

# Obsah

Úvod . . . . .	9
<b>1 Školní výkonová motivace . . . . .</b>	<b>13</b>
1.1 Vztah motivace a výkonu – teoretické pozadí . . . . .	14
1.2 Sebepojetí – víra ve vlastní schopnosti . . . . .	18
1.3 Shrnutí . . . . .	21
<b>2 Moderní teorie výkonové motivace . . . . .</b>	<b>25</b>
2.1 Přehled hlavních teorií výkonové motivace . . . . .	25
2.2 Souhrnná teorie motivace BEAT podle Dweckové . . . . .	30
2.3 Shrnutí . . . . .	37
<b>3 Kauzální atribuce (příčinné připisování) – jak si vysvětlujeme chování své a druhých . . . . .</b>	<b>41</b>
3.1 Proces vzniku kauzálních atribucí – teoretické pozadí . . . . .	42
3.2 Dopady atribučního procesu na výkonové chování dětí ve škole – naučená bezmocnost versus mistrovství . . . . .	49
3.3 Shrnutí . . . . .	57
<b>4 Emoce – nedílná součást výkonu ve škole i v životě . . . . .</b>	<b>59</b>
4.1 Emoce v sociálně výkonových situacích . . . . .	61
4.2 Regulace emocí – řízení a usměrňování emočních projevů . . . . .	67
4.3 Vývoj copingových strategií – proces zvládnání emocí . . . . .	69
4.4 Účinky emocí na úspěch . . . . .	81
4.5 Nuda ve škole . . . . .	83
4.6 Shrnutí . . . . .	89
<b>5 Strach, důležitý hráč na poli školní úspěšnosti . . . . .</b>	<b>91</b>
5.1 Strach ve škole . . . . .	92
5.2 Aktivní versus pasivní strach . . . . .	96
5.3 Copingové strategie strachu . . . . .	98
5.4 Testová úzkost a vztah k výkonu . . . . .	100
5.5 Biologická odezva organismu na zátěžové situace – analýza biomarkerů ve stresových situacích jako nová cesta ve výzkumu zkouškového strachu . . . . .	105

5.6	Strach jako motivační činitel . . . . .	114
5.7	Adaptivní procesy v akademických situacích – copingové strategie v praxi . . . . .	117
5.8	Možnosti diagnostiky zkouškové úzkosti ve školním prostředí . . . . .	125
5.9	Shrnutí . . . . .	135
<b>6</b>	<b>Škola jako sociální situace . . . . .</b>	<b>141</b>
6.1	Absence ve škole – záškoláctví, nebo úzkost? . . . . .	141
6.2	Wellbeing – psychická pohoda ve škole a vztah ke zdravému sebepojetí . . . . .	143
6.3	Klima školy a třídy – důležitý hráč na poli psychické pohody . . . . .	146
6.4	Shrnutí . . . . .	151
	<b>Závěr . . . . .</b>	<b>153</b>
	<b>Summary . . . . .</b>	<b>157</b>
	<b>Seznam obrázků a tabulek . . . . .</b>	<b>159</b>
	<b>Literatura . . . . .</b>	<b>161</b>