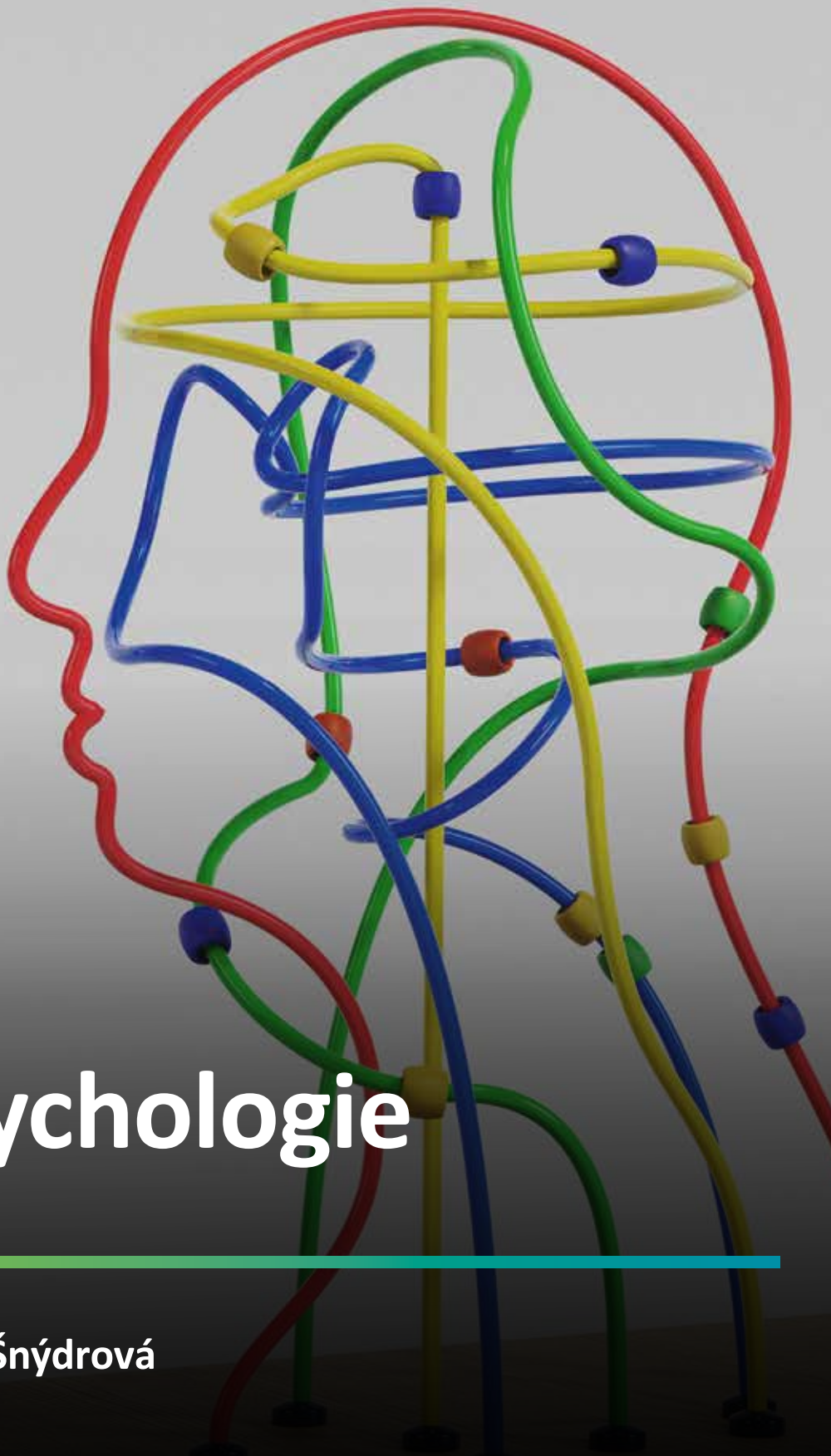




Psychologie

Ivana Šnýdrová

Vysokoškolská učebnice

Odborné nakladatelství Vysoké školy ekonomie a managementu

 **VŠEM**

VYSOKÁ
ŠKOLA
EKONOMIE
A MANAGEMENTU

PSYCHOLOGIE

Psychologie

Seznam autorů:

PhDr. Ivana Šnýdrová, CSc.

Copyright © Vysoká škola ekonomie a managementu 2026

Vydání druhé. Všechna práva vyhrazena

ISBN: 978-80-53024-25-9

Vysoká škola ekonomie a managementu

www.vsem.cz

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

Obsah

Seznam obrázků	6
Seznam tabulek	7
Značky a symboly v učebním textu	8
Úvod	9
1. KAPITOLA: VÝVOJ PSYCHOLOGICKÉHO MYŠLENÍ	11
1.1 Psychologie jako věda o duši	13
1.2 Psychologie jako věda o vědomí, respektive o subjektivní zkušenosti	16
1.3 Psychologie jako věda o chování	18
1.4 Psychologie jako věda o psychických strukturách	20
1.5 Psychologie jako věda o prožívání a chování	21
1.6 Významné směry v současné psychologii	22
1.6.1 Psychoanalýza – hlubinná psychologie	22
1.6.2 Humanistická psychologie	25
1.6.3 Transpersonální psychologie	26
1.7 Systém psychologických věd	27
2. KAPITOLA: METODY PSYCHOLOGIE	34
2.1 Metody v psychologii	37
2.1.1 Experiment	38
2.1.2 Pozorování	39
2.1.3 Anamnéza	41
2.1.4 Rozbor výsledků činnosti zkoumané osoby	43
2.1.5 Rozhovor	43
2.1.6 Metody testové a dotazníky	47
2.1.7 Využití umělé inteligence v metodách psychologie	52
2.2 Psychologické metody a jejich použití v podnikové praxi	53
3. KAPITOLA: OSOBNOST	61
3.1 Vývoj a utváření osobnosti	63
3.2 Vývoj vědomí já a ega	66
3.3 Struktura osobnosti	69
3.3.1 Schopnosti	72
3.3.2 Inteligence a tvořivost	73
3.3.3 Rysy osobnosti	77
3.3.4 Temperament	78
3.3.5 Charakter	83
3.3.6 Emoce	85

4. KAPITOLA: ČLOVĚK A SPOLEČNOST	92
4.1 Socializace	93
4.2 Sociální role	96
4.3 Malá skupina	97
4.4 Hromadné chování	102
5. KAPITOLA: SOCIÁLNÍ STYK	107
5.1 Sociální interakce	108
5.2 Sociální percepce	110
5.3 Sociální komunikace	112
5.3.1 Komunikační bariéry	115
5.3.2 Transakční analýza	116
5.3.3 Poruchy v komunikaci	120
5.3.4 Problémová komunikace	121
5.3.5 Komunikační dovednosti	122
6. KAPITOLA: PSYCHICKÁ REGULACE ČINNOSTI	131
6.1 Motivace	132
6.1.1 Zdroje motivace	135
6.1.2 Modely motivace	135
6.1.3 Motivační teorie	136
6.2 Frustrace	138
6.3 Stres	141
6.3.1 Workoholismus	145
6.3.2 Syndrom vyhoření	147
 Literatura	 152
Glosář	162
Vzorový zkouškový test	168

Seznam obrázků

Obrázek 1.1 Freudův model lidské psychiky	23
Obrázek 1.2 Maslowova hierarchie potřeb	26
Obrázek 1.3 Vztah obecné psychologie k ostatním oborům základních psychologických věd	28
Obrázek 2.1 Anamnéza pro klinické účely	42
Obrázek 2.2 Nejčastěji využívané metody AC	56
Obrázek 3.1 Souhra činitelů utváření osobnosti	65
Obrázek 3.2 Model determinace lidské psychiky – reciproční determinismus	65
Obrázek 3.3 Činitele formování ideálního já	68
Obrázek 3.4 Rozvoj schopností	72
Obrázek 3.5 Standardní podoba Turingova testu	75
Obrázek 3.6 Eysenck – základní dimenze osobnosti	81
Obrázek 3.7 Transakční model temperamentu	82
Schéma 4.1 Faktory ovlivňující chování a výkon skupiny	98
Obrázek 5.1 Model sociální interakce	108
Obrázek 5.2 Základní činitele ovlivňující sociální percepci	111
Obrázek 5.3 Model komunikačního procesu	112
Obrázek 5.4 Vzdálenost v interpersonální komunikaci	115
Obrázek 5.5 Diagram vztahů	117
Obrázek 5.6 Příklady doplňkové (paralelní) transakce	118
Obrázek 5.7 Příklad křížové transakce	119
Obrázek 5.8 Křivka konfliktu	127
Obrázek 6.1 Proces motivace	134
Obrázek 6.2 Znázornění efektu vystavení organismu stresu vedoucího buď k adaptaci a posílení odolnosti, nebo k přetížení a vulnerabilitě.	142

Seznam tabulek

Tabulka 2.1 Rozdíly mezi kvalitativním a kvantitativním přístupem	35
Tabulka 2.2 Typy Assessment Centre	55
Tabulka 3.1 Pět základních dimenzí osobnosti	70
Tabulka 3.2 Charakteristika temperamentových typů	80
Tabulka 3.3 Kohlbergovo pojetí stupňů morálky s příklady	84
Tabulka 4.1 Výchovné styly	95
Tabulka 4.2 Základní obraz skupinové dynamiky	99
Tabulka 4.3 Rozdíly mezi autokratickým a demokratickým stylem vedení skupin	101
Tabulka 5.1 Míra využívání součástí komunikace	113
Tabulka 5.2 Srovnání postojů v komunikaci	123
Tabulka 6.1 Struktura motivace	133
Tabulka 6.2 Výběr z Inventáře životních událostí	143
Tabulka 6.3 Copingové strategie – Tobinův inventář	144

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

Tato učební publikace *Psychologie* byla vytvořena s cílem poskytnout čtenářům komplexní, teoreticky podložený a didakticky promyšlený úvod do psychologie jako vědecké disciplíny založené na empirickém výzkumu, systematické analýze a kritické interpretaci dat o lidském chování, prožívání a kognitivních procesech. Text je primárně určen studentům Vysoké školy ekonomie a managementu v Praze v rámci předmětu *Základy psychologie*, avšak jeho obsahové ukotvení a metodologická úroveň jej činí vhodným i pro širší akademickou a odbornou komunitu, která se zajímá o epistemologické, metodologické a aplikační aspekty moderní psychologie.

Konceptuální rámec této publikace vychází z požadavku propojit tři klíčové roviny psychologického poznání: (1) teoretické konstrukty a paradigmatické přístupy, které vymezují základní oblasti vědeckého zkoumání; (2) metodologické principy, na nichž jsou psychologické poznatky budovány, validovány a interpretovány; a (3) aplikované souvislosti, které ukazují, jak lze psychologické teorie a empirické nálezy využít v praxi, zejména v pedagogickém, manažerském, zdravotnickém a sociálním kontextu.

Jednotlivé kapitoly jsou koncipovány podle jednotného didaktického modelu podporujícího kognitivní strukturování, postupné prohlubování znalostí a aktivní konstrukci porozumění. Kapitoly začínají stručnou kontextualizací sledovaného tématu v rámci širšího vědeckého a historického diskurzu a specifikací výukových cílů formulovaných ve smyslu očekávaných výstupů učení. Následující výklad zahrnuje přesné terminologické definice, systematizaci klíčových psychologických procesů a teorií a také propojení mezi mikroúrovní individuální psychologie a makroúrovní sociokulturních determinant.

Výklad je opřen o současné poznatky z empirického výzkumu, včetně relevantních experimentálních studií, longitudinálních zjištění a metaanalytických závěrů. Důraz je kladen na metodologické aspekty: validitu a reliabilitu měření, typologii výzkumných designů, otázku operacionalizace psychologických konstrukcí a limity interpretace dat, které mají zásadní význam pro pochopení vědeckého charakteru psychologie.

Pro podporu didaktické přehlednosti i hlubšího kognitivního porozumění jsou do textu integrována schémata, tabulky a modely, které vizualizují teoretické vztahy, procesní diagramy či strukturu jednotlivých psychických funkcí. Součástí kapitol jsou dále příklady z aplikační praxe, které ilustrují transfer teoretických poznatků do reálných situací, a cvičení podporující rozvoj kritického myšlení, analytických dovedností a schopnosti interpretovat výsledky psychologických šetření.

Každá kapitola je uzavřena shrnutím klíčových konceptů, řešeními k úlohám a sadou kontrolních testových položek, jež plní funkci formativního hodnocení a umožňují studentům průběžně monitorovat míru porozumění. Závěrečná část publikace obsahuje podrobný seznam použité a doporučené literatury, která čtenáři nabízí možnost samostatného rozšíření znalostí, studia primárních vědeckých zdrojů a hlubšího náhledu do specializovaných oblastí psychologie.

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

1

kapitola

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 **Goclenius** 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 představují specifické odvětví psychologie, které řadíme mezi disciplíny teoretické psychologie. Zabývají se vznikem, vývojem a proměnami poznání psychiky a psychologických myšlenek v průběhu historie. Psychologické poznání je přitom vždy ovlivněno dobou, ve které vzniká – tedy historickými podmínkami i aktuální úrovní vědeckého poznání. Otázky psychologie se rodily a rodí v různých životních situacích a vycházejí z různých zdrojů lidské zkušenosti, například ze styku s přírodou, ze sebepozorování, z pozorování druhých lidí i zvířat, z úvah o životě a smrti, výchově, vedení lidí nebo řízení společnosti.

Řadu psychologických problémů je navíc nutné řešit ve spolupráci s dalšími vědními obory, jako jsou biologie, neurobiologie, fyziologie, filozofie, matematika, kybernetika, sociologie nebo kulturní antropologie. Vymezit přesné místo psychologie v systému věd proto není jednoduché, protože existuje více způsobů, jak vědy třídit, a každý z nich vychází z jiných hledisek. Podle Piageta je psychologie interdisciplinární vědou, která propojuje přírodní a společenské vědy a zároveň má blízký vztah k filozofii.

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 fungování lidského těla převážně animisticky, tedy jako projev působení duševních a božských sil. Jednotlivé části těla byly považovány za sídla různých duchovních principů. Za hlavní centrum života bylo pokládáno srdce, v němž podle jejich představ sídlila životní síla i podstata lidské osobnosti (Atkinson, 2003). Srdce bylo chápáno jako centrum duševního života a po smrti hrálo klíčovou roli při posmrtném soudu, kdy byly váženy dobré a špatné skutky jedince, které se do něj během života „zapsaly“.

Podle egyptských představ byl člověk tvořen tělem, více druhy duší a duchem. Každý orgán měl svou vlastní duši, což odráželo přesvědčení o mnohvrstevnatosti lidské existence. Vedle těchto „tělových duší“ měly zvláštní význam také duše Ka, Ba a duch Ach, které představovaly různé aspekty životní síly a existence člověka.

Vlivem antických autorů, zejména Herodota, se v evropském myšlení rozšířil názor, že Egypťané jako první formulovali učení o nesmrtelnosti duše a jejím putování po smrti do jiných forem existence (Nakonečný, 2019). Tento výklad je však zjednodušující, protože Herodotos do určité míry zaměnil egyptské představy s indickým učením o převtělování.

Po smrti se podle Egypťanů duše Ka odděluje od těla a směřuje k nebesům, kde se má spojit s duchem Ach a vytvořit tak vyšší, zářící formu existence. Duše Ba je naopak spojována s individuální identitou jedince, doprovází ho během života a po smrti zůstává v kontaktu s tělem, respektive jeho hrobem. Významným textem, který měl duši pomoci na její cestě, byla tzv. Kniha mrtvých, obsahující návody a rituály umožňující bezpečný přechod do posmrtného života.

Psychologické myšlení ve starověké Indii

Psychologické představy starověkých indických myslitelů jsou zakotveny především ve Védách, nejstarší indické literatuře (Lorencová, Rohlíková, 2009). Tyto texty zdůrazňují úzké sepětí těla a duše. Po smrti dochází k rozpadu těla na jednotlivé části, které se rozptylují v přírodě. Pohřební rituály, jako

spalování mrtvých a vhození ostatků do vody, měly tento proces urychlit, oddělit duši od těla a zajistit jí klid. Duše však nezaniká, ale přechází do nového organismu.

Zásadní význam pro rozvoj indického filozofického a psychologického myšlení mají Upanišády. Zatímco Vědy se zaměřují především na náboženské rituály, magii a přírodní jevy, Upanišády obračejí pozornost k vnitřnímu světu člověka, jeho duši a vědomí. Duše je zde chápána jako nejvyšší princip, který řídí veškerou duševní činnost. Důraz je kladen na sebepoznání, sebereflexi a duchovní rozvoj jedince.

Duše je zároveň vnímána jako součást kosmického principu, ke kterému se po smrti nebo v určitých stavech vrací. Podle těchto představ může duše opouštět tělo i během spánku, kdy se přibližuje hlubšímu poznání. Tyto myšlenky odrážejí přesvědčení o propojenosti individuální existence s univerzálním řádem a zdůrazňují význam vnitřního poznání jako cesty k pochopení lidské podstaty.

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

Zachytit vývoj psychologických idejí ve starověkém Řecku ve zkratce tak, aby byl srozumitelný a přínosný pro čtenáře těchto skript, je poměrně náročné. Důvodem je množství filozofů i filozofických směrů, které se v tomto období objevují. Pro přehlednost bude nejprve stručně nastíněno předfilozofické období řeckého myšlení a následně budou představeny myšlenky tří nejvýznamnějších myslitelů – Sokrata, Platóna a Aristotela.

Staří Řekové byli původně především přírodozpytci, kteří se snažili porozumět světu a jeho zákonitostem. Jednou z prvních otázek, kterou si kladli, bylo, co tvoří základ veškeré existence. Hledali jednotný princip (arché), který by vysvětloval podstatu světa. Někteří jej spatřovali ve vodě, jiní ve vzduchu, ohni nebo jiných přírodních prvcích (Hlavinka, 2008). Později se jejich úvahy rozvinuly směrem ke zkoumání složení hmoty, což vedlo ke vzniku atomistických teorií (Leukippos, Démokritos, Epikúros). Tito myslitelé chápali svět jako složený z nedělitelných částic – atomů – a dokonce i duši popisovali jako soustavu jemných atomů prostupujících lidské tělo (Plháková, 2003).

Duši si staří Řekové představovali jako jemnou substanci spojenou s dechem – například jako páru, mlhu či proud vzduchu. Byla chápána jako nesmrtelná a po smrti opouštěla tělo, často symbolicky ústy nebo ranou. Krev byla považována za nositele života, a její ztráta tak znamenala i ztrátu duše. Posmrtná existence duše byla v řeckých představách spíše ponurá – duše bloudila v podsvětí, jemuž vládl bůh Hádes. Aby se mohla od těla definitivně oddělit, bylo nutné tělo pohřbit nebo spálit.

Podle některých představ opouští duše tělo i během spánku a putuje světem. Zážitky z tohoto „putování“ se pak odrážejí ve snech. Sen byl proto chápán jako určitá analogie posmrtného stavu, tedy jako dočasné oddělení duše od těla.

Významnou roli ve vývoji psychologického myšlení sehrál také rozvoj medicíny, která se postupně prolínala s filozofií. Psychologická problematika tak začala být nahlížena nejen filozoficky, ale i z hlediska fungování lidského těla. Nejvýznamnějším představitelem lékařství byl Hippokratés (5.–4. století př. n. l.), jehož práce položila základy systematického přístupu k lidskému zdraví i psychice.

Psychologické představy starých Řeků se výrazně odrážejí také v mytologii a literatuře, zejména v Homérových eposech Ilias a Odysea, kde jsou zachyceny emoce, motivace i lidské jednání v různých situacích.

Vrchol řeckého myšlení pak představují filozofové Sokrates, Platón a Aristoteles, kteří vytvořili základní koncepce evropské filozofie i psychologie (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 sebepozorováním. 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.

Ve svém filosofickém myšlení zásadním způsobem otevřel problematiku svědomí, které chápal jako specifický vnitřní hlas – tzv. daimonion. Tento pojem označoval za jakousi božskou, transcendentní instanci přítomnou v nitru člověka. Daimonion podle něj nepředstavovalo zdroj konkrétních příkazů, ale spíše varovný a regulativní princip, který jedince odvracel od nesprávného jednání a usměrňoval jeho morální rozhodování. Svědomí tak u Sokrata získává charakter vnitřní mravní autority, jež zprostředkovává vztah mezi lidským rozumem a vyšším, božským řádem. Současně Sokrates rozvinul specifickou dialogickou metodu poznávání, známou jako tzv. maieutiku (porodnickou či „babickou“ metodu). Jejím cílem nebylo předávání hotových poznatků, ale vedení partnera v rozhovoru k tomu, aby prostřednictvím systematického kladení otázek dospěl k vlastním závěrům a formuloval vlastní tvrzení. Tato metoda vychází z předpokladu, že pravda je v člověku potenciálně přítomna a může být „zrozena“ prostřednictvím kritické reflexe a argumentace (Plháková, 2003; 2020).

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 asociační zákony vyjadřují vztahy mezi nimi. Asociační 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 ojediněle;
- 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 (Hoskovicová, 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 senzorické 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 senzorické 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 počitek a dolní podnětový práh, který znamená nejnižší intenzitu působícího podnětu, jež už může počitek 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 zoo-psychologii 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, zvnění), který během učení získal schopnost vyvolávat vrozenou salivární 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 v roce 1925: „*Dejte mi tucet zdravých, dobře rostlých dětí a místo, kde bych je vychovával, a ručím za to, že z kteréhokoli z nich vychovám specialistu dle vlastní volby: lékaře, právníka, umělce, obchodníka, žebráka i zloděje, bez ohledu na jeho vlohy, sklony, schopnosti, zájmy a rasu jeho předků*“ (Hartl, 2001).

Radikální Watsonův behaviorismus byl označován také jako **S-R teorie**, neboť pozornost byla soustředěna pouze na stimuly (podněty), které na organismus působily a jimi vyvolané reakce (R). Tato teorie byla podpořena experimentem, jehož cílem bylo vytvoření patologické reakce (fobie) u malého dítěte.

Na Watsonův experiment navázala **M. C. Jonesová**, která dokázala, že vytvořený reflex (strach) může být zase podmiňováním odstraněn.

Zastáncem S-R teorie byl také **E. L. Thorndike**, zakladatel zoopsychologie, který na základě experimentů se zvířaty (zkoumal inteligenci u zvířat) v bludišti stanovil **tři zákony učení** (Hartl, 2001):

- **zákon účinku**, který říká, že si učící osvojí a zapamatuje odpovědi, které vedou k úspěšnému výsledku;
- **zákon cviku**, který říká, že opakování a smysluplné spojování podporuje učení;
- **zákon pohotovosti**, který říká, že pokud je organismus připraven k učení, je učení podporováno, pokud ne, je tlumeno.

Watsonovu teorii S-R se snažil překonat neobehaviorismus, jehož zakladatelem se stal E. C. Tolman (1932). **Neobehaviorismus** rozšiřuje zjednodušující rovnici S-R pochopením toho, co se děje v „černé schránce“ (S-O-R).

S-O-R znamená, že mezi podnět (S) a reakci (R) vstupuje organismus jako tzv. intervenující proměnná, která rovněž ovlivňuje reakci.

Částečný **návrat k radikálnímu behaviorismu** představuje **B. F. Skinner** (1938), který odmítl intervenující proměnné a věnoval se experimentálnímu výzkumu učení. Zjistil, že obtížná látka nebo úkol se snáze naučí či vyřeší, když se rozloží do menších celků, které na sebe logicky navazují. Jeho největší přínos **spočívá v teorii operantního podmiňování**, což v jeho pojetí znamená, že jedinec přizpůsobuje své chování jeho následkům (Hartl, 2001). To znamená, že žádoucí chování se má posilovat (odměna), nežádoucí chování se má opomíjet, takže by po čase mělo dojít k jeho vyhasnutí. Skinner odmítá negativní zpevnění chování (trest za nežádoucí chování).

Skinner je také považován za zakladatele programovaného učení.

V 60. letech se koncipuje nový směr nazvaný **subjektivní behaviorismus**, jehož nejvýznamnějšími představiteli jsou **Miller, Pribram, Galanter**. Jejich přístup byl inspirován a ovlivněn kybernetikou. Uvědomili si, že zákonitosti chování nelze hledat pouze v popisu jeho vnějších projevů, a že k náležitěmu vysvětlení chování kteréhokoli systému není jiné cesty než přes popis funkce té části systému, která jeho chování řídí. Tuto zdánlivě banální myšlenku se pokusili aplikovat při vysvětlování chování živých organismů, zejména člověka. Zabývali se chováním všech stupňů složitosti – od instinktů přes motorické dovednosti a návyky až k sociálnímu chování. Pokusili se vysvětlit zapamatování a vybavování, myšlení a tvůrčí činnosti. Nevyhnuli se ani vlastnostem osobnosti a některým problémům z psychopatologie (Šnýdrová, 2009).

Subjektivní behaviorismus kladl velký důraz na učení. H. L. Miller a J. T. Dollard při svých výzkumech zjistili, že člověk se učí pozorováním, posílením a nápodobou. Nedojde-li k nápodobě a posílení, nedojde ani k učení. **A. Bandura** však tvrdil, že člověk se může učit pozorováním bez provedení nápodoby, a v tom případě jde o **učení observační**. Člověk se učí díky interakci s druhými lidmi v rámci společenského prostředí.

1.4

Psychologie jako věda o psychických strukturách

DEFINICE

Základní teze celostní psychologie

Celek je víc než suma částí a celky nelze vždy vykládat z částí (Hoskovec, 1992).

Gestaltismus (celostní psychologie) vznikl jako reakce na asocianismus. Předpokládal, že psychické struktury nejsou vytvářeny spojováním (asociováním) jednotlivých elementů (Nakonečný, 2011), ale že to jsou celky strukturně organizované od samého počátku. Části jsou vždy podřízeny celkům. Vztahy mezi částmi celku se řídí určitými pravidly.

Gestaltisté kritizovali behavioristy pro jejich úzkou zaměřenost na vnější chování a **soustředili se více na vnímání a myšlení**. Představitelé berlínské školy (M. Wertheimer, W. Kohler, K. Koffka) studovali chování zvířat při **řešení problémové situace** a dospěli k pojmu **vhled**. Jde o pochopení vztahů, souvislostí a následné vyřešení problému. Nalezené řešení lze opakovat a užít i v jiných obdobných situacích. Výsledky výzkumů ukázaly, že inteligentnější jedinci daleko rychleji dosahují vhledu a snadněji ho uplatňují v nových, podobně strukturovaných situacích. Strategie chování je individuem zvolena v důsledku procesu pochopení souvislostí a vztahů.

Základní funkce vnímání je orientace organismu v prostředí, která je umožněna smyslovými orgány. Gestaltisté se zabývali zákonitostmi, podle nichž se organizuje a strukturuje pole vnímání. Vnímání je aktivním výkonem, neboť přijaté signály se neustále spojují se současnými a bezprostředně předcházejícími do vnímaného celku. Tvarové principy strukturují podnět tak, že se jeví jako jednoduchý, přehledný a konstantní (Nakonečný, 2011).

Tvarové zákony dle gestaltistů:

- **figura a pozadí** – v poli vnímání je detail od základu oddělen a zdůrazněn (figura). Figura má vždy tvar, je zřetelná a přesně ohraničená. Pozadí pokračuje jakoby za obrazcem, dotváří ho, nemá vlastní ohraničení;
- **zákon blízkosti** – jednotlivé elementy se sdružují na základě svého blízkého vztahu do skupin nebo tvarů;
- **zákon stejnosti** – tvar, vjemový celek je vytvářen seskupením stejných elementů;
- **zákon dobrého tvaru a společného osudu** – vjemový celek vytvářejí ty prvky, které mají společný osud, např. stejný směr pohybu;
- **princip konstantnosti** – velikostní konstanta znamená, že se nám předmět zdá být vždy stejně velký, ať před ním stojíme blíž nebo dál. Místní konstanta znamená, že předměty při vnímání zůstávají na svém místě, i když se obraz na sítnici pohybuje v důsledku pohybu hlavy a očí. Konstanta světlosti – bílý papír a sníh se zdají bílé i za soumraku.

Z gestaltismu vychází **kognitivní psychologie**, která (vliv kybernetiky) předpokládá, že lidské chování je určováno plánem, jak dosáhnout určitých cílů. Ve snaze zdůraznit tuto seberealizaci používají kognitivisté spíše pojmu jednání než chování. Pro kognitivisty je principem organizovanosti chování především organizace minulých zkušeností. Obraz světa, představa o sobě, o vztazích vnějšího světa, tedy jakási „**kognitivní mapa**“ není jen pasivním zrcadlením situace, ale aktivním zpracováním vlastních zkušeností. Svými kognitivními aktivitami získávají lidé vhled do situací, vnášejí do výkladu skutečnosti svůj řád (Šnýdrová, 2001).

Jedním z nejvýznamnějších představitelů kognitivní psychologie je **K. Lewin**, který se zabýval otázkou, do jaké míry ovlivňuje variabilní prostředí člověka. Ve skutečnosti totiž objektivně stejné prostředí není stejnou situací pro různá individua a také je neovlivňuje stejným způsobem. Duševní