Obsah

Předmluva ke druhému vydání 13

ČÁST PRVNÍ
K ROZLIŠENÍ PSYCHOLOGIE LAICKÉ A ODBORNÉ, ROZVÍJENÉ NA VĚDECKÉM ZÁKLADĚ

1. Čtyři znaky odborné, vědecky fundované psychologie 18
1.1 Znak prvý: Poznatky, terminologie, teorie 18
1.2 Znak druhý: Spolehlivé metody, metodické postupy a strategie 21
1.3 Znak třetí: Psychologie je rozvíjena ve vědeckých centrech, aplikačních institucích 23
1.4 Znak čtvrtý: Utváření vztahů k jiným vědním disciplínám 24

2. Členění psychologie – psychologické disciplíny 25
Stručná rekapitulace první části 27
Náměty k promýšlení a cvičení 27
Základní doporučená literatura 28
Literatura k dalšímu studiu 28

ČÁST DRUHÁ
VĚDECKÁ PSYCHOLOGIE: OD PŘEDCHŮDCŮ K JEJÍMU ZRODU

1. Pět zastavení na cestě ke vzniku vědecké psychologie 31
1.1 Zastavení prvé – důraz na duši 31
1.2 Zastavení druhé – důraz na mysl, vědomí 32
1.3 Zastavení třetí – důraz na reagování 33
1.4 Zastavení čtvrté – zkoumání vztahu mezi psychickými jevy a mozkem 34
1.5 Zastavení páté – člověk jako příslušník národa či pohlcený davem 35

2. Zrod vědecké psychologie: Čtyři vybrané události jejího počátku 37
2.1 Založení první laboratoře 37
2.2 Vydání velkého syntetického díla 39

2.3 Klinická bádání, psychoterapeutická pomoc 42
2.4 První testování 48

Stručná rekapitulace druhé části 52
Náměty k promýšlení a cvičení 53
Základní doporučená literatura 53
Literatura k dalšímu studiu 53

ČÁST TŘETÍ
SOUČASNÁ PSYCHOLOGIE: OBLASTI JEJÍHO VYMEZOVÁNÍ

1. Psychologie: Věda o psychice, o vědomém a nevědomém prožívání 57
1.1 Čtyři výchozí poznatky 57
1.2 Vědomí 60
1.2.1 Dvě základní charakteristiky vědomí 61
1.2.2 Změněné stavy vědomí 63
1.3 Vědomí v akci – pozornost 64
1.4 Vědomí a nevědomí 66
1.5 K výzkumům souvisejícím s nevědomím 68
1.5.1 Podprahové vnímání 68
1.6 Spánek a sen 70
1.6.1 Stadia spánku 71
1.6.2 Sen 73

2. Psychologie: Věda o chování 75

3. Psychologie: Prožívání, chování a neurohumorální systém 78
3.1 K výzkumům psychických korelátů mozkových hemisfér 80
3.2 Nervová soustava, endokrinní systém a psychika 82
3.3 Mozek ve vývoji, plasticita mozku a psychika 83

4. Psychologie: Prožívání, chování a sociokulturní systém 85
4.1 K vymezení pojmu kultura 86
4.2 Přínosy terénních kulturněantropologických výzkumů 88
4.3 Dimenze charakterizující kulturu – jejich psychické koreláty 90

Stručná rekapitulace třetí části 93
Náměty k promýšlení a cvičení 94
Základní doporučená literatura 94
Literatura k dalšímu studiu 94

ČÁST ČTVRTÁ
POHLED NA ZÁKLADNÍ DUŠEVNÍ JEVY: ÚVOD DO OBECNÉ PSYCHOLOGIE

1. Vnímání **97**
1.1 Od počitku ke vjemu 97
1.2 Smyslové modality 98
1.2.1 K rozlišování druhů receptorů 98
1.2.2 Prahy vnímání 100
1.3 Organizace vjemového pole 101

2. Operování s primárními obsahy mysli: Představy a fantazie **106**
2.1 K paměťové představivosti 106
2.2 K podobám a významu fantazijní představivosti 107

3. Myšlení **109**
3.1 Druhy myšlení 109
3.2 Myšlení a jazyk 110
3.3 Pojmy – pojmotvorba 112
3.4 K vývoji myšlení 114
3.4.1 Piagetova koncepce čtyř stadií vývoje myšlení u dětí 114
3.4.2 Vygotského koncepce činitelů rozvoje myšlení 117
3.4.3 Škola a vedení žáků k rozvoji myšlení 118

4. Emoce/city **120**
4.1 Důležité znaky emocí/citů 120
4.1.1 Prožívání emocí/citů 120
4.1.2 Fyziologické koreláty emocí 121
4.1.3 Výrazy/exprese emocí 122
4.1.4 Šíření emocí 123
4.1.5 Regulace emocí 123
4.2 Ke druhům emocí 123
4.2.1 K tématu základních emocí 124
4.2.2 Vyšší, respektive sociální emoce 124
4.3 Aktuální téma: Emoční inteligence 126

5. Motivace **128**
5.1 Motiv a jeho skladba: Potřeby a incentivy 128
5.2 K analýze potřeb 129
5.3 Aktuální téma: Výkonová motivace 133

6. Učení: Základní činnost adaptace a rozvoje osobnosti **135**
6.1 Paměť – předpoklad učení 136
6.1.1 Paměť jako proces – jeho tři fáze 138
6.1.2 K druhům paměti 139
6.2 K psychofyziologickým základům paměti a učení 140
6.3 Čtyři základní druhy učení 141
6.3.1 Učení signálům (podmiňováním) 142
6.3.2 Učení operantní (instrumentální) 142
6.3.3 Učení nápodobou (imitací) 143
6.3.4 Učení vhledem 144
6.4 Učení disfunkční 145
6.5 Specifika lidského učení 146
6.6 Usilování o způsoby efektivního učení 148

Stručná rekapitulace čtvrté části 150
Náměty k promýšlení a cvičení 150
Základní doporučená literatura 151
Literatura k dalšímu studiu 151

ČÁST PÁTÁ
OSOBNOST

1. „Já" a sebepojetí **155**
1.1 Sebepojetí a jeho aktualizace 156
1.2 K obsahové orientaci sebepojetí 158
1.3 Sebepojetí a autoregulace osobnosti 160

2. Pohled na vlastnosti osobnosti: Čtveřice základních vlastností **162**
2.1 Schopnosti 163
2.1.1 Inteligence 164
2.1.2 Mezníky v pojetí inteligence 164
2.2 Temperament 168
2.2.1 Temperament jako vrozená vlastnost 168
2.2.2 Temperamentové dimenze 170
2.3 Charakter 171
2.4 Odolnost 173
2.4.1 Zátěž a stres 173
2.4.2 Posttraumatická stresová porucha 175
2.4.3 K choroboplodným dopadům stresu 176
2.4.4 Typy osobnosti a stres 177

2.4.5 Vulnerabilní versus resilientní vlastnosti osobnosti 177
2.4.6 Odolná – sebeozdravná osobnost 179

3. Pohled na vlastnosti osobnosti: Velká pětka – „big five“ 181

Stručná rekapitulace páté části 184
Náměty k promýšlení a cvičení 184
Základní doporučená literatura 185
Literatura k dalšímu studiu 185

ČÁST ŠESTÁ
ČLOVĚK MEZI LIDMI: UVEDENÍ DO SOCIÁLNÍ PSYCHOLOGIE

1. Mezilidské vztahy: Jejich význam a pojetí 190
1.1 Základní druhy mezilidských vztahů 190
1.1.1 Vztahy osobní blízkosti versus vztahy výkonově funkční 191
1.1.2 Vztahy zvnitřněné versus distancované 192
1.1.3 Vztahy zprostředkované 193
1.1.4 Vztahy posilující (aktivizující) versus oslabující (dezaktivizující) 194
1.2 K činitelům ovlivňujícím mezilidské vztahy 195
1.2.1 Vytváření dojmu – efekt primárnosti 195
1.2.2 Interaktivní posilování výchozího dojmu – efekt očekávání 197
1.2.3 Atribuční tendence: Základní atribuční chyba 201
1.2.4 Atribuční tendence: Aktivizující versus dezaktivizující atribuce 202

2. Sociální začlenění – problematika sociálních skupin 205
2.1 Hlavní znaky malé sociální skupiny 207
2.2 Pohled na druhy malých sociálních skupin 208
2.3 Jedinec ve skupině 209
2.3.1 Transformace individua v člena skupiny 209
2.3.2 Osobnost a role 210
2.4 Vedení skupiny 213
2.4.1 Styly vedení – řízení skupiny 213
2.4.2 K osobnosti efektivně řídícího vůdce –vedoucího 214
2.5 K uplatňování vlivu skupiny 215
2.5.1 K tématu konformity 216
2.5.2 K tématu poslušnosti 218
2.5.3 K tématu předsudků 220

3. Sociální interakce a komunikace **224**
3.1 Základní podoby a dimenze komunikace 225
3.2 Druhy komunikace 226
3.2.1 Verbální komunikace 226
3.2.2 Paraverbální komunikace 227
3.2.3 Neverbální komunikace 227
3.2.4 Metakomunikace 231
3.3 Komunikace zdravá – funkční oproti komunikaci nezdravé – disfunkční 231

4. Antisociální a prosociální jednání: Příklad agresivity versus altruismu a lidskosti **234**
4.1 Agresivita jako příklad antisociálního jednání 235
4.1.1 K formám agresivity 235
4.1.2 K příčinám agresivity 236
4.2 Prosociální chování – altruismus 238
4.3 Prosociální chování – lidskost 241

Stručná rekapitulace šesté části 242
Náměty k promýšlení a cvičení 243
Základní doporučená literatura 244
Literatura k dalšímu studiu 244

ČÁST SEDMÁ
ČLOVĚK VE VÝVOJI: UVEDENÍ DO ZÁKLADŮ VÝVOJOVÉ PSYCHOLOGIE

1. Vývoj – souvislost s věkem **247**

2. Pět základních úrovní vývoje **248**
2.1 Vývoj jako zrání 248
2.2 Vývoj jako učení 249
2.3 Vývoj jako socializace 250
2.3.1 Fáze celoživotní socializace 251
2.3.2 Socializace funkční a disfunkční 252
2.4 Vývoj jako edukace 254
2.4.1 Edukace jako výchova 255
2.4.2 Edukace jako vzdělávání 257
2.5 Vývoj jako sebeutváření jedince 258

3. Polarity charakterizující vývoj **259**
3.1 Kontinuita versus diskontinuita ve vývoji 259
3.2 Vzestupné – evoluční versus sestupné – involuční směřování vývoje 261
3.3 Vývojová normalita versus odchylky od ní 263

4. Vývojové epochy a období **266**
4.1 Prenatální věk 267
4.2 Vývojová epocha dětství 268
4.2.1 Období novorozenecké a kojenecké 269
4.2.2 Období batolecí 273
4.2.3 Období předškolní 274
4.2.4 Období raného školního věku 279
4.3 Epocha dospívání 281
4.3.1 Pubescence 281
4.3.2 Adolescence 284
4.4 Dospělost 288
4.4.1 Raná dospělost 288
4.4.2 Střední a vrcholná dospělost 289
4.4.3 Období pokročilé dospělosti 291
4.5 Stáří 292
4.5.1 Stáří rané versus stáří pokročilé 293
4.5.2 Pozitiva stáří – způsoby, jak čelit negativům stárnutí 293

Stručná rekapitulace šesté části 295
Náměty k promýšlení a cvičení 295
Základní doporučená literatura 296
Literatura k dalšímu studiu 296

Literatura **297**

Rejstřík věcný **302**

Rejstřík jmenný **309**