

Zdeněk Helus

ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

**2., PŘEPRACOVANÉ
A DOPLNĚNÉ VYDÁNÍ**

- vývoj vědecké psychologie
- základní duševní jevy
- osobnost
- uvedení do sociální a vývojové psychologie



Zdeněk Helus

ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

2., PŘEPRACOVANÉ
A DOPLNĚNÉ VYDÁNÍ

- vývoj vědecké psychologie
- základní duševní jevy
- osobnost
- uvedení do sociální a vývojové psychologie

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

*Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována ani šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude **trestně stíháno**.*

prof. PhDr. Zdeněk Helus, Dr.Sc.

ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

2., přepracované a doplněné vydání

Vydala Grada Publishing, a.s.

U Průhonu 22, 170 00 Praha 7

tel.: +420 234 264 401, fax: +420 234 264 400

www.grada.cz

jako svou 6877. publikaci

Odpovědná redaktorka Helena Varšavská

Sazba a zlom Milan Vokál

Zpracování obálky Antonín Plicka

Foto a obrazový materiál archiv autora

Počet stran 312

Vydání 1., 2018

Vytiskla Tiskárna v Ráji, s.r.o., Pardubice

© Grada Publishing, a. s., 2018

Cover Illustration © Depositphotos/lightsource

ISBN 978-80-247-2985-5 (ePub)

ISBN 978-80-247-2990-9 (pdf)

ISBN 978-80-247-4675-3 (print)

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 první: 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 první – 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 mozkiem	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	<i>Dvě základní charakteristiky vědomí</i>	61
1.2.2	<i>Změněné stavy vědomí</i>	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	<i>Podprahové vnímání</i>	68
1.6	Spánek a sen	70
1.6.1	<i>Stadia spánku</i>	71
1.6.2	<i>Sen</i>	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 počítku ke vjemu	97
1.2 Smyslové modalitty	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 <i>Paměť jako proces – jeho tři fáze</i>	138
6.1.2 <i>K druhům paměti</i>	139
6.2 K psychofyzilogickým základům paměti a učení	140
6.3 Čtyři základní druhy učení	141
6.3.1 <i>Učení signálům (podmiňováním)</i>	142
6.3.2 <i>Učení operantní (instrumentální)</i>	142
6.3.3 <i>Učení nápodobou (imitací)</i>	143
6.3.4 <i>Učení vhlédem</i>	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 Sebeпоjetí a jeho aktualizace	156
1.2 K obsahové orientaci sebepojetí	158
1.3 Sebeпоjetí a autoregulace osobnosti	160
2. Pohled na vlastnosti osobnosti: Čtveřice základních vlastností	162
2.1 Schopnosti	163
2.1.1 <i>Intelligence</i>	164
2.1.2 <i>Mezníky v pojetí intelligence</i>	164
2.2 Temperament	168
2.2.1 <i>Temperament jako vrozená vlastnost</i>	168
2.2.2 <i>Temperamentové dimenze</i>	170
2.3 Charakter	171
2.4 Odolnost	173
2.4.1 <i>Zátěž a stres</i>	173
2.4.2 <i>Posttraumatická stresová porucha</i>	175
2.4.3 <i>K choroboplodným dopadům stresu</i>	176
2.4.4 <i>Typy osobnosti a stres</i>	177

2.4.5	<i>Vulnerabilní versus resilientní vlastnosti osobnosti</i>	177
2.4.6	<i>Odolná – sebeozdravná osobnost</i>	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	<i>Vztahy osobní blízkosti versus vztahy výkonově funkční</i>	191
1.1.2	<i>Vztahy zvnitřněné versus distancované</i>	192
1.1.3	<i>Vztahy zprostředkované</i>	193
1.1.4	<i>Vztahy posilující (aktivizující) versus oslabující (dezaktivizující)</i>	194
1.2	K činitelům ovlivňujícím mezilidské vztahy	195
1.2.1	<i>Vytváření dojmu – efekt primárnosti</i>	195
1.2.2	<i>Interaktivní posilování výchozího dojmu – efekt očekávání</i>	197
1.2.3	<i>Atribuční tendence: Základní atribuční chyba</i>	201
1.2.4	<i>Atribuční tendence: Aktivizující versus dezaktivizující atribuce</i>	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	<i>Transformace individua v člena skupiny</i>	209
2.3.2	<i>Osobnost a role</i>	210
2.4	Vedení skupiny	213
2.4.1	<i>Styly vedení – řízení skupiny</i>	213
2.4.2	<i>K osobnosti efektivně řídícího vůdce –vedoucího</i>	214
2.5	K uplatňování vlivu skupiny	215
2.5.1	<i>K tématu konformity</i>	216
2.5.2	<i>K tématu poslušnosti</i>	218
2.5.3	<i>K tématu předsudků</i>	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 <i>Období novorozenecké a kojenecké</i>	269
4.2.2 <i>Období batolecí</i>	273
4.2.3 <i>Období předškolní</i>	274
4.2.4 <i>Období raného školního věku</i>	279
4.3 Epocha dospívání	281
4.3.1 <i>Pubescence</i>	281
4.3.2 <i>Adolescence</i>	284
4.4 Dospělost	288
4.4.1 <i>Raná dospělost</i>	288
4.4.2 <i>Střední a vrcholná dospělost</i>	289
4.4.3 <i>Období pokročilé dospělosti</i>	291
4.5 Stáří	292
4.5.1 <i>Stáří rané versus stáří pokročilé</i>	293
4.5.2 <i>Pozitiva stáří – způsoby, jak čelit negativům stárnutí</i>	293
Stručná rekapitulace sedmé 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

Předmluva ke druhému vydání

Skutečnost, že tato učebnice vychází ve druhém vydání, dosvědčuje, že plnila svůj účel. Byla studována, mnohým napomohla solidně se orientovat v základech vědecké psychologie i v možnostech jejího využívání; případně se stala užitečným východiskem pro další pronikání do oboru, který sehrává stále důležitější roli v širokém spektru studijních, profesních i běžných životních situací.

Charakteristiky cíle a pojetí učebnice, tak jak byly formulovány před sedmi léty, kdy učebnice vycházela poprvé, zůstávají v platnosti. Cílem je poskytnout výchozí, základní orientaci v psychologii těm, kdo se jí dosud nezabývali, anebo těm, kteří mají pocit, že své dřívější seznámení s ní potřebují oživit, nově uspořádat, založit na pevnějších základech. Mám na mysli jednak studenty středních škol, kteří mají předmět psychologie ve svém studijním plánu, samostatně nebo v rámci základů společenských věd; ale také ty, kteří v rámci pokračujícího vysokoškolského studia nebo celoživotního vzdělávání stojí před úkolem absolvovat úvod do psychologie na vyšší úrovni – na úrovni zevrubnějšího promýšlení a tvořivého aktualizování získaných poznatků. A konečně, kniha by měla uspokojit zvědavost těch, kteří si z čistě osobního zájmu chtějí ujasnit, co to psychologie je, na jakých základech je vybudována, k čemu je dobrá. Autor vynaložil úsilí nejen poskytnout ty nejdůležitější informace, ale také nabídnout zajímavou, inspirující četbu. Dbal, aby nezbytné teoretické pasáže byly skloubeny s vhodnými příklady, a to jak z konkrétních výzkumů, ilustrujících, jak psychologie dospívá ke svým poznatkům, tak i z reálného života. Nemělo by uniknout, že psychologie je pomocnicí lidí v jejich rozhodování, překonávání náročných situací, řešení zapeklitých problémů, hledání cest smysluplného a zdravého života.

Ani struktura díla se zásadně nemění. Nově bylo jako samostatná část vyděleno úvodní pojednání o laické versus odborné, na vědeckých základech budované psychologii. Čtenář/student si má uvědomit, že psychologizování patří neodlučitelně k životu; nastupuje vždy, když uvažujeme o druhých lidech či o sobě samotných, když se v nich či v sobě chceme vyznat a rozhodnout se, jak si nadále počínat. Tato obecně praktikovaná psychologie, figurující pod označením psychologie laická, má ovšem své meze. Mnohdy je nezbytné, aby přišla ke slovu psychologie odborná, vědecky fundovaná, opřená o důkazy a podloženě argumentující. Těžiště knihy je pak ve výkladu vzniku a podob této vědecké psychologie a v uvedení do jejích základních disciplín. A sice do psychologie obecné, psychologie osobnosti, psychologie sociální a vývojové. Porozumění člověku v různých životních situacích, při řešení celé řady těžkostí a problémů, se bez nich neobejde.

Sedm let, které uplynuly od vydání prvního, ovšem přinesly ledacos nového, co bylo třeba zohlednit. A také se stalo žádoucím využít poznatků, které z dosavadního používání učebnice vplynuly. Krátce řečeno, nové vydání se stalo výzvou mnohé doplnit a vylepšit. A o to jsem se jako autor pokusil. Nejde o dílo podstatně nové, ale – doufám – v několika ohledech inovované, snad i lepší. Změny jsou také v aktualizaci pramenů, na které odkazují; v uvádění poznatků prokazujících, že psychologie je vědou, která se vyvíjí a jejíž potřebnost narůstá; ve zvýšení důrazu na to, jak psychologie ke svým poznatkům dospívá a jak jich lze využívat.

Autorovi nezbývá než popřát všem, kteří se odhodlají k četbě, respektive studiu této knihy, aby v ní nenacházeli jenom soubor poznatků, z nichž budou eventuálně zkoušeni; ale také, a především aby v ní nacházeli vědění, inspirující na cestě životem, pomáhající vyznat se v sobě samotném, v druhém člověku, na kterém nám záleží, v lidech kolem nás. Tak, abychom si byli vzájemným obohacením.

Zdeněk Helus

ČÁST PRVNÍ

**K rozlišení psychologie
laické a odborné, rozvíjené
na vědeckém základě**

Uvedení do tématu

Je nesporné, že každý z nás je svého druhu psychologem, má své psychologické zkušenosti.¹ To znamená, že se zajímá o lidi kolem sebe, chce znát jejich vlastnosti, chce vědět, proč se chovají tak, jak se chovají, co zamýšlejí, na co stačí, jak prožívají určité události, v čem je na ně spolehnouti. V podobném duchu je každý z nás psychologem i vůči sobě samému: Chci se sám v sobě vyznat a řídit své jednání tak, abych dosáhl cílů, na kterých mně záleží. Klást si psychologické otázky a hledat na ně odpověď je běžnou nevyhnutelností. V tomto případě ovšem nejde o psychologii odbornou, ale o psychologii laickou.

Příklad 1

Ukázka běžných životních situací, kdy jsme chtěli nechtěli laickými psychology

Laickým psychologem je dívka, která se vážně zamilovala a přemýšlí, zdali její chlapec je ten pravý; klade si otázky, zdali za tím, jak se k ní chová, je opravdu hluboký a trvalý cit.

Když muže opustila partnerka, na které mu záleželo, tak pravděpodobně laicky psychologizuje. Vyjasňuje si, proč se tak stalo: „Co na mé a co na její straně vedlo k tomuto konci a v čem bych se měl změnit, abych v budoucnu podobným selháním předešel?“

Laicky psychologizují rodiče, když zvažují, zda dát dítě na gymnázium, či nikoliv, a kladou si otázky po jeho schopnostech, vytrvalosti a pílí.

Podobně je tomu, když vedoucí obchodu přijímá nového prodavače a snaží se ze vstupního jednání s ním vyvodit, je-li poctivý, bude-li se na něj moci spolehnout, dokáže-li dělat na zákazníky dobrý dojem.

Taktéž provádím laické psychologické sebezpytování, když mne přátelé pozvou na horskou túru a já si musím vyjasnit, zda takovou zátěž fyzicky i psychicky vydržím, zdali mne nepřemůže závrať z výšky, zdali mne vůbec něco takového baví a zda lidé, kteří se takto zaměřují, jsou pro mne těmi pravými.

Laická psychologie může být provozována velmi nešťastně. Známe případy, kdy se někdo v druhých lidech či v sobě samotném opakovaně mýlí, někdy s tragickými důsledky. Známe ale i případy, kdy je laická psychologie praktikována s kromobyčejnou zdatností. Často se v televizi a tisku dovídáme o podvodnících, kteří dokážou až s neuvěřitelnou obratností získávat důvěru lidí, aby je okradli, zneužili. Jsou známy bezpočetné historky o sňatkových podvodnících, kteří vědí, jak jít na opuštěné ženy a „omotat si je kolem prstu“. Ale jsou známy i opačné, pozitivní případy, kdy nám někdo, aniž by se psychologii jakkoliv zabýval, dokáže vdechnout sebedůvěru až tak, že zvládneme věci, na které bychom si jinak netroufali; kdy nám někdo dokáže vnést do duše klid, pozvednout naši mysl, když jsme v krizi. Máme radost, že jsme se setkali s dobrým laickým psychologem!

¹ K tématu například Kern, H., Mehl, C. a další (2006); Říčan, P. (2006); Vágnerová, M. (2007). Viz Literatura k dalšímu studiu.

Zvláštním případem laické psychologie je takzvaná **psychologie narativní**, založená na vyprávění. Setkáváme se s ní v románech, divadelních hrách, memoárové literatuře, filmech, v rozhovorech o životních osudech. Je nedocenitelným zdrojem inspirací. Geniálními, klasickými představiteli narativní psychologie jsou například Dostojevský, Strindberg, Proust, Kafka, Čapek... Shakespeare nás třeba ve svém Othellovi uvádí do zrodu posedlosti žárlivostí a bezmocnosti určitého jedince jí čelit. Jeho lady Macbeth je geniálním vystižením posedlosti vládnout nad druhými, realizovat za každou cenu svou touhu po neomezené moci. Narativní psychologizování ale prostupuje i takzvaný lehčí žánr, jmenovitě detektivky: Jádrem je vyprávění objasňující motiv zločinu.

Již bylo řečeno, že laická psychologie není ušetřena vážných omylů, třeba i s neblahými důsledky. Cesty psychologického poznání a jednání je třeba postavit na pevnější základy, než jakých je schopna laická psychologie, vesměs založená na intuici, osobních zkušenostech, pocitech a dojmech... Ani narativní psychologie nemá za cíl podat ucelený systém psychologického poznání, o který bychom se mohli opřít. Ale život v současné společnosti si naléhavě žádá rozvinuté, argumentované, hodnověrné poznatky, na které se lze spolehnout mnohem více než na závěry a domněnky psychologie laické. Pomysleme například na výběr řidičů veřejné dopravy ve velkoměstě; na odhalování příčin alkoholismu či drogové závislosti a volbu adekvátní metody léčby; na strategii jednání s člověkem, který trpí úzkostmi ze selhání do té míry, že nedokáže využít schopností, které má, apod. Takováto zadání, a mohli bychom uvést bezpočet dalších, se už zcela vymykají možnostem laické psychologie. Jsou to zadání pro **psychologii odbornou**.

1. Čtyři znaky odborné, vědecky fundované psychologie

Nadále se budeme zabývat **odbornou psychologií**, tedy **psychologií budovanou na vědeckých základech**. Je pro ni podstatná přítomnost určitých znaků, které jsou ovšem vlastní i jiným vědním disciplínám. Jak ale uvidíme v následujících částech a kapitolách této knihy, aktualizují se v psychologii jí vlastním způsobem, tak jak to odpovídá tomu, čím se zabývá, co je jejím předmětem.

1.1 Znak první: Poznatky, terminologie, teorie

Vědecká psychologie se opírá především o **poznatky**, které jsou ověřené, průkazné. Poznatky jsou logicky uspořádány tak, že tvoří víceméně ucelený a argumentovaný poznatkový systém. Jeho nezbytnou součástí je **terminologie**, spočívající v jednoznačnosti klíčových slov, zakládající spolehlivé a jednoznačné porozumění prezentované poznatkové oblasti. Logické uspořádanosti, ucelenosti a argumentovanosti poznatků zásadním způsobem napomáhá **teorie**. Teorie zabezpečuje, že poznatky nezůstávají jen prostými fakty, ale jsou interpretovány, vysvětlovány co do svých souvislostí s jinými fakty, co do své platnosti, co do způsobů jejich zjišťování... Teorie krom toho, že poznatky vysvětluje, také otevírá perspektivy cest k poznatkům novým.

Existují na jedné straně **teorie omezeného rozsahu**, zacílené na poměrně ostře, respektive úzce vymezenou, specifickou oblast psychologického poznání. Například na analýzu činitelů vysvětlujících vznik a vývoj výkonové motivace – tedy motivace aktivně přistupovat k úkolům a problémům; nebo na složky inteligence a možnosti jejich zjišťování, s důsledky pro diagnostiku intelektové schopnosti (viz část čtvrtá) apod. Na straně druhé pak existují takzvané **velké, komplexní teorie**, zaměřené na to, co je, či mělo by být základním východiskem psychologického přístupu k člověku. Takových

teorií můžeme rozlišit několik. Navzájem se mohou nesmiřitelně konfrontovat, ale také v diskusi sblížovat, vzájemně inspirovat. Hovoříme pak o **vědeckém diskurzu**, který je jedním z důležitých hybatelů vývoje psychologické vědy.

Stručně si ty hlavní přiblížíme. Je třeba ovšem předeslat, že jednotlivé z nich staví do popředí určitou oblast bádání či praktického využití, neboli charakterizuje je i převládající obsahové zaměření a způsob nakládání s poznatky. A za druhé, že v rámci každé z nich taktéž probíhají diskuse, případně spory či konfrontace, vedené snahou vyjádřit tuto teoretickou pozici co nejlépe.

V současné psychologii můžeme rozlišit pět nejčastěji uváděných takovýchto velkých psychologických teorií. Jsou to:

- **Hlubinné teorie.**² Označením „hlubinné“ poukazujeme na to, že jmenovitě u lidí s psychickými těžkostmi (například depresemi, úzkostmi, intenzivními pocity opuštěnosti a bezmoci, s halucinacemi a bludy...) nestačí všimat si jen projevů – tedy zůstat na povrchu. Cesta k pochopení a pomoci (v psychoterapii, poradenství) musí vzít v patrnost hlubší vrstvu těchto těžkostí, „jít do hloubky psychiky“. A tu tvoří především to, co dotyčný jedinec prožil a co se přetvořilo ve vnitřní, hlubinné zdroje jeho aktuálních potíží. Zpravidla jde o „nestravitelné“, traumatické, bolestné zážitky z dětství, dokonce už i raného dětství. Dotyčný jedinec si mnohdy tyto zážitky nepamatuje, třeba ani nechce pamatovat, protože jsou až příliš bolestné, čímž jsou mimo jeho kontrolu, a o to více patogenně působí. Dlužno ještě dodat, že onu hlubší vrstvu psychiky dále tvoří pudová hnutí, taktéž se nacházející mimo kontrolu jedince. Hlubinné teorie mají svůj počátek ve **Freudově psychoanalýze** a jejích revizích či doplňcích, označovaných souhrnně jako neopsychoanalýza.³ Hlubinné psychologické teorie představují významný příspěvek k obecnějšímu výkladu člověka (antropologii), prakticky se uplatňují hlavně v psychoterapii a poradenství.
- **Teorie chování.** V protikladu k teoriím hlubinným se zaměřují zejména (nebo dokonce výlučně) na vnější projevy člověka, tedy na jeho chování, chápáné v širokém významu tohoto slova. Tak třeba můžeme mít na mysli chování ve smyslu osvojování vědomostí, ale také chování ve smyslu sebeprosazování ve vztahu k lidem nebo úzkostné chování, agresivní chování, mateřské chování atd. Důraz je kladen na utváření chování kladným či negativním zpevňováním, jinými slovy odměnami a tresty, opět chápány v širokém významu těchto slov. Například odměnou může být peněžní ocenění, poskytnutí výhody, ale také souhlasné pokynutí hlavou, sympatizující úsměv. A stejně tak existuje široké spektrum trestání – může jím být trest tělesný, ale také

² Často se setkáváme s označením **teorie psychodynamické**, které má poněkud širší platnost, v mnohém se ale s koncepcemi hlubinné psychologie překrývá. Je tím méně důraz na vnitřní činitele vývoje osobnosti a jednání, a to nejen vývoje souvisejícího s věkem, ale také a především vývoje souvisejícího s formativními životními událostmi – krizemi, zvraty, konflikty apod., jimž člověk podléhá či které překonává.

³ Mitchell, S. A., Blacková, M. J. (1999). Viz Literatura k dalšímu studiu.

nevěnování pozornosti, ironická poznámka atd. Díky kladnému či zápornému zpevňování (odměňování a trestání) se jedinec svému chování učí – odměňované projevy se stávají častějšími, vstupují do repertoáru chování na rozdíl od projevů trestaných. Teorie chování mají svůj počátek v americkém behaviorismu (Watson)⁴. Jednostranné zdůrazňování vlivu zpevňování a opomíjení vnitřních činitelů, které mohou důsledky zpevňování významně korigovat, ovlivnit, vedly ke vzniku neobehaviorismu.

- **Humanistické teorie.** V opozici jak vůči hlubinně orientované teorii (především psychoanalýze), tak vůči teoriím chování (především behaviorismu) byla rozvinuta humanisticky orientovaná psychologická teorie. Jejím výchozím cílem bylo čelit redukcionismu v pohledu na člověka, který je v obou výše zmíněných koncepcích dobře patrný. Stručně vyjádřeno, člověk je v nich redukován na produkt pudů, respektive raných zážitků, nebo na zpevňování jeho projevů odměnami a tresty, přičemž není bráno v úvahu to, co je pro něj podstatné, co jej činí člověkem v podstatném a povznášejícím významu – a to je jeho svoboda rozhodnout se a v intenci svého rozhodnutí jednat. Vůdčím představitelem je zde **C. R. Rogers**.⁵ Ke své svobodě člověk dospívá, když je svým okolím akceptován, tedy přijímán ve svém úsilí rozvinout se. Akceptace napomáhá pozitivnímu rozvoji – člověk aktualizuje své růstové potenciality a nachází i cestu k druhým lidem.
- **Kognitivistické teorie.** Zde je důraz kladen na význam a charakteristiky úspěšně probíhajících **poznávacích procesů**, na rozvoj poznávání jako základního předpokladu orientace člověka v úkolových situacích, při řešení problémů a životní seberealizaci. V popředí zájmu jsou ve vzájemném propojení poznávací procesy vnímání, paměti, učení ve smyslu osvojování vědomostí a získávání informací, myšlení s důrazem na řešení problémů, metakognice (učit se, jak se učit; poznávat, jak poznávat...). V neposlední řadě, vývojem soudobé společnosti jakožto společnosti vědění, kdy informace, vytváření nových poznatků v nejrůznějších oblastech, objevné zavádění inovací apod. se stává zdrojem společenské prosperity i úspěšnosti individua, význam kognitivních teorií narůstá. Za klasika v této oblasti je považován **J. Piaget**, autor průkopnických výzkumů v oblasti vývoje poznávání u dětí se závažnými důsledky pro efektivitu vzdělávání. V současnosti je jedním z vůdčích představitelů kognitivní teorie **R. J. Sternberg**,⁶ zkoumající mimo jiné způsoby posilování intelektové schopnosti jakožto jednoho z hlavních předpokladů poznávací úspěšnosti. Navazující teorie **konstruktivismu** zdůrazňují aktivitu poznávajícího subjektu, vstupujícího do nových situací vždy s určitým předveděním, které přechází ve vědomí kognitivní nouze (to znamená nedostačivosti stávajícího předvedění nový problém zvládat), aby posléze došlo k uvolnění tvořivých sil zvládnutí problému. Důležitou roli při tom sehrává podpůrná komunikace (například učitele a žáka, experta a začátečníka apod.).

⁴ Podrobněji Hunt, M. (2000, s. 233–266). Viz Literatura k dalšímu studiu.

⁵ Rogers, C. R. (2014). Viz Literatura k dalšímu studiu.

⁶ Sternberg, R. J. (2009). Viz Literatura k dalšímu studiu.

- **Teorie pozitivní psychologie.**⁷ Výchozím impulzem je zde výtky vůči převažujícím tendencím v dosavadní psychologii orientovat se převážně na negativní jevy v životě lidí – například na patologické příznaky a procesy; krizové jevy a rozkladné momenty v komunikaci; v pedagogické oblasti na neprospěch, učební těžkosti, poruchy chování, šikanu. Dominanci tohoto pohledu je třeba nahradit dominancí pohledu, který se ptá po charakterových vlastnostech, díky kterým je člověk ve svých postojích pevný, odolný, sebejistý, uchovávající si optimismus a pocity pohody. Pozitivní psychologie nehledá příčiny těchto vlastností primárně v tom, co bychom mohli nazvat lepším či horším osudem, lepšími či horšími danostmi vyplývajícími z těla či prostředí. Rozhodující příčinu vidí v prvé řadě v usilovnosti člověka něco se sebou udělat a k něčemu co do svých kvalit dospět. **Martin Seligman** považuje za hlavní téma teorie pozitivní psychologie téma duševní pohody, na jejímž vzniku a posilování se podílí:
 - pozitivní emoce (jmenovitě prožitky štěstí a životní spokojenosti),
 - zaujetí činností, které se jedinec oddává,
 - pozitivní vztahy (například s důrazem na laskavost),
 - životní smysluplnost (mít proč žít),
 - usilovnost v dosahování úspěšného výkonu.

1.2 Znak druhý: Spolehlivé metody, metodické postupy a strategie

Aby poznatky, jakožto hlavní, respektive základní položka vědecké psychologie, měly výše uvedené znaky, to znamená, aby byly ověřené, průkazné a tvořily poznatkový systém, **musí psychologie disponovat metodami, metodickými postupy, které toto spolehlivě zajistí.**⁸

U zrodu vědecké psychologie stál, jak dále uvidíme, **experiment**. Ale i mnohé současné teoretické systémy vyzdvihují experimentální metodu jako základní, nejspolehlivější postup při získávání věrohodných poznatků. Podstatu experimentu tvoří kontrolované sledování vztahu mezi závislými a nezávislými proměnnými; to znamená vztahu mezi danostmi experimentální, podnětové situace, vytvořené experimentátorem (nezávislé proměnné) a změnami v chování, prožívání, výkonovými charakteristikami apod. na straně pokusné osoby (závislé proměnné). Ptáme se tedy, jaké události, které navodil

⁷ Podrobně Slezáčková, A. (2012). Viz Literatura k dalšímu studiu.

⁸ Podrobněji například Ferjenčík, J. (2000). Viz Literatura k dalšímu studiu.

experimentátor, vedou k jakým důsledkům na straně pokusné osoby. Nebo jinak řečeno, experiment objasňuje v přísně kontrolovaných podmínkách, jaká situace jak na jedince působí. Tam, kde důraz na metodu experimentu je rozhodující, hovoříme o experimentální psychologii, psychologii založené na experimentování.

Druhou metodou, která stále u zrodu psychologie, je **klinická metoda**, založená na součinnosti psychologa a jeho protějšku, zpravidla klienta, pacienta. Zpravidla jde o rozhovor, v jehož průběhu klient odkládá zábrany svěřovat se s tím, o čem je mu zatěžko mluvit, ale co s jeho potížemi podstatným způsobem souvisí. Psycholog postupuje tak, aby se mu klient v důvěře svěřoval. S oporou o teorii fungování psychiky psycholog rozumí tomu, co se v tomto klientovi odehrává, co prožil a prožívá, v čem tkví příčiny jeho potíží. Jeho rozumění klientovi je východiskem pro adresnou pomoc.

Specifickou pomůckou klinické metody jsou **metody projektivní**. Jsou založeny na zjištění, že do některých svých produktů (třeba do kresby), klient promítá/projektuje něco ze svého nitra, něco, co je pro pochopení jeho stavu důležité a čeho je obtížné se jinak dobrat. Například dítě trpící opuštěností, strádající nedostatkem lásky ze strany rodičů, připadající si bezradné ve škole, obávající se toho, co může nastat apod., kreslí obrázky na zadané téma jinak než dítě, které těmito stavy netrpí. Psychologovi mnoho důležitého o daném dítěti například řekne, jak ztvární téma „neděle u nás doma“, „naše rodina“, „co bych si přál“ apod. Důležitou variantou projektivních metod je také zadání neurčitých kresebných tvarů a jedinec má vyprávět, co mu to připomíná.

Mezi základní, nejčastěji používané metody patří pozorování, dotazník a rozhovor. Každá z těchto metod existuje v několika variantách a musí splňovat určité požadavky, aby byla vzhledem ke stanovenému výzkumnému cíli metodou spolehlivou.

Příklad 2

K aplikacím metody pozorování, rozhovoru a dotazníku

Můžeme rozlišit **pozorování přirozené, řízené a zúčastněné**. Při pozorování přirozeném jsou zaznamenávány projevy sledovaných osob (jejich chování, reagování...) v prostředí pro ně přirozeném. Může jít třeba o pozorování dětí na hřišti nebo ve školní třídě či o přestávce; o pozorování chování sportovních fanoušků atd. U pozorování řízeného jsou sledovány projevy sledovaných osob v situacích, které psycholog navodil tak, aby odpovídaly záměrům jeho výzkumu. Často se tak děje v laboratorních podmínkách. A konečně při aplikaci zúčastněného pozorování je pozorující psycholog začleněn do běžného života zkoumaných osob.

Pokud jde o rozhovor, rozlišujeme rozhovor **strukturovaný, polostrukturovaný a nestrukturovaný**. V prvním případě je postupováno dle předem stanoveného programu, jsou vymezeny i způsoby očekávaných odpovědí (zpravidla „ano – ne“ nebo odstupňovaným škálovacím způsobem „jak moc, jak málo“). Ve druhém případě psycholog dává klientovi možnosti odchýlit se od stanoveného postupu – v určitých situacích klade otázky otevřené tak, že klient může

rozvést svou odpověď. A konečně ve třetím případě rozhovor přechází ve volnou diskusi, otázky a odpovědi se dle potřeby vyjasňují apod.

A konečně **dotazník** je založen na písemném zjišťování údajů (postojů, názorů, zkušeností, pocitů apod.). Někdy bývá písemnou adaptací metody rozhovoru, když přímý styk s respondenty není možný nebo nutný, když je třeba pracovat s velkými počty respondentů apod. Rozlišujeme dotazník kladoucí otázky uzavřené nebo otevřené (podobně jako tomu bylo u rozhovoru).

Důležité je rozlišení metod **kvantitativních** oproti metodám **kvalitativním**. Kvantitativní metody jsou založeny na statistickém zpracování získaných dat (údajů, poznatků). Díky němu například zjišťujeme, jak se určitý psychický projev, určitá charakteristika osobnosti, určitý výkon odchylují či neodchylují od normy, jaké mají výskytové postavení v dané populaci a podobně. Kvalitativní metody nám oproti tomu umožňují poznat jedinečnost daného projevu (vlastnosti apod.), pochopit individualitu v její neopakovatelnosti. Příkladem kvalitativní metody může být metoda **biografická**, kdy vysledováváme řetězení životních událostí daného člověka, s důrazem na vývojové zlomy, krize, překonávání těžkostí, „druhý start“ po vyčerpání dosavadních možností atd. Díky této metodě porozumíme životu konkrétní osoby a můžeme vůči ní rozvinout adresnou pomoc.

V současnosti je obvyklé, že psycholog nepoužívá jednu metodu, ale komplex metod – hovoříme o **metodické strategii**, rozpracované tak, aby sledovaný problém byl uchopen v širším spektru svých souvislostí.

Výzkumné metody, které jsme dosud měli prioritně na mysli, se často přetvářejí v metody diagnostické a metody nápravy určitého nedostatku, poruchy apod. Tak například metody výzkumu inteligence vyústily v diagnostickou metodu testování inteligence (viz část pátá).

1.3 Znak třetí: Psychologie je rozvíjena ve vědeckých centrech, aplikačních institucích

Realizace dosud uvedených znaků nemůže být pouze záležitostí aktivit izolovaných jednotlivců. Tyto znaky jsou vytvářeny a široce realizovány v **odborných a vědeckých centrech, badatelských a aplikačních institucích**, do nichž jsou jednotliví odborníci včlenění či na která se napojují, která respektují jako zavazující autoritu a pod jejichž přímou či nepřímou kontrolou se nacházejí. Dnes se stále více prosazuje, aby taková centra byla zapojena do mezinárodních sítí.

Postavení odborného psychologa je dosahováno školením zajišťovaným vysokoškolskými pracovišti, která pro to mají oprávnění (akreditaci) a vydávají odpovídající kvalifikační osvědčení, certifikáty. Taktéž je stále důrazněji vyžadováno, aby odborný psycholog absolvoval různé formy celoživotního vzdělávání, čímž je zajištěno, že své poznání rozšiřuje; že neustrne, ale drží s vývojem svého oboru krok.

Odborní psychologové se sdružují ve **stavovská sdružení, garantující rozvoj a prestiž oboru a také etické principy, kterými se řídí**; vytvářejí směry a hnutí s jasně vyjádřenou koncepcí a definovanými cíli; zakládají fóra, na nichž komunikují své odborné a vědecké problémy; rozvíjejí kritickou reflexi cest, kterými se psychologie ubírá, odhalují mezery a nedostatky ve své práci. Tomu slouží konference, semináře a workshopy, časopisy a knižní publikace.

1.4 Znak čtvrtý: Utváření vztahů k jiným vědním disciplínám

Ke znakům odborné psychologie na vědeckém základě rovněž patří **utváření vztahů k jiným vědním disciplínám**, které mají s psychologií styčné plochy. Jsou to zejména neurovědy a některé lékařské obory, sociologie, pedagogika, lingvistika a četné další.

2. Členění psychologie – psychologické disciplíny

Psychologii charakterizuje široký záběr témat, kterými se zabývá. Přesvědčí nás o tom i studium této knihy.

Důsledkem tematické šíře psychologie je, že se člení do několika málo **základních disciplín**, respektive oborů a většího množství **disciplín**/oborů **aplikovaných**. Mezi nimi je ovšem živá komunikace, nastolující základní povědomí o jednotě psychologie jako vědní disciplíny.

Základní psychologické obory vytvářejí fundament, na kterém stavba psychologického poznání spočívá. Jsou to především:

- psychologie obecná,
- psychologie osobnosti,
- psychologie sociální,
- psychologie vývojová.

Čtenář této knihy bude s nimi seznámen v dalších částech publikace.

Aplikované obory⁹ zajišťují služby psychologie v nejrůznějších oblastech praxe, odpovídají na poptávku po psychologii v současné společnosti. Mezi nejdůležitější patří:

- **Psychologie klinická**, zaměřená na problémy diagnostiky a pomoci osobám s psychickými potížemi. (Úzce spolupracuje zejména s psychiatrií.)
- **Psychologie zdraví**, zaměřená na problematiku činitelů zdravého způsobu života a předcházení vlivům škodícím zdraví.
- **Poradenská psychologie**, poskytující kvalifikovanou pomoc lidem v různých oblastech jejich bezradnosti a těžkostí. Poradenská psychologie se zaměřuje na pomoc rodinám a dětem, učitelům a žákům, manželským párům procházejícím krizí, lidem bezradným v otázkách volby povolání atd.

⁹ Podrobně Baštecká, B., ed., (2009). Viz Literatura k dalšímu studiu.

- **Pedagogická a školní psychologie** řeší problémy adaptace na školu a výuku, činitelů vzdělávacího úspěchu či neúspěchu žáků, způsobů optimální prezentace učiva tak, aby aktivizovala žáka a probouzela jeho vzdělávací zájmy apod. (Úzce spolupracuje zejména s pedagogikou, speciální pedagogikou a didaktikami jednotlivých vyučovacích předmětů.)
- **Psychologie práce a organizace**, zabývající se podmínkami pracovní činnosti, činiteli ovlivňujícími pracovní výkon, optimálním řízením pracovních kolektivů apod.
- **Forenzní psychologie** zabývající se psychologickými problémy soudnictví a věznění.
- **Psychologie sportu.**

Příklad 3

Konkretizace zaměření psychologie práce a organizace, psychologie pedagogické a školní

Psychologie práce je orientována jak výzkumně, tak prakticky, užitek (podobně je tomu ale i u ostatních aplikovaných psychologických disciplín). Výzkum má zabezpečovat, že aplikační využití má prokazatelné kvality, je spolehlivě garantováno. Výzkum i aplikace jeho výsledků se zaměřují na vztahy mezi požadavky konkrétních pracovních činností (profesí) a psychologickými předpoklady jejich zvládnutí. Reflektují jednak, že psychologické předpoklady jsou podmínkou pracovní efektivity, z čehož plyne důraz na výběr pracovníků, kteří tyto předpoklady mají (třeba vytvářet vhodné diagnostické metody), nebo na výcvik těch, kteří je sice aktuálně nemají, ale vykazují způsobilost pro jejich osvojení (třeba vytvářet vhodné výcvikové a školicí programy). Současně ale také reflektuje skutečnost, že člověk se pracovními činnostmi vyvíjí, respektive rozvíjí se jako osobnost. Mezi důležité úkoly psychologie práce patří získávání a výběr pracovníků a s tím související poradenství pro volbu povolání, vedení lidí v pracovním procesu a kontextu jejich začlenění do pracovních týmů, hodnocení pracovního výkonu spolu s analýzou a využitím rezerv eventuálního zvyšování výkonu apod. S psychologií práce úzce souvisí i **psychologie organizace a řízení pracovních týmů**. Aktuálními tématy je například eliminace, respektive řešení konfliktů na pracovišti, volba optimálního stylu řízení odpovídajícího konkrétním situacím na pracovišti, posilování pocitu příslušnosti k pracovišti aj.

Psychologie pedagogická se rozvíjí a uplatňuje v úzké součinnosti s pedagogikou, což ale nic nemění na tom, že je svébytnou psychologickou disciplínou. V jejím popředí jsou dvě tematické oblasti. Prvá se týká osvojování učiva – tedy úzce spolupracuje s didaktikami vyučovacích předmětů. Důraz je kladen na psychologické předpoklady zvládnutí vzdělávacích nároků, tkvící v propojení oblasti kognitivní (chápat, vnímat, myšlení, tvořit, elaborace poznatků ve vztahu k situacím jejich využívání, aktivizace dlouhodobé paměti atd.), motivační a postoje (probuzení zájmu o učivo, propojení učiva s životními plány a hodnotovými orientacemi apod.), emocionální (radost z dosahovaných výsledků, odolnost vůči traumatizujícím dopadům nezdarů), osobnostní (sebedůvěra, autoregulace aj.).

Druhá vůdčí tematická oblast pedagogické psychologie se zaměřuje na začlenění žáků do třídního kolektivu, na nedostatky a poruchy v jejich chování, morální vývoj a utváření občanských postojů. Na významu nabývá psychologická problematika součinnosti rodiny a školy, což souvisí s nálezy, že rodina ve vysoké míře determinuje jak školní úspěšnost, tak i chování žáků a že nápravy lze mnohdy dosáhnout jedině skrze spolupráci učitele a rodičů žáků. Taktéž nabývá na významu psychologická péče o učitele jakožto kompetentní a včtivé opory žáků, zejména v situacích, které prožívají jako náročné, krizové apod. **Psychologie školní** de facto navazuje na psychologii pedagogickou, důrazem na poradenskou aplikaci jejích poznatků v konkrétním prostředí té či oné školy, té či oné třídy, toho či noho žáka. Z toho plyne, že školní psycholog je pracovníkem školy, sžitým s jejími pracovníky i s žáky a jejich rodiči.

↓ Stručná rekapitulace první části

1. Psychologizovat, to znamená zamýšlet se nad jednáním, uvažováním, životními postoji apod. druhých lidí i sebe sama, patří k životu každého člověka. Praktikujeme tedy běžně takzvanou laickou psychologii – nemůžeme se bez ní obejít.
2. Oproti tomu psychologie odborná, budovaná na vědeckých základech, staví za prvé na prověřených poznatcích, jasně definovaných termínech a dobře argumentovaných výkladových postupech, teoriích. Za druhé používá prověřené metodické postupy. Za třetí je rozvíjena v badatelských a aplikačních centrech, garantujících její spolehlivost, korektnost. A konečně za čtvrté se vymezuje vůči jiným vědním oblastem, spolupracuje s nimi.
3. Psychologie odborná, budovaná na vědeckých základech, se člení na základní a aplikované psychologické disciplíny/obory.

↓ Námetky k promýšlení a cvičení

1. Uveďte ze svých osobních zkušeností příklady ilustrující omezenost laického psychologizování.
2. Uveďte oblast odborné psychologie, která vás nejvíce zaujala. Co byste od ní očekávali?
3. Jaké konkrétní otázky byste kladli odbornému psychologovi – poradci v případě studijních potíží; bezradnosti při volbě povolání; obtíží při navazování známostí.

Základní doporučená literatura

- Kern, H., Mehl, C. a kol. (2006). *Přehled psychologie*. Praha: Portál.
Říčan, P. (2006). *Psychologie (Příručka pro studenty)*. Praha: Portál.
Vágnerová, M. (2007). *Základy psychologie*. Praha: Nakladatelství Karolinum.

Literatura k dalšímu studiu

- Baštecká, B. (ed.) (2009). *Psychologická encyklopedie: Aplikovaná psychologie*. Praha: Portál.
Collinová, C., Grandová, V. et al. (2012). *Kniha psychologie*. Praha: Knižní klub.
Ferjenčík, J. (2000). *Úvod do metodologie psychologického výzkumu*. Praha: Portál.
Rogers, C. R. (2014). *Způsob bytí*. Praha: Portál.
Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií: Nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace*. Praha: Grada.
Sternberg, R. J. (2009). *Kognitivní psychologie*. Praha: Portál.

ČÁST DRUHÁ

**Vědecká psychologie:
Od předchůdců k jejímu zrodu**

Uvedení do tématu

Důkladné vysledování významných událostí, pozoruhodných myšlenek a objevitelských činů minulosti razících cestu současné vědecké psychologii není cílem této kapitoly.¹⁰ Úplně odhlédnout od vytváření předpokladů vzniku současné psychologie by ale nebylo moudré.

Úsilí orientovat se v tom, co nazýváme duše, duševní život, psychika, mysl, prožívání, vědomí a nevědomí, osobnost, provází člověka po celá tisíciletí. A psychologie je povinována se těmito tématy zabývat, vždyť zaujímají významné místo v poznání, sebepoznání a sebeovládání člověka. A sebepoznání, spolu se sebeovládáním, tvoří jeden ze základů civilizace, kultury, společnosti i individuálního života.

Proměny tohoto úsilí v minulých staletích nás poučují, jakými různými cestami se může ubírat, a učí nás pokoře. Vždyť pozoruhodné výkony dnešních psychologů budují na něčem, s čím bylo třeba se vyrovnávat, co bylo nezbytné překonávat, ale také k čemu bylo a je nezbytné se vracet jako ke znovu a znovu se připomínajícímu inspiračnímu zdroji.

Náš stručný historizující pohled se omezí na výběr a stručnou charakteristiku pěti mezníků, které na cestě ke vzniku současné psychologie sehrály bezesporu mimořádnou roli. Poté navážeme událostmi, které souvisejí se samotným jejím zrodem na přelomu devatenáctého a dvacátého století.

¹⁰ Zájemce o tuto oblast odkazují na publikace Plhákové, A. (2006) a Hunta, M. (2000). Viz Literatura k dalšímu studiu.

1. Pět zastavení na cestě ke vzniku vědecké psychologie

1.1 Zastavení první – důraz na duši

Prvé z našich zastavení nás vrací o bezmála dvě a půl tisíciletí zpět – do antického Řecka. Připomíná nám, že v doslovném přetlumočení slovo psychologie znamená nauku o duši (řecké slovo *psyché* znamená duši). Jak byla tato duše chápána? Řecký filozof **Platon** (427–347 př. n. l.), kterého musíme v této souvislosti jmenovat na prvním místě, považoval duši za samu podstatu člověka.

Svou duší má člověk vztah k idejím – jako je krása, pravda, zbožnost, láska. Tyto ideje jsou věčné a svým vztahem k nim, skrze svou duši, má člověk na věčném životě účast.

Respektive měl by, kdyby se nízkými touhami všednodennosti své duši neodcizil, kdyby ji takříkajíc neztratil ze zřetele či nezanedbal. Úkolem tedy je, aby člověk svým filozofováním, respektive moudrostí obnovoval svou duševní podstatu, aby obracel skrze svou duši pozornost k idejím, spojujícím je s tím, co trvá, oproti tomu, co mije a je jenom marným staráním.

Platonův žák **Aristoteles** (384–322 př. n. l.), autor spisu *O duši*, považoval duši za univerzální oživující základ všech bytostí.

Lidská duše ovšem není jenom něčím oživujícím, je také činitelem **rozumového poznání, kterým dospíváme k pravdě, a volního úsilí, kterým usilujeme o dobré, spravedlivé skutky.**

A je třeba dbát, abychom duši v těchto jejích kvalitách svým řádným životem posilovali a rozvíjeli. Charakteristické pro Aristotela ale je, že duše není entitou schopnou