

# O B S A H

Úvod .....	5
1. ZÁKLADNÍ POZNATKY Z OBECNÉ PSYCHOLOGIE .....	6
1.1 Podstata duševního života .....	6
1.2 Poznávací procesy .....	15
1.2.1 Vnímání (percepce) .....	16
1.2.2 Paměť a učení .....	23
1.2.3 Myšlení a tvořivé řešení problémů .....	31
1.3 Vrozené vlastnosti osobnosti .....	32
1.3.1 Vlohy (nadání a talent) .....	32
1.3.2 Temperament .....	35
2. PSYCHOLOGIE DOBRÝCH VZTAHŮ MEZI LIDMI .....	40
2.1 Sociální komunikace .....	40
2.2 Sociální transakce (transakční analýza) .....	46
2.3 Motivace lidského jednání .....	48
2.4 Adaptace člověka v náročných životních situacích .....	51
2.4.1 Konflikty .....	53
2.4.2 Stres .....	59
2.4.3 Vyrovnávání se s náročnými životními situacemi ..	67
2.4.4 Asertivní chování .....	73
2.4.5 Účinné jednání s lidmi .....	77
3. VYUŽITÍ CHRONOBIOLOGIE KE ZVÝŠENÍ ZDATNOSTI ČLOVĚKA .....	81
4. PSYCHOLOGIE A SOCIOLOGIE V ŘÍDÍCÍ PRÁCI .....	93
DEFINICE VYBRANÝCH POJMŮ .....	96
VĚCNÝ REJSTŘÍK .....	99