



# Psychologie

---

Ivana Šnýdrová

Edice učebních textů

---

Odborné nakladatelství Vysoké školy ekonomie a managementu

 **VŠEM**

VYSOKÁ  
ŠKOLA  
EKONOMIE  
A MANAGEMENTU

# PSYCHOLOGIE

Vysoká škola ekonomie a managementu  
2019

# Psychologie

PhDr. Ivana Šnýdrová, CSc.

Copyright © Vysoká škola ekonomie a managementu, 2019

Vydání první. Všechna práva vyhrazena.

ISBN: 978-80-88330-34-9

Vysoká škola ekonomie a managementu

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

Žádná část této publikace nesmí být publikována ani šířena žádným způsobem a v žádné podobě bez výslovného svolení vydavatele.

# Obsah

Psychologie	3
Seznam obrázků	6
Seznam schémat	8
Seznam příkladů	9
Značky a symboly v učebním textu	10
ÚVOD	11
<b>1. KAPITOLA: VÝVOJ PSYCHOLOGICKÉHO MYŠLENÍ</b>	<b>13</b>
1.1 Psychologie jako věda o duši	15
1.2 Psychologie jako věda o vědomí, respektive o subjektivní zkušenosti	18
1.3 Psychologie jako věda o chování	20
1.4 Psychologie jako věda o psychických strukturách	22
1.5 Psychologie jako věda o prožívání a chování	23
1.6 Významné směry v současné psychologii	24
1.6.1 Psychoanalýza – hlubinná psychologie	24
1.6.2 Humanistická psychologie	27
1.6.3 Transpersonální psychologie	29
1.7 Systém psychologických věd	29
<b>2. KAPITOLA: METODY PSYCHOLOGIE</b>	<b>35</b>
2.1 Metody v psychologii	36
2.1.1 Experiment	37
2.1.2 Pozorování	37
2.1.3 Anamnéza	39
2.1.4 Rozbor výsledků činnosti zkoumané osoby	40
2.1.5 Rozhovor	41
2.1.6 Metody testové a dotazníky	42
2.2 Psychologické metody a jejich použití v podnikové praxi	46
<b>3. KAPITOLA: OSOBNOST</b>	<b>52</b>
3.1 Vývoj a utváření osobnosti	54
3.2 Vývoj vědomí já a ega	57
3.3 Struktura osobnosti	60
3.3.1 Schopnosti	63
3.3.2 Inteligence a tvořivost	65
3.3.3 Rysy osobnosti	69
3.3.4 Temperament	70
3.3.5 Charakter	75

---

<b>4. KAPITOLA: ČLOVĚK A SPOLEČNOST</b>	<b>81</b>
4.1 Socializace	82
4.2 Sociální role	85
4.3 Malá skupina	86
4.4 Hromadné chování	90
<b>5. KAPITOLA: SOCIÁLNÍ STYK</b>	<b>95</b>
5.1 Sociální interakce	96
5.2 Sociální percepce	98
5.3 Sociální komunikace	100
5.3.1 Komunikační bariéry	102
5.3.2 Transakční analýza	103
5.3.3 Poruchy v komunikaci	107
5.3.4 Problémová komunikace	108
5.3.5 Komunikační dovednosti	109
<b>6. KAPITOLA: PSYCHICKÁ REGULACE ČINNOSTI</b>	<b>117</b>
6.1 Motivace	118
6.1.1 Zdroje motivace	121
6.1.2 Modely motivace	121
6.1.3 Motivační teorie	122
6.2 Frustrace	123
6.3 Stres	126
6.3.1 Workoholismus	129
6.3.2 Syndrom vyhoření	130
<b>LITERATURA</b>	<b>135</b>
<b>GLOSÁŘ</b>	<b>142</b>
<b>VZOROVÝ ZKOUŠKOVÝ TEST</b>	<b>149</b>
<b>ŘEŠENÍ ZKOUŠKOVÉHO TESTU</b>	<b>151</b>

---

## Seznam obrázků

Obrázek 1 Freudův model lidské psychiky	25
Obrázek 2 Maslowova hierarchie potřeb	28
Obrázek 3 Souhra činitelů utváření osobnosti	56
Obrázek 4 Model determinace lidské psychiky – reciproční determinismus	56
Obrázek 5 Činitele formování ideálního já	59
Obrázek 6 Rozvoj schopností	64
Obrázek 7 Standardní podoba Turingova testu	67
Obrázek 8 Eysenck – základní dimenze osobnosti	72
Obrázek 9 Transakční model temperamentu	74
Obrázek 10 Základní činitele ovlivňující sociální percepci	99
Obrázek 11 Diagram vztahů	104
Obrázek 12 Příklady doplňkové (paralelní) transakce	105
Obrázek 13 Příklad křížové transakce	106
Obrázek 14 Křivka konfliktu	113

---

## Seznam tabulek

Tabulka 1 Typy Assessment Centre	48
Tabulka 2 Pět základních dimenzí osobnosti	62
Tabulka 3 Charakteristika temperamentových typů	71
Tabulka 4 Kohlbergovo pojetí stupňů morálky s příklady	76
Tabulka 5 Výchovné styly	84
Tabulka 6 Základní obraz skupinové dynamiky	87
Tabulka 7 Rozdíly mezi autokratickým a demokratickým stylem vedení skupin	89
Tabulka 8 Míra využívání součástí komunikace	101
Tabulka 9 Srovnání postojů v komunikaci	110
Tabulka 10 Struktura motivace	119
Tabulka 11 Výběr z Inventáře životních událostí	127
Tabulka 12 Copingové strategie – Tobinův inventář	128

## Seznam schémat

Schéma 1 Vztah obecné psychologie k ostatním oborům základních psychologických věd	30
Schéma 2 Anamnéza pro klinické účely	40
Schéma 3 Faktory ovlivňující chování a výkon skupiny	87
Schéma 4 Model sociální interakce	96
Schéma 5 Schéma komunikačního procesu	100
Schéma 6 Proces motivace	120



---

## Seznam příkladů

Příklad 5.1 Doplnková (paralelní) komunikace	115
Příklad 5.2 Křížová transakce	115
Příklad 5.3 Druhotně trojúhelníková transakce	116
Příklad 5.4 Ukázka her	117
Příklad 5.5 Ukázka možných postojů v komunikaci	120
Příklad 6.6 Ukázka relaxační metody – nácvik zpomaleného dýchání	141

---

# Značky a symboly v učebním textu

Struktura distančních učebních textů je rozdílná již na první pohled, a to např. v zařazování grafických symbolů – značek.

*Specifické grafické značky umístěné na okraji stránky upozorňují na definice, cvičení, příklady s postupem řešení, klíčová slova a shrnutí kapitol. Značky by měly studenta intuitivně vést tak, aby se již po krátkém seznámení s distanční učebnicí dokázal v textu rychle a snadno orientovat.*

## Definice



*Upozorňuje na definici nebo poučku pro dané téma.*

---

## Příklad



*Označuje příklad praktické aplikace učiva včetně řešení.*

---

## Otázky k procvičení a úkoly



*Označuje otázky a úkoly s postupem řešení na konci kapitoly.*

---

## Klíčová slova



*Upozorňuje na důležité výrazy či odborné termíny nezbytné pro orientaci v daném tématu.*

---

## Shrnutí kapitoly



*Shrnutí kapitoly se zařazuje na konec dané kapitoly. Přehledně, ve strukturovaných bodech shrnuje to nejpodstatnější z předchozího textu.*

---

---

# ÚVOD

Smyslem tohoto studijního textu s názvem Psychologie je seznámit čtenáře se základní teorií a praxí psychologie. Publikace by měla primárně sloužit k výuce předmětu Základy psychologie na Vysoké škole ekonomie a managementu v Praze. Mimo to však může oslovit i další studenty či odbornou veřejnost zajímající se o tuto oblast.

Všechny kapitoly mají jednotnou strukturu. Začínají obecným krátkým úvodem do zkoumané problematiky, za nímž následují základní cíle daného oddílu. Další částí je samotný výklad studované látky s definicemi, vysvětlením základních pojmů, procesů a návazností. Vše je doprovázeno názornými schémata, grafy a tabulkami, příklady z praxe a cvičeními. V závěru kapitol je poté uvedeno shrnutí nejpodstatnějších informací, řešení k případným cvičením a několik testových otázek s možností více správných odpovědí pro ověření zvládnutí předkládané problematiky.

V závěru je uveden seznam použité literatury, kde si studenti mohou vyhledat příslušnou odkazovanou literaturu.

Přeji vám, aby vám tento studijní text přinesl nové, využitelné poznatky a aby vás zároveň zaujal a bavil. Věřím, že předkládané informace napomohou k vašemu osobnímu rozvoji v celé řadě oblastí.

Autorka

# Vývoj psychologického myšlení

# 1. kapitola

## Vývoj psychologického myšlení

### Úvod

Psychologie má minulost sice velmi dlouhou, avšak jako věda je poměrně mladá. Jako vědní disciplína se konstituovala teprve až v polovině 19. století, kdy se vlivem rozvoje přírodních věd oddělila od filozofie, v jejímž rámci se téměř po dva tisíce let vyvíjela.

Název psychologie vznikl složením dvou řeckých slov - „psyché“ (duše) a „logos“ (slovo, v přeneseném významu se tím rozumí nauka či věda). Pojem psychologie tedy znamená vědu o duši. Sám název psychologie byl poprvé použit **Melanchtonem** v 16. století, kdy jím nazýval svoje filozoficko-psychologické přednášky podle Aristotelova spisu „O duši“. Tento pojem přebírají ve stejné době, tedy rovněž v 16. století, pro názvy svých děl **Godenius** a jeho žák **Casmann**. K zavedení pojmu psychologie však dochází až koncem 18. století zejména pod vlivem Imanuela Kanta a Charlese Wolfa (Šnýdrová, 2009).

Dějiny psychologie jsou speciálním odvětvím tohoto oboru. Zařazujeme je do skupiny disciplín teoretické psychologie. Studují a líčí vznik, rozvoj a proměny poznávání psychiky a psychologických idejí v průběhu historie. Psychologické poznání je závislé na historických skutečnostech, respektive na historických podmínkách a na úrovni vědeckého poznání. Psychologické poznatky a otázky v minulosti i dnes se rodí v nejrozmanitějších situacích, z rozmanitých pramenů zkušenosti člověka – ve styku s přírodou, pozorováním sebe, ostatních lidí, zvířat, všímání si jevů života a smrti, výchovy, vedení lidí a řízení společnosti apod.

Některé otázky či problémy psychologie se řeší i ve spolupráci s jinými vědními disciplínami (biologie, neurobiologie, fyziologie, filozofie, matematika, kybernetika, sociologie, kulturní antropologie). Určit však místo psychologie v systému věd je velmi problematické, neboť existují různé pokusy o systemizaci věd, které se liší hledisky, z nichž vycházejí, a následně pak dospívají k různým systémům. Podle švýcarského psychologa Piageta (1966) je psychologie interdisciplinární vědou, která tvoří spojnici mezi přírodními a společenskými vědami a mezi filozofií.

Psychologii jako vědu velmi dobře charakterizoval již zmíněný **J. Piaget** (1977) v následujících tezích:

1. Předmětem psychologie není zkoumání jednotlivce, ale člověka obecně – psychologie je věda o lidském subjektu;
2. psychologie musí uznávat princip „vše je možné“ – má empirické základy, ale obsahuje i transcendentální aspekty;
3. psychologie má klíčové postavení mezi vědami, vysvětluje jejich pojmy a operace;
4. mezi psychologií a filozofií nejsou ostré hranice;
5. psychologie může prospívat pouze v interdisciplinární spolupráci.

Psychologie se jako samostatný vědní obor vydělila z filozofického rámce v druhé polovině 19. století. V souvislosti s tím vyvstala otázka předmětu psychologie a její metodologie. V průběhu téměř dvou-tisícileté historie se vyvinula různá pojetí předmětu tohoto oboru. Není proto v možnostech tohoto učebního textu uvést všechny názory jednotlivých filozofů, ani nejrůznějších směrů. Pro představu složitosti této problematiky a pro studijní účely byl vytvořen stručný nástin vývoje předmětu psychologie, respektive psychologického myšlení, který má přesah do dnešních dnů.

1. Psychologie jako věda o duši.
2. Psychologie jako věda o subjektivní zkušenosti, respektive vědomí.
3. Psychologie jako věda o chování.
4. Psychologie jako věda o psychických strukturách.
5. Psychologie jako věda o prožívání a chování.

---

## Cíle kapitoly

---

- Vysvětlit složitou problematiku předmětu psychologie.
- Přiblížit vývoj předmětu psychologie.
- Uvést pohledy antických filozofů (psychologů) na předmět psychologie.
- Objasnit vznik psychologie jako samostatného vědního oboru.
- Vysvětlit názory behavioristů na situační projevy.
- Osvětlit rozdílné přístupy tvarových psychologů (gestaltistů) a behavioristů ke studiu chování.
- Představit významné směry současné psychologie.
- Nastínit systém psychologických věd.

## 1.1

# Psychologie jako věda o duši

## DEFINICE



### Duše

*Duše byla chápána jako nesmrtelná, nehmotná substance, která má vitální funkci (oživuje tělo).*

Představy o duši jako o zvláštní oživující síle organismů lidských i zvířecích se objevují v mnoha názorech jednotlivých filozofů i celých filozofických systémů od nepaměti. Duše byla chápána jako nesmrtelná, nehmotná substance, která má vitální funkci (oživuje tělo). Tuto představu oživujícího činitele nacházíme již u Homéra v 8.-9. století př.n.l., avšak teprve ve 4. století př.n.l. napsal Aristoteles významný spis „O duši“, který se stal historickým východiskem psychologie.

Koncepce duše jako zvláštní substance, která je nositelkou života, přetrvávala až do poloviny 19. století, tedy do doby, kdy se psychologie vlivem rozvoje přírodních věd oddělila od filozofie a pojem duše byl jako nevědecký opuštěn. 19. století pak bylo označováno jako století bez duše (Nakonečný, 2011). Později byl pojem duše v jistém slova smyslu nahrazen pojmem osobnosti ve snaze vysvětlit fakt, že duševní život tvoří jednotu a funguje jako individuální celek. Nemožnost vysvětlit psychické děje nervovými mechanismy vedla ve 20. století ke snaze zavést znovu pojem duše tak, jak ji chápal Aristoteles, tedy v těle působící účelnou sílu. Současně však existují výhrady vůči znovuzavádění pojmu duše do psychologie, které je pokládáno za nevědecké.

### Psychologické představy ve starověkém Egyptě

Starí Egypťané chápali činnost těla a jeho částí v podstatě animisticky, neboť je považovali za sídlo božských sil duší. Hlavní životní síla je ukryta v srdci (Atkinson, 2003) a pokud by se někomu podařilo magicky oddělit tuto sílu od těla a někde ji ukrýt, ochrání svůj život a stane se nezníčitelným. U starých Egypťanů zaujímá tedy srdce významné postavení, je centrem duševního života. Po smrti člověka je srdce váženo božským soudcem a posuzují se dobré a zlé skutky, které se do srdce vepsaly během života zemřelého.

Podle Egypťanů je člověk složen z těla, z mnoha duší (každý orgán má svou duši) a ducha. Starí Egypťané věřili v existenci mnoha duší, duší různých stupňů, které vyjadřovaly životní sílu různých částí těla. Kromě tělových duší vystupují do popředí i duše jiné (Ka, Ba, duch Ach).

Pravděpodobně pod vlivem Herodota se ve filozofii ujal názor, že Egypťané byli první, kdo vyslovil a formuloval učení o nesmrtelnosti duše a jejím putováním po smrti organismu z jednoho živočicha do druhého (Nakonečný, 2019). Herodotos však mylně ztotožnil egyptské představy s představami Indů o přechodu individua z jedné existence do existence druhé.

Po smrti organismu se duše Ka odpoutává od těla a snaží se dostat na nebesa, kde se má spojit s duchem Ach a vytvořit tak zářícího ducha. Kniha mrtvých je vlastně jakýmsi návodem, jak duši správnou cestou vést tak, aby se dostala k vytouženému cíli. Duše Ba je duše stínová, která doprovází člověka na jeho životní pouti a po jeho smrti hlídá jeho hrob, respektive dohlíží na dematerializaci těla.

### Psychologické myšlení ve starověké Indii

Psychologické představy starověkých indických myslitelů jsou zakotveny ve Védách, nejstarší indické literatuře (Lorencová, Rohlíková, 2009). Zdůrazňuje se zde sepětí těla a duše. Po smrti člověka se jeho organismus rozpadne na jednotlivé části, které se rozptýlí. Spalováním mrtvol a vhozením kostí do vody chtěli urychlit oddělení těla a duše a zajistit jí pokoj. Tím jí znemožnili další tělesnou existenci, duše se však stěhuje do nového organismu.

Základem indické filozofie se však staly Upanišády. Vědy byly zaměřeny především na náboženskou liturgii, magii, oběti, přírodu apod., zatímco v Upanišádách je pozornost soustředěna na vnitřní svět a život člověka, na jeho duši. Duše stojí nejvýše v organismu, řídí veškerou duševní činnost. Klade se důraz na sebepoznání a sebezdokonalení.

Duše je součástí kosmického ducha, ke kterému se vždy vrací, je-li unavena. Duše opouští tělo ve spánku a v těchto stavech se dobírá plného poznání.

### Psychologické představy v starověké Číně

Jedním z nejvýznamnějších myslitelů staré Číny byl Konfucius. Jeho učení (konfucianismus) se udrželo v Číně po staletí.

Konfucius (5. století př.n.l.) vypracoval nauku o pěstování osobnosti. Kladl velký důraz na výchovu a kultivování osobnosti, na morálku. Velký význam pro rozvoj osobnosti má stálé učení, osobní příklad a povahové zdokonalování, neboť každý se může stát dobrým, pokud on sám bude chtít.

**Konfucius** a jeho následovníci propracovali učení **taoismu**, které založil Lao-c'. Myšlenka taoismu pochází z 5. století př.n.l. Tao znamená cestu, cestu přirozeného vývoje. Je to síla, která způsobuje neustálé proměny v přírodním světě, kde se prolínají dva protikladné principy jing (ženský princip) a jang (mužský princip), na jejichž vzájemné interakci je vysvětlována přírodní dynamika. Neustále totiž probíhá boj světla (jang) a tmy (jing). Taoismus zdůrazňuje také myšlenku o vzájemném propojení přírodního řádu a lidského světa.

### Psychologický přínos starověkého Řecka

Zmapovat vývoj psychologických idejí v starověkém Řecku ve zkratce tak, aby to bylo pochopitelné, a přínosné pro čtenáře těchto skript je úkol poměrně náročný, neboť zde existuje značné množství nejen jednotlivých filozofů, ale i filozofických směrů. Pro zjednodušení bude krátce nastíněno nejprve předfilozofické období řeckých dějin a poté bude přiblíženo učení tří největších myslitelů antického světa – Sokrata, Platóna a Aristotela.

Starověcí Řekové byli spíše přírodozpytci, kteří se snažili pochopit přírodu a její zákony. Jako jednu z prvních si položili otázku, co je základem světa a hledali počátek všeho, jednotný základ všech věcí. Někteří ho spatřovali ve vodě, jiní ve vzduchu, ohni apod. (Hlavinka, 2008). Myšlení starověkých myslitelů postupovalo pak dále k řešení otázky složení hmoty. Objevují se teorie atomistů (Leukipos, Demokritos, Epikuros), jejichž teorie byla potvrzena až po dvou tisíciletích. Dokonce i duši popisovali jako soustavu jemných atomů, která proniká celým lidským tělem (Plháková, 2003).

Duši si staří Řekové představovali jako jemný vzduch (pára, mlha, dech, závan vzduchu) a spojovali ji s dýcháním. Duše je nesmrtelná. Po smrti individua opouští duše tělo ústy nebo ranou. Ztráta krve znamená ztrátu duše, protože krev je život duše. Existence duše po smrti je velmi smutná, neboť bloudí temným podsvětím, kterému vládne bůh Hádes. Aby se duše ale mohla odpoutat od těla, je třeba mrtvého pochovat do země nebo spálit.

V představách starořeckých filozofů duše odchází z těla i v době spánku a prochází se po světě. Zážitky, které načerpá v průběhu své procházky, jsou pak obsahem snů. Sen je totiž chápán jako analogie putování duše po smrti, stavu podobném spánku.

Je nanejvýš nutné se také zmínit o značném rozmachu medicínské vědy ve starověkém Řecku a jejím pronikání do filozofie. Psychologická problematika spojovala právě filozofii s medicínou. Nejvýznamnějším představitelem lékařské vědy byl v tehdejší době Hippokrates (5.-4. století př.n.l.).

Psychologické představy starých Řeků jsou velmi dobře vyjádřeny v řecké mytologii, a zvláště pak v dílech Homéra (Ilias a Odysea).

Největšími mysliteli starého Řecka byli však Sokrates, Platon a Aristoteles, kteří vytvářeli základní koncepce řecké filozofie (Paprotny, 2005; Nakonečný, 2019).



## Sokrates

Sokrates se domníval, že svět a jeho běh je dílem bohů a zkoumat přírodu je z jeho pohledu hřích, protože se tím zasahuje do záležitostí bohů. Předpokládal, že duše je spojena s božským duchem. Kladl velký důraz na morální formování člověka a na jeho vnitřní svobodu. K mravnímu smýšlení i k mravnímu jednání se člověk může dopracovat učením, sebepoznáním a sebezpozorováním. Rovněž vzdělání přikládal velký význam, a to do té míry, že předpokládal, že lidé vzdělání se mohou dále vzdělávat i po své smrti prostřednictvím rozhovorů s dušemi ostatních zemřelých. Lidé nevzdělání zůstanou ve smrtelném věčném spánku.

Sokrates otevřel otázku svědomí, jakéhosi vnitřního hlasu, který nazval daimoniem. **Daimonion** považoval za božskou sílu v člověku, která řídí činy člověka. Sokrates vypracoval metodu rozhovoru – tzv. **babickou metodu**, která vede člověka k vlastnímu závěru, k vlastním tvrzením (Plháková, 2003).

## Platón

Platón (5.–4. století př.n.l.) soudí, že duše je nesmrtelná, nehmotná, neviditelná substance, která je spojena s božským Demiurgem prostřednictvím její nejvyšší části – rozumu. Nejvyšší idea dobra (Demiurgos, bůh) je věčná. Platón rozlišil dva světy – **svět idejí a svět vezdejší** (Schopenhauer, 1999). Svět hmotný, který nás obklopuje, který poznáváme svými smysly a ve kterém se vše mění, je dle Platóna pouhým stínem, je odvozený od světa idejí. Ideje jsou neměnné, nehybné a věčné. Život člověka je pouhým vzpomínáním na to, co se dělo ve světě idejí.

Platón vytvořil jednu z prvních typologií rozlišení základních úrovní psychiky. Člení duši na:

- rozumovou (třída vládců);
- vznětlivou (třída vojáků);
- žádostivou (dělníci).

V závislosti na tomto členění rozlišuje pak typ člověka filozofického, mocenského a ziskuchtivého.

Platón založil vlastní filozofickou školu, kterou nazval Akademií a která se stala centrem antické vzdělanosti.

## Aristoteles

Aristoteles (4. století př.n.l.) byl jednou z největších postav řecké i světové vědy. Logicky shrnul a zpracoval veškerá předcházející řecká filozofická díla. Aristotelovo dílo představuje nejobsáhlejší systém vědění, který v antice vznikl. Napsal více než 150 vědeckých prací a pojednání. Aristoteles také založil vlastní školu v athénském Lykeiu, kde přednášel při procházkách svým žákům o filozofii, vědách přírodních a společenských (Paprotny, 2005, Nakonečný, 2019). Aristotelova škola je nazývána peripatetickou (peripateo – procházím se).

Aristoteles **postavil dvě základní kritéria**, která se dodnes pokládají za dva základní znaky každé vědní disciplíny – předmět vědy, respektive zkoumání toho, co je třeba poznat a metodologii, respektive metody, kterými se tohoto poznání lze dobat.

Aristoteles sepsal psychologické dílo „O duši“, které je prvním a zachovalým dílem v dějinách psychologie. Rozebírá v něm názory starších řeckých filozofů, vysvětluje pojem a podstatu duše, její vztah k tělu, probírá otázky smyslové činnosti, fantazie, rozumu, vůle. Aristoteles tak de facto určil základní osnovu psychologie, která se dodnes používá.

Všechna živá tělesa, která nazval organismy, jsou složena z těla a duše (dualismus). Duše je, dle Aristotela, základním principem každého živého organismu a v závislosti na tom rozlišuje duši (Nakonečný, 2011):

- vegetativní (rostlinnou) – vyživovací a plodivá duše;
- živočišnou (smyslovou) – umožňuje vnímání, paměť, představivost, city;
- rozumovou (lidskou) – myšlení, vůle.

Všechny tři duše jsou zastoupeny v různých stupních v každém organismu. Vegetativní duše však převažuje u rostlin, živočišná u zvířat a rozumová je nejvíce zastoupena u lidí.

# 1.2

## Psychologie jako věda o vědomí, respektive o subjektivní zkušenosti

### DEFINICE



#### Stavy vědomí

Duševní jevy, jež si uvědomuji bezprostředně, mohu nazývat stavy vědomí (F. Krejčí, 1902).

Druhou koncepci představuje názor, že předmětem psychologie je vědomí. Pojem vědomí uvádí do psychologie **René Descartes** v 17. století, ale více se prosazuje až v 18. a 19. století. V tomto období přechází psychologie k empirickému zkoumání, jehož předmětem se staly samy jevy lidského vědomí. Základem poznání je zkušenost a na základě smyslové zkušenosti lze vytvářet nové pojmy. Smysly jsou tedy zdrojem poznatků, které je třeba zpracovat a zevšeobecnit. Zatímco racionalismus představovaný Descartem zveličoval význam teoretického myšlení, empirismus naopak kladl důraz na smyslovou zkušenost (Nakonečný, 2011).

Významným představitelem empirismu byl **F. Bacon** (1561 - 1626), spisovatel, filosof, přírodovědec a státník. Ve svých vědeckých pracích prosazoval, aby příroda nebyla pokusy předvídána, ale vykládána (Schopenhauer, 1999). Zdůrazňoval, že poznání (věda) musí nejprve definovat předmět poznání a jeho cíl. Předmětem poznání je příroda a cílem je poznání jejích zákonů a možnost využití pro člověka. Trval na zákonech příčiny a důsledku, zdůrazňoval význam pokusu a praxe.

Další krok k vytvoření svébytné psychologické teorie byl učiněn, když byl vysloven předpoklad o existenci asociace. **Asocianistická teorie** (Nakonečný, 2019) předpokládala, že vědomí se skládá z nejjednodušších prvků (pocitů) a asociční zákony vyjadřují vztahy mezi nimi. Asociční zákony (předložil již Aristoteles) jsou následující:

#### 1. Primární zákony:

- zákon dotyku v čase a prostoru – v našem vědomí mají tendenci vybavovat se ty zážitky, které vznikly na stejném místě a ve stejném čase;
- zákon podobnosti a kontrastu – v našem vědomí mají tendenci vybavovat se ty zážitky, které jsou si podobné či naopak, které jsou kontrastní.

#### 2. Sekundární zákony:

- zákon novosti – v našem vědomí se přednostně vybavují novější zážitky před staršími;
- zákon častosti – daleko lépe si vybavujeme předměty nebo jevy, které na nás působí častěji, než ty, které na nás působí ojedinele;
- zákon živosti – lépe si vybavujeme předměty či jevy, které v nás zanechaly citový dojem.

Asocianismus byl převládající teorií od 17. století do 19. století. Spojoval se se senzualismem, dle kterého duševní obsah vzniká na základě smyslového poznání. Významným představitelem senzualismu byl **John Locke** (1632–1704), který navázal na Bacona, ale obrátil se proti Descartovu pojmu vědomí (Hunt, 2000). Předpokládal, že lidská duše je při narození čistá deska (tabula rasa) a její obsah – ideje, pocity vznikají na základě smyslové a duševní zkušenosti (sebereflexe).

Ve dvacátých letech 20. století se začal zkušeností zabývat **E. B. Titchener** (1928). Domníval se, že zdrojem veškerého lidského poznání je lidská zkušenost. Rozlišil zkušenost, která je závislá na osobě a zkušenost, která je nezávislá na jediné osobě. První je předmětem psychologie a druhá jiných věd (např. fyziky atd.). Fyzika se zabývá hmotou, psychologie subjektivní zkušeností, nazývanou též mysl.

Pojetí psychologie (Hoskociová, Hoskovec, Heller, 2016) jako vědy o vědomí formuloval **F. Krejčí** (1902) a po něm také **Th. Ziehen** (1914) a **H. Ebbinghaus** (1919). Předpokládali, že děje, které si člověk uvědomuje bezprostředně, jsou děje duševní, na rozdíl od dějů hmotných, které si uvědomuje pouze prostřednictvím dějů duševních. Jevy, které si člověk uvědomuje bezprostředně (duševní), se nazývají stavy vědomí. Psychologie je tedy věda o stavech vědomí. Psychické je jen to, co je obsahem našeho vědomí.

Vzniku a rozvoji psychologie jako samostatné vědy předcházela rozvoj přírodovědy, zejména biologie. V 19. století začal výzkum nervstva a smyslových orgánů.

Ch. Bell, anglický lékař a fyziolog, se zaměřil na výzkum centrální nervové soustavy. Kolem r. 1800 začal zájem o mozek. Bylo objeveno Brocovo motorické centrum řeči a Wernickovo sensorické centrum řeči. Roku 1870 použili chirurgové G. Fritsch a E. Hitzig dráždění mozku elektrickým proudem a zjistili, že dráždění určité části mozku vyvolává specifické pohyby těla. Touto metodou se zmapovaly motorické i sensorické oblasti mozku. Na tento významný objev pak navázali další vědci, např. Sherrington, Lurija apod. (Nakonečný, 2011).

Objevila se také teorie frenologie, kterou vytvořil vídeňský lékař **F. J. Gall**. Předpokládal, že určitému tvaru lebky odpovídají v mozku lokalizované schopnosti a povahové vlastnosti.

Výzkumu smyslových orgánů předcházela myšlenka **Ch. Bella**, že senzitivní nervy neslouží několika orgánům, ale pouze jednomu (např. zraku, sluchu atd.). Na základě této myšlenky vypracoval Muller teorii o tzv. „specifických nervových energiích“, dle které podráždění (např. elektrickým proudem) určitých center vyvolává určité pocity.

Do popředí se tak dostává otázka reflexu, kterou se zabýval **J. M. Sečenov** a zejména pak **I. P. Pavlov** (Plháková, 2006). Sečenov předpokládal, že duševní činnost nelze oddělit od činnosti fyziologické. Duševní jevy jsou reflexní povahy. Všechny psychické jevy se vyvíjejí reflexní cestou (např. paměť se může vysvětlit „stopou v mozku“). Střední článek tvoří nervové buňky v centrální nervové soustavě, tj. v mozku. Tam vznikají veškeré psychické procesy. Pavlov rozpracoval teorii o podmíněných a nepodmíněných reflexech, kterou postavil na rozsáhlém výzkumu zvířat.

V této době byla také rozpracována teorie hypnózy jako změněného stavu vědomí, v jehož průběhu je možno ovlivňovat psychické i fyziologické procesy individua. Termíny hypnóza, hypnotický, hypnotizér poprvé použil J. Braid. Hypnóza je volně navozený trans, který je popisován jako změněný stav vědomí. Jiné volně navozené a využívané transy nacházíme v józe, meditaci a také v novějších oblastech, jakými jsou kreativní vizualizace a regulace stresu. Dle Mc Kenna (1995, s. 22) „*neexistuje něco jako stav transu, jen nekonečně mnoho změněných stavů vědomí*“. M. Erikson byl přesvědčen, že hypnóza je jedním z přirozeně se vyskytujících stavů, že je integrální součástí života každého jednotlivce a nemá nic společného s jakoukoli rolí. Hypnózu chápe jako mocný psychologický nástroj, který umožňuje hypnotizérovi upravit vnímavost a způsob myšlení člověka při použití vlastní zkušenosti. Hypnóza nepůsobí vždy a proti všemu. Je však jedním z neúčinnějších a také nejméně doceněných prostředků péče o zdraví a osobní rozvoj.

V roce 1879 otevřel Wilhelm Wundt první psychologický ústav v Lipsku a od tohoto data se počítá vznik **psychologie jako samostatné vědní disciplíny** (Atkinson, 2003). Probíhalo zde obsáhlé experimentální zkoumání psychických jevů (vnímání, pozornost, emoce, reakční doby atd.). Základní metodou se stalo experimentální pozorování. Wundt byl do značné míry ovlivněn psychofyzikou, jejímiž představiteli byli **E. Weber** a **Th. Fechner**, kteří se zabývali problematikou prahů ve vnímání. Experimentátoři rozlišili horní a dolní podnětový (počítkový) práh a práh rozdílový (relativní). Horní podnětový práh znamená nejvyšší intenzitu působícího podnětu, jež může ještě vyvolat počíteč a dolní podnětový práh, který znamená nejnižší intenzitu působícího podnětu, jež už může počíteč vyvolat. Relativní počítkový práh znamená rozlišovací schopnost organismu, neboli schopnost organismu vnímat jemné a co nejmenší rozdíly mezi působícími podněty.

Studium podnětových prahů se stalo prvním výzkumným tématem experimentální psychologie.

## 1.3

## Psychologie jako věda o chování

## DEFINICE

**Předmět psychologie**

Předmětem psychologie je studium chování, tedy toho, co člověk činí a říká (J. B. Watson, 1913).

Na počátku 20. století zkritizoval Bechtěrev subjektivistickou psychologii vědomí a snažil se obrátit pozornost k reflexům, které pokládal za předmět „objektivní psychologie“. Obrat v psychologii nastal vystoupením J. B. Watsona (1913), který za předmět psychologie pokládal chování, tedy to, co člověk činí a říká (Nakonečný, 2011).

**Behaviorismus** (behaviour = chování), jehož zakladatelem se **Watson** stal, navázal na výzkumy v zoopsychologii a ve fyziologii nervové činnosti živočichů, zejména na práce ruské reflexologické školy, kterou reprezentovali I. M. Sečenov a I. P. Pavlov. V obou těchto oblastech probíhal rozsáhlý výzkum zvířat týkající se učení, instrumentálního chování a řešení problému. Na základě výsledků se vytvořila domněnka, že lze objektivně popsat závislost chování a učení zvířat na různých složitých podmínkách.

**Sečenov** nahrazuje pojem asociace pojmem reflexní oblouk, který pak dotvořil Anochin. Sečenov vysvětluje reflexní oblouk jako proces, na jehož počátku je smyslové podráždění (vzruch), které je zpracováno mozkovou aktivitou (odpovídá asociaci) a ústí do svalové reakce (odpovídá reflexní odpovědi). Reflexním procesem se stává z hlediska fyziologického v podstatě každý úkon lidské činnosti a psychiky (Plháková, 2006).

**Pavlov** vypracoval teorii o nepodmíněných a podmíněných reflexech. Podmíněný reflex vzniká asociací původně indiferentního podnětu s nepodmíněným reflexem, tím se indiferentní podnět stává podmíněným podnětem. Podmíněný reflex zároveň znamená spojení aktuálního působení podnětu s minulou zkušeností organismu, což umožňuje adaptaci daného organismu, respektive daného jedince. I. P. Pavlov zavádí pro rozlišení reflexů tyto pojmy (Plháková, 2006 s. 152):

- „**nepodmíněný podnět** evokuje určitou vrozenou reakci bez předchozího učení. V Pavlovových experimentech bylo nepodmíněným podnětem navlhčené mleté maso se suchary;
- **nepodmíněný reflex** je nenaučená, vrozená odezva na nepodmíněný podnět, tj. slinění;
- **podmíněný podnět** je původně neutrální stimul (např. tikání metronomu, rozsvícení světla, zvoneční), který během učení získal schopnost vyvolávat vrozenou salivační reakci;
- **podmíněný reflex** je původně nepodmíněná reakce (slinění), kterou vyvolal podmíněný podnět (tikání metronomu)“.

**Watson** zamítl pojmy i metody introspektivní psychologie založené Wundtem. Odmítal pojmy vědomí, nevědomí, psychika, tedy to, co není objektivně pozorovatelné a měřitelné. Jeho pozornost byla soustředěna na chování a změny chování vlivem předcházející zkušenosti. **Základními složkami byly proměnné.** Proměnná je činitel, který se dá v jednotlivých experimentech izolovat a lze ho charakterizovat jak kvalitativně, tak i kvantitativně. V průběhu experimentální činnosti lze tak jednotlivé proměnné vhodně ovlivňovat jinými proměnnými.

Watson rozlišil chování otevřené, které bylo přímo přístupné pozorování a skryté chování vyjádřené fyziologickými změnami (změny tepu, tlaku, atd.). Za základní metody považoval Watson pozorování, experiment, výkonové testy a dotazník.

Watson kladl velký **důraz na učení**, které chápe jako proces získávání individuálních zkušeností životem. To, co se jedinec učí, je určováno prostředím, nikoli učícím se jedincem. Asociace a posílení jsou pro učení stěžejní. Jaký důraz kladl Watson na učení je zřejmé ze známé věty, kterou pronesl