Pozorování novorozenců to potvrzuje. Podle temperamentových projevů lze děti přiřadit k jednomu ze tří typů: **dítě snadno vychovatelné**, **dítě obtížně vychovatelné** a **dítě obtížně se přizpůsobující**.

Charakter

Za charakter lze označit ty vlastnosti, rysy osobnosti, které regulují a kontrolují chování jedince podle společenských, zvláště morálních norm a požadavků.

Charakter není vrozený, vyvíjí se vlivem prostředí, výchovou, při činnostech, které člověk vykonává. **Utváří se v procesu učení**. Podstatný vliv na vývoj charakteru má rodina, zvláště kvalita vztahu mezi rodiči a dětmi.

Charakterové vlastnosti označují druhy a kvalitu vztahů k různým předmětům a jevům skutečnosti. Zahrnují:

- vztahy k lidem a jejich výtvorům, například přátelskost či nepřátelskost, kooperativnost či soutěživost, agresivitu či ohleduplnost, laskavost, altruismus, šetrnost
- vztahy k práci, například pracovitost či lenost, vytrvalost či nestálost, pečlivost, radost z práce či nechut pracovat
- hodnotovou orientaci, názory a postoje k hodnotám, jako jsou pravda, spravedlnost, demokracie, tolerantnost, rovnost mezi lidmi, odpor k násilí, vzájemná pomoc
- volní vlastnosti jako je vytrvalost, houževnatost, zásadovost, překonávání překážek; o těchto vlastnostech jsme se zmiňovali už v kapitole o vůli
- odolnost k zátěži, která souvisí s temperamentovými vlastnostmi i s vůlí
- kontrolu a řízení temperamentových vlastností a citových projevů

- vztah k životnímu prostředí, zejména k přírodě
- vztah k sobě samému, k vlastní osobě, sobeobraz, sebehodnocení, sebevědomí

V souvislosti s poznatky o charakteru se objevuje pojem **svědomí**. Lze ho chápat jako určitý systém vnitřní kontroly, autoregulace nebo také jako „vnitřní hlas“, který člověku říká, jak jednat z hlediska pojetí dobra a zla. S pojmem svědomí souvisí vlastnost označovaná jako svědomitost.

Utvářením charakteru vlivem výchovy se zabývá obor pedagogiky označovaný jako teorie výchovy. Podrobněji se zabývá otázkami mravní výchovy.

Zapamatujte si

Tato kapitola je dosti rozsáhlá a má složité členění. Přesto tvoří jednotný celek. Pro získání kvalitních vědomostí je důležité dobře se orientovat v systému pojmů.

Psychické jevy se dělí do čtyř skupin: psychické procesy, psychické stavy, dílčí psychické předpoklady a psychické vlastnosti. Psychické procesy zahrnují procesy poznávací, paměťové a motivační. Mezi poznávací procesy zařazujeme vnímání, představy, fantazii, myšlení a řeč. Paměťovými procesy se rozumí zapamatování, uchování a vybavování, eventuálně i zapomínání. Citové a volní procesy patří mezi motivační. Psychické stavy zahrnují citové stavy, stavy pozornosti, aktivační úroveň a stavy vědomí. Mezi dílčí psychické předpoklady patří vědomosti, dovednosti, návyky, zájmy a postoje. Psychické vlastnosti nebo též vlastnosti osobnosti jsou schopnosti, temperament a charakter.

Všechny psychické jevy spolu souvisejí a navzájem se ovlivňují. V průběhu života se vyvíjejí a je možné na ně výchovně působit.

Otázky k promyšlení

1. Do kterých skupin lze rozdělit psychické jevy?
2. Vyhledejte v Psychologickém slovníku výklad pojmu psychika.



3. Jak je možné roztřídit psychické procesy?
4. Které jevy se označují jako poznávací procesy?
5. Pokuste se sestavit jednoduché definice jednotlivých poznávacích procesů.
6. Uveďte příklady uplatnění poznávacích procesů ve vyučování. Využijte vlastních zkušeností.
7. Navrhněte možnosti záměrného rozvoje poznávacích procesů u dětí různého věku.
8. Které procesy se označují jako paměťové?
9. Uvažte, jak je možné ve vyučování využít paměť záměrnou i bezděčnou.
10. Jak je možné ovlivnit kvalitu zapamatování?
11. Které jevy lze označit jako motivační procesy?
12. Pojmenujte některé vlastnosti citů.
13. Čím se vyznačují afekty?
14. Jaký význam mají poznatky o afektech pro práci učitele?
15. Uveďte příklady volných procesů v jednotlivých fázích činnosti.
16. Uvažte, jak může učitel podpořit u žáků rozvoj vůle.
17. Co se rozumí psychickými stavy?
18. Co jsou to nálady?
19. Do jaké míry je člověk schopen své nálady ovládat?
20. Jaký význam má kvalita pozornosti v procesu vzdělávání?
21. Navrhněte způsoby, jak může učitel nebo vychovatel zlepšit kvalitu pozornosti žáků, dětí.
22. Které stupně aktivace lze u člověka rozlišit?
23. Jak hodnotíte možnosti využití přirozených i umělých stimulátorů pro zvýšení aktivace?
24. Jak je možné využít poznatků o aktivaci ve výchovně-vzdělávacím procesu?
25. Vyhledejte ve slovníku výklad pojmu vědomí.
26. Co se rozumí stavy vědomí?



27. V čem je význam spánku pro zdravý vývoj člověka, zvláště dítěte?
28. Které jevy patří mezi dílčí psychické předpoklady?
29. Proč se vědomosti, dovednosti a návyky označují také jako výsledky učení?
30. Co je nezbytné pro vytvoření návyku?
31. Jaký význam mají podle vašeho názoru zájmy v životě člověka?
32. Které jevy se zahrnují pod pojem psychické vlastnosti?
33. Jaké jsou předpoklady pro rozvoj schopností?
34. Jak je možné schopnosti zjišťovat?
35. Jak se zjišťuje a posuzuje inteligence člověka?
36. V jakém vzájemném vztahu je inteligence a tvořivost?
37. Uvažte, zda a jak je možné tyto schopnosti výchovou rozvíjet.
38. Které jevy se označují jako rysy osobnosti?
39. Porovnejte temperament, charakter a schopnosti podle toho, jak vznikají.
40. Uveďte názvy čtyř temperamentů podle Hippokrata.
41. Jak a podle čeho členil druhy temperamentů Pavlov?
42. Jaký význam mají temperamentové vlastnosti pro posuzování člověka?
43. Jaká typologie dítěte vychází ze studií temperamentu malých dětí?
44. Které oblasti vztahů zahrnuje pojem charakter?
45. Jak se na utváření charakteru podle vašeho názoru podílí sociální prostředí?
46. V čem vidíte význam rodiny, školy, dětských organizací, neformálních vrstevnických skupin pro utváření charakteru?
47. Vyhledejte ve slovníku pojem svědomí.
48. Co rozumíte slovy čisté svědomí, špatné svědomí, výčitky svědomí?

Použitá literatura

ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha : Portál, 2001. ISBN 80-7178-463-X.

5 Osobnost

Tato kapitola navazuje na předchozí text, ve kterém jsme se zabývali vlastnostmi osobnosti, schopnostmi, temperamentem a charakterem. Vymezuje pojem osobnost, vysvětluje příčiny individuálních i typových rozdílů mezi lidmi. Pojednává o rozdílných přístupech studia osobnosti z pohledu jednotlivých psychologických směrů, o sporných otázkách a současných snahách o syntetický pohled řešení sporů.

Klíčová slova

osobnost, složky osobnosti, koncepce osobnosti, typologie, vývoj osobnosti, biologické a sociální aspekty, možnosti výchovného ovlivňování osobnosti

Slovo osobnost je v běžném jazyce často používané, v psychologii však má svůj přesný význam. Běžně slovem osobnost označujeme jedince nějak významného, známého většinou v kladném smyslu.

Psychologie chápe osobnost jako člověka se všemi svými biologickými, psychickými a sociálními znaky. Znaky jsou uspořádány a vzájemně propojeny, tvoří organický celek. V tomto smyslu je každý lidský jedinec osobností a zároveň neopakovatelnou individualitou. Neexistují dvě zcela shodné osobnosti, není to tak ani u jednovaječných dvojčat.

Mezi osobnostmi tedy existují individuální rozdíly. Ty mají různé příčiny, podílejí se na nich jednotliví činitelé vývoje. Jsou to vrozené předpoklady včetně dědičnosti, vlivy prostředí, výchovné vlivy a také vlastní aktivita jedince. Charakter a význam jednotlivých činitelů je také individuální a může se měnit s věkem.

V souvislosti s výkladem pojmu osobnost se používá vymezení **složek osobnosti**.

Je možné odlišit složku **biologickou, tělesnou, složku psychickou v celé složitosti psychických jevů a složku sociální**, která se týká postavení jedince ve společnosti.

Za nejdůležitější složky osobnosti jsou považovány **schopnosti, temperament, charakter a motivace**. O většině z nich podrobně pojednávala předchozí kapitola, motivace bude obsahem kapitoly následující.

Získávání poznatků o osobnosti je významnou součástí psychologických zkoumání. S rozvojem psychologie jako vědy se objevovaly důležité otázky, na které se představitelé jednotlivých psychologických směrů pokoušeli odpovídat. Byly to zejména tyto otázky:

- Jsou pro utváření osobnosti významnější aspekty biologické, nebo sociální?
- Je správnější zabývat se podrobně jednotlivými vlastnostmi osobnosti nebo spíše studovat osobnost jako celek?
- Jsou vlastnosti osobnosti stálé, nebo podléhají změnám? Jak je to u jednotlivých vlastností? Které z nich je možné ovlivňovat výchovou?
- Jsou pro poznání osobnosti důležitější poznatky o předchozím vývoji, například v raném dětství, nebo výhledy do budoucnosti?
- Je správnější zkoumat individuální rozdíly mezi jedinci, nebo se snažit zařadit člověka do jednoho z více typů?
- Je člověk pasivním výsledkem působení vlivu dědičnosti a prostředí, nebo může svůj vývoj aktivně ovlivňovat?
- Mají pro vývoj osobnosti význam protiklady a rozpory v osobnosti a jak může probíhat jejich řešení?
- Je člověk ve své podstatě dobrý, nebo špatný? Je při posuzování jedince správný optimistický, nebo pesimistický přístup?

Zastánci různých psychologických názorů a směrů zaujímali k řešení uvedených otázek odlišná stanoviska a vytvořili větší počet koncepcí osobnosti.

Známa je typologická koncepce podle temperamentu vytvořená starověkými řeckými lékaři Hippokratem a Galenem. Typologiemi osobnosti podle temperamentu se i později zabývali mnozí odborníci, někteří použili původní Hippokratovo označení čtyř temperamentů jako I. P. Pavlov a H. J. Eysenck. Ernst Kretschmer a William Sheldon jsou autory somatotypologie, tedy rozlišení tří typů podle stavby těla. O těchto typologiích a názorech jejich autorů pojednává předchozí kapitola v části o temperamentu.

Známa a podrobně rozpracovaná je typologie C. G. Junga, který rozlišil typologickou dvojici extravert se zaměřením na vnější svět, hlavně lidi, a introvert, který se soustřeďuje na vnitřní prožívání. Typologií osobnosti podle povahových rysů se zabývali mnozí další psychologové, známá jsou jména B. Cattell a H. J. Eysenck.

Slovo typologie znamená nauku o typech. V psychologii se zabývá zařazováním jednotlivých lidí do skupin podle významných společných znaků, například podle temperamentu, charakterových vlastností, typu postavy apod.

Vývoj psychologie osobnosti silně ovlivnila psychoanalýza. Její hlavní představitel S. Freud vycházel z názoru, že lidský život je ovlivňován dvěma protikladnými pudy – touhou po dosažení slasti hlavně v sexuální oblasti a pudem sebezáchovy.

Psychoanalýza chápe osobnost ve smyslu propojení tří složek – ono, id, nevědomé pudy, já, ego, jedincovo vědomí, a nadjá, superego, svědomí, tj. zevnitřněné normy, zákazy a příkazy.

Freudovi následovníci některé jeho názory převzali, mnohé však přepracovali a vytvořili své vlastní učení. Jako příklad je možno uvést podrobně rozpracovanou koncepci C. G. Junga. Chápal osobnost jako složitý a stále se vyvíjející systém jednoty protikladů. Podobně jako Freud připisuje velký význam nevědomí, chápe ho však odlišně. Pracuje s pojmy kolektivní nevědomí a archetypy. Kolektivní nevědomí vykládá jako určité dědictví po předcích, společné lidstvu. Jeho obsahem jsou

archetypy, které se mohou objevovat ve snech jako názorné obrazy hrdinů, draků, démonů a podobně.

V porovnání s psychoanalýzou zastávali odlišné názory behavioristé. Neuznávali vliv dědičnosti jako zásadní, zdůrazňovali význam vnějších podnětů, vlivů prostředí, učení, výchovy. Problematiku osobnosti spojili s otázkami učení v jeden celek.

Koncepcí osobnosti se zabývali a zabývají také představitelé humanistické psychologie. Jejich názory by bylo možné shrnout takto:

- Osobnost je jedinečná, vysoce individuální.
- Její jednání je usměrňováno převážně specificky lidskými motivy, například potřebou dobrých vztahů, péče o druhé.
- Osobnost se po celý život vyvíjí.
- Pro člověka je podstatné směřování k budoucnosti.
- Při hodnocení osobnosti se upřednostňuje optimistický přístup, důvěra v možnost příznivého vývoje.
- Člověk je schopen aktivně ovlivňovat svůj vývoj.

Zakladateli a hlavními představiteli humanistické psychologie jsou A. H. Maslow a C. R. Rogers. Maslow vypracoval hierarchii lidských potřeb.

Rogers vypracoval ucelenou humanistickou koncepci osobnosti. Vycházel z přesvědčení, že člověk je ve své podstatě dobrý a schopný příznivého vývoje. Nežádoucí, nebo dokonce patologické změny bývají způsobeny nevhodnými vnějšími vlivy, často nevhodnou výchovou. Mnohé z Rogersových názorů mají úzký vztah k poradenské a pedagogické praxi. Kládl například velký důraz na kvalitu lidských vztahů a osvojování sociálních dovedností.

Existují i další koncepce osobnosti, které nelze jednoznačně přiřadit k některému z psychologických směrů. Jako příklad možno uvést transakční analýzu, jejímž autorem je Eric Berne. Vychází z posuzování transakcí, to je složek komunikace mezi lidmi i uvnitř osobnosti. V každém člověku rozlišuje tři složky osobnosti: Dítě – Dospělý – Rodič. Každá

složka se projevuje určitým způsobem jednání i při verbální i neverbální komunikaci. Dítě v nás je hravé spontánní, zvědavé, ale i bázlivé, poslušné nebo rebelující. Jedná převážně emotivně, někdy i neodpovědně. Rodič v nás je souhrnem názorů, které jsme přijali od svých rodičů. Je nutno rozlišit rodiče laskavého a pečujícího od rodiče kritizujícího, potlačujícího, trestajícího. Rodič v nás se často projevuje autoritativně až autoritářsky. Složka dospělý představuje jednání zralého dospělého člověka na základě racionální úvahy, se schopností kompromisu. Může postrádat hravost, fantazii. Podle převahy určité složky volí člověk nejčastější způsob jednání. Jako dítě jedná spíše pasivně, jako rodič autoritativně, jako dospělý asertivně, event. promyšleně manipulativně. Pro zdravý vývoj osobnosti je potřebná vyrovnanost podílu všech tří složek osobnosti.

K názorům na osobnost přispívají i zastánci kognitivní psychologie. Využívají výsledků zkoumání vývoje intelektových operací, jak je realizovali J. Piaget, L. S. Vygotskij, J. S. Bruner aj. Představitelem kognitivistického přístupu je například G. Kelly.

Koncepcemi osobnosti se zabývá také transpersonální psychologie. Východiskem jejího zkoumání jsou zážitky osob ve stavu změněného vědomí. Uznává blízkost s některými orientálními učenými. Většina stoupců uznává možnost přetrvání něčeho z osobnosti i po fyzické smrti a připouští existenci jiných inteligentních bytostí kromě lidí ve vesmíru.

Předchozí text uvedl ukázky a příklady různých přístupů ke studiu osobnosti a její různá pojetí. Přes odlišná východiska a rozpory dochází v současnosti ke sbližování názorů a hledání reálných řešení. Směřuje se k syntéze v pohledu na osobnost. Projevuje se v následujících názorech:

- Osobnost má své biologické i sociální aspekty. Ovlivňuje ji dědičnost, ostatní biologické vlivy, sociální prostředí, výchova. Pro zdravý vývoj osobnosti je důležitá rovnováha a vyrovnanost mezi jednotlivými vlivy.

- Při poznávání osobnosti je důležitý celostní přístup, ale zároveň i zkoumání dílčích znaků.
- Osobnost se vyvíjí, její jednotlivé složky však mají různou míru proměnlivosti.
- Pro pochopení osobnosti je žádoucí brát v úvahu její minulost, přítomnost i budoucnost.
- Pro posouzení rozdílů mezi lidmi má význam hledisko individuálních rozdílů i hledisko typologické.
- Člověk není pasivním výsledkem působení různých vlivů, sám se na svém vývoji aktivně podílí.
- Zkoumání protikladů v osobnosti pomáhá k jejímu poznání.
- V pohledu na posuzování osobnosti se ukazuje jako nejvhodnější realisticko-optimistický přístup.

Zapamatujte si

Téma osobnost patří v psychologii k nejvíce propracovaným. Studium osobnosti se zabývalo a stále zabývá mnoho odborníků. Představitelé různých psychologických směrů vypracovali rozličné koncepte osobnosti. Ukázky některých z nich jsou v této kapitole velmi stručně nastiňeny. Pro dobré pochopení doporučujeme prostudovat tuto tematiku z odborné literatury. Osobnost je tvořená souhrnem biologických, psychických a sociálních znaků, které jsou vzájemně propojené a tvoří organický celek. Má tedy složku biologickou, psychickou a sociální. Za základní složky osobnosti se také považují schopnosti, temperament, charakter a motivace. Mezi lidmi existují individuální rozdíly. Jednotlivé osobnosti je také možné přiřazovat k různým typům podle některých společných znaků. Ukázky některých typologií uvádí tato i předchozí kapitola. Známé jsou typologie podle temperamentu, charakteru, tělesných znaků, převažující složky osobnosti.

Pro práci pedagogů je důležité mít základní poznatky o struktuře a vývoji osobnosti. Čím více poznatků o osobnosti vychovávaných jedinců



! pedagog má, tím snadněji volí vhodné pedagogické prostředky. K tomuto účelu slouží metody pedagogicko-psychologické diagnostiky.

Otázky k promyšlení

- ?**
1. Jaký je rozdíl ve výkladu pojmu osobnost v psychologii oproti běžnému jazyku?
 2. Co se rozumí složkami osobnosti?
 3. Zamyslete se nad možnými příčinami individuálních rozdílů mezi lidmi.
 4. Kteří činitelé ovlivňují vývoj člověka?
 5. Kterými spornými otázkami se zabývají představitelé různých psychologických směrů při studiu osobnosti?
 6. Jaké názory na osobnost zastávali hlavní představitelé psychoanalýzy?
 7. Které z činitelů utváření osobnosti považovali za nejvýznamnější zastánci behaviorizmu?
 8. Které myšlenky humanistické psychologie jsou přínosné pro posuzování osobnosti, mají podle vás význam pro práci pedagogů?
 9. V čem přispěla k poznání osobnosti kognitivní psychologie? Se kterými jmény je toto poznání spojeno?
 10. Z jakých poznatků vychází transakční analýza a kdo je jejím autorem?
 11. Jakými názory na osobnost člověka se vyznačuje transpersonální psychologie?
 12. Posudte, které složky osobnosti jsou převážně vrozené a které jsou utvářené vlivy prostředí a výchovou?
 13. Co mohou udělat pedagogové pro co nejlepší rozvoj schopností u dětí, žáků, studentů?
 14. Které diagnostické metody ve své práci pedagogové běžně používají?
 15. Které názory na osobnost uznává současná psychologie v jednotě a syntéze myšlenek různých psychologických směrů?
 16. Mají podle vašeho názoru tyto myšlenky vliv na běžnou pedagogickou praxi?

17. Uvedte vlastní příklady využití současných názorů na osobnost ve vaší práci.



Použitá literatura

ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha : Portál, 2001. ISBN 80-7178-463-X.

6 Motivace

Kapitola bude pojednávat o velmi významné skupině psychických jevů, navážeme na poznatky o motivačních procesech, o citech a vůli. Motivace je považována také za jednu ze složek osobnosti. Se slovem motivace se setkáváme v běžné řeči, často se používá při posuzování neobvyklých činů nebo způsobů jednání. Zajímají nás motivy jednání zločince i motivy lidí při pomoci druhým i za cenu vlastního ohrožení. V práci pedagogů se slovo motivace stalo tak trochu zaklinadlem, používá se nejčastěji ve smyslu vzbuzení zájmu, upoutání pozornosti. My se budeme motivací zabývat v širším významu. Každý lidský čin, každý způsob chování má svůj motiv, ať už si ho člověk sám nebo jeho okolí uvědomuje, nebo ne.

Klíčová slova

motivace, motiv, pobídky, pohnutky, motivy biologické a sociální, pudy, instinkty, potřeby, zájmy, postoje, hodnoty, cíle, návyky, emoce

Slovo motivace je latinského původu. *Movere* znamená hýbati se, pohybovati se. **Motivace je vlastně souhrn hybných momentů, souhrn motivů.**

Motiv je podnět, který člověka pobízí, aby něco udělal nebo aby se nějaké činnosti vyhnul.

Motivace dává činnosti energii a směr. Vztahy mezi motivy a činnostmi jsou složité. Pro stejné činnosti může mít člověk různé motivy. Pro příklad si představte, jaké mohou mít žáci motivy pro plnění školních povinností. Podobně jeden motiv může vést k různým činnostem. Tak např. snaha získat slávu může vyvolat velké pracovní úsilí nebo vést k nezákonné činnosti.

Motivy je možné různými způsoby třídít. Lze hovořit o **motivech kladných a záporných**. Rozlišují se také **motivy vnější a vnitřní**. Vnější motivy se označují také jako **pobídky**, incentive, vnitřní motivy jako **pohnutky**. Jako pobídka může sloužit slíbená odměna, jako pohnutka např. zájem o činnost.

Motivy je možné rozdělit také na **biologické a sociální**.

Mezi **biologické motivy patří instinkty, pudy a biologické potřeby**. Mezi **sociální motivy se řadí ostatní potřeby, zájmy, postoje, hodnotová orientace, cíle, návyky a emoce**.

Pudy a instinkty souvisí s vrozenými způsoby jednání a jsou významné u zvířat. Znamé jsou složité formy instinktivního chování např. u včel nebo mravenců. Vrozené formy chování neumožňují živočichům přizpůsobit se měnícím se podmínkám. Pudy a instinkty jsou pro člověka jako motivy málo významné.

Biologické potřeby jsou společné všem živým tvorům, jsou důkazem biologické podmíněnosti lidské psychiky. Způsoby jejich uspokojování jsou však sociálně ovlivňované. Sociální vlivy se projevují ve způsobu stravování, v oblékání, v sexualitě atd.

Ostatní motivy se označují jako sociální, souvisejí se životem člověka jako tvora společenského.

Pro chování člověka a jeho motivaci platí princip homeostázy, snaha o udržení určité rovnováhy, optimálního stavu uspokojení potřeb, vyhnout se strádání i přesycení. Platí to pro potřeby biologické i sociál-

ní, např. vyhnout se hladovění, ale i přesycení např. zájmovými činnostmi u dětí.

Jednou z nejvýznamnějších skupin motivů jsou **potřeby**. Potřeba se dá vysvětlit jako subjektivně pociťovaný nedostatek nebo nadbytek něčeho nezbytného pro život. Ucelenou hierarchii lidských potřeb vypracoval A. H. Maslow. Uspořádal je podle vývojového hlediska:

- Fyziologické potřeby
- Potřeba bezpečí
- Potřeba někam náležet a být milován
- Potřeba uznání a kladného hodnocení
- Potřeba seberealizace
- Potřeba poznání, nových dojmů
- Estetické potřeby

Uvedené potřeby je možné dělit na nižší a vyšší, primární a sekundární, nedostatkové nebo růstové. Je to však poněkud problematické, přesné dělení potřeb je obtížné a ani není nutné. Podle Maslowa je uspokojení nižších potřeb předpokladem pro rozvíjení vyšších potřeb. Jsou však známé i situace, kdy člověk podal mimořádné výkony i na úkor uspokojení vlastních biologických potřeb. Jednotlivé lidské potřeby spolu souvisejí, jsou propojené a tvoří organický celek.

Další významnou skupinou motivů jsou **zájmy**. Zájem je získaný motiv, projevuje se kladným emočním vztahem k předmětům, jevům, činnostem a snahou zabývat se jimi. Zájmy souvisejí s potřebami, schopnostmi, pozorností, pamětí, ale i s dalšími psychickými jevy. Zájmy je možné různými způsoby posuzovat a třídit. Tak lze hovořit o zájmech kladných a záporných, hlubokých a povrchních, krátkodobých a dlouhodobých, jednostranných a mnohostranných, aktivních a receptivních. Podle obsahu je možné rozlišovat zájmy společenskovední, přírodovědné, pracovní-technické, tělovýchovné a sportovní a estetickovýchovné.

Zájmy se v průběhu života vyvíjejí. Při vhodném pedagogickém ovlivňování se povrchní, nestálé zájmy prohlubují, upevňují a specia-

lizují. Rozvíjení a kultivace zájmů je jeden z významných výchovných úkolů všech pedagogů, zejména vychovatelů a pedagogů volného času. Zájem o vyučovací předměty a zájmové činnosti ve volném čase spolu souvisejí a navzájem se ovlivňují.

Postoje patří také mezi získané motivy. Vyjadřují vztah jedince ke skutečnosti, k lidem, lidským výtvorům, k přírodě, k činnostem. Postoj má složku poznávací, emoční a volní. Člověk má určité poznatky, hodnotí situace emočně jako libé nebo nelibé, nějakým způsobem jedná. Tyto tři složky postojů nutně nemusí být v souladu. Zkoumáním postojů se zabývá kromě psychologie také sociologie, zejména v průzkumech veřejného mínění.

Život člověka, jeho jednání silně ovlivňuje **hodnotová orientace**. Každý člověk má svůj systém hodnot, žebříček, ve kterém má seřazené své postoje ke skutečnostem, které považuje za významné. Uvědomění si těchto hodnot patří mezi významné motivy jednání.

Lidská motivace souvisí také s **životními cíli**. Ty je možné posuzovat z různých hledisek. Jedno z nejvýznamnějších je posouzení, zda si člověk vytyčil cíl sám, nebo mu byl někým stanoven, například rodiči, pedagogy, nadřízenými apod. Vnitřní pohnutka je v tomto smyslu významnějším motivem než vnější pobídka. Další hledisko rozlišuje cíle krátkodobé, střednědobé a dlouhodobé. Schopnost vytyčovat si dlouhodobé cíle předpokládá určitou zralost osobnosti a je také výsledkem výchovného působení. Souvisí s úrovní volních procesů a volních vlastností. Životní cíle lze také posuzovat podle jejich významu pro jedince i celou společnost. V optimálním případě se individuální a společenské cíle shodují.

Významnými hybnými silami lidského chování jsou city. O citech podrobněji pojednávala jedna z předchozích kapitol.

Chování člověka může mít rozmanité formy a celou řadu různých motivů. **Mezi motivy vznikají rozmanité vztahy, může docházet i ke konfliktům mezi nimi.** Nejčastěji bývají uváděny čtyři druhy konfliktů:

- konflikt dvou pozitivních sil (např. volba mezi dvěma lákavými činnostmi)
- konflikt dvou negativních sil (volba mezi „dvěma zly“)
- konflikt mezi pozitivní a negativní silou (vyhnout se povinnosti, zvolit lákavou činnost, ale nést nepříjemné důsledky)
- složitý konflikt kombinace většího počtu pozitivních a negativních sil.

Konflikty mezi motivy se označují také jako vnitřní. Za vnější konflikty se označují střety mezi dvěma či více osobami.

Zapamatujte si

Motivace znamená souhrn motivů. Motiv je podnět, který člověka pobízí k nějaké činnosti nebo mu v nějaké činnosti brání. Motivace dává lidské činnosti směr a energii. Motivy lze třídit na vnitřní a vnější, biologické a sociální, primární a sekundární. Nejčastějšími lidskými motivy jsou potřeby, zájmy, postoje, hodnotová orientace, cíle, emoce. Motivačně působí také upevněný návyk. Mezi motivy se vytvářejí složité vztahy, mohou mezi nimi vznikat i konflikty.



Otázky k promyšlení

1. Co se rozumí slovem motivace?
2. Jak je možné vysvětlit termín motiv?
3. Jakými způsoby je možné motivy třídit?
4. Které motivy lze označit jako biologické?
5. Jaký význam mají podle vašeho názoru v životě člověka pudy a instinkty?
6. Co se rozumí biologickými potřebami?
7. Uveďte příklady, že uspokojování biologických potřeb podléhá společenským vlivům.
8. Jakým způsobem je možné uspořádat potřeby? Kdo se touto problematikou zabýval?



- ?** 9. Čím se vyznačují zájmy jako psychické jevy?
10. Podle kterých hledisek je možné zájmy posuzovat?
11. Které potřeby je možné uspokojovat v průběhu vyučování?
12. Proč je důležité pedagogicky ovlivňovat vývoj zájmů?
13. Která oblast pedagogiky se touto otázkou systematicky zabývá?
14. Jak mohou učitelé podpořit zájmy u svých žáků?
15. Jaké složky má postoj?
16. Uveďte příklady, kdy jednotlivé složky postojů jsou v souladu nebo naopak v rozporu.
17. Uvažte, jak postoje k různým profesím mohou ovlivnit studijní výsledky žáků.
18. Jaká je vaše hodnotová orientace? Které tři hodnoty jsou na nejvyšších stupních vašeho žebříčku hodnot?
19. Pokuste se zjistit hodnotovou orientaci vašich žáků nebo dětí, se kterými pracujete.
20. Jaký motivační význam mají u dospívajících životní cíle?
21. Pohovořte se svými žáky o jejich životních cílech. Posuďte, do jaké míry souvisejí se zvoleným studijním oborem nebo s volnočasovými aktivitami.
22. Uvažte, jaký význam pro motivaci člověka mají nižší a vyšší city?
23. Uveďte příklady, kdy ve výchově mohou sehrát důležitou roli jako motivy city intelektuální, morální a estetické.
24. Pro jednotlivé skupiny konfliktů mezi motivy uveďte příklady ze života.
25. Zamyslete se, jaké konkrétní konflikty řeší vaši žáci a jaké vy jako pedagogové.

Použitá literatura

ČÁP, J., MAREŠ, J. *Psychologie pro učitele*. Praha : Portál 2001. ISBN 80-7178-463-X.

ZÁVĚR

V závěru chceme popřát všem studujícím, kterým je tento text určen, úspěšné studium. Již v úvodu bylo naznačeno, že se nejedná o ucelenou odbornou publikaci, ale spíše o výtah nejdůležitějších poznatků ve snaze je přehledně uspořádat. Chceme tím usnadnit první setkání s poznatky z psychologie. Pokud budete brát studium vážně, objevíte v jeho průběhu mnoho otázek, na které v textu odpovědi nenaleznete. To vás přivede ke studiu další literatury, kterou námi předkládaný studijní materiál nemůže a nechce nahradit. Pro lepší orientaci v textu obsahuje každá kapitola na začátku stručné vymezení obsahu, na konci stručné shrnutí nejdůležitějších faktů. Ke studiu využijte i souborů otázek a úkolů. Při jejich řešení si ověříte svoji paměť a zároveň vás přivedou k úvahám o praktickém využití psychologie v běžném životě a v pedagogických profesích zvláště.

PSYCHOLOGIE PRO PEDAGOGY:
ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

PhDr. Jiřina Pávková

Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta

Rok vydání: 2014

Počet stran: 64

Formát: A5

Není určeno k tisku

ISBN 978-80-7290-645-1