

# **18 Nejvyšší funkce nervové soustavy**

## **Psychologické a sociální aspekty mozkové činnosti**

**II**

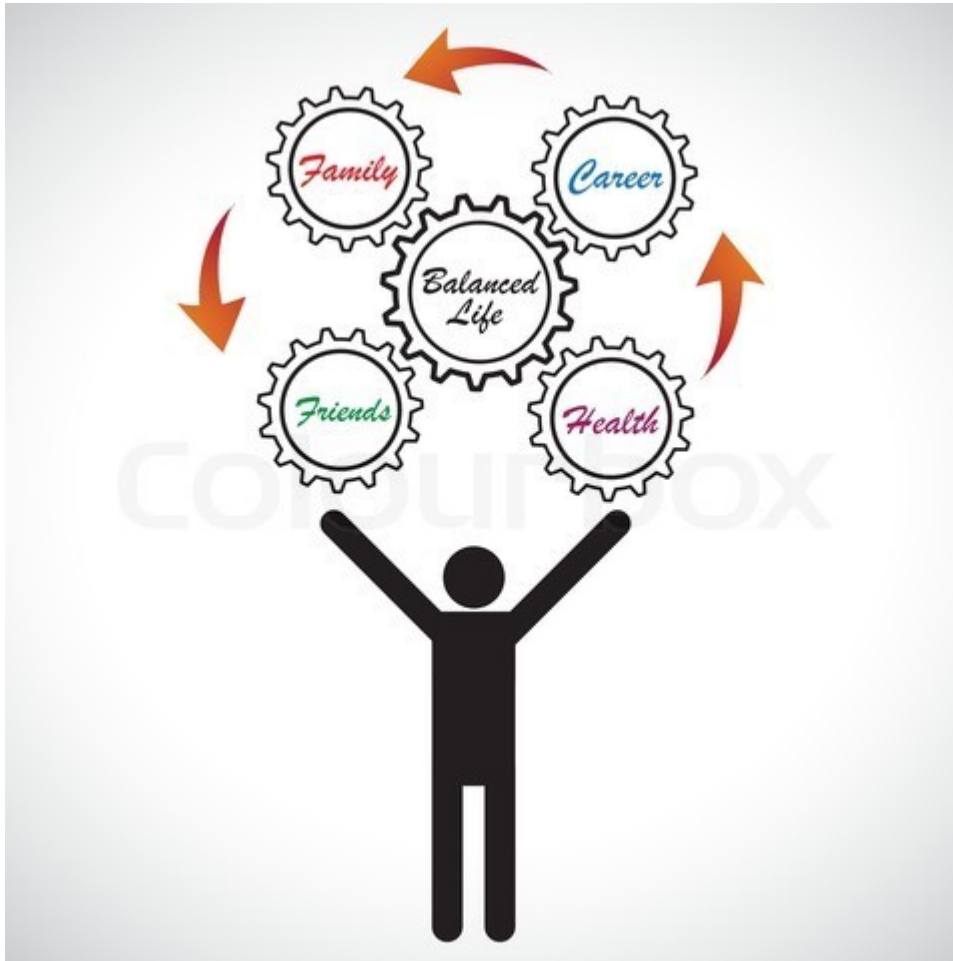
# Konflikt mezi limbickým systémem a neokortexem

✓ Problém s efektivní kontrolou neokortexu

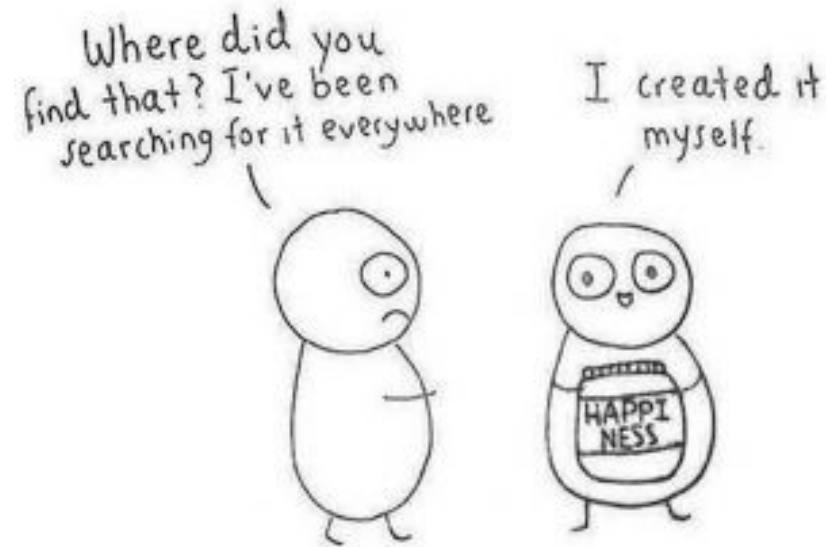


# Konflikt mezi limbickým systémem a neokortexem

**PROČ?**



<http://www.terryherring2013.com/wp-content/uploads/2014/03/life-balance.jpg>



<http://thedailypositive.com/wp-content/uploads/2016/06/image1-4-300x300.jpg>

# Konflikt mezi limbickým systémem a neokortexem

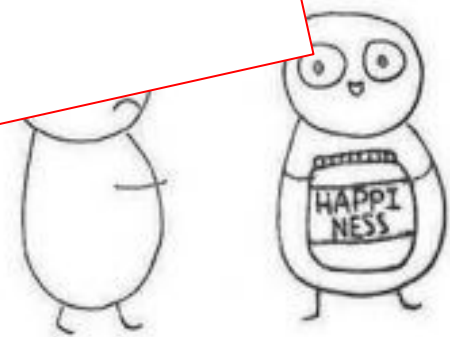
**PROČ?**



**Řešením konfliktu je racionalizace.  
Lidský mozek je velmi dobrý v hledání  
důvodů a omlouvání se...**

Where did

I created it  
myself.



<http://www.terryherring2013.com/wp-content/uploads/2014/03/life-balance.jpg>

<http://thedailypositive.com/wp-content/uploads/2016/06/image1-4-300x300.jpg>

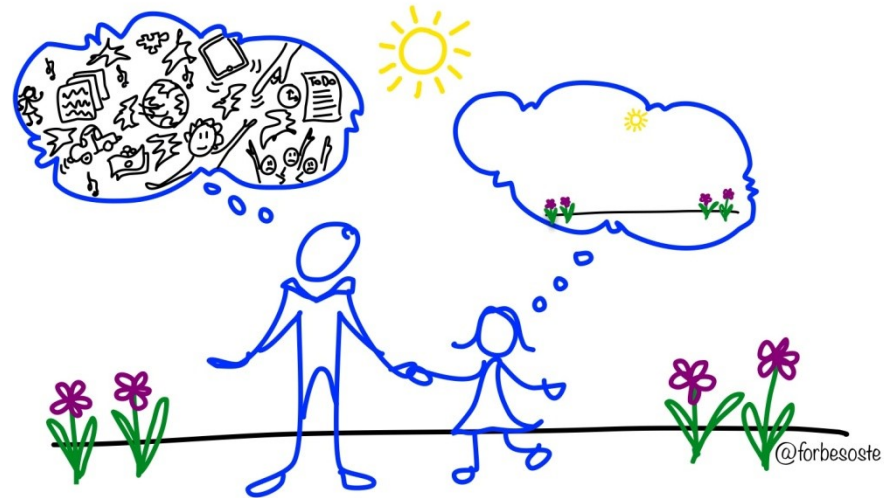
# Awareness / Mindfulness

✓ Problém s efektivní kontrolou neokortexu

<http://cognitivetherapyonline.com/cbt4panic/wp-content/uploads/2011/03/past-future.gif>



## Mind Full, or Mindful?



[https://stuffthingsandopinions.files.wordpress.com/2015/12/15655214702\\_05c357fe29\\_o\\_d.jpg](https://stuffthingsandopinions.files.wordpress.com/2015/12/15655214702_05c357fe29_o_d.jpg)

„When you are hungry, eat; when you are tired, sleep“

Zenbuddhistické přísloví

# Awareness / Mindfulness

✓ Problém s efektivní kontrolou neokortexu



UNLESS THE MOMENT IS UNPLEASANT,  
IN WHICH CASE I WILL EAT A COOKIE



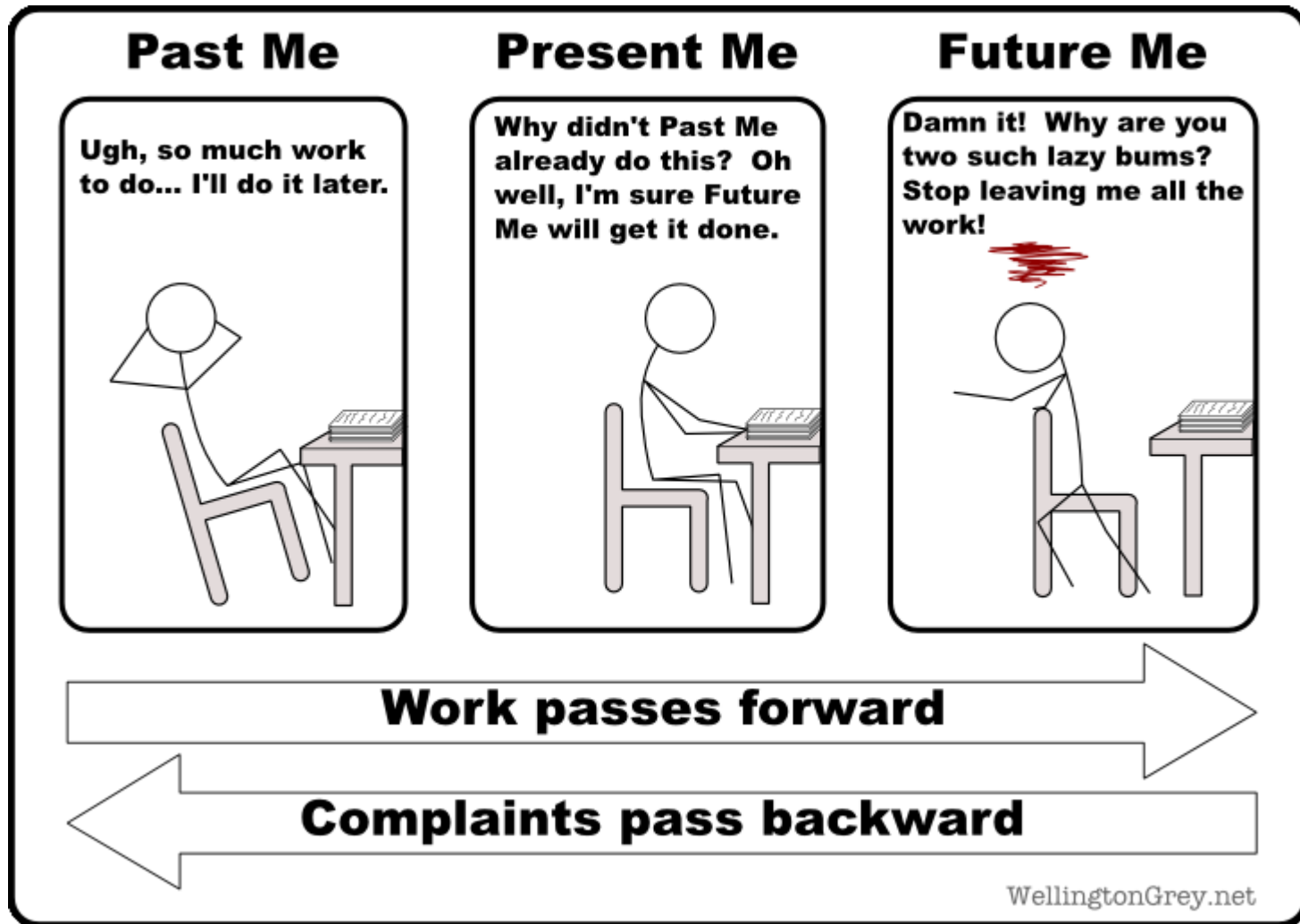
15 MINUTES OF CARDIO, 15 MINUTES OF WEIGHTS,  
AND AN HOUR OF TALKING MYSELF INTO IT.

<http://nutritionstudies.org/wp-content/uploads/2014/01/overcoming-emotional-eating-480x250.jpg>

[http://1.bp.blogspot.com/\\_GpQ4Y4Dn10/78WmcpUtlI/AAAAAAAAAAw/9kCQYEuoTBg/s1600/exercise-cartoon.jpg](http://1.bp.blogspot.com/_GpQ4Y4Dn10/78WmcpUtlI/AAAAAAAAAAw/9kCQYEuoTBg/s1600/exercise-cartoon.jpg)

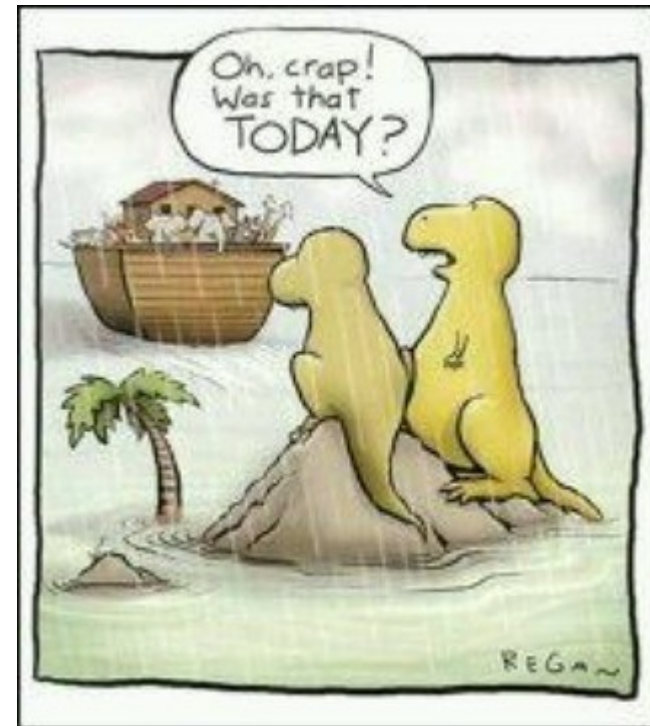
# Awareness / Mindfulness

✓ Problém s efektivní kontrolou neokortexu



# Prokrastinace

- Odkládání úkolů, které musí být udělány
- Nejedná se o lenost!



[http://68.media.tumblr.com/7dc8ae528d3b8732ffd837ef94536423/tumblr\\_nvanv5R3oJ1tdi9a1o1\\_400.jpg](http://68.media.tumblr.com/7dc8ae528d3b8732ffd837ef94536423/tumblr_nvanv5R3oJ1tdi9a1o1_400.jpg)



# Prokrastinace


- Odkl...
- Ne...

According to Joseph Ferrari, a professor of psychology at DePaul University,

**20%** of people may be "chronic procrastinators"

**75%** of university students consider themselves to be chronic procrastinators

**95%** of habitual procrastinators want to reduce it, or reduce its impact upon their lives



[http://68.media.tumblr.com/7dc8ae528d3b8732ffd837ef94536423/tumblr\\_nvanv5R3oJ1tdi9a1o1\\_400.jpg](http://68.media.tumblr.com/7dc8ae528d3b8732ffd837ef94536423/tumblr_nvanv5R3oJ1tdi9a1o1_400.jpg)

# Prokrastinace

**Zásadní role  
limbického systému**

Physiologically, it's a struggle between two parts of the brain:

**Prefrontal cortex:**  
controls problem solving and planning

**Limbic system:**  
craves immediate gratification



## Why is procrastination such a bad idea?

*It can ...*

**... hurt your health:** Chronic procrastinators suffer more illnesses, get less exercise, sleep less and drink more alcohol than non-procrastinators.

**... stress you out:** The resulting deadline crunch (or a missed deadline) takes a toll on both you and those around you.

**... lead to lower salaries and a higher risk of unemployment:**  
No one gets ahead by dropping deadlines.

## Why do people procrastinate?



**Fear of failure:** You won't settle for anything less than perfection.



**Skill deficit:** You don't know how to complete the task.



**Lack of interest or motivation:**  
The task is simply too boring.

# Rizikové faktory

- Intelligence
  - Čím vyšší inteligence, tím lepší schopnost racionalizace



# Rizikové faktory

- Inteligence
  - Čím vyšší inteligence, tím lepší schopnost racionalizace
- Úloha postrádá smysl
  - Proč to dělat?
- Úloha je nudná
  - To mě nebaví
- Úloha je obtížná
  - Kde začít?
- Úloha je frustrující
  - Pořád to nejde...



# Rizikové faktory

- Inteligence
  - Čím vyšší inteligence, tím lepší schopnost racionalizace
- Úloha postrádá smysl
  - Proč to dělat?
- Úloha je nudná
  - To mě nebaví
- Úloha je obtížná
  - Kde začít?
- Úloha je frustrující
  - Pořád to nejde...
- Špatná organizace
  - Musím na to jít jinak
- Nedostatečná odměna za splnění úkolu (zejména vnitřní)
  - Stejně mi to nic nepřinese

# Rizikové faktory

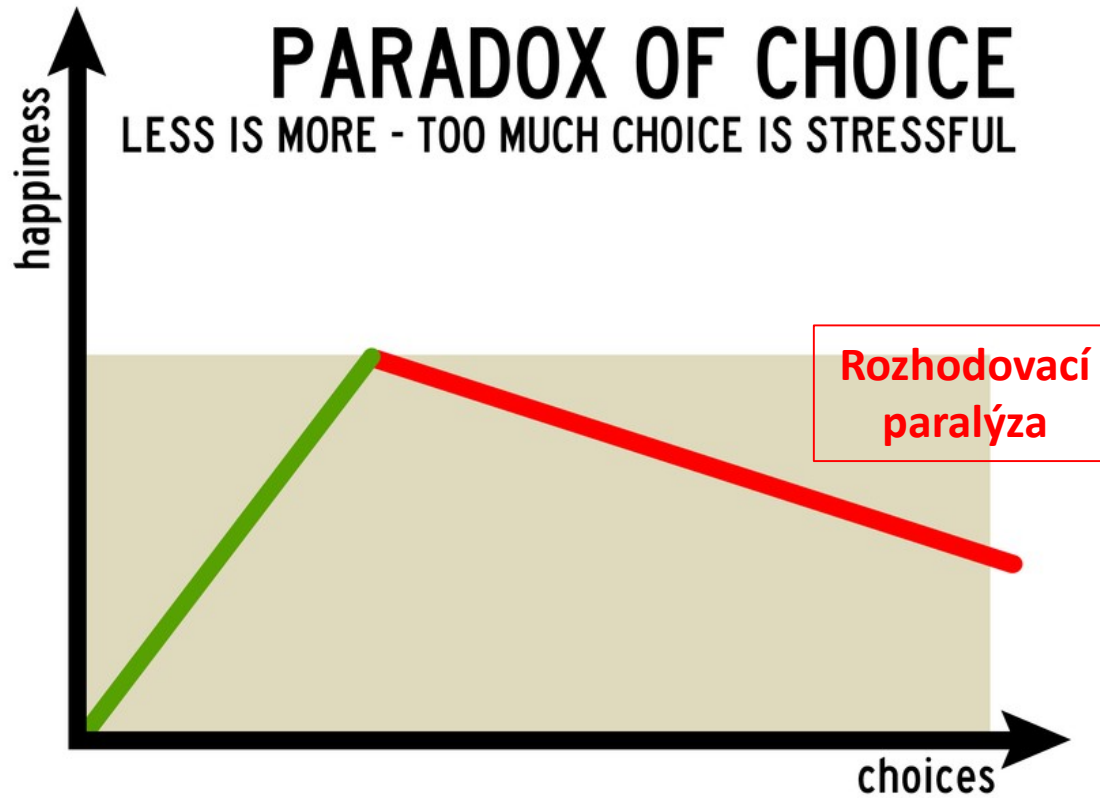
- Inteligence
  - Čím vyšší inteligence, tím lepší schopnost racionalizace
- Úloha postrádá smysl
  - Proč to dělat?
- Úloha je nudná
  - To mě nebaví
- Úloha je obtížná
  - Kde začít?
- Úloha je frustrující
  - Pořád to nejde...
- Špatná organizace
  - Musím na to jít jinak
- Nedostatečná odměna za splnění úkolu (zejména vnitřní)
  - Stejně mi to nic nepřinese



# Rizikové faktory

- Inteligence
  - Čím vyšší inteligence, tím lepší schopnost racionalizace
- Úloha postrádá smysl
  - Proč to dělat?
- Úloha je nudná
  - To mě nebaví
- Úloha je obtížná
  - Kde začít?
- Úloha je frustrující
  - Pořád to nejde...
- Špatná organizace
  - Musím na to jít jinak
- Nedostatečná odměna za splnění úkolu (zejména vnitřní)
  - Stejně mi to nic nepřinese

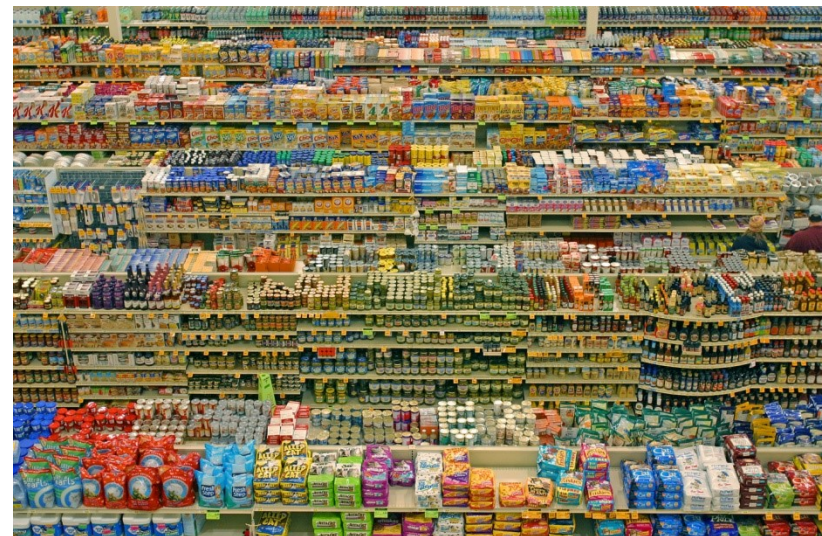




<https://11tx7b411ycc3zja3v2vhqz9-wpengine.netdna-ssl.com/wp-content/uploads/2015/07/paradox-of-choice.jpg>



<http://wigan.illarerate.co.uk/wp-content/uploads/2014/01/Empty-supermarket-shelves.jpg>



<https://kristenleoneblog.wordpress.com/2016/04/03/decision-paralysis>



# Distrakce



# Prokrastinace

**DAREDEVIL**  
You like to live dangerously, only starting work when the deadline is looming.  
You think you show grace under pressure, but the end result is rushed work that's full of errors.  
**TIPS**  
**Get organised**  
Set yourself tighter deadlines and use the adrenaline rush productively while managing your team - self-regulate with penalties for not meeting these targets.

**OSTRICH**  
You like to stick your head in the sand and ignore the tasks at hand - avoiding having to make decisions.  
If you don't make a decision, then you don't risk failing or being judged.  
**TIPS**  
**Self-talk confidently**  
Notice how you are talking to yourself when procrastinating. Think positively - instead of "I can't", say "I will".

**CHICKEN**  
With so many choices, how are you supposed to decide? By the time you've made up your mind, it's too late.  
You feel like you may as well put it off and let someone else choose.  
**TIPS**  
**Swiss-cheese the big tasks**  
Handle the biggest tasks first by breaking them down into smaller manageable ones. Devote small amounts of time and achieve as much as you can in each to boost your momentum.

**SELF-SABOTEUR**  
You're your own worst enemy, putting obstacles in your path to stop yourself working.  
That way, you can say it's not your fault - rewarding yourself for a job left undone.  
**TIPS**  
**Plan for obstacles**  
List potential obstacles to getting things done ahead of time, and plan countermeasures, e.g., "Whenever I check Facebook, I take a short break."

**PERFECTIONIST**  
You'll settle for nothing less than perfection - which is essentially impossible.  
You're ruled by what others think of you, delaying work until you can be sure other people won't criticise it.  
**TIPS**  
**Keep it real**  
Set yourself reasonable targets that you know you can manage and do your best to meet them. Perfection is impossible, but you can learn from mistakes.

http://howtobehappy.guru/wp-content/uploads/2015/08/imageddit\_7\_5046245303.jpg

**PROCRASTINATION**  
is like a Credit Card:  
it's a lot of Fun  
until you get the Bill.

1231 9434 1200 0200

Christopher Parker

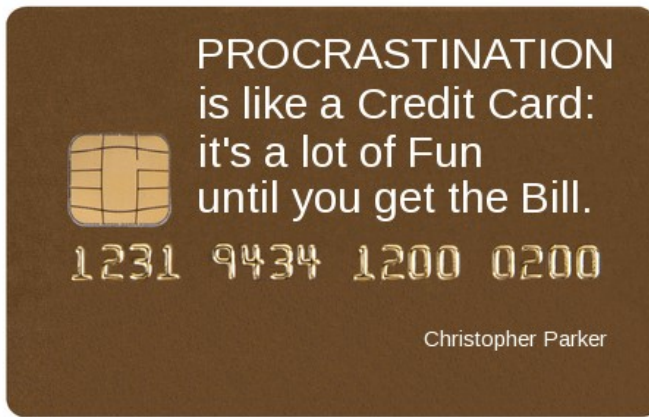
# Prokrastinace

**Zásadní role limbického systému**



SOURCES: <http://serendip.brynmawr.edu/bb/neuro/neuro02/web1/jmaryasis.html>  
[http://www.mindtools.com/pages/article/newHTE\\_91.htm](http://www.mindtools.com/pages/article/newHTE_91.htm)  
<http://www.marccandangel.com/2010/11/22/7-common-causes-and-proven-cures-for-procrastination/>

http://howtobehappy.guru/wp-content/uploads/2015/08/imageddit\_7\_5046245303.jpg



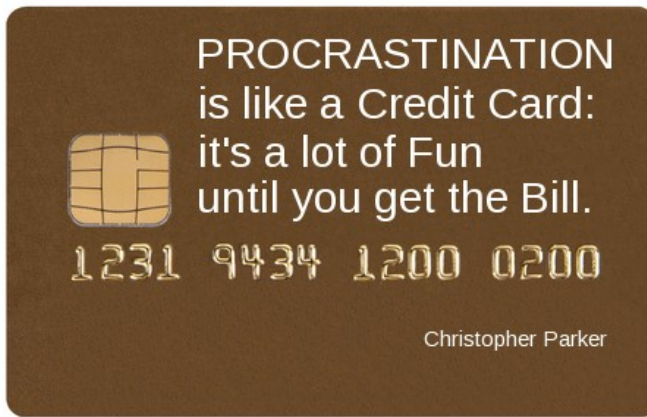
# Prokrastinace

Zásadní role limbického systému



SOURCES: <http://serendip.brynmawr.edu/bb/neuro/neuro02/web1/jmaryasis.html>  
[http://www.mindtools.com/pages/article/newHTE\\_91.htm](http://www.mindtools.com/pages/article/newHTE_91.htm)  
<http://www.marccandangel.com/2010/11/22/7-common-causes-and-proven-cures-for-procrastination/>

http://howtobehappy.guru/wp-content/uploads/2015/08/imagedit\_7\_5046245303.jpg



# Prokrastinace

Zásadní role limbického systému



Často mluvíme o „time-managementu“, ale čas nemůžeme kontrolovat. Problém je hlavně „self-management a task-management“ ...

SOURCES: <http://serendip.brynmawr.edu/bb/neuro/neuro02/web1/jmaryasis.html>  
[http://www.mindtools.com/pages/article/newHTE\\_91.htm](http://www.mindtools.com/pages/article/newHTE_91.htm)  
<http://www.marccandangel.com/2010/11/22/7-common-causes-and-proven-cures-for-procrastination/>

Prokrastinace

# 11 THINGS ULTRA-PRODUCTIVE PEOPLE DO DIFFERENTLY

BY DR. TRAVIS BRADBERRY

**01** THEY NEVER TOUCH THINGS TWICE

**02** THEY GET READY FOR TOMORROW BEFORE THEY LEAVE THE OFFICE

**03** THEY EAT FROGS

**04** THEY FIGHT THE TYRANNY OF THE URGENT

**05** THEY STICK TO THE SCHEDULE DURING MEETINGS

**06** THEY SAY NO

**07** THEY ONLY CHECK E-MAIL AT DESIGNATED TIMES

**08** THEY DON'T MULTITASK

**09** THEY GO OFF THE GRID

**10** THEY DELEGATE

**11** THEY PUT TECHNOLOGY TO WORK FOR THEM

E

[HTTP://WWW.ENTREPRENEUR.COM/ARTICLE/248063](http://www.entrepreneur.com/article/248063)

<https://s-media-cache-ak0.pinnimg.com/736x/6d/d4/6f/6dd46f7ab780817f0f840a9075a60660.jpg>

OVER 15 MILLION SOLD

# THE 7 HABITS OF HIGHLY EFFECTIVE PEOPLE

Powerful Lessons in Personal Change

With a New Foreword and Afterword by the Author

"A wonderful book that could change your life."  
-Tom Peters, bestselling author of *In Search of Excellence*

Stephen R. Covey

## Stephen Covey – Quadrant system

	<b>Urgent</b>	<b>Not Urgent</b>								
	<b>Quad I</b>	<b>Quad II</b>								
<b>Important</b>	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;"><u>Activities</u></td> <td style="width: 50%; text-align: center;"><u>Results</u></td> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Crisis</li> <li>• Pressing Problems</li> <li>• Deadline Driven</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress</li> <li>• Burn-out</li> <li>• Crisis management</li> <li>• Always putting out fires</li> </ul> </td> </tr> </table>	<u>Activities</u>	<u>Results</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crisis</li> <li>• Pressing Problems</li> <li>• Deadline Driven</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress</li> <li>• Burn-out</li> <li>• Crisis management</li> <li>• Always putting out fires</li> </ul>	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;"><u>Activities</u></td> <td style="width: 50%; text-align: center;"><u>Results</u></td> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevention, capability improvement</li> <li>• Relationship building</li> <li>• Recognizing new opportunities</li> <li>• Planning, recreation</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Vision, perspective</li> <li>• Balance</li> <li>• Discipline</li> <li>• Control</li> <li>• Few crisis</li> </ul> </td> </tr> </table>	<u>Activities</u>	<u>Results</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevention, capability improvement</li> <li>• Relationship building</li> <li>• Recognizing new opportunities</li> <li>• Planning, recreation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vision, perspective</li> <li>• Balance</li> <li>• Discipline</li> <li>• Control</li> <li>• Few crisis</li> </ul>
<u>Activities</u>	<u>Results</u>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Crisis</li> <li>• Pressing Problems</li> <li>• Deadline Driven</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Stress</li> <li>• Burn-out</li> <li>• Crisis management</li> <li>• Always putting out fires</li> </ul>									
<u>Activities</u>	<u>Results</u>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Prevention, capability improvement</li> <li>• Relationship building</li> <li>• Recognizing new opportunities</li> <li>• Planning, recreation</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vision, perspective</li> <li>• Balance</li> <li>• Discipline</li> <li>• Control</li> <li>• Few crisis</li> </ul>									
<b>Not Important</b>	<b>Quad III</b>	<b>Quad IV</b>								
	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;"><u>Activities</u></td> <td style="width: 50%; text-align: center;"><u>Results</u></td> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Interruptions, some callers</li> <li>• Some email, some reports</li> <li>• Some meetings</li> <li>• Proximate, pressing matters</li> <li>• Popular activities</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Short term focus</li> <li>• Crisis management</li> <li>• Reputation – chameleon character</li> <li>• See goals/ plans as worthless</li> <li>• Feel victimized, out of control</li> <li>• Shallow or broken relationships</li> </ul> </td> </tr> </table>	<u>Activities</u>	<u>Results</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interruptions, some callers</li> <li>• Some email, some reports</li> <li>• Some meetings</li> <li>• Proximate, pressing matters</li> <li>• Popular activities</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Short term focus</li> <li>• Crisis management</li> <li>• Reputation – chameleon character</li> <li>• See goals/ plans as worthless</li> <li>• Feel victimized, out of control</li> <li>• Shallow or broken relationships</li> </ul>	<table border="1" style="width: 100%;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;"><u>Activities</u></td> <td style="width: 50%; text-align: center;"><u>Results</u></td> </tr> <tr> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Trivia, busy work</li> <li>• Some email</li> <li>• Personal social media</li> <li>• Some phone calls</li> <li>• Time wasters</li> <li>• Pleasant activities</li> </ul> </td> <td> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Total irresponsibility</li> <li>• Fired from jobs</li> <li>• Dependent on others or institutions for basics</li> </ul> </td> </tr> </table>	<u>Activities</u>	<u>Results</u>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trivia, busy work</li> <li>• Some email</li> <li>• Personal social media</li> <li>• Some phone calls</li> <li>• Time wasters</li> <li>• Pleasant activities</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Total irresponsibility</li> <li>• Fired from jobs</li> <li>• Dependent on others or institutions for basics</li> </ul>
<u>Activities</u>	<u>Results</u>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Interruptions, some callers</li> <li>• Some email, some reports</li> <li>• Some meetings</li> <li>• Proximate, pressing matters</li> <li>• Popular activities</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Short term focus</li> <li>• Crisis management</li> <li>• Reputation – chameleon character</li> <li>• See goals/ plans as worthless</li> <li>• Feel victimized, out of control</li> <li>• Shallow or broken relationships</li> </ul>									
<u>Activities</u>	<u>Results</u>									
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Trivia, busy work</li> <li>• Some email</li> <li>• Personal social media</li> <li>• Some phone calls</li> <li>• Time wasters</li> <li>• Pleasant activities</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Total irresponsibility</li> <li>• Fired from jobs</li> <li>• Dependent on others or institutions for basics</li> </ul>									

# Prokrastinace



## Brain Hacks for beating procrastination

1. Focus on the PROCESS not the Product.  
Tips: When studying, avoid thinking about how many pages you have to write or problems to solve as that brings on the pain that leads to procrastination. Rather, calmly put the effort into doing the work. No need to grasp or finish everything in one session.
2. Distractions will happen, so accept them and train yourself to move past them quickly.  
Tips: Find a quiet space, use noise-cancelling headphones.
3. Plan: Write down 3-6 tasks you want to accomplish.  
Tips: Do it the night before, so your mind starts working on them while you sleep. Plan your breaks and quitting time too. It's okay if you did not finish all tasks if you gave it your best.
4. Trust in your new system and yourself.  
Tips: Get support when you get stressed out or overwhelmed. Seek out friends who are successful, teachers, school counselors and ask for help.



## 5. Use The POMODORO Technique



START

**SET A TIMER TO 25 MINUTES.** Let everyone (Fam, BF, GF etc.) know what you are doing, so they don't interrupt or get upset if you don't respond to them.



CONTINUE

**FOCUS ON ONE TASK.** Study. Write. Do math. Whatever. **NO INTERRUPTIONS.** No social media, gaming, texting etc.



STOP

**REWARD YOURSELF.** After successfully completing 25 minutes of hardcore awesomeness (studying, working etc.) do something you enjoy for 5 minutes and repeat the process.

**YOU CAN BEAT PROCRASTINATION!**



✓ Konflikt mezi limbickým systémem a neokortexem

# Racionalizace

- obranný mechanismus pomocí, kterého se vysvětluje a ospravedlňuje kontroverzní chování nebo pocity
- logickým zdůvodněním se obchází skutečná podstata špatného chování, které se stává akceptovatelné nebo se dokonce tváří jako jednání správné



# Manipulace

- Záměrná vs. nezáměrná
- ✓ Sebe
- ✓ Druhých

„Proč tedy vidíš třísku v oku svého bratra,  
ale trámu ve svém oku si nevšímáš „

Matouš ,kap. 7

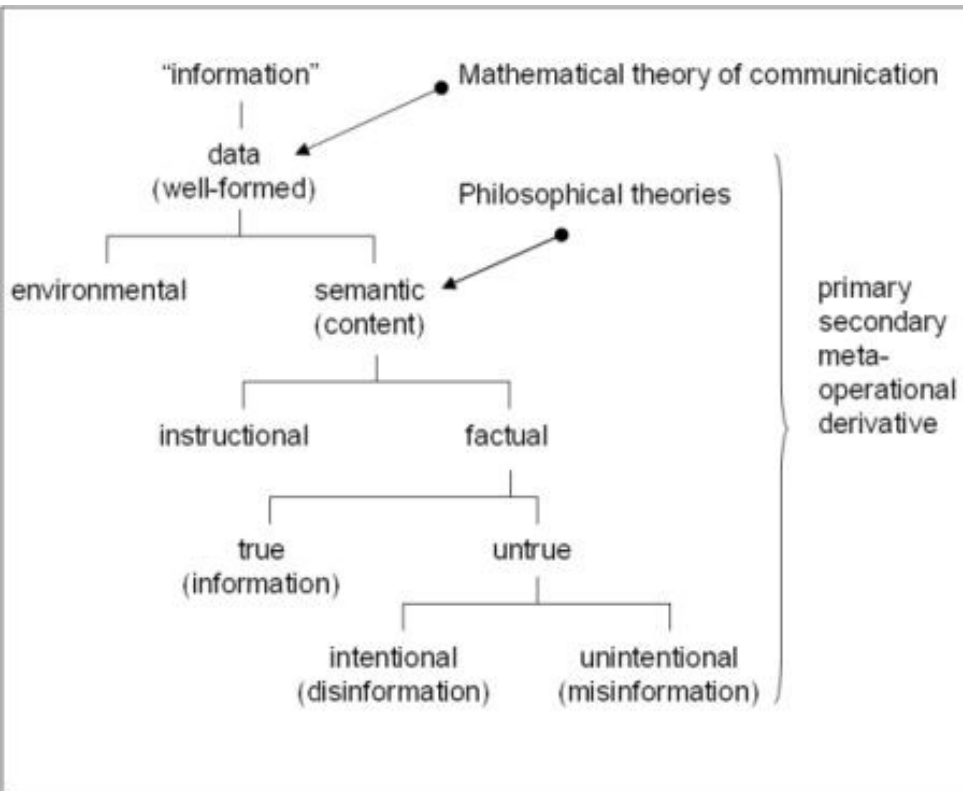


# Manipulace

- Záměrná vs. nezáměrná
- ✓ Sebe
- ✓ Druhých

„Proč tedy vidíš třísku v oku svého bratra,  
ale trámu ve svém oku si nevšímáš „

Matouš ,kap. 7

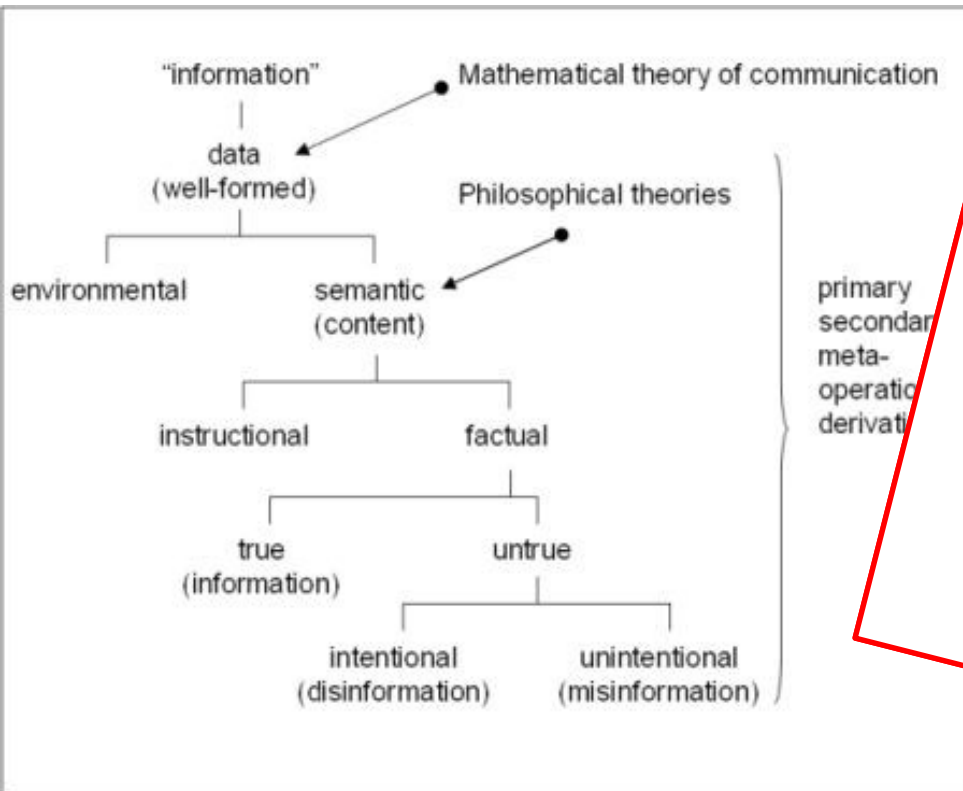


# Manipulace

- Záměrná vs. nezáměrná
- ✓ Sebe
- ✓ Druhých

„Proč tedy vidíš třísku v oku svého bratra,  
ale trámu ve svém oku si nevšímáš „

Matouš ,kap. 7



- **Sebe**
  - Většinou nezáměrná
  - Obranný mechanismus
- **Druhých**
  - Většinou záměrná
  - Útok
    - ✓ K obraně sebe sama
    - ✓ Ke získání nějaké výhody

# Manipulace

... limbický systém...

## BURGER KING WHOPPER

### ADVERTISEMENTS



### ACTUAL BURGER

- MOST ATTRACTIVE ANGLE
- WITH CHEESE
- SLIGHTLY FLUFFED UP



ALPHATA.COM

## TACO BELL CRUNCHY TACO

### ADVERTISEMENTS



### ACTUAL TACO

- MOST ATTRACTIVE ANGLE



# Manipulace



# Manipulace

## Weight Loss @ Home Food

Hi i Loss 30Kg Weight & 4 Inches Still maintain  
You can Also Join Diet4india Weight Loss Prgm  
No Cruch Diet,Exercise, Eat & Lose , Call Now  
09225225161, 9890222689 \*



Before

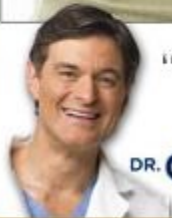


After

<http://www.diet4india.com/images/image4.gif>

Hra na city / pocit  
nespokojenosti –  
limbický systém

## NEW WEIGHT LOSS SOLUTION



DR. OZ

"This miracle pill can  
Burn Fat FAST!"

LEARN MORE

<http://blogs-images.forbes.com/jeffbercovici/files/2012/08/dr.-oz-weight-loss-pills.jpg>

Pseudoracionálnost  
(je to uvěřitelné) –  
neokortex

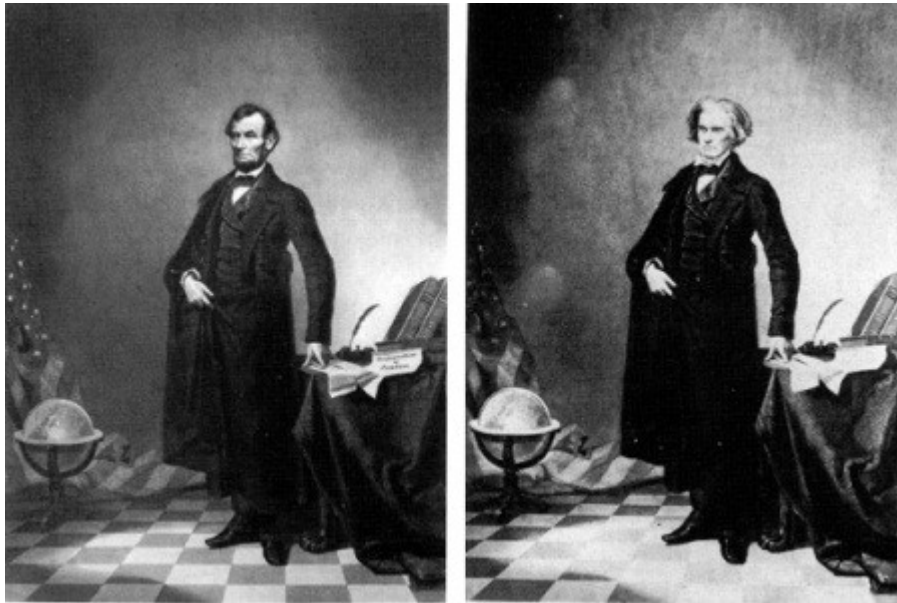


<http://mannmedia.pbworks.com/f/weasel%20wrods.jpg>



<https://s3.amazonaws.com/user-media.venngage.com/9e35bdc2748090dcf73c204acd1f6996.jpg>

# Manipulace a propaganda



<https://kristinczermanski.wordpress.com/2013/12/10/photo-manipulation-the-impact-on-society-the-advertising-industry/>



# Propaganda

- Manipulace lidí / propaganda je stará jako lidstvo samo a s odstupem času se může zdát absurdní



[https://2.bp.blogspot.com/-FXZvktB5BuM/V4r9YwAO9VI/AAAAAAAAAKk8/PtIGz94QGXYtA\\_KpphdeS0aQGzts8vurgCLcB/s1600/The%2BSoviet%2Bflag%2Bover%2Bthe%2BReichstag%252C%2B1945.jpg](https://2.bp.blogspot.com/-FXZvktB5BuM/V4r9YwAO9VI/AAAAAAAAAKk8/PtIGz94QGXYtA_KpphdeS0aQGzts8vurgCLcB/s1600/The%2BSoviet%2Bflag%2Bover%2Bthe%2BReichstag%252C%2B1945.jpg)

# Manipulace druhých

- Historické prameny mají propagandistický charakter
- Dějiny píší vítězové
- Subjektivní / angažovaný pohled vs. čistá propaganda

<http://soren.faculty.arizona.edu/sites/soren.faculty.arizona.edu/files/newpag10.jpg>



<http://www.colorado.edu/Classics/clas4091/Graphics/Constarch.jpg>



<https://s-media-cache-ak0.pinimg.com/736x/f0/f7/64/f0f764198b863f9a882439d8a5dbc134.jpg>



<http://www.encyclopediaofukraine.com/pic%5CR%5CA%5CRadziwill%20Chronicle%20for%20year%201176.jpg>

# Propaganda

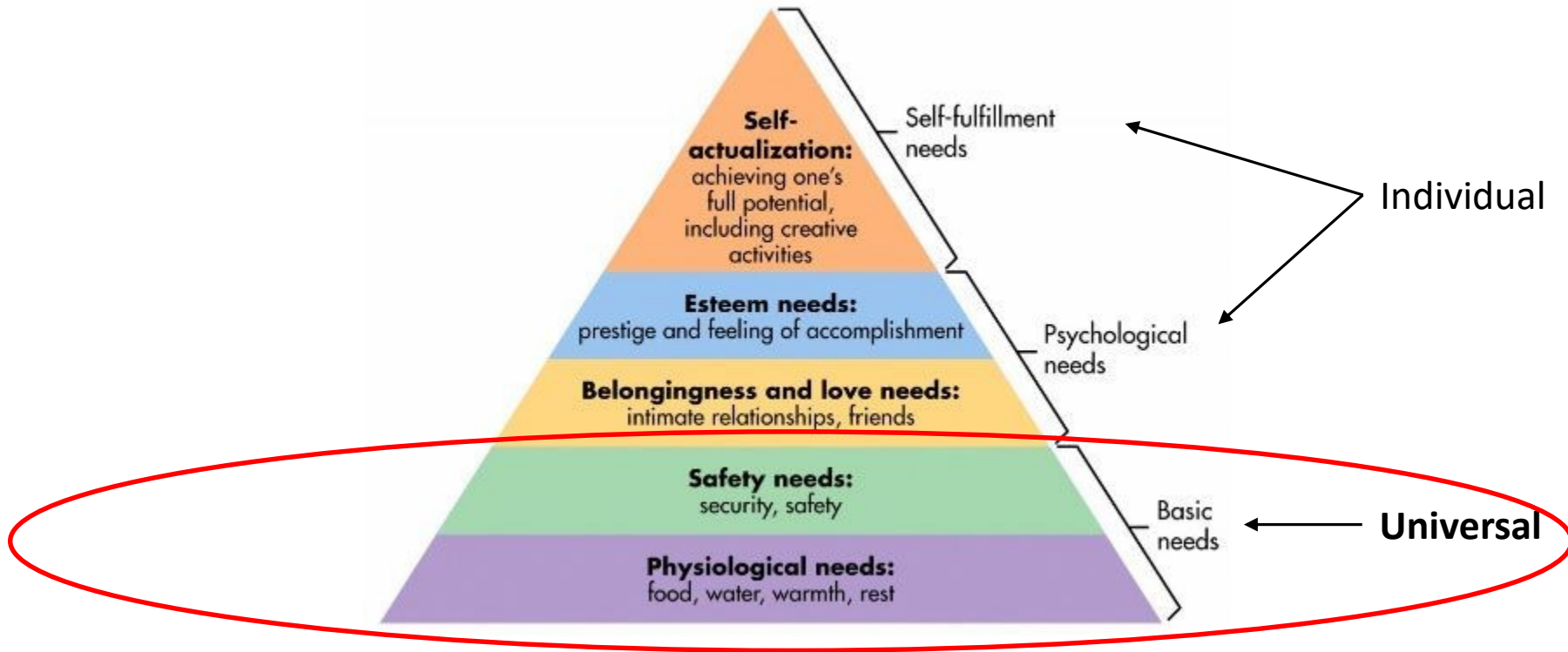


# Propaganda



**Propaganda se snaží vyvolat netoleranci**

# Propaganda cílí na základní potřeby



<http://www.simplypsychology.org/maslow-pyramid.jpg>

# Propaganda plodí propagandu



[https://d.fastcompany.net/multisite\\_files/fastcomp/any/imagecache/slideshow\\_large/slideshow/2014/07/3033287-slide-py3.jpg](https://d.fastcompany.net/multisite_files/fastcomp/any/imagecache/slideshow_large/slideshow/2014/07/3033287-slide-py3.jpg)



[http://lh4-ggph.t.com/\\_fps7jxvEbw/SVjZhsMNP0/AAAAAAdVE/Y0175Yx2lp8/s160/Poster%20%20%20%20Nordmen%20kjemp%20for%20Norge.jpg](http://lh4-ggph.t.com/_fps7jxvEbw/SVjZhsMNP0/AAAAAAdVE/Y0175Yx2lp8/s160/Poster%20%20%20%20Nordmen%20kjemp%20for%20Norge.jpg)



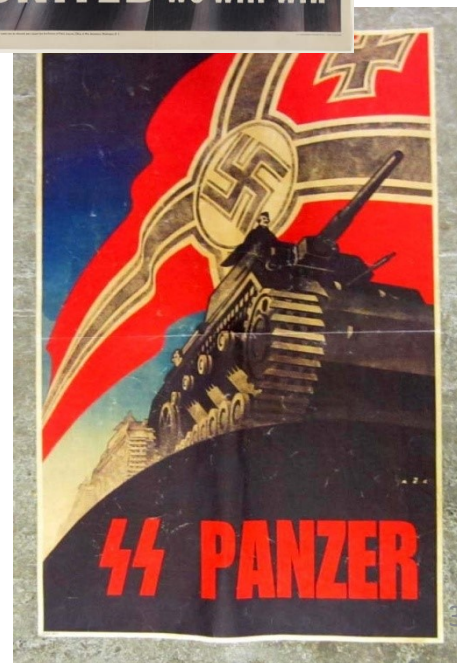
<https://s3.amazonaws.com/WCB.com/us-propaganda-during-world-war-ii/us-wwii-poster-united-we-are-strong.jpg>



[https://www.google.cz/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fsecure.stat.tumblr.com%2Fd1367a696b356dfe6a9dee6a634da56e%2Fujpgsp7%2Fr01nwrvh4%2Ftumblr\\_static\\_filename\\_640\\_v2.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.tumblr.com%2Ftagged%2Fnazi-propaganda-poster&docid=WzpFjAHd6Gn2AM&tbid=29m5HiOvOat5wM%3A&vet=1&w=640&h=407&bih=615&biw=1242&q=wwii%20german%20propaganda&ved=0ahUKEwiNINWay8H5AhUGsBQKHwYeCwcQMwiEAShiMGI&iact=mr&uact=8#h=407&imgrc=29m5HiOvOat5wM:w=640](https://www.google.cz/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fsecure.stat.tumblr.com%2Fd1367a696b356dfe6a9dee6a634da56e%2Fujpgsp7%2Fr01nwrvh4%2Ftumblr_static_filename_640_v2.jpg&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.tumblr.com%2Ftagged%2Fnazi-propaganda-poster&docid=WzpFjAHd6Gn2AM&tbid=29m5HiOvOat5wM%3A&vet=1&w=640&h=407&bih=615&biw=1242&q=wwii%20german%20propaganda&ved=0ahUKEwiNINWay8H5AhUGsBQKHwYeCwcQMwiEAShiMGI&iact=mr&uact=8#h=407&imgrc=29m5HiOvOat5wM:w=640)



<https://s-media-cache-ak0.pinimg.com/736x/c1/f8/50/c1f850ce1bdddb4ed6b04a880bd379bd9.jpg>



[http://4.bp.blogspot.com/-9SUR-aibBw0/NpSWAnjnrQI/AAAAAABtUu/jBln6bQ7axM/s1600/German\\_reuiting\\_worldwartwo.filminspector.com\\_3.jpg](http://4.bp.blogspot.com/-9SUR-aibBw0/NpSWAnjnrQI/AAAAAABtUu/jBln6bQ7axM/s1600/German_reuiting_worldwartwo.filminspector.com_3.jpg)

# Propaganda plodí propagandu

"Fool the Axis - USE PROPHYLAXIS"



NORDMENN



h4-ggphht.com/\_fps7jxvrEbw/SVjZhsM  
AAAAAADvE/Y0175YxzlP8/s160/Post  
72%80%90%20Nordmen%20kjempe%  
20norge.jpg



https://s3.amazonaws.com/WCB.com/us-  
propaganda-during-world-war-ii/us-wwii-  
poster-united-we-are-strong.jpg

Prophylaxis PREVENTS Venereal Disease

7/5037201-slud-py3.jpg  
https://d.fastcompany.net/mult  
any/imagecache/slide  
7/3033297

Zesměšňování

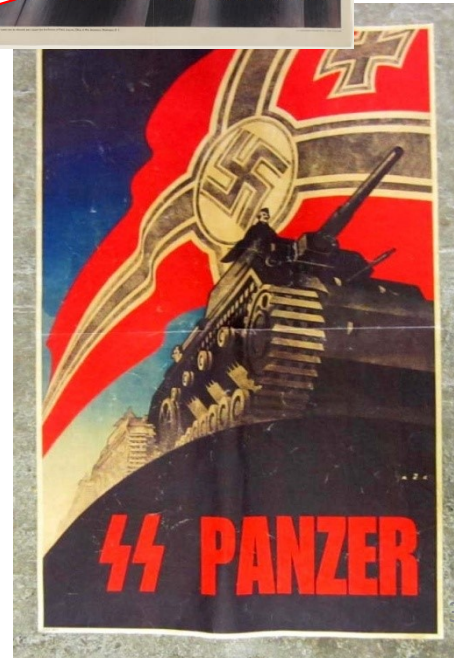


https://www.google.cz/imgres?imgurl=https%3A%2F%2Fsecure.stat  
ic.tumblr.com%2Fd1367a696b356dfe6a9dee6a634da56e%2Fujpgsp  
7%2Fr01nwrvh4%2Ftumblr\_static\_filename\_640\_v2.jpg&imgrefurl=  
https%3A%2F%2Fwww.tumblr.com%2Ftagged%2Fnazi-propaganda-  
poster&docid=WzpFjAHd6Gn2AM&tbid=29m5HiOvOat5wM%3A&  
vet=1&w=640&h=407&bih=615&biw=1242&q=wwii%20german%20  
propaganda&ved=0ahUKEwiNINWay8H5AHUGsBQKHWHyeCwcQMwi  
EAShiMGI&iact=mr&uact=8#h=407&imgrc=29m5HiOvOat5wM:&ve  
t=1&w=640

Glorifikace



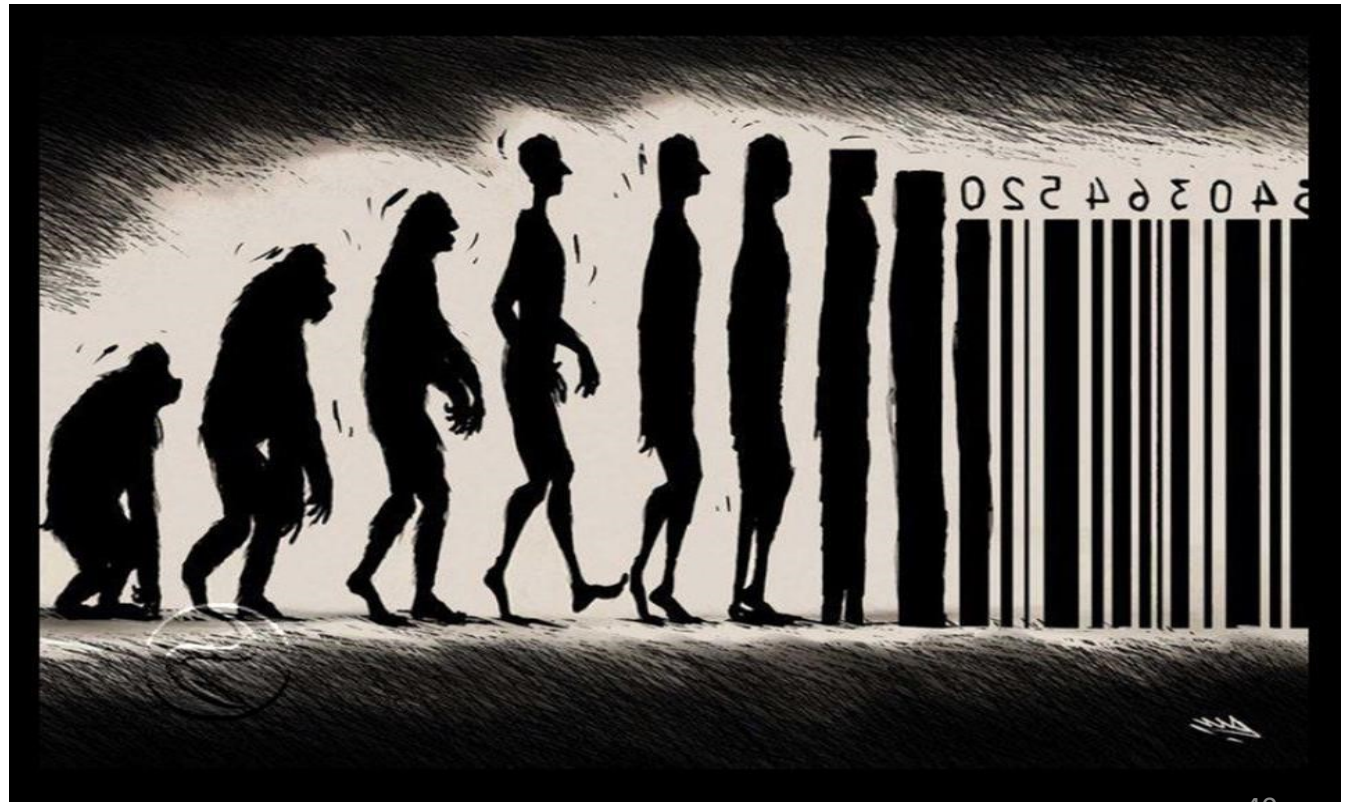
https://s-media-cache-  
ak0.pinimg.com/736x/c1/f8/50/c1f850ce1bdddb4ed04a880  
bd379bd9.jpg



http://4.bp.blogspot.com/-9SUR-  
aibBw0/pSWAnjnrQI/AAAAAAAAABtU/jBln6bQ7axM/s1600/German\_rec  
uiting\_worldwartwo\_filminspector.com\_3.jpg

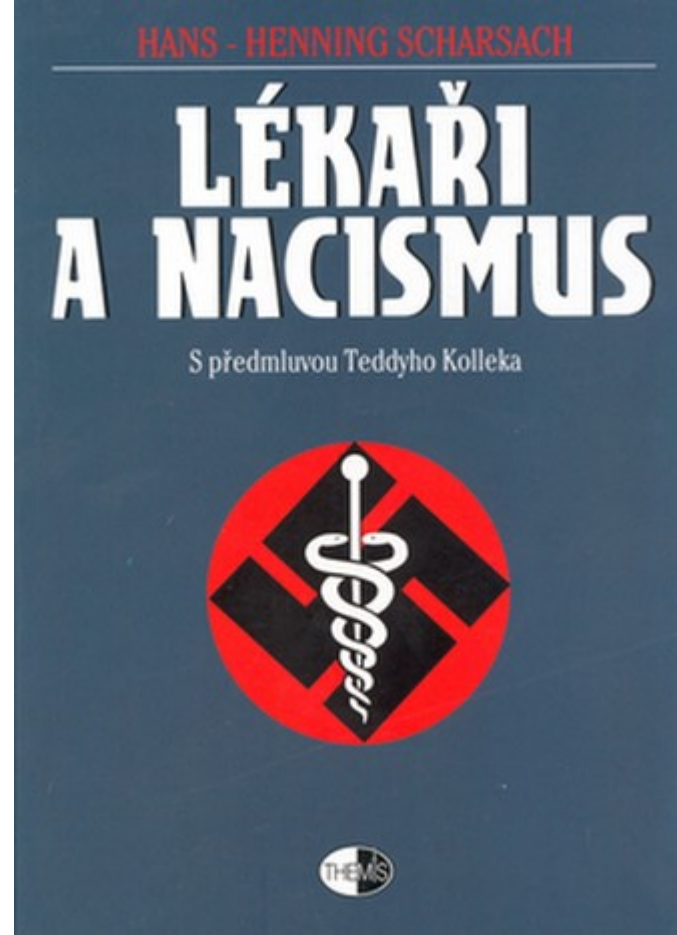
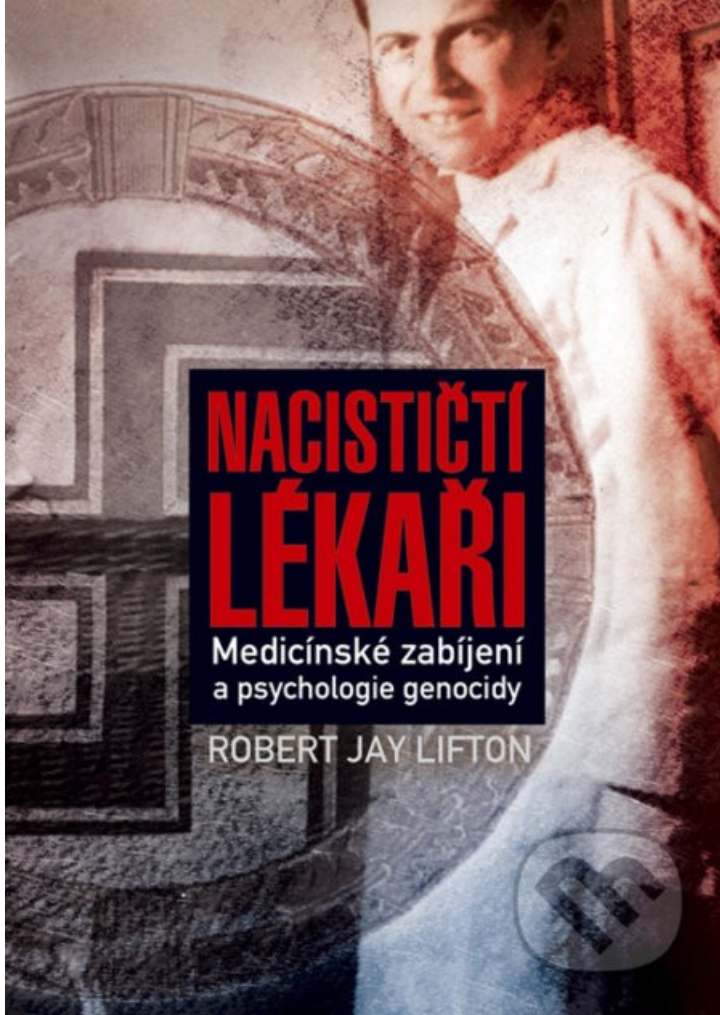
# Dehumanizace

- Snižování individuality druhých buď jako jedince nebo jako příslušníka určité skupiny
- Animální
- Mechanistická





# Dehumanizace



[https://www.google.com/search?q=%3A%9ka% C5%99i+a+nacismus&source=lnms &tbrm=isch&sa=X&ved=0ahUKEwjuxc702KjeAhVO\\_qQKHbT- DesQ\\_AUIDigB&biw=1536&bih=723&dpr=1.25#imgrc=U\\_jr\\_LAPxDLNOM:](https://www.google.com/imgres?imgurl=http%3A%2F%2Fmrtms.eu%2Ftovar%2F_1%2F59%2F59894.jpg%3Fv%3D1356204130&imgrefurl=https%3A%2F%2Fwww.martinus.cz%2F%3Fultem%3D59894&docid=WAMpIaQPpahxMM&tbnid=XGwriyWOF1FEO M%3A&vet=10ahUKEwiB5dqe2qjeAhXN2qQKHbSQCOUQMwg- KAAWAA..i&w=450&h=633&bih=723&biw=1536&q=nacisti% C4%8D%t% C3%AD%201% C3%A9ka% C5%99i&ved=0ahUKEwiB5dqe2qjeAhXN2qQKHbSQCOUQMwg- KAAWAA&iact=mr&uact=8)

# Dehumanizace

- Snižování individuality druhých buď jako jedince nebo jako příslušníka určité skupiny
- Animální
- Mechanistická



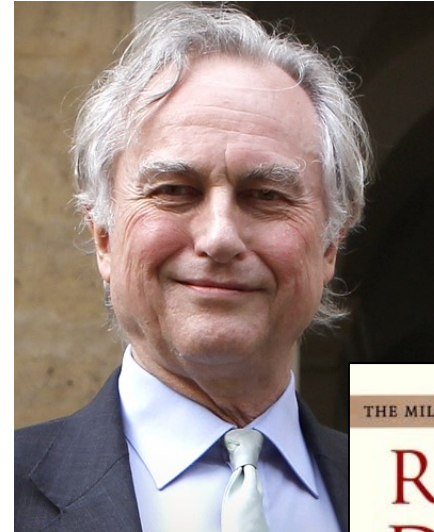
**Odlišnost**

- ✓ Kulturní
- ✓ Etnická
- ✓ Jakákoliv

**Kulturní vývoj je výrazně  
diferencovaný**

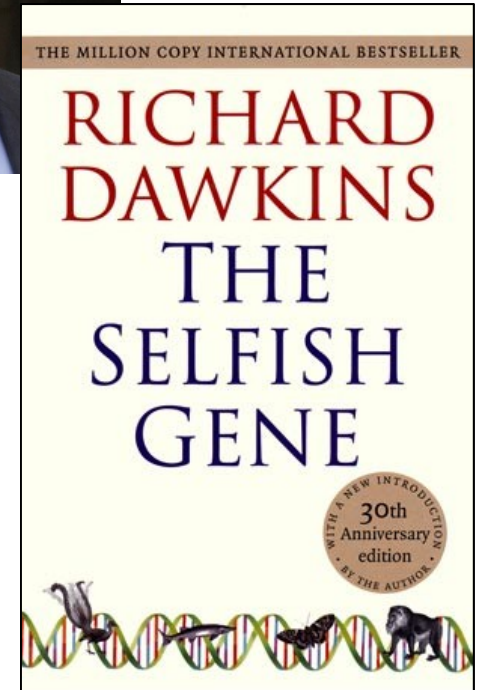
# Memetika

- Evoluční model kulturního přenosu informací
- Analogie genetického přenosu informace



[http://media.salon.com/2013/08/richard\\_dawkins2.jpg](http://media.salon.com/2013/08/richard_dawkins2.jpg)

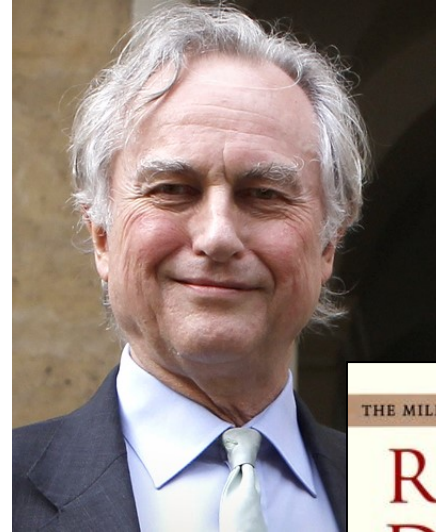
1976



[https://geophagus.files.wordpress.com/2009/07/b123pb\\_lg.jpg](https://geophagus.files.wordpress.com/2009/07/b123pb_lg.jpg)

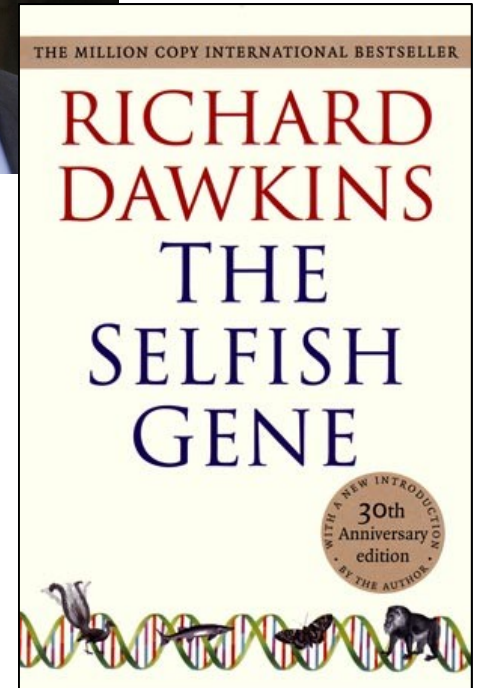
# Memetika

- Evoluční model kulturního přenosu informací
- Analogie genetického přenosu informace
- Mem
  - „informační jednotka kultury“
- Memetický komplex
  - systém hodnot/filozofie/náboženské učení



[http://media.salon.com/2013/08/richard\\_dawkins2.jpg](http://media.salon.com/2013/08/richard_dawkins2.jpg)

1976

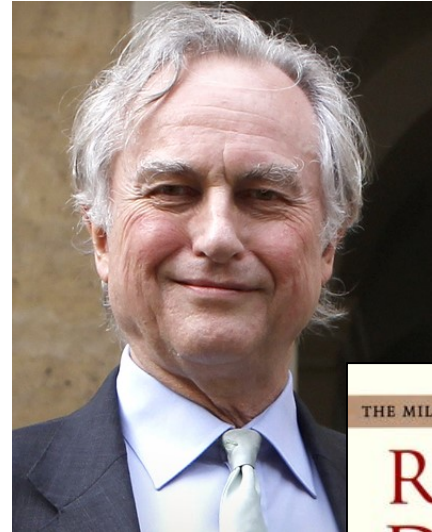


[https://geophagus.files.wordpress.com/2009/07/b123pb\\_lg.jpg](https://geophagus.files.wordpress.com/2009/07/b123pb_lg.jpg)

# Memetika

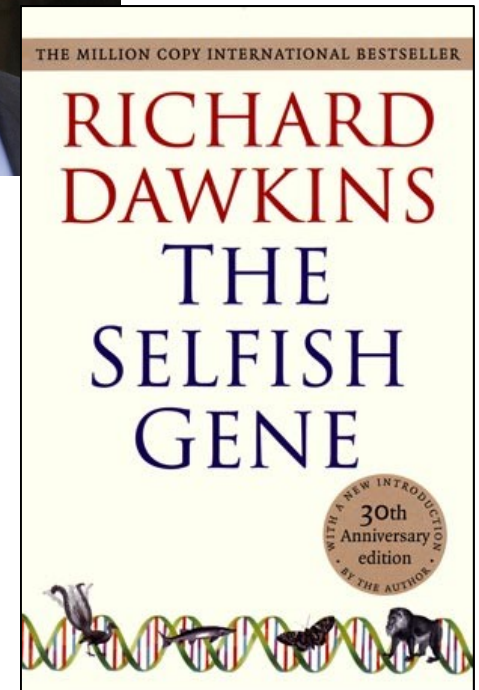
- Evoluční model kulturního přenosu informací
- Analogie genetického přenosu informace
- Mem
  - „informační jednotka kultury“
- Memetický komplex
  - systém hodnot/filozofie/náboženské učení

**Za memetický komplex nutno považovat i životní filosofii motorkáře, fotbalového fanouška či vyznavače konzumního způsobu života**



[http://media.salon.com/2013/08/richard\\_dawkins2.jpg](http://media.salon.com/2013/08/richard_dawkins2.jpg)

1976



[https://geophagus.files.wordpress.com/2009/07/b123pb\\_lg.jpg](https://geophagus.files.wordpress.com/2009/07/b123pb_lg.jpg)

# Memetika

- Aby se memetické komplexy ve společnosti udržely, tak se musí replikovat, jinak se z nich stane „mrtvé učení/informace“
- Memetické komplexy mezi sebou soutěží o „substrát“, kterým jsou lidské mozky



<http://cdn2.5wm83b1.maxcdn-edge.com/wp-content/uploads/2014/08/pepsiad2.jpg>



[http://4.bp.blogspot.com/\\_4ryHM8waEOc/S5ZL9uKNi0I/AAAAAAAAA4w/9cYf2Jf7rnc/s400/oke\\_vs\\_pepsi.jpg](http://4.bp.blogspot.com/_4ryHM8waEOc/S5ZL9uKNi0I/AAAAAAAAA4w/9cYf2Jf7rnc/s400/oke_vs_pepsi.jpg)

# Společnost



**Kultura**  
– suma znalostí  
✓ Hmotná  
✓ Nehmotná

**Memetiku lze vztáhnout  
jakoukoliv součástí kultury, tedy  
např. i na technologické postupy**

## Lékař

- Vedení léčby
  - „Evidence based“
  - Racionální
  - Reprodukovatelnost
  - Přenositelnost

## Léčitel

- Vedení léčby
  - „Personal ability based“
  - Pseudoracionální/iracionální
  - Reprodukovatelnost problematická
  - Nepřenositelnost



## Lékař

- Vedení léčby
  - „Evidence based“
  - Racionální
  - Reprodukovatelnost
  - Přenositelnost

## Léčitel

- Vedení léčby
  - „Personal ability based“
  - Pseudoracionální/iracionální
  - Reprodukovatelnost problematická
  - Nepřenositelnost

Je možné, že lidé s nadpřirozenými schopnostmi existují, ale je jich méně než lidí, kteří nadpřirozené schopnosti nemají...  
(záměrná/nezáměrná manipulace)

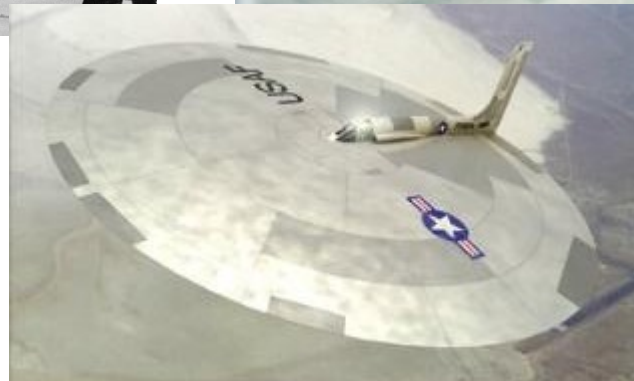
➤ Každý racionálně nevysvětlitelný jev může působit jako něco nadpřirozeného/zázrak



<http://pop.h-cdn.co/assets/15/45/2048x1152/hd-aspect-1446671691-ufo3000.jpg>

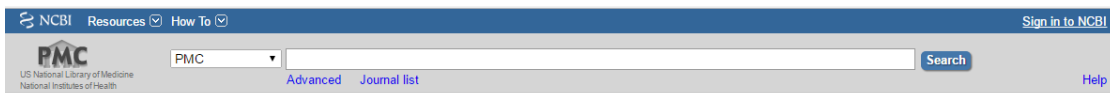


<https://space.desktopnexus.com/wallpaper/598423/>



<https://s-media-cache-ak0.pinning.com/originals/c3/53/40/c353406ec16aa486bdf806581839dcb7.jpg>

# ➤ Ale i když nějaký jev nejsme schopni vysvětlit, můžeme hodnotit efekt, reproducibilitu a přenositelnost



Journal List > Glob Adv Health Med > v.3(4); 2014 Jul > PMC4104560



[Glob Adv Health Med](#) 2014 Jul; 3(4): 6–8.  
Published online 2014 Jul 1. doi: [10.7453/ghm.2014.042](#)

PMCID: PMC4104560

## Acupuncture: Past, Present, and Future

[Jason Jishun Hao](#), DOM, MTCM, MBA<sup>1</sup> and [Michele Mittelman](#), RN, MPH

[Author information](#) ▶ [Copyright and License information](#) ▶

### Abstract

Go to:

During the past 40 years, acupuncture, a therapeutic technique of oriental medicine, has become more and more popular, evolving into one of the most utilized forms of complementary integrative medicine interventions in the United States. In fact, more than 10 million acupuncture treatments are administered annually in the United States alone. Its rise in popularity, particularly in the West, can be attributed in part to its effectiveness for pain relief and in part to the fact that scientific studies have begun to prove its efficacy.

**Key Words:** Acupuncture, headache, scalp, central nervous system, pain relief

During the past 40 years, acupuncture, a therapeutic technique of oriental medicine, has become more and

### Formats:

Article | [PubMed](#)

### Share

Facebook Twitter

### Save items

Add to Favorites

### Similar articles in

Review of clinical  
an excerpt from chi

Safety and efficacy  
evidence.

[Acupuncture as cc  
osteoarthritis of the

Clinical acupuncture

Lessons from an a  
characteristics and



Journal List > Syst Rev > v.3; 2014 > PMC4326322



[Syst Rev](#) 2014; 3: 142.

Published online 2014 Dec 6. doi: [10.1186/2046-4053-3-142](#)

PMCID: PMC4326322

## Randomised placebo-controlled trials of individualised homeopathic treatment: systematic review and meta-analysis

[Robert T Mathie](#),<sup>1</sup> [Suzanne M Lloyd](#), [Lynn A Legg](#), [Jürgen Clausen](#), [Sian Moss](#), [Jonathan RT Davidson](#), and [Ian Ford](#)

[Author information](#) ▶ [Article notes](#) ▶ [Copyright and License information](#) ▶

This article has been cited by other articles in PMC.

### Abstract

Go to:

#### Background

A rigorous and focused systematic review and meta-analysis of randomised controlled trials (RCTs) of individualised homeopathic treatment has not previously been undertaken. We tested the hypothesis that the outcome of an individualised homeopathic treatment approach using homeopathic medicines is distinguishable from that of placebos.

#### Conclusions

Medicines prescribed in individualised homeopathy may have small, specific treatment effects. Findings are consistent with sub-group data available in a previous 'global' systematic review. The low or unclear overall quality of the evidence prompts caution in interpreting the findings. New high-quality RCT research is necessary to enable more decisive interpretation.

## Lékař

- Vedení léčby
  - „Evidence based“
  - Racionální
  - Reprodukovatelnost
  - Přenositelnost

Je možné, že lidé s nadpřirozenými schopnostmi existují, ale je jich méně než lidí, kteří nadpřirozené schopnosti nemají...  
(záměrná/nezáměrná manipulace)

- Přístup k pacientovi
  - Spíše racionální - vysvětlující

## Léčitel

- Vedení léčby
  - „Personal ability based“
  - Pseudoracionální/iracionální
  - Reprodukovatelnost problematická
  - Nepřenositelnost

- Přístup k pacientovi
  - Spíše emocionální - uklidňující

## Lékař

- Vedení léčby
  - „Evidence based“
  - Racionální
  - Reprodukovatelnost
  - Přenositelnost

Je možné, že lidé s nadpřirozenými schopnostmi existují, ale je jich méně než lidí, kteří nadpřirozené schopnosti nemají...  
(záměrná/nezáměrná manipulace)

- Přístup k pacientovi
  - Spíše racionální - vysvětlující

## Léčitel

- Vedení léčby
  - „Personal ability based“
  - Pseudoracionální/iracionální
  - Reprodukovatelnost problematická
  - Nepřenositelnost

- Přístup k pacientovi
  - Spíše emocionální - uklidňující

Placebo má až 30% efekt, což souvisí anticipační funkcí mozku

## Lékař

- Vedení léčby
  - „Evidence based“
  - Racionální
  - Reprodukovatelnost
  - Přenositelnost

Je možné, že lidé s nadpřirozenými schopnostmi existují, ale je jich méně než lidí, kteří nadpřirozené schopnosti nemají...  
(záměrná/nezáměrná manipulace)

- Přístup k pacientovi
  - Spíše racionální - vysvětlující

## Léčitel

- Vedení léčby
  - „Personal ability based“
  - Pseudoracionální/iracionální
  - Reprodukovatelnost problematická
  - Nepřenositelnost

- Přístup k pacientovi
  - Spíše emocionální - uklidňující

Placebo má až 30% efekt, což souvisí anticipační funkcí mozku  
Každá nemoc je stresor a bude mít negativní vliv na psychiku pacienta

## Lékař

- Vedení léčby
  - „Evidence based“
  - Racionální
  - Reprodukovatelnost
  - Přenositelnost

Je možné, že lidé s nadpřirozenými schopnostmi existují, ale je jich méně než lidí, kteří nadpřirozené schopnosti nemají...  
(záměrná/nezáměrná manipulace)

- Přístup k pacientovi
  - Spíše racionální - vysvětlující

## Léčitel

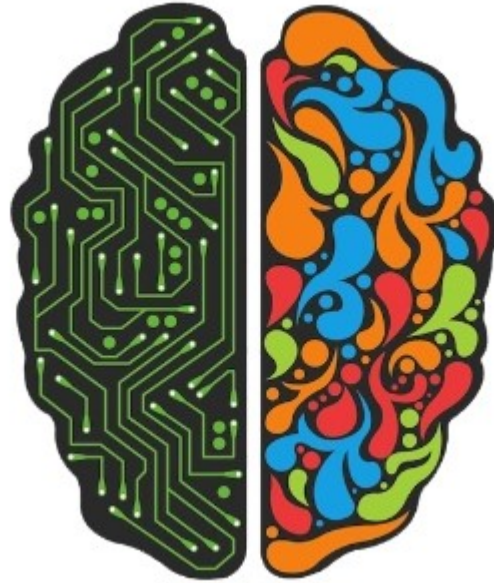
- Vedení léčby
  - „Personal ability based“
  - Pseudoracionální/iracionální
  - Reprodukovatelnost problematická
  - Nepřenositelnost

- Přístup k pacientovi
  - Spíše emocionální - uklidňující

Placebo má až 30% efekt, což souvisí anticipační funkcí mozku  
Každá nemoc je stresor a bude mít negativní vliv na psychiku pacienta  
Správným přístupem k pacientovi je možné zkombinovat účinnou léčbu s efektem placebo

# Empatie

Racionalita



Emocionalita

