

# OBEČNÁ 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 Kazáková

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](http://www.karolinum.cz)  
[ebooks@karolinum.cz](mailto:ebooks@karolinum.cz)



---

# OBSAH

---

<b>1. ÚVOD</b>	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
<b>2. VĚDOMÍ</b>	19
2.1 VĚDOMÍ JAKO STAV AKTIVACE MOZKU	20
2.2 VĚDOMÍ JAKO STAV MYSLI	21
2.3 VĚDOMÍ A NEVĚDOMÍ	25
<b>3. MOZEK JAKO ORGÁNOVÝ ZÁKLAD PSYCHIKY</b>	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
<b>4. POZORNOST</b>	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
<b>8. ZPRACOVÁNÍ POZNATKŮ A JEJICH MENTÁLNÍ REPREZENTACE</b>		<b>147</b>
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
<b>9. MYŠLENÍ</b>		<b>163</b>
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
<b>10.</b>	<b>INTELIGENCE</b>	<b>219</b>
10.1	ZÁKLADNÍ MODELY 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
<b>11.</b>	<b>JAZYK A ŘEČ</b>	<b>235</b>
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	PSANÍ 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
<b>12.</b>	<b>EMOCE</b>	<b>263</b>
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
<b>13.</b>	<b>MOTIVACE</b>	<b>329</b>
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
	<b>OBECNÁ PSYCHOLOGICKÁ LITERATURA</b>	<b>361</b>
	<b>VĚCNÝ REJSTŘÍK</b>	<b>401</b>
	<b>JMENNÝ REJSTŘÍK</b>	<b>405</b>



---

# 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.
- Vývojevou 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 myslí 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 OBEČNÁ 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 zkrácenému 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 souvislosti 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.<sup>1</sup> 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 psychologických 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 vychováám 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

---

<sup>1</sup> Asocianismus se zabýval spojováním jednotlivých vjemů či myšlenek a jeho vlivem na učení.

jevily, jako kdyby se pohybovaly, ačkoliv bylo jasné, že tomu tak není. Uvědomil si, že zdání pohybu může být vyvoláno procesy, které probíhají v mysli a nazval tendenci k určitému způsobu zpracování vnímaných poznatků slovem Gestalt. Wertheimerova teorie, že způsob uspořádání celku může dodávat dílčím počátkům různý smysl, byla něčím zcela novým.

Hlavním přínosem gestaltistického učení byl důraz na způsob zpracování získaných informací, a i když v této době nemělo příliš velký vliv, nasměrovalo další bádání v oblasti poznávání žádoucím směrem (Hunt, 2000).

Ve druhé polovině 20. století začali psychologové projevovat větší **zájem o obsah lidské mysli a způsob jejího fungování**. Kognitivní psychologové se zaměřili na studium zpracovávání informací, jejich uspořádání a uchovávání, i dalších kognitivních procesů, aby zjistili, jak probíhají. Vzhledem k rozvoji zobrazovacích metod mozkových funkcí mohli využívat i neuropsychologických poznatků a měli možnost modelovat jednotlivé procesy pomocí počítačových programů. Jednotliví badatelé používali různé metody, laboratorní experimenty i pozorování a sebepozorování v přirozených podmínkách a ilustrační kazuistické studie. Výsledkem jejich činnosti byl značný pokrok v porozumění různým kognitivním procesům.

### **1.3.2 Psychologie emocí a motivace**

Obecná psychologie je zaměřena i na studium emočního prožívání a motivace k různé aktivitě, a na analýzu jednotlivých emočních i motivačních aspektů. Pokouší se odpovědět na otázku, jak lidé prožívají a proč dělají to, co dělají, resp. proč na různé podněty reagují určitým způsobem. Prvním člověkem, který zkoumal vliv emocí na chování, nebyl psycholog, ale přírodovědec Charles Darwin. V roce 1872 vydal na toto téma zaměřenou publikaci, která se jmenovala Výraz emocí u člověka a zvířat. Její hlavní myšlenkou bylo vymezení významu emocí. Darwin byl přesvědčen, že slouží k účinné regulaci chování, která zvyšuje šanci na přežití a přispívá k adaptaci na dané podmínky. Lidské emoce mají dle jeho názoru podobný význam jako u zvířat a projevují se obdobným vnějším výrazem (který může sloužit jako důležitý signál umožňující porozumět dané situaci). Na počátku 20. století, když se psychologie začala profilovat jako samostatný vědní obor, se většina psychologů o emoční a motivační složku nezajímala. Pro behavioristy nebyly pocity pokusných osob důležité, všímali si maximálně fyziologických změn, které emoce doprovázely. Výjimkou byl zakladatel psychoanalytické školy Sigmund Freud, který se za-



býval hlavně vlivem vytěsněných zážitků a z nich vyplývající úzkosti na lidské chování.

Ve druhé polovině 20. století začala být pro psychology problematika emočního prožívání zajímavá sama o sobě. Americký psycholog R. Plutchik se zabýval **základními emocemi** a jejich vymezením. Výsledky svého bádání uveřejnil v roce 1958. Studium emocí se v 70. letech minulého století věnoval i další americký psycholog P. Ekman, který hledal společné znaky emočních prožitků a jejich projevů u lidí pocházejících z různých kultur. Došel k závěru, že základní emoce jsou univerzální a jsou spojeny s obdobnými výrazy obličejce (které mohou být částečně sociokulturně modifikovány), podobně jako dávno předtím Ch. Darwin. Další bádání v oblasti emocí bylo zaměřeno spíše na **analýzu vzájemného vztahu emocí a kognice**. Ačkoliv různí psychologové měli na daný problém rozdílné názory, ukázalo se, že obě složky psychiky mohou fungovat samostatně, ale většinou se vzájemně ovlivňují. Jejich propojení vyplývá ze způsobu zpracování informací různými mozkovými strukturami: těmi, které ovládají emoční prožívání, i těmi, které zajišťují kognitivní funkce. Mozek funguje integrovaně, takže jsou propojené i jeho dílčí složky. Emoce představují zdroj informací, které vyvolávají další otázky, a ty vyžadují spoluúčast kognitivních funkcí (Hunt, 2000; Stuchlíková, 2002).

Podobnou proměnou prošlo i **zkoumání motivace**, která přestala být vykládána jako výlučně pudově podmíněná, ale začala být propojována s dalšími psychickými aspekty, kognitivními i sociálními. Zakladatel **psychoanalytického směru** Sigmund Freud byl na počátku 20. století přesvědčen, že lidské chování je řízeno především základními pudy, které dávají podnět k určité aktivitě. Eros, instinkt života, a Thanatos, instinkt smrti, jsou vrozené síly, které směřují k bezprostřednímu uspokojení, ale i ke krutosti a agresi, a specifickým způsobem řídí lidské konání. Freudem vymezený okruh základních motivů byl pojat poněkud redukcionisticky, i když jde o velmi významné a evolučně důležité faktory. Z psychoanalytického pojetí vycházel i významný americký badatel v oblasti motivace H. Murray, který se zabýval analýzou a taxonomií lidských potřeb. V roce 1938 vydal své hlavní dílo, které zahrnovalo i **komplexní teorii motivace**. Už se ale neomezoval jen na pudové síly, ale počítal i s dalšími motivy, především sociálního charakteru (např. potřebou úspěchu, začlenění a sounáležitosti). Uvědomoval si, že lidská motivace může být rozmanitá a že ji lze zkoumat z různých hledisek.

**Důraz na psychickou dynamiku**, tj. motivaci k určitému jednání a celkovému směřování, je typický i pro později vzniklou **humanistickou psychologii**, která v polovině minulého století představovala důležitý směr. Humanistická psychologie kladla důraz na vědomé potřeby, především potřebu seberozvoje. Na analýzu lidské motivace byli zaměřeni především američtí psychologové C. Rogers a A. Maslow. Oba posunuli bádání v oblasti motivace směrem k důrazu na osobní význam motivovaného chování, ale i k propojení dílčích motivů do ucelené struktury. Maslow vytvořil hierarchii potřeb, které jsou rozdělené do pěti úrovní od nejnižších po nejvyšší. Jeho pojetí počítá s faktem, že lidské chování mohou ovlivňovat různé kombinace potřeb a z nich vyplývající motivy. Další bádání v této oblasti už zásadní změnu nepřineslo. Komplexní přístup k hodnocení motivace lidského chování přetrvává i v současnosti.

---

## 2. VĚDOMÍ

---

Z psychologického hlediska je **základní vlastností vědomí schopnost něco si uvědomovat**, okolní svět i sebe sama, aktuální podněty nebo jejich symbolickou podobu. Podmínkou vzniku vědomí je **aktivace bdělosti**, která umožňuje uvědomování nějakého obsahu. Vzhledem k tomu lze rozlišovat **stav vědomí a obsah vědomí**. Vědomí je specifickou funkcí, je významným předpokladem vzniku psychických jevů, které si člověk uvědomuje jako své vlastní a rozlišuje mezi nimi podle jejich kvality i významu. Nemusí zahrnovat všechny psychické projevy, některé z nich mohou být neuvědomované nebo jen částečně. Vědomé procesy jsou pomalé, vyžadují čas, a leccos proto probíhá automaticky, bez účasti vědomí (Young a Pigott, 1999; Damasio, 2000; Koch, 2009; Andrade, 2012; Gazzaniga, 2013).

Na studium obsahu vědomí byla zaměřena psychologie na konci 19. století. Využívala metodu introspekce, tj. popisu pocitů a myšlenek, protože se domnívala, že jejich prostřednictvím dokáže vysvětlit, jak funguje lidská psychika. Jenomže se ukázalo, že metoda introspekce má svá omezení. Zkoumaný jedinec musí být ochoten a schopen pojmenovat, co se v jeho vědomí odehrává, a sdělit to examinatorovi, ale ani pak není jisté, zda je odpověď přesná a výstižná. Někdy stačí, že člověk neumí svoje pocity přesně popsat. Dalším problémem byl tehdy ne zcela známý fakt, že mnohé poznatky a zkušenosti nejsou přístupné vědomí a nelze si je v této podobě vybavit. Uvedené limity tehdy nebylo možné překonat, a proto psychologové hledali jiné způsoby poznání lidské psychiky a o vědomí se na určitou dobu přestali zajímat. K metodě analýzy obsahu lidského vědomí se začali vracet, až když zjistili, že ani studium chování, tj. vnějších projevů psychiky, k uspokojivému poznání nevede. V chování se nemusí projevit všechno, čím se člověk ve svém vědomí zabývá. Např. že ho trápí úzkosti a obavy, a má chuť na vše rezignovat.

**Vědomí umožňuje vznik různých psychických projevů a zároveň je jimi utvářeno.** Jeho obsah je výsledkem určitého způsobu zpracování komplexu podnětů pocházejících z různých zdrojů, vnějších i vnitřních. Na vytváření obsahu vědomí se podílejí různé psychické funkce: vnímání, uvažování, paměť,

představivost i emoční prožívání. Jednotlivé psychické procesy se zde mohou uplatnit v různé míře a na rozdílné úrovni. Vědomí představuje aktuální nabídku poznatků, myšlenek, pocitů i potřeb, které se vztahují k něčemu, co je pro daného jedince významné. Člověk si např. vybavuje různé informace, které se mu jeví důležité pro řešení problému v zaměstnání, a do toho se mu vtírá nepřijemný pocit navozený hádkou s manželkou.

## 2.1 VĚDOMÍ JAKO STAV AKTIVACE MOZKU

Pojem vědomí slouží k označení takového stavu aktivace mozku, který se projevuje **bdělostí a připraveností reagovat** na různé podněty, vybavovat si dřívější poznatky, propojovat je a zpracovávat. Jeho produktem je i uvědomování sebe sama a svého okolí. Jde o něco podobného, jako když zapneme počítač. Fyziologickým základem vědomí jsou procesy, které probíhají v mozku. Avšak žádný specifický modul pro vědomí neexistuje, spíše jde o kombinaci různých vlivů. Míra bdělosti souvisí s **aktivací určitých oblastí mozku** a s jejich vzájemným propojením. Postupné nabuzení bdělosti závisí na aktivitě retikulární formace, která je součástí mozkového kmene, hypotalamu a spodní části koncového mozku (Koukolík, 2013).

Aktivace mozku není stále stejná, a proto se mění i míra bdělosti. **Stupeň vědomí** se za normálních okolností pohybuje mezi bdělostí, ospalostí a spánkem. Z tohoto hlediska je důležitá schopnost soustředit se na běžné podněty, vnímat je, uvědomovat si je a reagovat na ně:

- **Bdělé vědomí** je charakteristické standardně koncentrovanou pozorností, dobrou orientovaností a připraveností dle potřeby reagovat. Míru bdělosti může ovlivňovat únava, která se projeví obtížnějším soustředěním a pomalejšími reakčními časy. Unavený člověk dělá chyby a jeho práce není příliš efektivní.
- **Ospalost** je typická slabou pozorností a omezenou orientovaností, snížená je i připravenost reagovat.
- **Spánek** je stav s výrazným omezením orientovanosti, tj. uvědomování si sebe sama i okolního dění. Minimalizovaná je i schopnost reagovat. Nejde o bezvědomí, ale o přepojení na jinou funkční úroveň, charakteristickou snížením veškeré aktivity. Spánek má různá stadia, v jeho průběhu se mohou některé oblasti mozku aktivovat a v důsledku toho se do vědomí mohou dostávat útržky vědomí, které tvoří sny.