

OBECNÁ PSYCHOLOGIE

Dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ
Marie Vágnerová



Obecná psychologie

Dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ

Marie Vágnerová

Vydala Univerzita Karlova

Nakladatelství Karolinum

Redakce Lenka Ščerbaničová

Obálka Anna Issa Šotolová

Grafická úprava Jan Šerých

Grafická spolupráce Polina Kazakova

Sazba DTP Nakladatelství Karolinum

Vydání první

© Univerzita Karlova, 2016

© Marie Vágnerová, 2016

ISBN 978-80-246-3268-1

ISBN 978-80-246-3295-7 (online : pdf)



Univerzita Karlova
Nakladatelství Karolinum 2017

www.karolinum.cz
ebooks@karolinum.cz

OBSAH

1. ÚVOD	11
1.1 VYMEZENÍ OBECNÉ PSYCHOLOGIE	11
1.2 METODY POUŽÍVANÉ K HODNOCENÍ PSYCHICKÝCH PROCESŮ A FUNKCÍ	12
1.3 DÍLČÍ OBLASTI, NA NĚŽ JE ZAMĚŘENA OBECNÁ PSYCHOLOGIE	14
1.3.1 Psychologie poznávacích procesů a funkcí	14
1.3.2 Psychologie emocí a motivace	16
2. VĚDOMÍ	19
2.1 VĚDOMÍ JAKO STAV AKTIVACE MOZKU	20
2.2 VĚDOMÍ JAKO STAV MYSLI	21
2.3 VĚDOMÍ A NEVĚDOMÍ	25
3. MOZEK JAKO ORGÁNOVÝ ZÁKLAD PSYCHIKY	29
3.1 ROZDÍLNÝ VÝZNAM MOZKOVÝCH HEMISFÉR	31
3.2 PRO PSYCHICKÉ FUNKCE JSOU VÝZNAMNÉ RŮZNÉ OBLASTI MOZKU	35
3.3 MOZKOVÝ METABOLISMUS A JEHO VÝZNAM PRO PSYCHICKÉ FUNKCE	39
4. POZORNOST	43
4.1 POZORNOST JE SLOŽITÝ FUNKČNÍ SYSTÉM	44
4.2 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ UPOUTÁVÁNÍ A UDRŽOVÁNÍ POZORNOSTI	49
4.3 VÝZNAMNÉ VLASTNOSTI POZORNOSTI	51
4.3.1 Koncentrace pozornosti	51
4.3.2 Selektivita pozornosti	52
4.3.3 Distribuce pozornosti	55

4.3.4	Tenacita pozornosti	58
4.4	VÝVOJ POZORNOSTI A JEJÍ PROMĚNY V PRŮBĚHU ŽIVOTA	60
5.	VNÍMÁNÍ A SMYSLOVÉ POZNÁVÁNÍ	63
5.1	ZRAKOVÉ VNÍMÁNÍ	65
5.1.1	Způsob zpracování vizuální informace	66
5.1.2	Psychologické zákonitosti zrakového vnímání	68
5.1.3	Rozpoznávání objektů a situací	71
5.1.4	Rozpoznávání tváří jako specifická funkce	76
5.1.5	Vnímání prostoru	79
5.1.6	Vnímání pohybu	83
5.1.7	Konstantnost a nepřesnost zrakového vnímání	84
5.1.8	Vývoj zrakového vnímání	87
5.2	SLUCHOVÉ VNÍMÁNÍ	89
5.2.1	Vývoj sluchového vnímání	91
6.	PAMĚŤ	93
6.1	PAMĚŤ JE SLOŽITÝ FUNKČNÍ SYSTÉM	94
6.2	ULOŽENÍ ZÍSKANÝCH POZNATKŮ DO PAMĚTI A JEJICH UCHOVÁNÍ	95
6.2.1	Faktory ovlivňující zapamatování	100
6.2.2	Zapomínání	102
6.3	VZPOMÍNÁNÍ A VYBAVENÍ ZAPAMATOVANÉHO	105
6.3.1	Zkreslení a ztráta vzpomínek	109
6.4	PAMĚŤOVÉ SYSTÉMY	113
6.4.1	Pracovní paměť	114
6.4.2	Dlouhodobá paměť	118
6.5	PROMĚNY PAMĚŤOVÝCH FUNKCÍ V PRŮBĚHU ŽIVOTA	126
6.5.1	Vývoj paměti	126
6.5.2	Proměny paměti v průběhu stárnutí	129
7.	UČENÍ	133
7.1	ASOCIAČNÍ UČENÍ JAKO ZÁKLADNÍ VARIANTA	136
7.1.1	Klasické podmiňování	136
7.1.2	Operantní podmiňování	138

7.2	UČENÍ JAKO ZÁKLAD KOGNITIVNÍHO VÝVOJE	141
7.3	SOCIÁLNÍ UČENÍ	143
7.3.1	Učení nápodobou	144
7.3.2	Učení na základě identifikace	146
8.	ZPRACOVÁNÍ POZNATKŮ A JEJICH MENTÁLNÍ REPREZENTACE	147
8.1	REPREZENTACE SMYSLOVÝCH POZNATKŮ – VYTVÁŘENÍ PŘEDSTAV	149
8.1.1	Vzpomínkové představy	150
8.1.2	Fantazijní představy	151
8.2	PROCES KATEGORIZACE A POJEM JAKO JEDNOTKA ZOBECNĚNÉHO POZNÁNÍ	152
8.2.1	Schémata a scénáře jako souhrn zobecněných poznatků	154
8.2.2	Neuropsychologie sémantické kognice	156
8.2.3	Vývoj zpracování sémantických poznatků a jejich kategorizace	157
8.3	MENTALIZACE JAKO SPECIFICKÁ KATEGORIE ZPRACOVÁNÍ POZNATKŮ	159
8.3.1	Vývoj mentalizace	161
9.	MYŠLENÍ	163
9.1	UVAŽOVÁNÍ A ROZHODOVÁNÍ	168
9.1.1	Heuristické strategie	172
9.1.2	Analytické uvažování	175
9.2	VÝVOJ UVAŽOVÁNÍ A JEHO PROMĚNY V PRŮBĚHU ŽIVOTA	180
9.3	KOGNITIVNÍ STYL JAKO INDIVIDUÁLNÍ CHARAKTERISTIKA	183
9.3.1	Způsob uvažování může být vázaný na určité situace či osobnost	187
9.4	PROSPEKTIVNÍ MYŠLENÍ – ÚVAHY A PŘEDSTAVY O BUDOUCNOSTI	191
9.5	ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ	193
9.5.1	Průběh řešení problémů	194
9.5.2	Různé problémy vyžadují různý přístup	196
9.5.3	Tvořivý přístup k řešení problémů	202
9.5.4	Vývoj přístupu k řešení problémů a jeho proměny v průběhu života	207

9.6	METAKOGNICE	208
9.6.1	Vývoj metakognice a její proměny v průběhu života	214
9.7	EXEKUTIVNÍ FUNKCE A JEJICH VLIV NA VYUŽITÍ KOGNITIVNÍCH SCHOPNOSTÍ	215
9.7.1	Vývoj exekutivních funkcí a jejich proměny v průběhu života	217
10.	INTELIGENCE	219
10.1	ZÁKLADNÍ MODEL Y INTELIGENCE	221
10.1.1	Faktorově analytický model inteligence	221
10.1.2	Triarchický model inteligence, který vychází z kognitivní psychologie	222
10.2	NEUROPSYCHOLOGIE INTELIGENCE, MYŠLENÍ A ŘEŠENÍ PROBLÉMŮ	225
10.2.1	Prefrontální kůra a její význam pro uvažování a řešení problémů	230
11.	JAZYK A ŘEČ	235
11.1	VZTAH MEZI JAZYKEM A MYŠLENÍM	237
11.2	VERBÁLNÍ VYJADŘOVÁNÍ	240
11.3	PERCEPCE A POROZUMĚNÍ VERBÁLNÍMU SDĚLENÍ	241
11.3.1	Rozpoznávání slov	243
11.3.2	Význam vět	244
11.3.3	Porozumění příběhům	246
11.4	PSÁNÍ A ČTENÍ	247
11.5	VÝVOJ JAZYKA A ŘEČI A JEJICH PROMĚNY V PRŮBĚHU ŽIVOTA	252
11.6	NEUROPSYCHOLOGIE JAZYKA A ŘEČI	257
11.6.1	Neuropsychologie zpracování verbálního sdělení	259
11.6.2	Lateralizace jazykových funkcí	261
12.	EMOCE	263
12.1	NEUROPSYCHOLOGICKÝ ZÁKLAD EMOCÍ	264
12.2	FYZIOLOGICKÉ PROJEVY EMOCÍ	269
12.3	VNĚJŠÍ PROJEVY EMOCÍ	271
12.4	FUNKCE EMOCÍ	274
12.4.1	Informační funkce emocí	274
12.4.2	Regulační a motivační funkce emocí	275
12.5	POROZUMĚNÍ EMOCÍM A ROZPOZNÁVÁNÍ EMOČNÍCH PROŽITKŮ	276

12.6	ZÁKLADNÍ DIMENZE CITOVÉHO PROŽÍVÁNÍ	280
12.7	KLASIFIKACE EMOCÍ: ZÁKLADNÍ EMOCE	283
12.7.1	Sekundární emoce	291
12.8	CITOVÉ STAVY A DISPOZICE K URČITÉMU ZPŮSOBU PROŽÍVÁNÍ	294
12.9	EMOČNÍ REGULACE	299
12.10	VÝVOJ EMOCÍ A JEJICH PROMĚNY V PRŮBĚHU ŽIVOTA	304
12.10.1	Vývoj emocí v dětském věku a dospívání	305
12.10.2	Proměny emocí v průběhu stárnutí	310
12.11	VZTAH EMOČNÍ A KOGNITIVNÍ SLOŽKY	312
12.11.1	Vliv emocí na různé kognitivní funkce	315
12.12	EMOČNÍ INTELIGENCE	320
12.12.1	Rozdílné přístupy k vymezení emoční inteligence	323
12.12.2	Vliv emoční inteligence na úspěšnost v různých oblastech života	326
13.	MOTIVACE	329
13.1	POJETÍ MOTIVACE MŮŽE BÝT RŮZNÉ	333
13.1.1	Pojetí motivace v klasické psychoanalýze	333
13.1.2	Pojetí motivace H. Murrayho	335
13.1.3	Pojetí motivace v humanisticky zaměřené psychologii C. Rogerse a A. Maslowa	336
13.1.4	Pojetí motivace E. Deciho a R. Ryana	339
13.2	BIOLOGICKÉ POTŘEBY	341
13.2.1	Základní pudy a jejich psychologický význam	342
13.3	NEJVÝZNAMNĚJŠÍ PSYCHICKÉ POTŘEBY	345
13.3.1	Základní psychické potřeby	345
13.3.2	Potřeby související se vztahem k jiným lidem	347
13.3.3	Potřeby, které souvisí s vlastním rozvojem a uplatněním	349
13.4	ROZHODOVÁNÍ A REALIZACE MOTIVOVANÉHO CHOVÁNÍ	352
13.5	VÝVOJOVĚ PODMÍNĚNÁ PROMĚNA PSYCHICKÝCH POTŘEB A MOTIVAČNÍHO CHOVÁNÍ	354
13.6	HODNOTY JAKO MOTIVAČNÍ FAKTOR	357
	OBECNÁ PSYCHOLOGICKÁ LITERATURA	361
	VĚCNÝ REJSTŘÍK	401
	JMENNÝ REJSTŘÍK	405

1. ÚVOD

1.1 VYMEZENÍ OBECNÉ PSYCHOLOGIE

Obecná psychologie se zabývá studiem základních psychických procesů a funkcí, které jsou společné všem lidem, a jejich zákonitostí. Je zaměřena i na zkoumání mechanismů, které ovlivňují jejich průběh a způsob fungování. Cílem a smyslem takto zaměřeného psychologického bádání je:

- poznat a charakterizovat jednotlivé psychické procesy,
- porozumět jim a vysvětlit, jak probíhají,
- pochopit, jak se v reálném životě uplatňují a které faktory je mohou ovlivňovat,
- a na základě získaných poznatků předvídat, jak budou lidé určité situace prožívat, jak o nich budou uvažovat a jak se budou za daných okolností chovat.

Jednotlivé psychické procesy se mohou projevat různě: jak subjektivně – člověk si např. uvědomuje, na co se dívá a o čem uvažuje – tak i objektivně – je možné hodnotit jeho reakce na různé podněty. Někdy probíhají zcela skrytě, mimo oblast vědomí a neprojevují se nijak viditelně ani navenek. Nicméně i pak mají nějaké důsledky, mohou např. ovlivnit další úvahy a rozhodování. V rámci studia psychických procesů a funkcí je možné rozlišovat jak jejich celkovou úroveň, tak konkrétní projevy, které jsou závislé na aktuální situaci.

Psychické funkce jsou závislé jak na vnějších, tak na vnitřních faktorech. Jejich konkrétní podoba je výsledkem **interakce genetických dispozic a vnějších vlivů**, které se v rozdílné míře uplatňují v průběhu celého života. Biologickým základem lidské psychiky je **mozek**. Jeho struktury a funkce ovlivňují veškeré psychické projevy a závisí na nich i celkový rozvoj psychiky. Vnější prostředí jej může různým způsobem stimulovat a podílí se na tom, jaká bude finální podoba jednotlivých psychických funkcí i jak budou využívány (Vágnerová, 2010).

Obecná psychologie je základní oborovou disciplínou, která se částečně překrývá s jinými psychologickými disciplínami a využívá jejich výsledků. Je spojena zejména s:

- Psychologií osobnosti, která je zaměřena na vymezení rozdílů psychických vlastností různých lidí, ale zabývá se i studiem způsobu jejich fungování. S obecnou psychologií se překrývá např. v rámci studia motivace, emočního prožívání, poznávacích schopností atd.
- Sociální psychologií, která má s obecnou psychologií společné zaměření na analýzu způsobu, jakým se jednotlivé psychické funkce projevují ve společenském prostředí (ve vztazích s jinými lidmi, při zvládání různých rolí atd.) a jak jím mohou být ovlivňovány.
- Vývojovou psychologií, která přispívá k pochopení způsobu rozvoje jednotlivých psychických funkcí a k vymezení faktorů, které je mohou modifikovat.
- Neuropsychologií, která je důležitá pro poznání a porozumění mozkovým funkcím, jež představují biologický základ různých psychických procesů, jejich propojení a vzájemné souhry.

1.2 METODY POUŽÍVANÉ K HODNOCENÍ PSYCHICKÝCH PROCESŮ A FUNKCÍ

Poznání jednotlivých psychických funkcí a možnost dalšího využívání získaných poznatků byla vždycky lákavá jak pro laiky, tak pro odborníky. Zároveň bylo relativně obtížné získat takové poznatky, které by měly žádoucí hodnotu a mohly účinně sloužit danému účelu. Výsledky takto zaměřeného bádání byly často nejasné, příliš komplexní a také proměnlivé, což je dáno hlavně tím, že lidská psychika je složitá a funguje rozdílně v závislosti na okolnostech. Historicky ovlivnila přístup k poznávání psychických jevů řecká filosofie, která přinesla dva rozdílné metodologické přístupy představované Platonem a jeho žákem Aristotelem. Podle Platona je jedinou vhodnou metodou racionalismus, tj. postup využívající logické analýzy. Aristoteles naopak považoval za hlavní cestu k poznání empirický přístup, jímž je v případě psychologie pozorování a experiment (Sternberg, 2002). Jakmile se psychologie oddělila od filosofie a stala se samostatným vědním oborem, začala hledat metody, které jí posloužily k dalšímu poznání. Bylo možné se zaměřit na zkoumání obsahu mysli nebo na jednotlivé psychické procesy a funkce.

Studiem obsahu mysli se na konci 19. století zabýval německý psycholog W. Wundt, který se věnoval analýze dílčích složek smyslových vjemů. Na studium psychických procesů se v této době zaměřoval americký psycholog a filosof William James. Oba přístupy umožnily získat důležité poznatky, ale psychologická věda byla v této době na počátku, a tak zásadní vhled do oboru nepřinesly. Teprve v průběhu času, v závislosti na dalším poznání, se rozvíjely a zdokonalovaly i používané metody (Hunt, 2000).

Psychické funkce nelze měřit přímo, to je možné jen prostřednictvím jejich projevů, např. výkonu či chování. A stejně tak není možné přímo hodnotit průběh různých psychických procesů. I zde je třeba se zaměřit na **jejich projevy**, ať už jsou **objektivně pozorovatelné, nebo subjektivní** (získané např. na základě popisu pocitů daného jedince). Výjimkou je možnost sledovat mozkovou aktivitu, která danému psychickému procesu odpovídá, např. při prohlížení obrázků či vybavování slov. Zásadní dilema, které je třeba řešit, vyplývá z faktu, že používané metody jsou buď příliš úzce zaměřené, a tím i omezené, ale přinášejí přesné výsledky. Nebo jsou zaměřené dostatečně široce, ale pak poskytují mnoho leckdy ne zcela jednoznačných poznatků, na jejichž základě nelze dojít k jasnému závěru.

Metody, které jsou použitelné ke zkoumání psychických projevů a funkcí, lze rozdělit podle toho, jaký zdroj informací využívají, jak přesně vymezují postup k jejich získání a jak získané výsledky zpracovávají.

- **Objektivní metody** využívají k hodnocení psychických procesů možnosti **měřit různé projevy a výkony v různě definovaných situacích**. Např. je možné měřit počet naučených slov za určitou dobu nebo účinnost postupu řešení nějakého problému. K tomuto účelu lze použít metodu pozorování, a zaznamenávat sledované projevy, nebo měřit rychlost zpracování úkolu (tj. čas) či počet správných řešení.
 - Do této kategorie patří **testové metody**, které mají přesně vymezený postup. Způsob a podmínky zadávání úloh, jejich hodnocení a do určité míry i interpretace výsledků se řídí přesnými pravidly. Příkladem může být test pozornosti nebo pracovní paměti.
 - Stejně tak je možné posuzovat nějaký psychický projev v přesně vymezeném **laboratorním experimentu**. Jeho výhodou je větší přesnost, nevýhodou vytrženost z reálného života a s tím související zjednodušení. Takto získané výsledky nemusí odpovídat postupu, jaký by člověk použil za běžné situace. Vzhledem k tomu je třeba značné opatrnosti při jejich hodnocení.

- **Subjektivní metody využívají názorů a pocitů** sledovaných osob či dalších lidí. Do této kategorie patří metoda dotazníku a rozhovoru, které jsou zaměřené na určitou oblast. Zejména rozhovor může přinést poznatky, které nelze získat prostřednictvím měření výkonu či pozorováním, protože se nemusí navenek nějak projevit.

1.3 DÍLČÍ OBLASTI, NA NĚŽ JE ZAMĚŘENA OBECNÁ PSYCHOLOGIE

Lidskou psychiku tvoří především vědomé duševní děje, které spočívají v přijímání poznatků, jejich hodnocení a prožívání či další manipulaci s nimi. **Psychické procesy**, např. vnímání, prožívání či uvažování, vedou ke vzniku **psychických obsahů**, např. vjemů, pocitů či myšlenek. Psychické procesy mohou mít různý průběh, mimo jiné i v závislosti na psychickém stavu daného jedince. **Psychický stav** je možné charakterizovat úrovní vědomí, ale i převažujícím laděním či přesvědčením. Aktuálně zvýšená úzkost nebo zafixovaný názor mohou modifikovat psychické procesy, které v tu dobu proběhnou, a vést ke zkrácení hodnocení situace či neadekvátnímu chování.

Jednotlivé psychické funkce, které prostřednictvím různých procesů vedou k vytvoření určitých psychických obsahů, lze rozdělit do dvou základních oblastí, jimiž se obecná psychologie zabývá.

- **Obecné studium poznávacích procesů** se zabývá analýzou způsobu přijímání a zpracování informací, jejich uchovávání a dalšího využívání, způsobů uvažování a řešení problémů.
- **Obecné studium emocí a motivace** je zaměřené na analýzu emočního prožívání a z toho vyplývajícího hodnocení okolního světa i sebe sama, motivační složky i souvislostí a vztahů mezi emočními prožitky a chováním.

1.3.1 Psychologie poznávacích procesů a funkcí

Kognitivní psychologie je zaměřena na analýzu poznávacích procesů a kognitivních funkcí. Z tohoto hlediska je důležité, čeho si lidé všímají, jak o různých situacích uvažují a k jakým závěrům docházejí, případně proč. Takové poznatky jsou důležité pro psychologickou teorii i praktické využití. Kognitivní psychologie se rozvíjela od 50. let minulého století jako nový přístup ke zkoumání poznávacích procesů, ale historicky jí předcházely různé psychologické směry.

Kognitivní psychologie vyšla ze strukturalismu německého badatele W. Wundta, který se na konci 19. století zabýval analýzou smyslových vjemů, ale i z výsledků asocianistů, např. H. Ebbinghause, jenž se ve stejné době věnoval studiu paměti.¹ Počátek 20. století je spojen s přechodem od asocianismu k behaviorismu.

Behaviorismus, který byl především americkým psychologickým směrem, lze chápat jako extrémní variantu asocianismu. Zaměřoval se primárně na učení na základě asociace a spojením mezi vnějším podnětem a viditelným chováním. Vznikl v první polovině 20. století jako reakce na nepřesnou a z tehdejšího hlediska vědecky nepřijatelnou metodu introspekce, která do té doby ve studiu psychických jevů jednoznačně převažovala. Byl pokusem zkoumat psychiku exaktnějším způsobem, který by nebyl v takové míře závislý na subjektivním přístupu, a proto se zaměřil na jevy, které jsou objektivně pozorovatelné a měřitelné. Jeho cílem mělo být spíše předpovídání a řízení projevů chování než porozumění duševním jevům. Hlavním představitelem radikálního behaviorismu byl J. Watson, který je známý svým výrokem *Dejte mi tucet zdravých, dobře vyvinutých dětí a já vám zaručuji, že z nich vychovám specialisty v jakémkoli zvoleném oboru*. Jeho názor byl samozřejmě naivní, něco takového není možné, ale podobně uvažovali např. i marxističtí psychologové. Behavioristé, jak je zřejmé z názvu, se přinejmenším na začátku zabývali jen viditelnými projevy chování a vnitřní obsah mysli zcela přehlíželi. Výsledkem byla **redukce na poznání zákonitostí jednoduchého učení**, která nemohla vyhovovat potřebám rozvíjejícího se oboru, a tak se postupně objevovaly další směry, které už s vnitřní složkou počítaly.

Kritiků behavioristické školy bylo dost, jedním z nich byli představitelé **německé gestaltistické školy**, kteří se v první polovině 20. století věnovali výzkumu vnímání i dalších poznávacích procesů. Gestaltisty zajímalo, jakým způsobem lidé zpracovávají informace a jak je využívají při řešení problémů. Výsledky jejich zkoumání je vedly ke zdůraznění celkového pohledu, který nepředstavuje pouhý souhrn dílčích poznatků, ale je novou, kvalitativně odlišnou jednotkou. Gestaltistická psychologie byla reakcí nejen na raný behaviorismus, ale i na strukturalistické tendence rozkládat celek na části, které samy o sobě k poznání příslušného kognitivního procesu nemusí významněji přispívat.

Jeden z představitelů gestaltistické školy Max Wertheimer získal důležitý podnět k pochopení lidského vnímání, když sledoval z vlaku okolní krajinu. Upoutal ho fakt, že se mu okolní objekty

¹ Asocianismus se zabýval spojováním jednotlivých vjemů či myšlenek a jeho vlivem na učení.