

OBSAH

ÚVOD	1
1. ZÁKLADY PSYCHOLOGIE	3
1.1 Předmět psychologie, vývoj a současný stav	3
1.2 Obecné metody psychologie	4
1.3 Determinace psychiky	5
1.4 Vývojová stadia a jejich charakteristika	6
2. ZÁKLADNÍ PSYCHOLOGICKÉ FUNKCE	10
2.1 Poznávací procesy	10
2.1.1 Vnímání	10
2.1.2 Představy	11
2.1.2.1 Zvláštní projevy vnímání	11
2.1.2.2 Poruchy vnímání	13
2.1.3 Fantazie (obrazotvornost)	14
2.1.4 Paměť	15
2.1.4.1 Fáze činnosti paměti	15
2.1.4.2 Druhy paměti	17
2.1.4.3 Poruchy paměti	18
2.1.5 Myšlení a řeč	18
2.1.5.1 Rozvoj myšlení	20
2.1.5.2 Poruchy myšlení	20
2.1.6 Pozornost	21
2.2 Emotivní funkce	22
2.2.1 Rozdělení emocí	22
2.2.2 Poruchy emotivity	23
2.3 Volní procesy	23
3. PSYCHOLOGICKÝ VÝKLAD OSOBNOSTI	25
3.1 Temperament	26
3.1.1 Kretschmerova konstituční typologie	27
3.1.2 Pavlovovská typologie vyšší nervové činnosti	28
3.1.3 Eysenckova teorie: extraverte a neuroticismus	29
3.1.4 Další temperamentové vlastnosti	31
3.1.5 Věkové rozdíly v temperamentu	31
3.2 Schopnosti	31
3.2.1 Inteligence	32
3.2.2 Speciální schopnosti	33
3.3 Charakter	34
3.4 Osobnost a motivace	35
3.4.1 Motivy	35
3.4.2 Postoje	36
3.4.2.1 Zájmy	37
3.4.2.2 Hodnoty	37
3.4.3 Motivační vlastnosti	37

3.4.4	Vývoj motivace	38
4.	SOCIABILITA, ZÁKONITOSTI STYKU MEZI LIDMI	39
4.1	Sociální styk	39
4.2	Sociální interakce	39
4.3	Komunikace	40
4.3.1	Formy mezilidské komunikace	41
4.4	Sociabilita, kontakt s lidmi	42
4.4.1	Společenské skupiny	43
4.4.1.1	Dyáda, malá skupina	43
4.4.1.2	Společenské skupiny s primárním kontaktem	43
4.4.1.3	Formální společenské skupiny	44
5.	PŘÁTELSTVÍ	45
5.1	Determinanty přátelských vztahů	46
5.2	Láska, stupně vztahů mezi jedinci	47
6.	VZTAHY V RODINĚ, PROBLEMATIKA VZTAHŮ RODIČŮ A DĚTÍ	49
6.1	Rodina a společnost, rodinná interakce	50
6.2	Vývojové fáze rodiny	51
6.2.1	Péče o člověka v nejranějších fázích jeho života	51
6.2.2	Období odchodu dětí z domova	53
6.2.3	Vztahy při soužití rodin rodičů a rodin jejich dětí	53
6.2.4	Fáze odchodu do důchodu	56
7.	MEZILIDSKÉ VZTAHY MEZI DOSPĚLÝMI V MANŽELSTVÍ	57
7.1	Výběr partnera pro manželství	57
7.1.1	Zevnějšek	57
7.1.2	Věkový rozdíl mezi partnery	58
7.1.3	Délka známosti před svatbou	58
7.1.4	Věk vstupu do manželství	58
7.1.5	Vliv vzdělání, hospodářské postavení	58
7.1.6	Rodinné prostředí a dětství obou partnerů	59
7.1.7	Charakterové vlastnosti	59
7.2	Vnitřní problémy manželství	60
7.3	Vnější zásahy do manželství	60
7.4	Žárlivost	61
7.5	Vývojové manželské krize	62
7.6	Rozvod	63
7.7	Faktory upevňující vzájemnou adaptaci manželů	64
8.	DUŠEVNÍ HYGIENA, DUŠEVNÍ ZDRAVÍ, FRUSTRACE, KONFLIKT, STRES	67
8.1	Základní pojmy duševní hygieny	67
8.2	Pojetí duševního zdraví	67
8.3	Zátěžové situace	68
8.3.1	Frustrace a konflikt	69
8.3.2	Životní změny	71
8.3.3	Stresové situace	72

9. PATOLOGICKÉ PROJEVY OSOBNOSTI, PSYCHOTERAPIE	74
9.1 Neuróza	74
9.2 Psychopatie	75
9.3 Neurastenie	75
9.4 Psychóza	75
9.5 Sebevražda	76
9.6 Alkoholismus a jiné toxikománie	77
9.6.1 Alkoholismus	77
9.6.1.1 Problémy, související s alkoholismem	79
9.6.2 Drogová závislost	79
9.6.2.1 Následky drogové závislosti:	81
9.7 Psychoterapie	81
10. RELAXAČNÍ TECHNIKY	83
10.1 Základní uvolňovací cvičení	84
10.2 Autogenní trénink	85
10.2.1 Způsob koncentrace	86
10.2.2 Organizace cvičení	86
10.3 Dechová relaxace	89
11. ASERTIVITA	90
Literatura	93