

XS140 Základy psychologie

3.

Přírodovědecká fakulta MU

Prof. PhDr. Evžen Řehulka, CSc.

PSYCHOLOGIE UČENÍ 1

VYMEZENÍ UČENÍ

**Učení je nutno vymezit od zrání,
růstu,
instinktivního chování**

UČENÍ X VÝCHOVA

(VÝCHOVA JE PROCES ZAMĚŘENÝ NA DOSÁHNUTÍ CÍLŮ)

UČENÍ JE SLOŽKOU VÝCHOVNÉHO PROCESU

PSYCHOLOGIE UČENÍ 2

UČENÍ

- AKTIVITA
- ZKUŠENOST
- ZMĚNA CHOVÁNÍ
 - ZPĚTNÁ VAZBA
- ZAPOJENÍ OSOBNOSTI

PSYCHOLOGIE UČENÍ 3

UČENÍ JE

SCHOPNOST (?)

DOVEDNOST (?)

**POZITIVNĚ TĚŽIT ZE ZKUŠENOSTI,
COŽ VEDE K ZLEPŠENÍ ADAPTACE**

PSYCHOLOGIE UČENÍ 4

ROZLIŠENÍ UČENÍ V UŽŠÍM A ŠIRŠÍM SMYSLU

UŽŠÍ SMYSL: vědomé, záměrné osvojování si vědomostí, dovedností, návyků → výchovně-vzdělávací proces (zpravidla ve škole)

ŠIRŠÍ SMYSL: přizpůsobování se organismu k prostředí a ke změnám tohoto prostředí (J. Čáp, 1980)

DRUHY UČENÍ

- a) podmiňováním
- b) percepčně motorické
- c) verbální
- d) pojmové
- e) řešením problému

TEORIE UČENÍ E. L. THORNDIKA

- **UČENÍ POKUSEM A OMYLEM** (*TRIAL AND ERROR*)
- (*pokus s kočkou v problémové skříňce*)

ZÁKONY UČENÍ

➤ zákon pohotovosti

➤ zákon cviku

➤ zákon efektu

UČENÍ VHLEDEM

(geštaltpsychologie)

- VHLED (Einsicht, Insicht) ... akt náhlého řešení
- Učení je potom chápáno jako *akt náhlého řešení*
- *W. Koehlera pokus se šimpanzi*

PROŽITKOVÉ UČENÍ 1

Prožitkové učení je založeno na citovém prožívání a osobních zkušenostech, zasahuje celou osobnost toho, kdo se učí, ať je to dítě, nebo dospělý. To se podaří tehdy, dojde-li k **uvolnění a použití i pravé poloviny mozku, neboť pravá hemisféra funguje intuitivně, chápe rychleji podstatu než detaily, zkoumaný jev (problém) uchopí jako celek. **Operuje v metaforách. Je spíše estetická než logická, je tvořivá, propojuje se s pocitovými stránkami života.****

M. Havlíková 2006

PROŽITKOVÉ UČENÍ 2

Prožitkové učení zahrnuje **vlastní iniciativu toho, kdo se učí**. I když podnět přichází zvnějšku, pocit objevování, uchopení, porozumění vychází zvnitřku osobnosti. **Tím, že učící se proniká do problému, nalézá řešení, pojmenovává co se dověděl, nachází smysluplnost získaného poznatku a této dovednosti pro život, pociťuje uspokojení, ovlivňuje své chování, postoje, někdy i změnu vlastní osobnosti.**

PROŽITKOVÉ UČENÍ 3

Prožitkové učení se vyznačuje těmito charakteristickými znaky:

- **spontaneita** (*vlastní puzení k činnosti*);
- **objevnost** (*pronikání do reality, radost z poznávání*);
- **komunikativnost** (*verbální i neverbální složka*);
- **prostor pro aktivitu a tvořivost**;
- **konkrétní činnosti**: *manipulace, experimentování a hra*;
- **celostnost** (*účast všech smyslů a obou mozkových hemisfér*);

TEORETICKÉ A PRAKTICKÉ ASPEKTY DIFICILIT

- Za dificity považujeme shodně se Smékalem (1961) ty výchovné a výukové obtíže, které jsou ještě v rámci širší normy: nejsou tedy primárně organické, psychopatické, psychotické ani mentálně retardační.
- Dificity jsou částečně nebo zcela **reverzibilní**. Jsou to sice vývojově nepřiměřené (dysontogenetické), avšak **nepatologické** a **nedefektní** stavy psychiky, které se projevují společensky (případně i subjektivně) nepříznivě hodnocenými způsoby chování a prožívání.
- Dificity mohou být podmíněny **multikondicionálně**, **polyetiologicky**, což je důležité jak pro jejich diagnostiku (ta by měla být osobnostní, komplexní), tak pro nápravu.

PAMĚŤ

FÁZE PAMĚTI:

1. VŠTÍPIVOST zapamatování na krátký čas půl hodiny až hodinu
2. FIXACE (UPEVNĚNÍ) stopy se mění pod různými vlivy
3. KONZERVACE stopa už je stabilní, uchovává se na delší čas
4. REPRODUKCE (VYBAVOVÁNÍ),event. Znovupoznání, reminiscence atd.

TŘI ZÁKLADNÍ SLOŽKY PAMĚTI

- **VŠTÍPIVOST (RECEPCE)** JE POHOTOVOST PAMĚTI PŘIJÍMAT NOVÉ INFORMACE. ZÁVISÍ NA POZORNOSTI, STAVU VĚDOMÍ A FAKTORECH, KTERÉ MOHOU TYTO FUNKCE OVLIVŇOVAT (NAPŘ. ÚNAVA, NEVYSPÁNÍ ATD.) VŠTÍPIVOST JE NEJVYŠŠÍ V DĚTSTVÍ, SE STÁRNUTÍM KLESÁ, KDYŽ PO DOBU DOSPĚLOSTI BYLA NA USTÁLENÉ HLADINĚ.
- **ÚCHOVNOST (RETENCE)** PAMĚTI JE SCHOPNOST UCHOVAT VŠTÍPENÝ MATERIÁL PO ROZLIČNĚ DLOUHÝ ČASOVÝ ÚSEK. ZÁVISÍ NA SCHOPNOSTI SPOJOVAT VŠTÍPENÝ MATERIÁL S JINÝMI VZTAHY A ASOCIACEMI, I NA MOTIVACI K PODRŽENÍ ZÁŽITKŮ. BÝVÁ I VE VYŠŠÍM VĚKU ZACHOVÁNA
- **VÝBAVNOST (REPRODUKCE)** PAMĚTI JE SCHOPNOST VYBAVIT, AKTIVNĚ REKONSTRUOVAT MINULÉ ZÁŽITKY. ZÁVISÍ NA POHOTOVOSTI ASOCIACÍ A VOLNÍCH PROCESECH. ZHORŠUJÍ JI VEDLEJŠÍ ASOCIACE, NAPĚTÍ, PORUCHY KONCENTRACE POZORNOSTI. PROTO SNADNO PSYCHOGENNĚ SELHÁVÁ.

PAMĚŤ

ENGRAM

paměťová stopa

- *SELHÁNÍ SE MŮŽE TÝKAT*
 - obsahu paměti
 - lokalizace engramu

PAMĚŤ

PRACOVNÍ PAMĚŤ (working memory) je to pojem v současnosti používaný pro **krátkodobou paměť** (short-term memory).

Tento druh paměti lze přirovnat k tabulce, na niž se napíše záznam, který se po několika desítkách sekund smaže, aby uvolnil místo pro záznam další.

PAMĚŤ

BADDELEY, 1996

Pracovní paměť má tři složky:

FONOLOGICKOU SMYČKU (phonological loop)

VIZUOSPACIÁLNÍ NÁČRTNÍK (visuo-spacial sketch pad)

CENTRÁLNÍ VÝKONNOSTNÍ SLOŽKU (central executive)

FONOLOGICKÁ SMYČKA

- SYSTÉM, KAM SE DOČASNĚ UKLÁDAJÍ ZVUKOVÉ A ŘEČOVÉ INFORMACE A OPĚT SE RYCHLE ZTRÁCEJÍ.
 - JE ZÁVISLÁ NA FUNKCI PERISYLVIANSKÉHO KORTEXU VLEVO

VIZUOPROSTOROVÝ NÁČRTNÍK

- KRÁTCE SKLADUJE
VIZUOPROSTOROVÉ INFORMACE
- JE NARUŠEN PŘI DYSFUNKCI
ZRAKOVÉ KŮRY A KŮRY
PARIETALNÍCH A FRONTÁLNÍCH
LALOKŮ

CENTRÁLNÍ VÝKONNOSTNÍ SLOŽKA

TŘÍDÍ A SPECIFIKUJE KRÁTKODOBÉ
INFORMACE V ZÁVISLOSTI NA
FUNKCI PREFRONTÁLNÍ KŮRY

DEKLARATIVNÍ PAMĚŤ

*SKLÁDÁ SE Tedy SE SLOV, SCÉN, SYMBOLŮ,
ALE TAKÉ PŘÍBĚHŮ A UDÁLOSTÍ.*

JE ZÁVISLÁ NA FUNKCI NEOKORTEXU,
HIPOKAMPU A PŘILEHLÝCH STRUKTUR,
NAPŘ. DIENCEFALICKÝCH (TALAMUS,
MAMILÁRNÍ TĚLÍSKA).

DEKLARATIVNÍ PAMĚŤ

JE TO PAMĚŤ PRO FAKTA A UDÁLOSTI

SÉMANTICKÁ PAMĚŤ → FAKTA

EPIZODICKÁ PAMĚŤ → UDÁLOSTI

OBSAHY SÉMANTICKÉ PAMĚTI NEJSOU NA KONTEXTU ZÁVISLÉ

OBSAHY EPIZODICKÉ PAMĚTI CHARAKTERIZUJE VZTAH KE KONTEXTU

Mám s někým schůzku na Špilberku v sobotu ve tři hodiny odpoledne před vinárnou

NEDEKLARATIVNÍ PAMĚŤ

- **ZAHRNUJE NEUVĚDOMĚLÉ ZKUŠENOSTI** (NAPŘ. *MOTORICKÉ SOUHYBY*), KTERÉ OVLIVŇUJÍ CHOVÁNÍ. K JEJÍMU VYTVOŘENÍ A VYVOLÁNÍ NENÍ ZAPOTŘEBÍ VĚDOMÉHO ÚSILÍ. NEZÁVISÍ NA FUNKCI HIPOKAMPU, ALE JINÝCH STRUKTUR: **KŮŘE MOZKOVÉ, STRIATU, MOZEČKU A AMYGDALÉ.**

NEDEKLARATIVNÍ PAMĚŤ

DĚLÍ SE NA PAMĚŤ

- **PROCEDURÁLNÍ**
- **PODMÍNĚNOU**
- **„PRIMING“ (ROZNĚTKOVOU)**

PROCEDURÁLNÍ PAMĚŤ

- **UCHOVÁVÁ ZÍSKANÉ MOTORICKÉ DOVEDNOSTI A KOGNITIVNÍ ZKUŠENOSTI.**
- **PROCEDURÁLNÍ PAMĚŤ ZNAMENÁ „VIDĚT JAK“ OPROTI DEKLARATIVNÍ PAMĚTI S VÝZNAMEM „VĚDĚT CO A KDE“.**
- **ZAPAMATOVÁNÍ MOTORICKÝCH DOVEDNOSTÍ ZÁVISÍ NA FUNKCI *BASÁLNÍCH GANGLIÍ***

PODMÍNĚNÁ PAMĚŤ

- UCHOVÁVÁ INFORMACE KLASICKÝM PODMIŇOVÁNÍM. ZA JEJÍ FUNKCI JE ZODPOVĚDNÝ MOZEČEK A MEDIÁLNÍ ČÁST TEMPORÁLNÍHO LALOKU
- EMOČNÍ PODMIŇOVÁNÍ JE ZÁVISLÉ NA FUNKCI AMYGDALY. PŘI JEJICH LÉZÍCH NEJSOU VZPOMÍNKY EMOČNĚ PODBARVENÉ A DOCHÁZÍ K NESCHOPNOS ROZEZNÁVAT MIMIKU, VYJADŘUJÍCÍ STRACH ČI HNĚV

„**PRIMING**“ (roznětková paměť či expoziční paměť)

PRIMING znamená facilitovanou identifikaci objektů v souvislosti s jejich předchozí expozicí. Jde o nevědomé zapamatování, probíhající do značné míry automaticky.

PERCEPČNÍ PRIMING neboli priming při vnímání je co do modality specifický. Sémantické kódování jej neovlivňuje.

KONCEPČNÍ PRIMING čili priming jenž souvisí s tvorbou pojmů, modalitně specifický není, sémantické kódování jej ovlivňuje.

KONSOLIDACE PAMĚŤOVÝCH STOP

Pracovní paměť závisí na krátkodobých změnách synaptické transmise a neuronální aktivity. Pokud informace z pracovní paměti mají být zapamatovány, musí být dále zpracovány. Počáteční fáze konsolidace paměťových stop probíhá v hipokampu a v přilehlých strukturách a je velmi fragilní k poškozujícím zásahům. Vstup a výstup informací z hipokampu je řízen, organizován a zhodnocován řídicím (exekutivním) systémem v čelním laloku. Pro trvalé uložení informací slouží neokortex.

KLASIFIKACE DLOUHODOBÉ PAMĚTI

MODULUS	FUNKCE	ZÚŽENÝ PROFIL
DEKLARATIVNÍ (EXPLICITNÍ)	FAKTA (SÉMANTICKÁ PAMĚŤ)	MED. TEMP. KŮRA
	UDÁLOSTI (EPIZODICKÁ PAMĚŤ)	DIENCEFALON
NEDEKLARATIVNÍ (IMPLICITNÍ)	PROCEDURÁLNÍ (MOTORICKÉ DOVEDNOSTI)	STRIATUM
	PRIMING	NEOKORTEX
	KLASICKÉ PODMIŇOVÁNÍ	
	- EMOČNÍ	AMYGDALA
	- KOSTERNÍ SVALSTVO	MOZEČEK
	NEASOCIATIVNÍ UČENÍ	REFLEXNÍ OBLOUKY

SOUČASNÁ KLASIFIKACE PAMĚŤOVÝCH MODULŮ, JEJICH FUNKCE A ZÚŽENÉHO PROFILU INFORMAČNÍHO CHODU

MODULUS	FUNKCE	ZÚŽENÝ PROFIL
pracovní paměť	udržuje aktivitu jiných reprezentací	prefrontální kůra
explicitní paměť	vědomá paměť pro fakta a události	mediální části spánkových laloků, diencefalon
priming	vyladíuje percepční a pojmové reprezentace	týlní, spánkový a čelní lalok
motorické dovednosti	učení novým motorickým dovednostem	striatum
klasické podmiňování	vztah mezi smyslovými podněty mozeček a hybnou odpovědí	
emoční podmiňování	vztah mezi smyslovými podněty amygdala a emoční odpovědí	

KVANTITATIVNÍ PORUCHY PAMĚTI

- **HYPOMNÉZIE**
- **AMNÉZIE**
- **HYPERMNÉZIE**

AMNÉZIE

- **AMNÉZIE JE PORUCHA DEKLARATIVNÍ PAMĚTI, KTERÁ SE MŮŽE TÝKAT EPIZODICKÉ A SÉMANTICKÉ PAMĚTI SPOLEČNĚ NEBO ZVLÁŠŤ**
- KROMĚ TOHO SE MŮŽE TÝKAT UDÁLOSTÍ, KTERÉ PROBĚHLY PŘED DOBOU VZNIKU AMNÉZIE, TJ. **RETROGRÁDNÍ AMNÉZIE**, ALE I UDÁLOSTÍ, KTERÉ SE ODEHRAJÍ PO DOBĚ VZNIKU AMNÉZIE, TJ. **ANTEROGRÁDNÍ**, TAKÉ **ORTOGRÁDNÍ** NEBO **PROGRÁDNÍ AMNÉZIE**

KVALITATIVNÍ PORUCHY PAMĚTI

- REDUPLIKATIVNÍ PARAMNÉZIE
- EKMNÉZIE
- KRYPTOMNÉZIE
- KONFABULACE
- INKOHERENTNÍ MYŠLENÍ
- PSEUDOLOGIA PHANTASTIKA
- PROSOPAGNÓZIE
- HALUCINACE PAMĚTI
- ILUZE PAMĚTI

RIBOTŮV ZÁKON

**VYJADŘUJE VZTAH MEZI PRACOVNÍ (KRÁTKODOBOU) A
DLOUHODOBOU PAMĚTÍ**

**Z PAMĚTI SE NEJDŘÍVE VYTRÁCEJÍ VZPOMÍNKY NA
NEJNOVĚJŠÍ UDÁLOSTI, TEPRVE POTOM STARŠÍ
VZPOMÍNKY**

IMPRINTING

(VTIŠTĚNÍ, RAŽENÍ)

Pod pojem *imprinting* shrnujeme učební procesy vázané na citlivou fázi ontogeneze chování a vedoucí k dlouhotrvajícím, často ireverzibilním změnám v chování. Na učení závislé vtištění se nemůže uplatňovat v libovolném časovém úseku ontogenetického vývoje, ale pouze v druhově specifickém pevně stanoveném a fylogeneticky předem naprogramovaném časovém úseku, tedy v tzv. *citlivé nebo kritické fázi*. Podkladem procesu vtištění je proto vždy časově ohraničená dispozice k učení. Velká část vtišťovacích procesů probíhá *již v časném mládí*.

D. Franck, 1996

Historie pojmu emoce

Tradiční západní myšlení pohlíželo na emoce jako na narušitele duševní aktivity, které musí být kontrolovány. V prvním století před naším letopočtem napsal PUBLILIUS SYRUS in MAYER & SALOVEY (1990): "Ovládněte své pocity, než ovládnou oni vás". Mnohem později, v psychologii, definoval emoce YOUNG in MAYER & SALOVEY (1990) jako "náhlé pomatení jedince jako takového". V těchto přístupech jsou "nevinné" emoce nahlíženy jako "celková ztráta mozkové kontroly" a neobsahují žádné "stopy vědomých záměrů" (MAYER & SALOVEY, 1990).

Druhá tradice se dívá na emoce jako na uspořádané odezvy, protože flexibilně zaměřují rozumové aktivity a následné jednání. Spíše než aby tedy byly emoce charakterizovány jako chaotické, náhodné a do určité míry zmatené, LEEPER in MAYER & SALOVEY (1990) připomíná, že emoce jsou primární motivační síly; které "působí, vyvolávají, podporují a zaměřují jednání". Celkově lze emoce označit za primární lidské motivy (IZARD & BUECHLER in MAYER & SALOVEY, 1990).

Definice pojmu emoce (1)

- **Etymologicky má tedy slovo emoce blízko k pojmu motivace. Oba pojmy mluví o akci, stavu, jenž je opakem zklidnění, ztišení. Akce má vztah k nějakým cílům: motivace je akce směřující k dosažení cíle, zatímco emoce je akce, jež je důsledkem situací, které dosažení cíle buď ohrožují, nebo vylepšují.**
- **Z hlediska své struktury mají emoce komponentu zážitkovou (citovou), která je klíčová, protože se konstituuje v jednotě s poznáváním významu situace, a dále komponentu behaviorální (výrazovou představující chování a jednání) a somatickou (zejména viscerální)**

Definice pojmu emoce (2)

- Podle NAKONEČNÉHO (1999) jsou emoce fenomenálně specifické a komplexní psychické jevy hodnocení situace či stimulace a jako takové jsou reakcí na životně významné situace, která vedle identifikace jejich významu zahrnuje také aktivaci individua k účelné adaptaci daným situacím.
- Pro potřeby své teorie definují MAYER & SALOVEY (1990) emoce jako organizované odezvy protínající hranice mnoha psychologických subsystémů, které zahrnují fyziologické, rozumové, motivační a zkušenostní systémy. Emoce jsou typicky důsledkem odezvy na podnět, buď interní nebo externí, který má pozitivní nebo negativní valenci (subjektivní význam) pro jednotlivce. MAYER & SALOVEY & CARUSO (2000) považují emoce za jednu ze tří (čtyř) základních složek duševní činnosti osobnosti.

EMOCE ... *DEFINICE*

- **E. VYJADŘUJÍ SUBJEKTIVNÍ VZTAH ČLOVĚKA K JEHO VLASTNÍM PROJEVŮM I K JEJÍM A SITUACÍM Z JEHO OKOLÍ.**
- **E. JSOU PSYCHICKÉ JEVY, KTERÉ MAJÍ HODNOTÍCÍ VÝZNAM, A PROTO JIMI VYJADŘUJEME, ZDA JE NÁM NĚCO PŘÍJEMNÉ ČI NEPŘÍJEMNÉ, SVŮJ KLADNÝ ČI ZÁPORNÝ POSTOJ, USPOKOJENÍ ČI NEUSPOKOJENÍ.**
- **E. PROVÁZEJÍ VŠECHNY PSYCHICKÉ PROJEVY ČLOVĚKA**

znaky emocí

- emoce jsou maximálně subjektivní (z osobního pohledu) záležitostí - dva totožné podněty mohou u různých jedinců vyvolat různé emoce (například nepříjetí na školu může u jednoho jedince vyvolat lítost a smutek, u druhého naopak vztek a zlobu)
- slovy jsou těžko vyjádřitelné
- jsou univerzální, tzn. že doprovázejí všechny druhy duševní činnosti
- jsou aktualizovány konkrétní situací v daném okamžiku
- jsou neopakovatelné - vjem, který v nás emoci vyvolal si můžeme znovu „přehrát“ (vybavit) ve vědomí, ale stejné city nikoliv, ty se s prožitým obsahem mění
- jsou podmíněné, setrvačné – například, když učitel znepríjemní žákovi nějaký předmět, může se prožívání nepříjemných citů objevovat v tomto předmětu i poté, kdy ho učí jiný učitel
- většina emocí jsou polární (protilehlé), například láska x nenávisť, radost x smutek
- jsou smíšené (ambivalentní), například láska v nás vyvolává pocit radosti a štěstí, ale i strach o milovanou osobu, žárlivost a jiné
- vnímáme je ve dvou protipólech - příjemné x nepříjemné
- jsou obtížné přístupné nestrannému (objektivnímu) rozboru (analýze)

Vlastností citů (podle ŠTEFANOVIČ, J. 1974):

Citlivosti či citové dráždivosti, vnímavosti (senzitivity). Vyjadřuje skutečnost, jak lehce vznikají u člověka nové city, resp. jak lehce se city dávají do pohybu.

Citovost. Označuje se jí stupeň rozvoje, šířka, bohatství nebo chudost citového života.

Citová labilita/stabilita. Vyjadřuje rychlost střídání citů v čase, jakož i míru ovlivňování jednání a chování člověka jeho city.

Intenzita citů. Označuje se jí hloubka, resp. mělkost, síla prožívaného citu.

Citová zralost. Označujeme jí míru rozumového (resp. rozumného) základu prožívaných citů a míru rovnováhy mezi rozumovou a citovou složkou v psychice.

Citová ovlivnitelnost neboli sugestibilita. Jak lehce člověk podléhá citové nákaze či jak snadno lze u něho vyvolávat a měnit city.

Citová zranitelnost. Míra citové odolnosti, zejména vůči podnětům, které vyvolávají záporné, nepříjemné city. Mluví se zde také někdy o přecitlivělosti.

Stupeň citové ovladatelnosti. Označujeme tak míru řízení, ovládání citového života.

Výrazovost citů, tj. jak se city projevují navenek v mimice, gestice, řeči atp.

Citový optimismus nebo pesimismus. Vyjadřuje tendenci k prožívání stenických (posilujících) nebo astenických (oslabujících) citů.

EMOTIVITA

(Koukolík, 2004)

- Podle rozšíření definice jsou emoce složitým pocitovým stavem, jehož psychická, somatická a behaviorální součást má vztah k afektu a náladě.
- Základní lidské emoce jsou transkulturální: hněv, strach, štěstí, smutek, překvapení a hnus.

AFEKTIVITA VS EMOTIVITA

- **AFEKTIVITA** – pohotovost k emočním reakcím, jde o individuálně specifické emoční projevy
- **EMOTIVITA** – celková dlouhodobá emoční charakteristika jedince
- *Ne všichni autoři toto rozdělení dodržují*

SLOŽKY EMOCÍ

- **subjektivní prožitek emoce**
- **vnitřní tělesné reakce, zvláště ty, na nichž se podílí autonomní nervový systém**
- **kognitivní hodnocení nebo přesvědčení, že se odehrává pozitivní nebo negativní událost**
- **výraz obličeje**
- **reakce na emoci**
- **tendence jednání**

VROZENÉ EMOCE JAKO REAKCE NA OBECNĚ ŽIVOTNĚ VÝZNAMNÉ SITUACE

(M. Nakonečný 2004)

- radostreakce na zisk
- smutek reakce na ztrátu
- starost reakce na nejistotu
- hněv reakce na překážku
- strach reakce na ohrožení
- hnus reakce na škodlivé

Univerzální emoce

- EKMAN zjistil, že existuje univerzální výraz čtyř následujících emocí: strachu, hněvu, smutku, radosti. Specifický obličejový projev těchto čtyř emocí rozlišují lidé ve všech světových kulturách stejně - včetně negramotných národů - neovlivněných masovými médii. Jde o emoce univerzální.

FUKČNÍ SYSTÉM, JENŽ BY SE DAL NAZVAT EMOTIVITA, JE TVOŘEN TŘEMI SYSTÉMY

(Koukolík, 2004)

1.

- strukturami mozkového kmene,
které rozlišují emoční signály

FUNKČNÍ SYSTÉM, JENŽ BY SE DAL NAZVAT EMOTIVITA, JE
TVOŘEN TŘEMI SYSTÉMY
(Koukolík, 2004)

2.

- limbickým systémem a bazálními ganglii; tyto systémy dodávají společně emočnímu signálu obsah, kromě toho odpovídají za schopnost na tento obsah odpovědět;
- limbický systém je tvořen třemi vzájemně nezávislými, ale funkčně spjatými oblastmi: korovou část tvoří gyrus cinguli a gyrus parahippocampalis, k nim se připojuje amygdala; následující septo-hypotalamo-mezencefalické kontinuum a kmenová visceroenodokrinní periferie

FUKČNÍ SYSTÉM, JENŽ BY SE DAL NAZVAT EMOTIVITA, JE
TVOŘEN TŘEMI SYSTÉMY

(Koukolík, 2004)

3.

- projekčními částmi mozkové kůry, jejichž činnost zpracovává etický a estetický obsah emocí

Ekmanův Experiment s emočním výrazem obličeje

- K tomu, aby člověk vyprodukoval odpovídající pocit, stačí zlomek tělesného vzorce charakteristický pro emoční stav, anebo že se pocit dostaví poté, co tento zlomek tělesného vzorce spouští zbytek tělesného stavu. Je zajímavé, že ne všechny části mozku lze ošálit skupinou pohybů, které nejsou vytvářeny běžnými prostředky. Nové důkazy z elektrofyziologických záznamů ukazují, že předstírané úsměvy vytvářejí odlišné typy mozkových vln než skutečný smích.
- Stupeň neuronální specifity systémů, které mají emoce na starost, lze zjistit tehdy, je-li porušeno vyjadřování emocí. Zničí-li cévní mozková příhoda motorickou kůru levé mozkové hemisféry, pacient ochrne na pravé straně obličeje, a tudíž nemůže ovládat svaly. Když však tohoto pacienta třeba pobavila humorná poznámka a začne se sám od sebe usmívat nebo smát, je jeho smích normální. U pacienta, jemuž mozková příhoda poškodila přední cingulární kůru levé hemisféry, zjistíte přesně opačný výsledek. V klidu nebo při pohybu souvisejícím s emocí má pacient obličej asymetrický. Ale když se snaží stáhnout svaly obličeje vůlí, vykonávají se pohyby normálně a symetrie se vrací. Tento nálezn je dokladem skutečnosti, že motorická kontrola pohybu souvisejícího s emocemi nevychází ze stejného místa jako kontrola volných pohybů.

LIMBICKÝ SYSTÉM

- **L.S. BYL POPSÁN JAKO FUNKČNÍ CELEK JIŽ V KLASICKÉM OBDOBÍ NEUROANATOMIE V 19. STOLETÍ.**
- **ZAHRNUJE ČÁST MOZKOVÉ KŮRY (ORBITOFRONTÁLNÍ OBLAST, GYRUS CINGULI, HIPPOCAMPUS, PARA HIPOKAMPÁLNÍ GYRUS, GYRUS PYRIFORMIS) A NĚKTERÉ PODKOROVÉ OBLASTI (SEPTUM, AMYGDALA, HYPOTALAMUS, PŘEDNÍ TALAMUS).**
- **L.S. DODÁVÁ INFORMACE AFERENTNÍMI VLÁKNY Z CENTER AUTONOMNÍHO NERVSTVA, Z KOROVÝCH SENZORICKÝCH OBLASTÍ A JE CITLIVÝ I NA ŘADU HUMORÁLNÍCH FAKTORŮ. JEHO VSTUPNÍ SPOJE SMĚŘUJÍ DO MOZKOVÉ KŮRY, RETIKULÁRNÍ FORMACE A PŘES HYPOTALAMUS JE NAPOJEN AUTONOMNÍ NERVOVÝ SYSTÉM.**

LIMBICKÝ SYSTÉM

- **PODLE NYNĚJŠÍCH NÁZORŮ JE L.S. ODPOVĚDNÝ ZA VZNIK EMOCÍ A TĚCH PRVKŮ CHOVÁNÍ, KTERÉ EMOCE PROVÁZEJÍ, ZA VEGETATIVNÍ DOPROVOD EMOCÍ A SOUČASNĚ SE PODÍLÍ NA FYZIOLOGICKÝCH A BEHAVIORÁLNÍCH MECHANISMECH HOMEOSTÁZY.**
- **FUNKCÍ L.S. JE INTERAKCE INFORMACÍ ZE ZEVNÍHO SVĚTA (ZPROSTŘEDKOVANÁ MOZKOVOU KŮROU) S MECHANISMY ŘÍZENÍ VNITŘNÍHO PROSTŘEDÍ (PŘES HYPOTALAMUS A MOZKOVÝ KMEN.**
- **PŘESTOŽE L.S. TVOŘÍ FUNKČNÍ CELEK, NĚKTERÉ JEHO ČÁSTI MAJÍ SPECIFICKÉ FUNKCE.**

TROJAN, 2003

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ

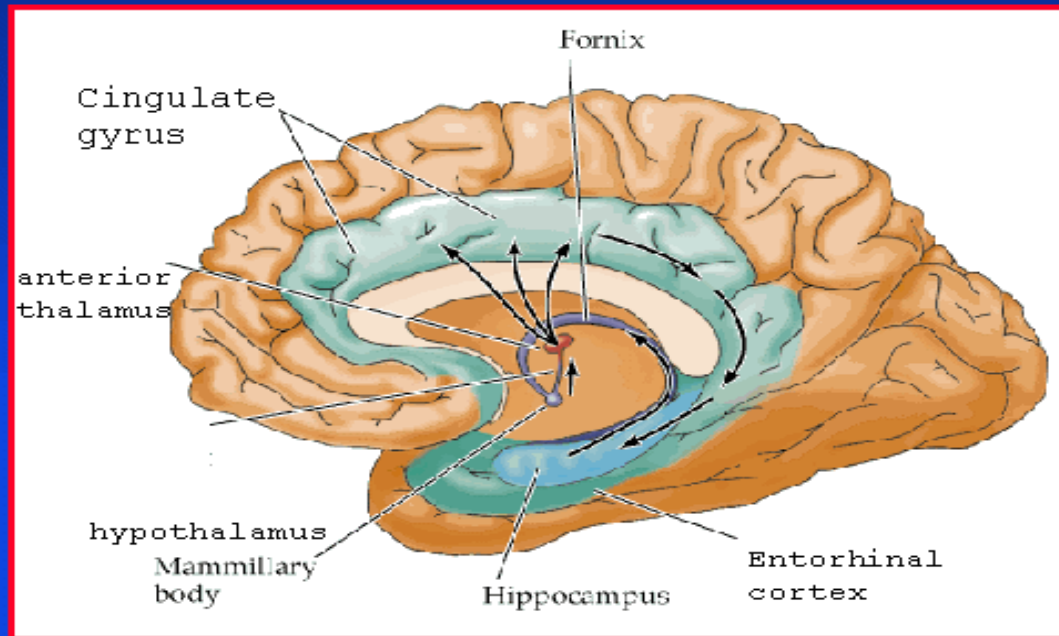
LANGE – JAMESOVA (1884) TEORIE

***„MÁME STRACH, PROTOŽE UTÍKÁME, JSME SMUTNI PROTOŽE
PLÁČEME“***

**CITY JSOU DOPROVÁZENY TĚLESNÝMI ZMĚNAMI, ALE TYTO
TĚLESNÉ ZMĚNY ZDE BYLY POJATY NIKOLI JAKO DŮSLEDEK,
NÝBRŽ JAKO PŘÍČINA EMOCÍ.**

NAKONEČNÝ, 2000

Limbic System: Papez circuit fig. 7.3



Za centrum emocí je pokládán **limbický systém** ve spojení s činností mozkové kůry a autonomního nervového systému. Limbický systém je soustavou určitých mozkových jader s různými dílčími funkcemi. Patří k vývojově starším částem mozku a nachází se mezi vývojově starším mozkovým kmenem a vývojově mladší mozkovou kůrou. Utváří prstenec, jehož vnitřní část tvoří **hippokampus** a **amygdala** a vnější část je tvořena jádru-septy. Emoce jsou dále řízeny a organizovány na vyšších funkčních úrovních nervové soustavy, zvláště hypothalamem. Činnost limbického systému je spojena s činností mozkové kůry – dokazují to např. výzkumy a objevy Ekmana, Levensona a Friesena, když dokázali, že lidé vykazují fyziologické projevy, i když si emoce jen představují.

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ

W.B.CANNON (1929), P. BARD (1934) TEORIE

- **TEORIE VYCHÁZÍ Z TOHO, ŽE EMOCIOGENNÍ PODNĚT, PROCHÁZEJE JAKO PROUD NERVOVÝCH IMPULSŮ TALAMEM DO MOZKOVÉ KŮRY, VYVOLÁ V NÍ PRIMÁRNĚ PODRÁŽDĚNÍ, KTERÉ ODBLOKUJE MOZKOVOU KŮROU UDRŽOVANÝ ŮTLUM V TALAMU, COŽ VYVOLÁVÁ PŘÍSLUŠNÝ EMOČNÍ ZÁŽITEK.**
- **CANNON SPOJOVAL EMOCE S ČINNOSTÍ SYMPATICKÉ VĚTVE VEGETATIVNÍ NERVOVÉ SOUSTAVY, KTERÁ VYVOLÁVÁ MOBILIZACI ENERGIE, ZATÍMCO ČINNOST PARASYMPATIKU JE V SITUACI OHROŽENÍ TLUMIVÁ.**
- **DŮLEŽITÁ ÚLOHA JE PŘISUZOVÁNA TALAMU, KTERÝ JE SPOJEN S ASOCIAČNÍMI POLI MOZKOVÉ KŮRY, LIMBICKÝM SYSTÉMEM, RETIKULÁRNÍ FORMACÍ VEGETATIVNÍ NERVOVOU SOUSTAVOU, A TAK HRAJE DŮLEŽITOU ÚLOHU VE FYZIOLOGICKÝCH PROJEVECH EMOCÍ.**

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ

W.B.CANNON (1929), P. BARD (1934) TEORIE

TALAMICKÁ TEORIE

ZDROJEM EMOCÍ JE TALAMUS (ČI VLASTNĚ HYPOTALAMUS), JENŽ KONCENTRUJE AFERENTNÍ PODRÁŽDĚNÍ A PODLE SITUACE VYSÍLÁ DESCENDENTNÍ VÝBOJE, ZPROSTŘEDKOVANÉ SYMPATIKO-NADLEDVINKOVÝM (ADRENALIN) A TAKÉ VAGO-INZULINOVÝM SYSTÉMEM (ACETYLCHOLIN, INZULIN). KONEČNÝM CÍLEM PO PROBĚHLÉ REAKCI JE VYROVNÁNÍ VNITŘNÍHO PROSTŘEDÍ (HOMEOSTÁZA). KŮRA MOZKOVÁ JE INFORMOVÁNA Z DIENCEFALA, COŽ UMOŽŇUJE PROŽITEL EMOCE, POPŘÍPADĚ JEJÍ OVLÁDÁNÍ.

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ

AKTIVAČNÍ TEORIE EMOCÍ, D.B.LINDSLEY (1951)

- **NAVAZUJE NA OBJEV FUNKCE RETIKULÁRNÍ FORMACE MOZKOVÉHO KMENE: POSTULUJE KONTINUUM NERVOVÉ ČINNOSTI MOZKU OD NÍZKÉ K VYSOKÉ ÚROVNI VZRUŠENÍ.**
- **NA VZNIKU EMOCE SE PODÍLEJÍ RŮZNÉ ČÁSTI MOZKU, ALE ROZHODUJÍCÍ FUNKCI MÁ RETIKULÁRNÍ FORMACE JAKO ZDROJ AKTIVACE MOZKOVÝCH ČINNOSTÍ.**
- **ROZHODUJÍCÍ JE STRUKTURA RETIKULÁRNÍ FORMACE, KTERÁ TONIZUJEJAK PODKOROVÉ OBLASTI, TAK KŮRU MOZKOVOU. ÚROVEŇ AKTIVACE Z RETIKULÁRNÍ FORMACE URČUJE ZÁKLADNÍ KVALITU EMOCE.**

NAKONEČNÝ, 2003; HÖSCHL, 2002

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ

TEORIE LIMBICKO-KORTIKÁLNÍ (PAPEZ 1937, 1958)

**ZA EMOCI JE ODPOVĚDNÁ KOMBINOVANÁ ČINNOST 3
SUBSYSTÉMŮ:**

- 1. SENZORICKÁ CENTRA SUBTALAMICKÁ**
- 2. PROSTŘEDNÍ ČÁST HYPOTALAMU, KTERÁ MÁ REGULOVAT
VISCERÁLNÍ AKTIVITU A EMOČNÍ PROJEV**
- 3. INFORMACE Z TALAMU DO FRONTÁLNÍHO LALOKU**

**„EMOČNÍ OKRUH“ → centrální emoční proces začíná v
hipokampu, odtud jsou vedeny vzruchy do corpora
mamillaria, dále do předních talamických jader a konečně
do korové oblasti gyrus cinguli**

PERIFERNÍ ZNAKY EMOCÍ

NEPODLÉHAJÍ VOLNÍ KONTROLE

KOŽNĚ-GALVANICKÉ REFLEXY (změny ve vodivosti kůže, související s pocením)

KREVNÍ TLAK A ZMĚNY OBJEMU ČÁSTÍ TĚLA (sympatetická část autonomní, vegetativní NS)

ELEKTROKARDIOGRAM A ČINNOST SRDCE (změny rytmu srdeční činnosti)

RESPIRACE (změny v dýchání)

PUPILÁRNÍ REFLEX (rozšiřování a zužování zornice oka)

SALIVÁRNÍ SEKRECE (vyučování slin)

PILOMOTORICKÉ REFLEXY (zduřování kožních oblastí)

DERMOGRAFIE

SVALOVÉ NAPĚTÍ

TREMOR

MRKACÍ REFLEX A POHYBY OČÍ

POCENÍ KŮŽE

VISCERÁLNÍ PROJEVY EMOCÍ

NEPODLÉHAJÍ VOLNÍ KONTROLE

- **TÝKAJÍ SE ZMĚN V ÚTROBÁCH A TKÁNÍCH A SOUVISÍ S ČINNOSTÍ AUTONOMNÍ (VEGETATIVNÍ) NERVOVÉ SOUSTAVY, KTERÁ JE ŘÍZENA HYPOTALAMEM.**
- **VISCERÁLNÍ REAKCE SE VZTAHUJÍ K VNITŘÍM ORGÁNŮM, JAKO JSOU SRDCE, PLÍCE, ŽALUDEK, CÉVY ATD.**
- **VISCERÁLNÍ ODPOVĚDI ORGANISMU NA EMOCIOGENNÍ PODNĚT JSOU FUNKCÍ VZTAHŮ MEZI SYMPATICOU A PARASYMPATICOU ČÁSTÍ AUTONOMNÍ NS, PŘIČEMŽ FUNKCE SYMPATIKU JE PŘEDEVŠÍM AKTIVAČNÍ (KATABOLICKÁ), KDEŽTO FUNKCE PARASYMPATIKU SPOČÍVÁ VE VYTVÁŘENÍ REZERV (FUNKCE ANABOLICKÁ).**

NAKONEČNÝ, 2003

AMYGDALA

- **CORPUS AMYGDALUM JE MANDLOVITÝ ÚTVAR NA ROZHRANÍ SPODNÍ A STŘEDNÍ ČÁSTI LIMBICKÉHO SYSTÉMU, KTERÝ MÁ SPOJENÍ S OBLASTÍ SENZORICKÝCH ASOCIACÍ V MOZKOVÉ KŮŘE, SE SENZORICKOU ČÁSTÍ TALAMU, NEPŘÍMÉ SPOJENÍ S HIPPOKAMPEM A DÁLE S MOTORICKÝMI, VEGETATIVNÍMI A ENDOKRINNÍMI REAKCEMI.**
- **PROUDÍ SEM NERVOVÉ IMPULZY Z BEZPROSTŘEDNÍCH, ALE TAKÉ IMAGINOVANÝCH A ZAPAMATOVANÝCH SITUACÍ (SPOJENÍ S HIPPOKAMPEM!).**
- **AMYGDALA JAKO „EMOČNÍ POČÍTAČ“ (J. E. LeDoux, 1993)**
- ***„OKNO, KTERÝM LIMBICKÝ SYSTÉM POZORUJE MÍSTO ČLOVĚKA V OKOLNÍM SVĚTĚ“***

Amygdala (corpus amygdalum)

má klíčovou úlohu v neuronových sítích „emocionálního mozku“.

(Nakonečný, 2000). Přichází do ní nervové impulsy z bezprostředních, ale i imaginovaných a zapamatovaných situací. Amygdala integruje signály z vnějšího i vnitřního prostředí a provádí primární hodnocení situace. Je aktivována jednoduchými znaky, i celými objekty a kontexty, v nichž vystupují, obrazy a vzpomínkami na objekty. Jsou-li přetaty dráhy spojů amygdaly s ostatními mozkovými centry, objevuje se stav označovaný jako „afektivní slepota“ (Goleman, 1995), kdy člověk není schopen posuzovat citový význam událostí.

Goleman považuje amygdalu také za centrum emoční paměti – amygdala uchovává vzpomínky na citové zbarvení událostí. Větší podráždění znamená větší paměťový otisk. Amygdala funguje jako jakýsi psychologický strážce – sleduje všechny informace přicházející ze smyslových orgánů a v případě zaregistrování krizové situace, vyšle do ostatních částí mozku signál o nebezpečí. Dojde-li např. k zachycení signálu strachu, signálem z amygdaly se rozjedou další reakce – sekrece stresových hormonů, mobilizace mozkových center pro pohyb a aktivace kardiovaskulárního systému, svalů a střev. Díky rozsáhlé síti nervových spojení může amygdala převzít v situaci krize velení nad většinou mozku, včetně racionálního myšlení

Amygdala (corpus amygdalum)

Podle LeDouxových výzkumů reaguje amygdala díky jedinému synaptickému spoji rychleji než neokortex, jenž zpracovává informaci na mnoha úrovních cesty neurálních okruhů, než vjem pochopí, zařadí a adekvátně na něj zareaguje. LeDouxův objev drah pro obcházející neokortex znamená výrazný posun v chápání emocí. Reaguje-li člověk pod vlivem amygdaly, může reagovat neadekvátně, když současná událost v něčem připomíná něco z minulosti a citově nabitě vzpomínky jsou spojeny s nepřiměřenou reakcí. Dominantní role amygdaly potvrzuje i správnost základů psychoanalytického pojetí raných událostí v dětství – amygdala je už při narození mnohem dokonaleji vyvinutá, dozrává v dětském mozku rychleji, a proto citová stopa kontaktů a konfliktů dítěte s okolím je zaznamenána v člověku velmi hluboko – v amygdale v podobě „bezeslovných principů citového života“. (Nejranější citové vzpomínky pocházejí tedy z doby, kdy nejsou k dispozici slova a jejich pozdější aktivace může člověka konfrontovat s událostmi v raném období života.) Rychlost reakce vedené amygdalou může způsobovat jedinci problémy, protože se jedná o reakci na fragment neutříděných a neintegrováných smyslových informací, kdy je situace pochopena a uchopena na základě prvních rámcových vjemů a takováto „prekognitivní emoce“ (Goleman, 1995) nemusí být správným vodítkem pro odpověď organismu.

HYPOTHALAMUS

- Dalším významnou částí mozku ve vztahu k emocím je hypothalamus. Jedná se o řídicí centrum tělesných funkcí. S hypofýzou tvoří zvláštní okruh neurohumorální regulace. Podrážděním hypothalamu jsou vyvolávány nebo redukovány tělesní potřeby a behaviorální vzorce různých afektů.

HIPPOKAMPUS

- **TVOŘÍ ÚTVAR POD SPODNÍ ČÁSTÍ TALAMU, MÁ PŘÍMÉ SPOJENÍ S ČELNÍMI LAOKY**
- **CENTRUM „EMOCIONÁLNÍ PAMĚTI“ A PODÍLÍ SE NA ROZLIŠOVÁNÍ CITOVÉHO VÝZNAMU SITUACE**
- **POŠKOZENÍ HIPPOKAMPU VEDE K NESCHOPNOSTI ZAPAMATOVÁVAT SI DLOUHODOBĚ NOVÉ PODNĚTY**

Hippokampus (formatio hippocampi), je místem emocionální paměti

Na rozdíl od amygdaly jsou zde uchovávána prostá fakta bez emocionálního zabarvení. Podílí se na identifikaci objektů a událostí a spolu s amygdalou jim pak dává emocionální význam. Při poškození se objevují potíže zapamatovat si nové objekty.

- Dalším významnou částí mozku ve vztahu k emocím je hypothalamus. Jedná se o řídicí centrum tělesných funkcí. A hypofýzou tvoří zvláštní okruh neurohumorální regulace. Podrážděním hypothalamu jsou vyvolávány nebo redukovány tělesní potřeby a behaviorální vzorce různých afektů.
- Thalamus ve spojení provádí koordinaci viscerálních vzorců emocí, zvláště projevů mimiky a gest.
- Podle Papeze (in Nakonečný, 1998) procházejí sensorické impulsy přes thalamus do mozkové kůry třemi cestami – percepční, motorickou a emoční. Mozková kůra tyto cesty integruje a jejich kombinací se tvoří psychické procesy. Goleman připomíná, že v průběhu fylogeneze se z mozkového kmene oddělila nejprve emoční centra a teprve později se utvářel neokortex – emoční centra existovala tedy dlouho před „racionálními centry“. První emoční centra se vyvíjela z čichového laloku. Poté došlo ke vzniku dalších struktur – limbického systému. Vývoj mozkové kůry pak umožnil celou paletu možných reakcí a vnesl tím do emočního života jemnost a složitost.
- Přesto tato vyšší centra neovládají zcela emoční život člověka – v důležitých citových událostech, zvláště v nebezpečných a naléhavých situacích jsou podřízeny činnosti limbického systému.

SEPTUM

- JE TVOŘENO SYSTÉMEM JADER, JEHOŽ FUNKČNÍ VYŘAZENÍ ZPŮSOBUJE LEHKOU VZRUŠIVOST, NADMĚRNOU AKTIVITU A NESCHOPNOST VYTVÁŘET ÚTLUMY JIŽ NEODMĚŇOVANÉHO CHOVÁNÍ
- J. OLDS (1953) → „*CENTRUM SLASTI*“

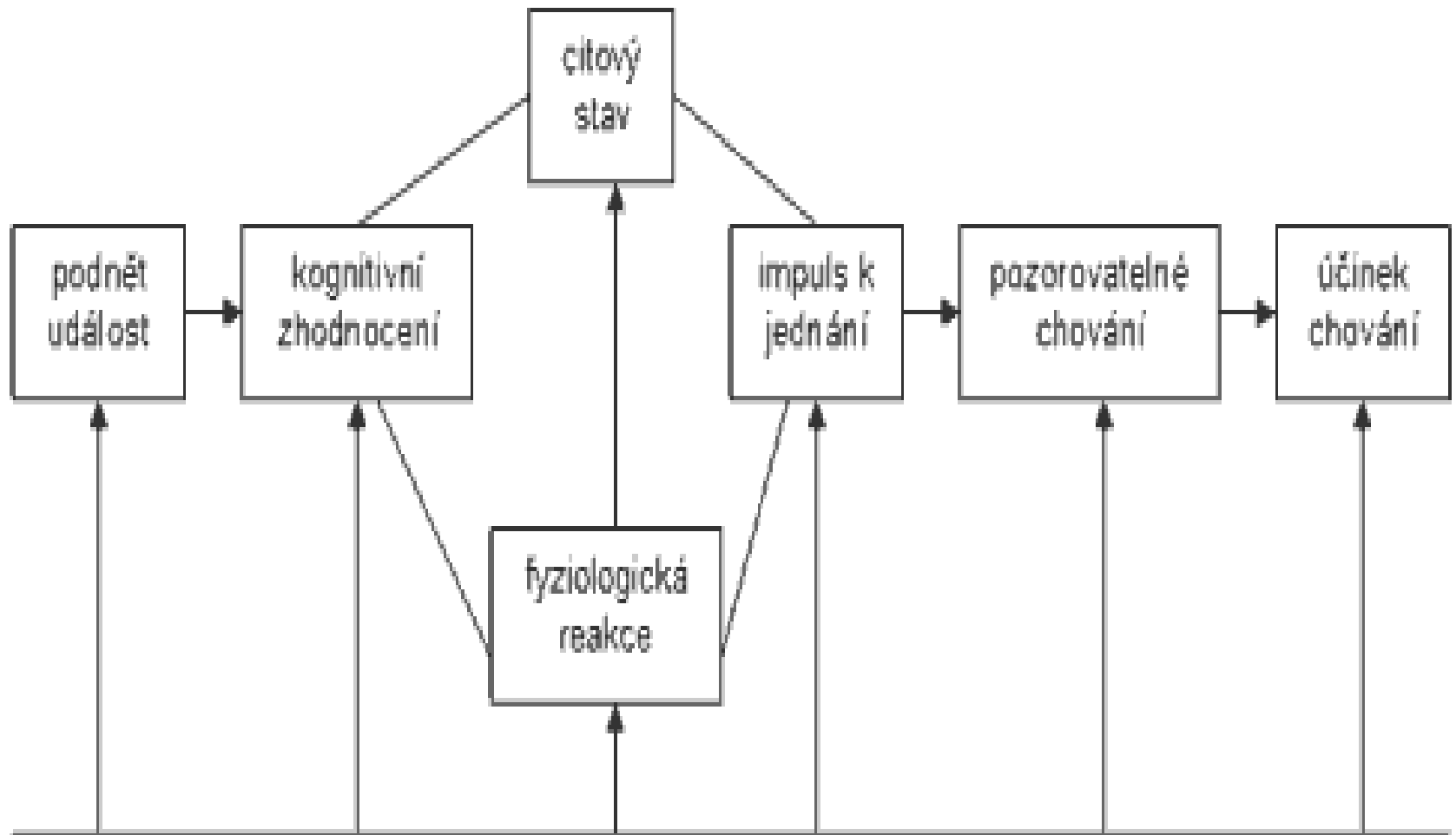
Plutchikova teorie emocí

- Podle Plutchika mají emoce genetický základ, vznikly v procesu evoluce přírodní selekcí životně úspěšných adaptivních mechanismů a jejich postupným zdokonalováním, a jako takové jsou formou adaptace. Fylogeneticky se vyvinulo osm primárních emocí, které jsou tedy vrozené, všechny ostatní jsou od nich odvozené jejich míšením.
- Plutchik (1984) podává tuto definici: „Emoce je uzavřený komplexní průběh reakcí na podnět; zahrnuje kognitivní hodnocení, změny v subjektivním prožívání, aktivaci autonomního a centrálního nervového systému, impulzy k jednání a chování, jež je určeno k tomu, aby působilo na podnět, který uvolnil komplexní sekvenci.“

Plutchikova teorie emocí

- **Většina uvedených fází sekvence probíhá pod úrovní vědomí, lidé si nemusí být vědomí toho, proč reagují emocionálně, „mají málo vhledu do svých vlastních stavů fyziologického vzrušení“ a také „kognitivní zhodnocení“ situace nemusí být uvědomováno, u primárních emocí probíhá jaksí automaticky.**
- **Sekundární emoce jsou odvozovány z primárních jejich míšením, což se děje zejména v situaci, která je neurčitá (v takovém případě se ostatně hovoří o „smíšených pocitech!, jako jsou např. rozpaky). Míšením primárních emocí vznikají dyády, resp. triády emocí jako jednotný komplex emočního zážitku. Takovou dyádu představuje např. stud, který je smíšeninou strachu a hnusu ze sebe sama. Plutchik (1962) toto smíšení ilustruje na schématu kruhového uspořádání primárních emocí.**

Plutchikova teorie emocí



Plutchikova teorie emocí

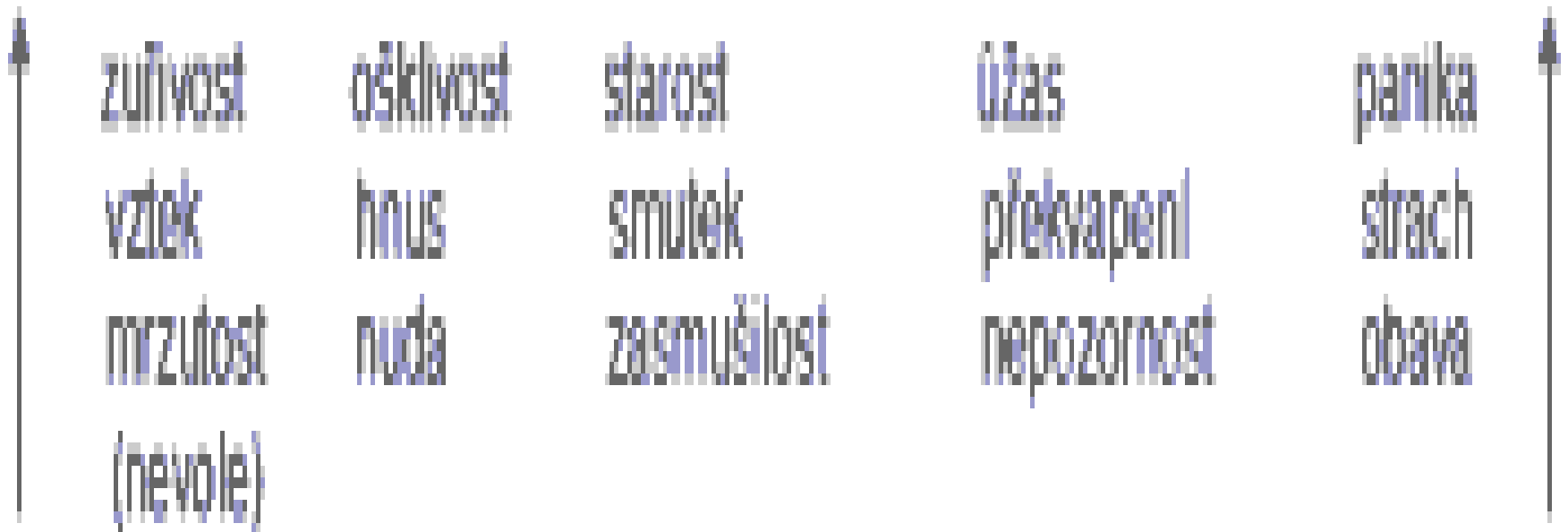


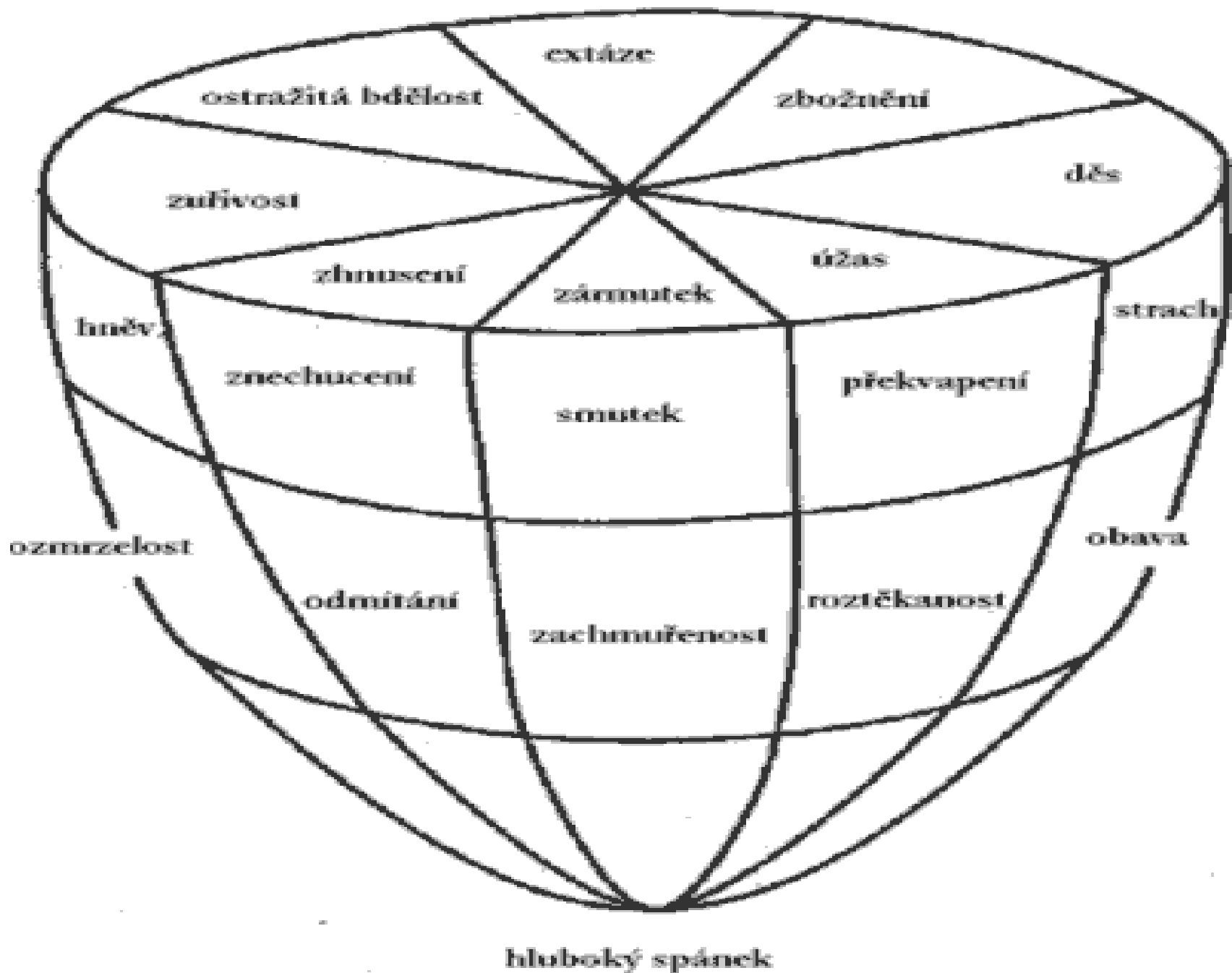
Kromě primárních dyád rozlišuje však ještě další smíšeniny, sekundární a terciální dyády, z nichž uvádíme několik jeho příkladů:

sekundární dyády: radost + překvapení = potěšení (delight)
překvapení + starost = rozpaky, zklamání
starost + očekávání = pesimismus

terciální dyády: hněv + překvapení = pohoršení, nenávisť
očekávání + akceptování = fatalismus
radost + strach = vina

Další Plutchikovo třídění vychází z hlediska intenzity. Za nejintenzivnější emoce pokládá ostražitosť, zbožnění a extázi. Uvádíme dále příklady tohoto třídění, v němž šipky naznačují zvyšování intenzity k jakémusi emocionálnímu maximu.





uvolňující událost (podnět)	kognitivní hodnocení	cít	impuls k jednání chování (účinky)	působení (biologické funkce)
ohrožení	„nebezpečí“	strach, hrůza	útěk	ochrana
překážka	„nepřítel“	hněv, vztek	kousání, bití (útok)	ničení
pohlavní partner	„vlastnictví“	radost	nábor a párování	reprodukce, rozmnožování
ztráta cenného jedince	„izolace, být opuštěn“	smutek, žal	volání o pomoc, pláč	reintegrace
člen vlastní skupiny	„přítel“	akceptace, přijetí, důvěra	vystrojování, dělení	připojení, vtělit
nechutný objekt	„jeď“	hnus	odvrhnutí, vyplivnutí	odmítání
nové teritorium	„co je to venku“	očekávání	zkoumání	explorace, nalezení
neočekávaný objekt	„co je to“	překvapení	zastavení se	orientace

Jako vlastností citů si můžeme všímat

(ŠTEFANOVIČ, J. 1974):

- **Citlivosti či citové dráždivosti, vnímavosti (senzitivity).** Vyjadřuje skutečnost, jak lehce vznikají u člověka nové city, resp. jak lehce se city dávají do pohybu.
- **Citovost.** Označuje se jí stupeň rozvoje, šířka, bohatství nebo chudost citového života.
- **Citová labilita/stabilita.** Vyjadřuje rychlost střídání citů v čase, jakož i míru ovlivňování jednání a chování člověka jeho city.
- **Intenzita.** Označuje se jí hloubka, resp. mělkost, síla prožívaného citu.
- **Citová zralost.** Označujeme jí míru rozumového (resp. rozumného) základu prožívaných citů a míru rovnováhy mezi rozumovou a citovou složkou v psychice.
- **Citová ovlivnitelnost neboli sugestibilita.** Jak lehce člověk podléhá citové nákaze či jak snadno lze u něho vyvolávat a měnit city.
- **Citová zranitelnost.** Míra citové odolnosti, zejména vůči podnětům, které vyvolávají záporné, nepříjemné city. Mluví se zde také někdy o přecitlivělosti.
- **Stupeň citové ovladatelnosti.** Označujeme tak míru řízení, ovládání citového života.
- **Výrazovost citů,** tj. jak se city projevují navenek v mimice, gestice, řeči atp.
- **Citový optimismus nebo pesimismus.** Vyjadřuje tendenci k prožívání stenických (posilujících) nebo astenických (oslabujících) citů.

AFEKT

- **Afekt chápeme jako rychle vznikající citové vzplanutí, které je prudké, silné a poměrně krátkodobé.**
- Bývá doprovázeno výraznými změnami v chování a změnami fyziologickými.
- Po afektu nastává vyčerpání.
- Člověk se může v afektu dopustit nerozvážných činů. Jako příklad můžeme uvést afekt vzteku, hanby, strachu atd.

Nálada je relativně trvalý citový stav, který ovlivňuje a podbarvuje psychické ladění osobnosti a vytváří kulisu pro aktuální psychické dění.

U nálad můžeme rozlišovat:

- intenzitu
- délku trvání
- vztah k podnětům, které náladu vyvolaly
- možnosti změny, přerušení nálady
- vliv nálady na ostatní duševní dění

V psychopatologii rozeznáváme různé **chorobné nálady**, z nichž nejčastější podle V. VONDRÁČKA (1970) jsou:

euforie (spokojená, blažená nálada, s kladným emočním přízvukem bez výraznějšího ovlivnění aktivity)

manická nálada (veselá, bývá zvýšená dynamogenie, zvýšené tempo řeči i jednání, promptní a výrazné reakce na všechny zevní podněty)

expanzivní nálada (v popředí je zvýšené sebevědomí se vzrůstem aktivity, stálé zasahování do okolí)

exaltovaná, extatická nálada (subjektivně vystupňované prožívání pocitu nadšení, štěstí, aktivita může být zvýšena jednostranně, reakce na podněty nesouvisející s emočně nabitými představami mohou být utlumeny)

apatie - lhostejnost (potlačení emoční reaktivity, což jedinec hodnotí většinou nepříznivě, bývá snížena dynamogenie i celková aktivita)

depresivní nálada (smutná, s výrazným přízvukem nelibým, s pesimistickým pohledem až životní negací, s výrazným útlumem aktivity i dynamogenie)

úzkostná, anxiózní nálada (emoční přízvuk nelibý, převažuje pocit napětí, bývají obavy, očekávání neštěstí bezprostředně hrozícího, současně zvýšení aktivity různého stupně ve směru těchto dominujících myšlenek, současně s inhibicí (útlumem) aktivity ostatní)

dráždivá nálada (se zvýšenou pohotovostí k emocím vzteku a k agresivním reakcím)

bezradná nálada (v popředí je prožitek neschopnosti vyznat se v situaci, emoční přízvuk je nelibý)

morózní nálada (nevrlá, bývají depresivní a zlostné reakce bez zvýšení aktivity)

rezonantní nálada (reaguje se zlobnými afekty)

DIMENZE CITOVÉHO PROŽÍVÁNÍ

příjemnost - **nepříjemnost**
(libost - *nelibost)*

napětí - **uvolnění**

vzrušení - **uklidnění**

ROZDĚLENÍ EMOCÍ

podle polarity:

kladné a záporné

libé a nelibé

stenické a astenické

podle kvality:

nižší (individuální, tělesné)

vyšší (sociální, etické, estetické)

podle intenzity a trvání:

afekty

nálady

podle struktury a obsahu:

(paratymie, fobie aj).

Univerzální emoce

- EKMAN zjistil, že existuje univerzální výraz čtyř následujících emocí: strachu, hněvu, smutku, radosti. Specifický obličejový projev těchto čtyř emocí rozlišují lidé ve všech světových kulturách stejně - včetně negramotných národů - neovlivněných masovými médii. Jde o emoce univerzální.

LIMBICKÝ SYSTÉM

- **PODLE NYNĚJŠÍCH NÁZORŮ JE L.S. ODPOVĚDNÝ ZA VZNIK EMOCÍ A TĚCH PRVKŮ CHOVÁNÍ, KTERÉ EMOCE PROVÁZEJÍ, ZA VEGETATIVNÍ DOPROVOD EMOCÍ A SOUČASNĚ SE PODÍLÍ NA FYZIOLOGICKÝCH A BEHAVIORÁLNÍCH MECHANISMECH HOMEOSTÁZY.**
- **FUNKCÍ L.S. JE INTERAKCE INFORMACÍ ZE ZEVNÍHO SVĚTA (ZPROSTŘEDKOVANÁ MOZKOVOU KŮROU) S MECHANISMY ŘÍZENÍ VNITŘNÍHO PROSTŘEDÍ (PŘES HYPOTALAMUS A MOZKOVÝ KMEN.**
- **PŘESTOŽE L.S. TVOŘÍ FUNKČNÍ CELEK, NĚKTERÉ JEHO ČÁSTI MAJÍ SPECIFICKÉ FUNKCE.**

TROJAN, 2003

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ

W.B.CANNON (1929), P. BARD (1934) TEORIE

TALAMICKÁ TEORIE

EMOCE, POPŘÍPADĚ JEJÍ OVLÁDÁNÍ. ZDROJEM EMOCÍ JE TALAMUS (ČI VLASTNĚ HYPOTALAMUS), JENŽ KONCENTRUJE AFERENTNÍ PODRÁŽDĚNÍ A PODLE SITUACE VYSÍLÁ DESCENDENTNÍ VÝBOJE, ZPROSTŘEDKOVANÉ SYMPATIKO-NADLEDVINKOVÝM (ADRENALIN) A TAKÉ VAGO-INZULINOVÝM SYSTÉMEM (ACETYLCHOLIN, INZULIN). KONEČNÝM CÍLEM PO PROBĚHLÉ REAKCI JE VYROVNÁNÍ VNITŘNÍHO PROSTŘEDÍ (HOMEOSTÁZA). KŮRA MOZKOVÁ JE INFORMOVÁNA Z DIENCEFALA, COŽ UMOŽŇUJE PROŽITEL

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ
LANGE – JAMESOVA (1884) TEORIE

***„MÁME STRACH, PROTOŽE UTÍKÁME, JSME
SMUTNI PROTOŽE PLÁČEME“***

**CITY JSOU DOPROVÁZENY TĚLESNÝMI
ZMĚNAMI, ALE TYTO TĚLESNÉ ZMĚNY ZDE
BYLY POJATY NIKOLI JAKO DŮSLEDEK, NÝBRŽ
JAKO PŘÍČINA EMOCÍ.**

temperament

- vyjadřuje dynamické vlastnosti osobnosti, tedy dynamiku celého chování a prožívání. Dynamikou chování a prožívání se rozumí zejména tempo průběhu a střídání psychických procesů, stavů, činností a jednání, a jejich intenzita, tedy konkrétně takové vlastnosti, jako je např. citová vzrušivost, snadnost střídání citů, impulsivnost či naopak pomalost a pasivita.
- Temperament je určován vrozenými vlastnostmi nervové soustavy a můžeme tedy říci, že má vrozený základ. Na základě výchovného působení je však možno naučit jedince temperamentové projevy ovládat a kontrolovat. Temperamentové vlastnosti jsou též překrývány vlastnostmi charakteru.

TEMPERAMENT

- psychologické charakteristiky osobnosti, jež jsou vrozené (dědičné), můžeme u nich identifikovat biologický základ a týkají se formální (průběhové, dynamické, týkající stylu chování), nikoli obsahové stránky chování a prožívání. (Blatný 2003)
- Temperament jsou ty složky osobnosti, jež jsou dědičné, vztahují se k emocionalitě, jsou vývojově stabilní a neovlivnitelné sociokulturním prostředím (Cloninger).

Hippokratova (5. až 4. stol před Kr.) koncepce temperamentu

- **SANGVINIK**, který je chápán jako čilý, veselý, společenský, ale také může být nestálý a lehkomyšlný.
- **CHOLERIK**, který se vyznačuje zvýšenou dráždivostí, rychlým vzestupem aktivity, konfliktností, zbrklostí, ale rovněž rychlým uklidněním a neodkladností v řešení daných úkolů.
- **FLEGMATIK** je rozvážný, pomalý, netečný, nenechá se snadno vzrušit ani uspěchat, podává zpravidla spolehlivý výkon.
- **MELANCHOLIK** se vyznačuje přecitlivělostí, sklonem k smutnému citovému ladění, slabostí v reagování a malou vnější aktivitou, což však umožňuje schopnost vcítění a jemného reagování.
- *Vidíme tedy, že každý typ temperamentu má určité kladné i záporné vlastnosti.*
- *Tato koncepce má již jen cenu historickou.*

Charakter

představuje souhrn těch vlastností osobnosti, jež se projevují v společensko-mravní stránce chování a jednání člověka. M. NAKONEČNÝ (1993) upozorňuje, že musíme rozlišovat dvojí užívání pojmu charakter v psychologii:

- **1.** v čistě psychologickém smyslu vyjadřuje "individuální zvláštnosti člověka",
- **2.** ve smyslu "morálního charakteru" vyjadřuje pohotovost člověka jednat podle určitých etických principů.

G. Allport: charakter je "zhodnocená osobnost".

Charakter je nejvyšším regulátorem lidského jednání a jeho vyhraněnost, pevnost a uvědomělost je výrazem **zralé osobnosti**.

Charakter člověka se formuje pod vlivem společenských vztahů a praktické činnosti a zejména působením výchovy, event. sebevýchovy. Nejbližší laické označení pro charakter nacházíme v termínu "povaha".

Charakter

Pojem charakter má blízko ke kategorii osobnost.

- V charakteru se projevují zvnitřněné (interiorizované) hodnoty jedince, které vyjadřují jeho **vztah**
- **k lidem a společnosti,**
- **vztah k práci (event. k učení či hře) a**
- **vztah k sobě samému.**

V charakteru nás zajímá především obsah, který je souhrnem dobrých i špatných vlastností posuzovaných podle mravního kritéria.

- *Jako příklad charakterových vlastností můžeme uvést třeba obětavost, snášlivost nebo sobeckost a závistivost (vztah k lidem), pečlivost a pořádnost či nedbalost a lenost (vztah k práci) a konečně jako příklad charakterových vlastností (ve vztahu k sobě samému) to může být zodpovědnost a svědomitost jako kladné vlastnosti a např. neupřímnost a domýšlivost jako vlastnosti záporné.*

VŮLE

je definována jako schopnost rozhodnout se pro určitý cíl společně s uvědoměním si tohoto cíle a s aktivací prostředků k jeho dosažení.

- *VOLNÍ JEDNÁNÍ představuje uvědomovanou a úmyslnou činnost člověka, směřující k dosažení vytčeného cíle*
- VOLNÍ AKT se skládá zpravidla ze třech fází:
 - 1.** Příprava volního jednání, jeho motivace.
 - 2.** Fáze rozhodování charakterizovaná výběrem cíle a stanovením plánu činnosti. Zde se odehrává tzv. boj motivů.
 - 3.** Rozhodnutí a uskutečnění tohoto rozhodnutí, tedy dosažení cíle. Tady člověk často naráží na vnější či vnitřní překážky, které musí překonávat.

Vůle je vrcholem seberegulace osobnosti člověka.

FRUSTRACE (*zmaření, z lat. slova frustra = marně*). Je to psychický stav a chování člověka, které nastává v důsledku blokování možnosti uspokojit potřeby nebo dosáhnout vytčeného cíle. Blokování se chápe jako střetnutí s překážkou

NEJČASTĚJŠÍ REAKCE NA FRUSTRACI:

- ***Agrese***. Je to nejpřirozenější reakce na frustraci, i když společensky málo přijatelná. Agrese může být zaměřena buď na objekt, který frustraci vyvolává (**extrapunitivní reakce**), nebo na sebe sama ("mohu za to já sám") (**intrapunitivní reakce**). Agrese nemusí být přirozeně pouze fyzická, ale může být i slovní (nadávání, vyhrožování apod.).
- ***Racionalizace***. Nemožnost dosažení cíle je rozumově zdůvodňována.
- ***Bagatelizace***. Hodnota cíle je zlehčována.
- ***Fantazie***. Dosažení frustrovaného cíle je přeneseno do fantazie a imaginace.
- ***Regrese***. Frustrovaný člověk vykazuje chování typické pro nižší vývojový stupeň (např. dospělý se chová jako dítě).
- ***Represe***. Potlačení frustrovaného přání.

KONFLIKT

- **1. Konflikt mezi dvěma pozitivními cíli.** Jde o typ konfliktu přitažlivost - přitažlivost (apetence - apetence). (*Např. rozhoduji se, mám-li jít večer do kina nebo do divadla.*)
- **2. Konflikt mezi dvěma negativními cíli.** Jde o konflikt odpudivost - odpudivost (averze - averze). (*Např. zaplatit-li pokutu nebo jít do vězení.*)
- **3. Konflikt spočívající v současné přitažlivosti a odpudivosti cíle.** Konflikt apetence - averze vyvolává stav ambivalence. (*Např. pořídít si drahé auto a současně se bát, že mi ho někdo ukradne.*)

Pozornost

představuje soustředění psychické činnosti na vnější nebo vnitřní podněty, jež směřuje k jejich co nejpřesnějšímu vědomému vnímání. Pozornost znamená určité vyostřené vědomí a je podmínkou každé vědomé činnosti. Na úroveň pozornosti můžeme usuzovat z vnějšího chování (příslušná mimika, zaujetí určité polohy těla atd.). Podle způsobu upoutání můžeme rozlišovat pozornost bezděčnou (je vyvolána zvláštností podnětu a bez volního úsilí) a záměrnou (vyžaduje volní úsilí). V činnosti (v práci, učení, hře) je pozornost velmi důležitá a činnost by bez ní prakticky nemohla probíhat.

vlastnosti pozornosti

Pozornost je velmi dobře vymezena svými vlastnostmi, z nichž uvedme:

- ***koncentraci***, soustředění pozornosti k určitému objektu při opomíjení jiných podnětů
- ***kapacitu***, rozsah pozornosti
- ***tenacitu***, vytrvalost, stálost pozornosti (opakem je unavitelnost)
- ***iritabilitu***, dráždivost (jak snadno lze pozornost vzbudit)
- ***intenzitu*** (stupeň soustředění, koncentrace)
- ***oscilaci***, kolísání intenzity pozornosti
- ***vigilitu, vigilanci*** (bdělost), pravděpodobnost detekce občasných signálů nebo signálů blízkých percepčnímu prahu
- ***flexibilitu***, přenášení, přepojování pozornosti (aktivní, vědomé přemísťování pozornosti z jednoho objektu na další)

Poruchy pozornosti

- 1. Roztržitost** Neschopnost dlouhodobé koncentrace.
- 2. Rozptýlenost** Neschopnost udržet pozornost v daném směru.
- 3. ADHD** (*Attention Deficit Hyperactivity Disorders*) Porucha pozornosti spojená s hyperaktivitou.
- 4. ADD** (*Attention Deficif Disorders*) Porucha pozornosti bez hyperaktivity.

PSYCHOLOGIE POZNÁVÁNÍ

Poznávání začíná **čítím a vnímáním (percepčí)**, jehož výsledkem jsou počitky a vjemy. Čítí a vnímání jsou psychické procesy, kterými poznáváme to, co právě nyní působí na naše smyslové orgány. **Vjem** je zobrazením celého předmětu nebo děje, který působí momentálně na naše smysly (např. vjem jablka), kdežto **počitek** je jakýmsi "elementem" vjemu, neboť je vyjádřením jedné kvality zpracované jedním určitým smyslem (např. u vjemu jablka to jsou počitky určité vůně, kulatosti, barvy, hmotnosti, chutě atd.). Člověk zpravidla nemá s jednotlivými počitky zkušenosti, neboť vnímá svět jako celky - vjemy, které jsou již určitými zákonitými komplexy počitků.

PSYCHOLOGIE POZNÁVÁNÍ

- Dalším stupněm zpracování smyslových dat v poznávání skutečnosti jsou **představy**. Jsou to více - méně zřetelné obrazy skutečnosti, kterou člověk zachytil dříve, a ukazují již určité aktivní zvládnutí informací, které vstoupily do psychiky člověka receptory.
- Představy, přestože patří spolu s počitky a vjemy k smyslovému poznávání světa a podobně jako počitky a vjemy jsou názorné, vznikají analyticko-syntetickou činností mozku a od obou uvedených fenoménů se liší. Představy jsou obvykle méně jasné, méně živé, mají méně detailů, jsou útržkové (říkáme, že jsou fragmentárnější) a nejsou stálé tak jako např. vjem, který můžeme ve vědomí udržet tak dlouho, jak dlouho necháme příslušný podnět působit na naše receptory

PSYCHOLOGIE POZNÁVÁNÍ

- Za předpokladu správné funkce čítí, vnímání, představivost i pozornosti a paměti jsou informace přijaté do psychiky zpracovávány nejvyšším poznávacím procesem, a to myšlením, které je typické pro člověka. Myšlení je zobecněné a zprostředkované poznání předmětů a jevů skutečnosti lidským mozkiem. Myšlení umožňuje odhalovat jevy a souvislosti mezi nimi, které smyslové poznání nemůže postihnout, umožňuje předvídání (anticipaci) jevů a hodnocení jejich závažnosti. Myšlení se opírá o zobecněné poznatky a překračuje hranice bezprostředního poznávání. **Zobecnění umožňuje řeč, a proto označujeme řeč za nástroj myšlení.** Základním elementem řeči je slovo, které je nositelem **pojmu**, což je slovně vyjádřený souhrn obecných a podstatných vlastností předmětů a jevů (pojem "strom" shrnuje všechny obecné znaky celé třídy stromů, tedy topolů, borovic, jabloní atd.). Jednotlivé pojmy můžeme srovnávat a nacházet mezi nimi vztahy a takovéto srovnávání pojmů nazýváme **soudy** (např. strom je zelený). Můžeme mezi sebou srovnávat i soudy a potom docházíme k **úsudkům**, tj. když z několika soudů vyvozujeme soud nový. Myšlení se realizuje prostřednictvím myšlenkových operací, z nichž se nejčastěji uvádějí:

- *analýza a syntéza*
- *srovnávání*
- *generalizace (zobecňování) a klasifikace (třídění)*
- *abstrakce (vydělávání podstatných znaků) a konkretizace.*