

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>	18
<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 senzorického 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>	52
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
<i>Funkce představ</i>	63
<i>Vědecký výzkum představ</i>	64
<i>Praktické využití poznatků o představách</i>	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 vybavování</i>	78
4.3	Celkový systém lidské paměti	80
4.4	Paměť jako aktivní proces	81
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>	128
	<i>Vědomí v hypnóze</i>	128
	<i>Změny vědomí pod vlivem meditace</i>	129
	<i>Vědomí pod vlivem drog</i>	130

9 Jáství	135
<i>Tělové Já a ne-Já</i>	135
<i>Psychické Já a ne-Já</i>	139
<i>Kontinuita Já</i>	140
<i>Integrita Já</i>	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>	152
<i>Reakce psychiky na chemické ovlivnění těla</i>	152
10.2 Jak psychika ovlivňuje biologické procesy	153
<i>Fyziologické procesy v mozku pod vlivem psychických procesů</i>	153
<i>Tělesné poruchy funkční a psychosomatické</i>	154
<i>Volní ovlivňování tělesných dějů běžně nezávislých na vůli</i>	155
<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 Habituační	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	174
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>	188
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

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
14.5 Vliv očekávání okolí na chování	218
14.6 Rozložení a zastření osobní odpovědnosti	220
<i>Rozložení odpovědnosti</i>	220
<i>Zastření odpovědnosti</i>	221

15 Funkční modely osobnosti

15.1 Introspektivní východisko psychoanalytické teorie osobnosti	224
15.2 Složení „psychického aparátu“ podle Freuda: Já – Ego – Superego ..	225
<i>Vědomí, nevědomí a funkce psychického aparátu</i>	227
15.3 Berneho zjednodušení psychoanalytického modelu	230
15.4 Jungovo doplnění Freuda: Kolektivní nevědomí	232
15.5 Humanistické teorie osobnosti	235

16 Osobnost jako osobitost I: Kvantitativní přístup

<i>Psychologický rozbor jedné osobnosti</i>	237
16.1 Psychické vlastnosti	239
16.2 Operacionalizace vlastností	240
16.3 Třídění (klasifikace) vlastností	241
16.4 Faktorová analýza vlastností	243
<i>Schopnosti</i>	244
<i>Obecná inteligence</i>	245
<i>Tvorivost</i>	249

<i>Ostatní vlastnosti osobnosti</i>	250
17 Osobnost jako osobitost II: Kvalitativní přístup	253
17.1 Pozorování a rozhovor	254
<i>Pozorování</i>	254
<i>Rozhovor</i>	256
17.2 Projektivní metody	257
17.3 Spontánní výtvoř a výkony	261
17.4 Laické poznávání osobnosti	261
<i>Výhody a nevýhody laického psychologického poznávání</i>	261
<i>Zásady laického psychologického poznávání</i>	263
18 Vývojový přístup	265
<i>Základní pojmy</i>	265
18.1 Hybné síly psychického vývoje	266
<i>Biologické faktory</i>	266
<i>Sociální faktory</i>	267
<i>Vlastní psychické procesy a vlastnosti</i>	267
<i>Vzájemná interakce faktorů psychického vývoje</i>	267
18.2 Průběhové formy psychického vývoje	268
18.3 Etapy psychického vývoje	270
<i>Psychický vývoj plodu</i>	271
<i>Kojenecký věk – první rok života</i>	272
<i>Batoletní věk: Od prvních do třetích narozenin</i>	273
<i>Předškolní věk: Od třetích narozenin po nástup do školy</i>	275
<i>Mladší školní věk (do 11 let)</i>	278
<i>Dospívání (mezi 11. a 20. – 22. rokem)</i>	278
<i>Mladá dospělost</i>	281
<i>Střední dospělost (od 30 do 60 let)</i>	282
<i>Pozdní dospělost – stáří (nad 60 let)</i>	284
18.4 Evoluční psychologie	284
<i>Evoluční teorie</i>	284
<i>Evoluce v psychologii</i>	286
<i>Sopečný gen a prosociální instinkty</i>	288
Slovníček pojmů	291
Literatura doporučená k dalšímu studiu	293
Jmenný rejstřík	295
Věcný rejstřík	297