

Obsah

Předmluva	11
1 Úvodem: K čemu slouží a co je psychologie	13
1.1 Co psychologové dělají a jaký to má smysl	13
1.2 Předmět psychologie	18
<i>Psychické (duševní) jevy</i>	19
<i>Determinace psychických jevů</i>	21
<i>Vnější projevy psychických jevů</i>	22
<i>Rozšíření předmětu psychologie</i>	25
1.3 Rozdělení psychologie	26
1.4 Dějiny psychologie	29
Díl 1	
Popis psychických jevů	35
2 Vnímání (percepce)	37
2.1 Zpracování sensorického materiálu	41
<i>Figura na pozadí</i>	41
<i>Percepční konstanty</i>	45
<i>Zvýraznění rozdílů mezi podněty</i>	48
<i>Vliv kontextu na vnímání víceznačných podnětů</i>	50
<i>Spontánní střídání vjemů při neměnném podnětu</i>	51
<i>Nevysvětlené zrakové klamy</i>	52
<i>Nemožné předměty</i>	54
2.2 Vnímání se učíme	54
2.3 Vnímání v celku prožívání, jednání, osobnosti a kultury	55
2.4 Radikálně omezené vnímání (podnětová deprivace)	57
3 Představy	61
3.1 Funkce představ	63

3.2	Vědecký výzkum představ	64
3.3	Praktické využití poznatků o představách	65
4	Paměť	69
4.1	Různé druhy paměti	69
	<i>Paměť krátkodobá a dlouhodobá</i>	69
	<i>Paměť mechanická a logická</i>	71
4.2	Stadia paměťového procesu	72
	<i>Stadium ukládání do paměti</i>	72
	<i>Stadium podržení v paměti (a zapomínání)</i>	76
	<i>Stadium vybarování</i>	77
4.3	Celkový systém lidské paměti	81
4.4	Paměť jako aktivní proces	82
5	Myšlení	87
5.1	Myšlenkový proces	89
5.2	Vhled	91
5.3	Myšlenkové postupy	93
	<i>Kategorizace (třídění)</i>	93
	<i>Dedukce</i>	95
	<i>Indukce</i>	96
5.4	Jak cvičit myšlení	99
5.5	Myšlení v celku prožívání, osobnosti a kultury	100
6	Cítění	103
6.1	Fenomenologie citů	105
6.2	Citová spontaneita a sebekontrola	108
6.3	Vývoj citů	109
6.4	Nemoci citů a jejich léčení	111
	<i>Co se dá dělat proti strachu a úzkosti?</i>	111
7	Vůle a pozornost	115
7.1	Rozhodovací stadium volního procesu	116
7.2	Realizační stadium volního procesu	119
7.3	Pozornost	121
8	Vědomí	125
8.1	Vědomí jako existenciální prožitek	125
8.2	Vědomí jako stav bdělosti	126
8.3	Vědomí ve snu, hypnóze, meditaci nebo pod vlivem drog	127

	<i>Vědomí ve snu</i>	127
	<i>Vědomí v hypnóze</i>	128
	<i>Změny vědomí pod vlivem meditace</i>	129
	<i>Vědomí pod vlivem drog</i>	130
9	Jáství	135
9.1	Tělové Já a ne-Já	135
9.2	Psychické Já a ne-Já	139
9.3	Kontinuita Já	140
9.4	Integrita Já	141
Díl 2		
	Cesty psychologického výkladu	143
10	Biologický přístup	145
10.1	Jak biologické faktory působí na psychiku	145
	<i>Struktura nervové soustavy</i>	146
	<i>Biologická individualita</i>	151
	<i>Aktuální zdravotní stav</i>	151
	<i>Reakce psychiky na chemické ovlivnění těla</i>	152
10.2	Jak psychika ovlivňuje biologické procesy	152
	<i>Fyziologické procesy v mozku pod vlivem psychických procesů</i>	152
	<i>Tělesné poruchy funkční a psychosomatické</i>	154
	<i>Volní ovlivňování tělesných dějů běžně nezávislých na vůli</i> ...	154
	<i>Léčivý vliv psychických stavů a procesů na tělesné nemoci</i> ...	156
	<i>Vliv psychické činnosti na mozkovou tkáň</i>	156
11	Psychologie učení	159
11.1	Habituace	160
11.2	Klasické podmiňování	161
	<i>Preference známého</i>	166
11.3	Operantní podmiňování	167
	<i>Poznámka: Kognitivní faktory učení</i>	173
11.4	Učení pod vlivem modelu: napodobování a identifikace	173
12	Motivace	177
	<i>Poznámka o motivech a citech</i>	179
12.1	Primární motivy	179
	<i>Instinkty a pudy u zvířat a u lidí</i>	180
	<i>Typická rozcestí motivační dynamiky</i>	184

12.2	Sekundární motivy a funkční autonomie	186
	<i>Hierarchie motivů podle Maslowa</i>	187
13	Kognitivní teorie	191
	<i>Důsledná kognitivní otevřenost</i>	192
	<i>Kognitivní disonance</i>	193
	<i>Pozitivní zpětná vazba mezi poznáním a citem</i>	196
	<i>Problém cizí perspektivy</i>	197
	<i>Bezděčné mylné zásady</i>	198
	<i>Tabuizace vlastního stárnutí</i>	198
	<i>Kauzální atribuce</i>	199
	<i>V jakých pojmech posuzujeme lidi?</i>	200
14	Sociální psychologie	203
14.1	Sociální skupiny a jejich charakteristiky	205
	<i>Funkce skupin</i>	205
	<i>Formální a neformální skupiny</i>	206
	<i>Role ve skupině</i>	206
14.2	Skupina a její vedoucí	209
	<i>Styl vedení a osobnost vedoucího</i>	209
	<i>Vzájemný vztah mezi vedoucím a skupinou</i>	210
14.3	Vliv skupiny na jedince	211
14.4	Dyadické interpersonální (mezilidské) vztahy	215
15	Funkční modely osobnosti	219
15.1	Introspektivní východisko psychoanalytické teorie osobnosti ..	220
15.2	Složení „psychického aparátu“ podle Freuda: Id – Ego – Superego	221
	<i>Vědomí, nevědomí a funkce psychického aparátu</i>	223
15.3	Berneho zjednodušení psychoanalytického modelu	226
15.4	Jungovo doplnění Freuda: Kolektivní nevědomí	228
15.5	Humanistické teorie osobnosti	231
16	Osobnost jako osobitost I: Kvantitativní přístup	233
	<i>Psychologický rozbor jedné osobnosti</i>	233
16.1	Psychické vlastnosti	235
16.2	Operacionalizace vlastností	236
16.3	Třídění (klasifikace) vlastností	237
16.4	Faktorová analýza vlastností	239
	<i>Schopnosti</i>	240

<i>Obecná inteligence</i>	240
<i>Tvořivost</i>	244
<i>Ostatní vlastnosti osobnosti</i>	245
17 Osobnost jako osobitost II: Kvalitativní přístup	249
17.1 Pozorování a rozhovor	250
<i>Pozorování</i>	250
<i>Rozhovor</i>	252
17.2 Projektivní metody	253
17.3 Spontánní výtvořky a výkony	257
17.4 Laické poznávání osobnosti	257
<i>Výhody a nevýhody laického psychologického poznávání</i>	257
<i>Zásady laického psychologického poznávání</i>	258
18 Vývojový přístup	261
<i>Základní pojmy</i>	261
18.1 Hybné síly psychického vývoje	262
<i>Biologické faktory</i>	262
<i>Sociální faktory</i>	263
<i>Vlastní psychické procesy a vlastnosti</i>	263
<i>Vzájemná interakce faktorů psychického vývoje</i>	263
18.2 Průběhové formy psychického vývoje	264
18.3 Etapy psychického vývoje	266
<i>Psychický vývoj plodu</i>	266
<i>Kojenecký věk – první rok života</i>	267
<i>Batolecí věk: Od prvních do třetích narozenin</i>	268
<i>Předškolní věk: Od třetích narozenin po nástup do školy</i>	269
<i>Mladší školní věk (do 11 let)</i>	272
<i>Dospívání (mezi 11. a 20–22. rokem)</i>	273
<i>Mladá dospělost</i>	275
<i>Střední dospělost (od 30 do 60 let)</i>	275
<i>Pozdní dospělost – stáří (nad 60 let)</i>	276
18.4 Evoluční psychologie	277
<i>Evoluční teorie</i>	278
<i>Evoluce v psychologii</i>	280
<i>Sobecký gen a prosociální instinkty</i>	282
Slovníček pojmů	284
Literatura doporučená k dalšímu studiu	286