

MOTIVACE V.

# TEZE

- Tváří tvář nesouladu mezi svým přesvědčením a jednáním většina lidí změní své přesvědčení, aby je s jednáním uvedla do souladu.



# KOREA

- mnoho bývalých vězňů se stalo komunisty, vysoká míra kolaborace
- zajatecké tábory řízené čínskými komunisty
- soutěž o nejlepší politický esej - vítězný esej musí obsahovat prokomunistický postoj
- odměnou několik cigaret, ovoce, ...





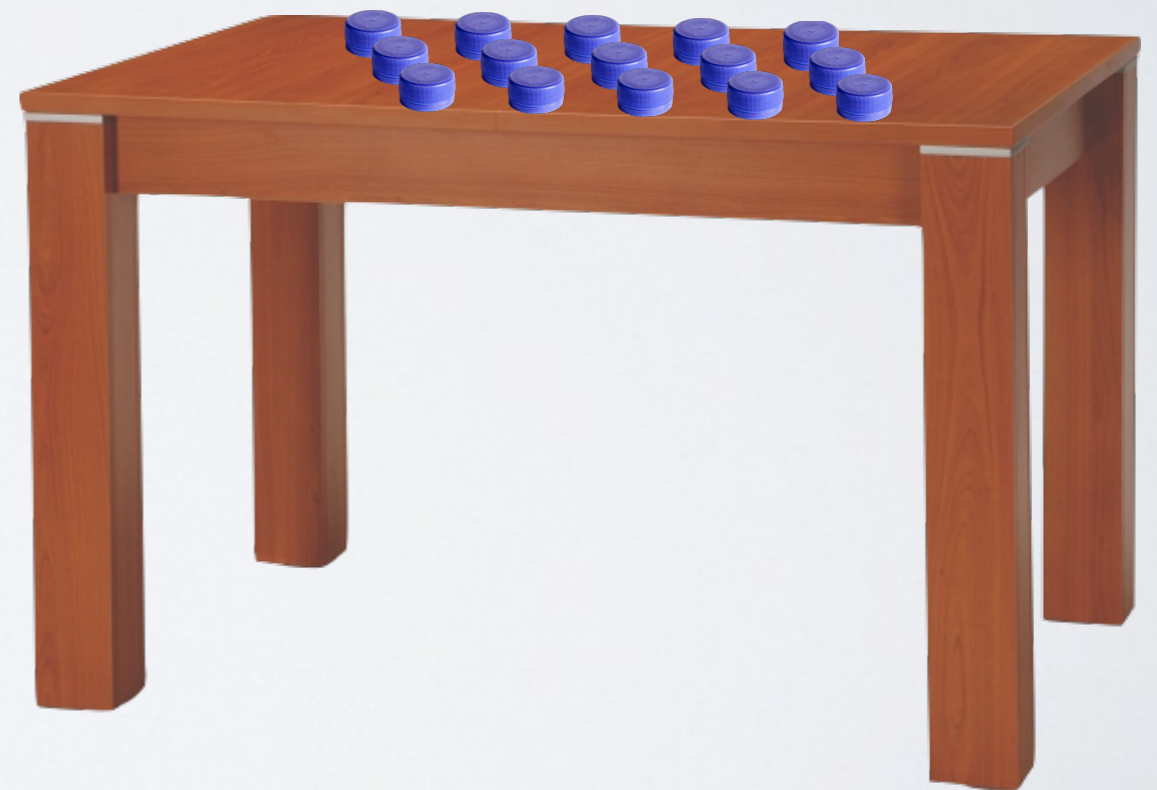
# EXPERIMENT

- rozdělení do skupin dle postojů, různé výše odměn za účast v experimentu
- “napište esej s argumenty ve prospěch opačného názoru”
- později jsou opět dotazováni na svůj skutečný názor...
- ... pouze málo placené osoby, utvrzené ve víře že jejich esej budou další lidé číst, vykazovaly změny ve svých postojích ...
- Ti, kteří byly placeni dobře nebo kteří se domnívali že jejich esej nebude nikdo číst vykazovali málo změn.



# EXPERIMENT

- nudná činnost po dobu hodiny (cívky na podnos, otáčet knoflíky)
- část osob odeslána ihned za experimentátorem
- druhá část je požádána aby dalším čekajícím vylíčila činnost jako zábavnou
  - polovině z nich vyplacen 1\$ a druhé 20\$
- extrémně nudné, neutrální, zábavné



# EXPERIMENT

- chlapci 7-9 let
- 5 hraček
- “musím odejít na 5 minut, můžeš si hrát se všemi hračkami kromě robota, hrát si s robotem je lumpárna”
- polovině chlapců “Jestli si budeš hrát s robotem, budu se velmi zlobit a vyvodím důsledky”
- o šest týdnů později
- experimentátorka “můžeš si hrát s kteroukoli hračkou”

skupina s “trestem”

**77%**

skupina s “bez trestu”

**33%**



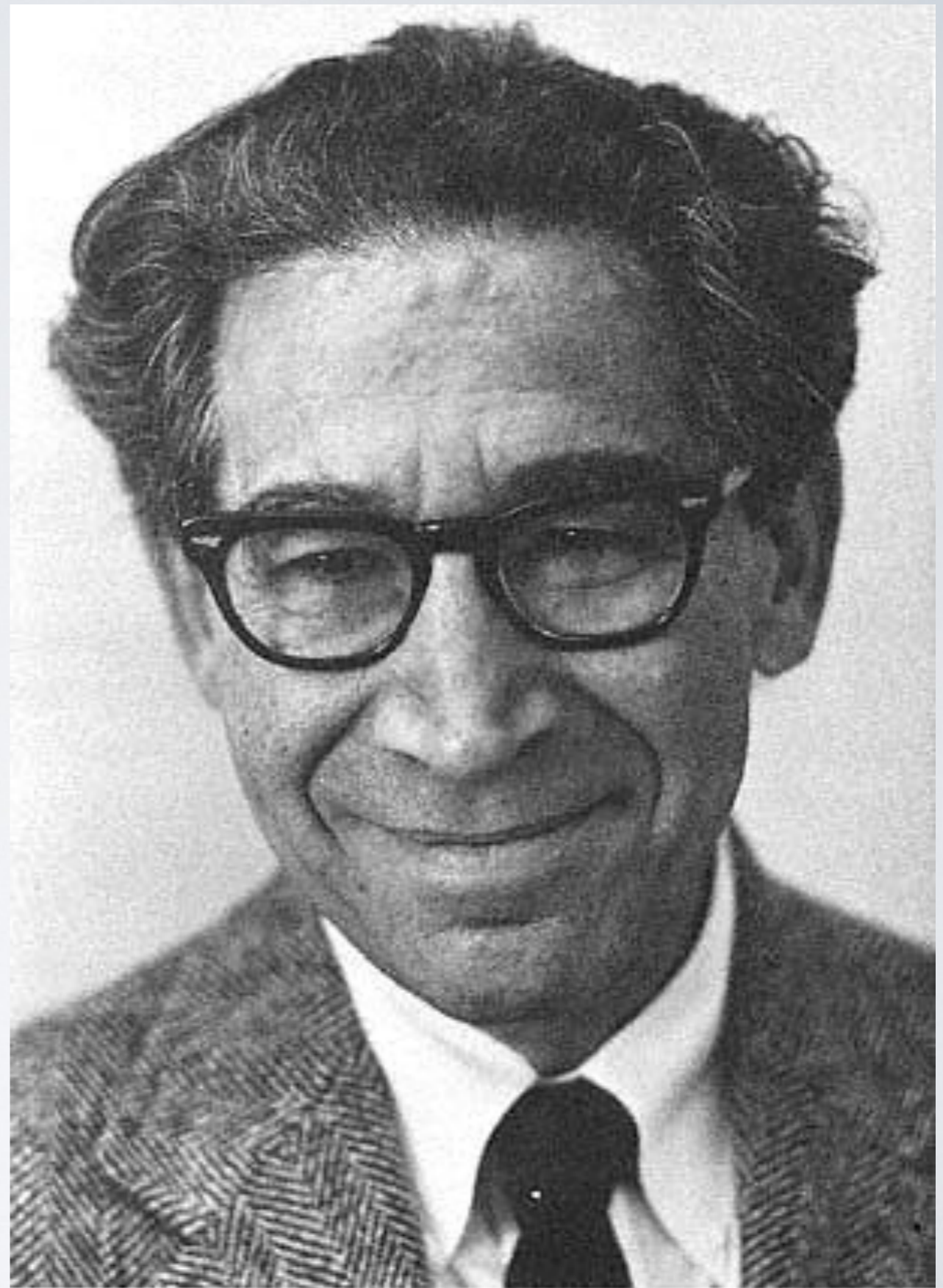


- Shrnutí: podstatou těchto výzkumů je zjištění, že lidé často mění svoje přesvědčení, chovají-li se způsobem, který je s jejich původním přesvědčením v nesouladu, a nemají-li pro tento nesoulad žádný ospravedlnitelný důvod. Dochází k tomu obzvláště v případech, kdy jsou si vědomi, že jejich zřejmá rozporuplnost vyjde veřejně najevo.

LEON  
FESTINGER  
(1919 – 1989)

“A theory of Cognitive  
Dissonance” (1957)

“tak jako motivuje hlad,  
motivuje i kognitivní  
disonance”





# FESTINGEROVA TEORIE

- Teorie vychází ze základního principu, že individuum chce vnímat, poznávat nebo hodnotit různé aspekty svého okolí i sebe sama tak, aby závěry nebyly vzájemně v rozporu.

# KOGNITIVNÍ ELEMENTY

- Elementy se týkají to, co bylo pojmenováno kognicí, tedy věcí, které člověk o sobě ví, o svém chování a o svém prostředí.
  1. Dvojice elementů může existovat v irelevantních, konsonantních nebo disonantních vztazích.
  2. Dva kognitivní elementy jsou v irelevantním vztahu, nemají-li nic společného.
  3. Disonantní vztah je mezi dvěma samostatně uvažovanými kognitivními elementy tehdy, jestliže opak jednoho elementu vyplývá z druhého.
  4. Konsonantní vztah je mezi dvěma samostatně uvažovanými kognitivními elementy tehdy, jestliže jeden element vyplývá z druhého.



# SOUHRN

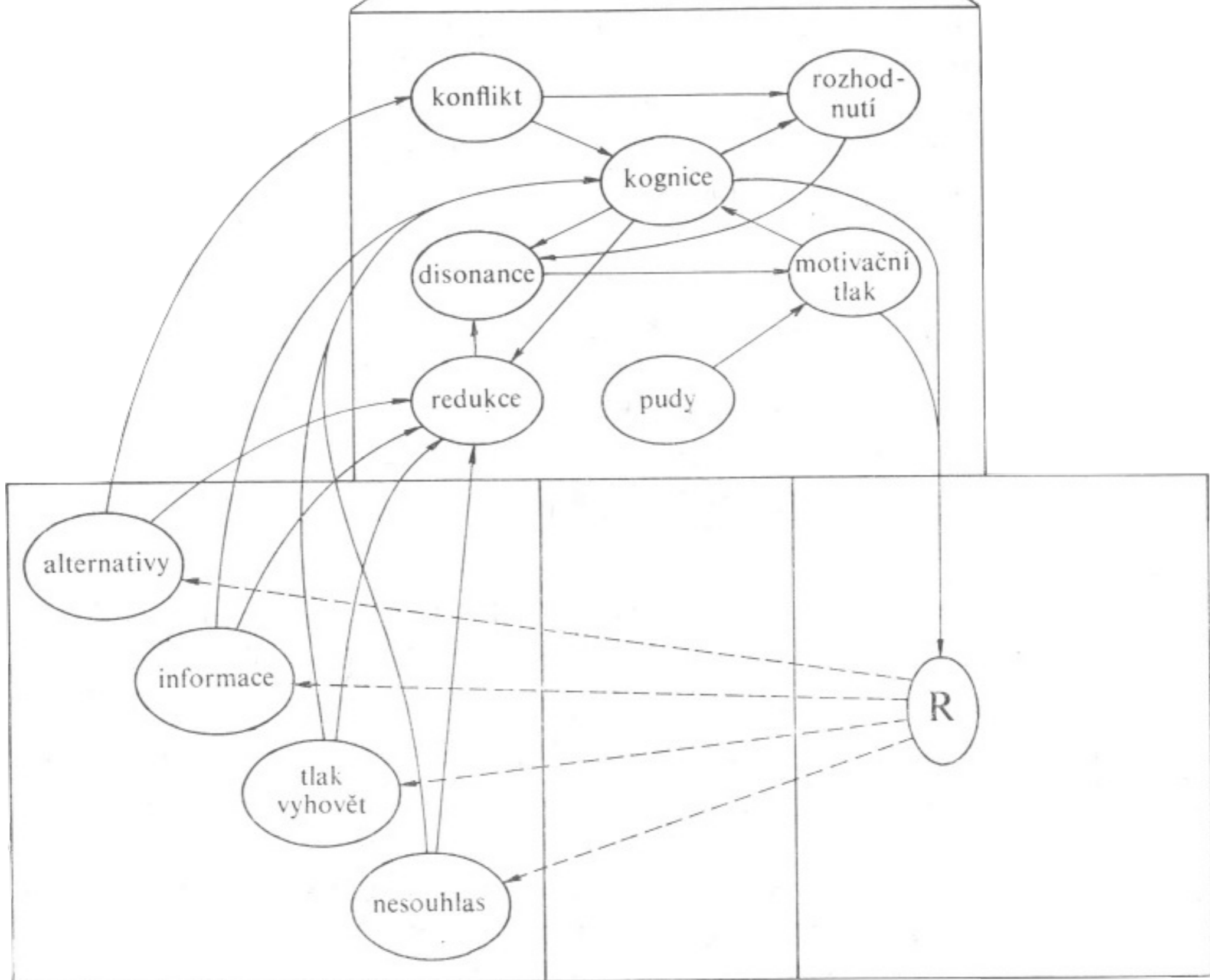
- Mezi kognitivními elementy mohou existovat disonantní nebo “nesouhlasné” vztahy.
- Existence disonance vyvolává tlak směřující k její redukci a k prevenci jejího zvyšování.
- Projevy těchto tlaků zahrnují změny chování, změny vnímání a obezřetný postoj k novým informacím a novým názorům.

# ZÁKLADNÍ HYPOTÉZY

- Psychologicky nepříjemná existence disonance bude jedince motivovat k pokusům o redukci disonance a o dosažení konsonance.
- Kromě pokusů redukovat přítomnou disonanci se bude jedinec aktivně vyhýbat situacím a informacím, které by disonanci pravděpodobně zvýšily.



# teorie Festingerova



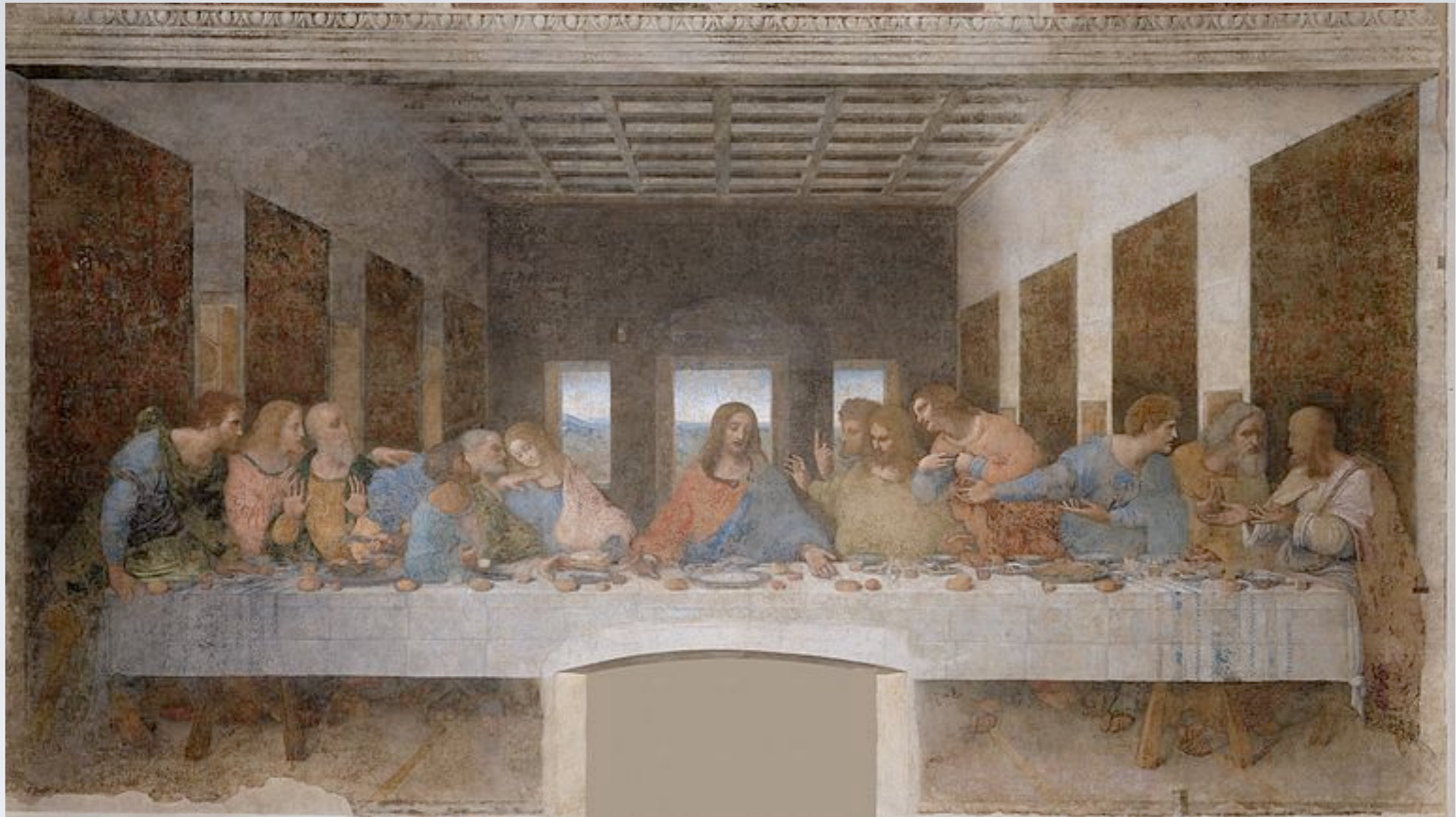
# ÚSTŘEDNÍ HYPOTÉZY

- Přítomnost disonance vzbuzuje tlak, směřující k její redukci.
- Síla tlaku, směřujícího k redukci disonance, je funkcí míry existující disonance.

## ZPŮSOBY REDUKCE DISONANCE

- Změnou jednoho nebo více elementů disonantních vztahů.
- Připojením nových konsonantních kognitivních elementů k dosavadní kognici.
- Snížením závažnosti elementů, obsažených v disonantních vztazích.





# “WHEN PROPHECY FAILS”

Existence dissonance povede k vyhledávání druhých lidí, kteří s kognicí, kterou si chce jedinec udržet, souhlasí. Povede taky k pokusu o komunikaci a ovlivňování ve snaze získat větší společenskou podporu.



# PAUL THOMAS YOUNG (1892-1978)

Vědecké studium  
motivace patří do  
mechaniky, přesněji  
do biomechaniky.  
Klíčovou roli hraje  
“pud”.

- Motivace zahrnuje uvolnění a regulaci energie chování.
- Uvolnění energie je způsobeno vnitřními nebo vnějšími podněty a je uvolněním chemické energie.

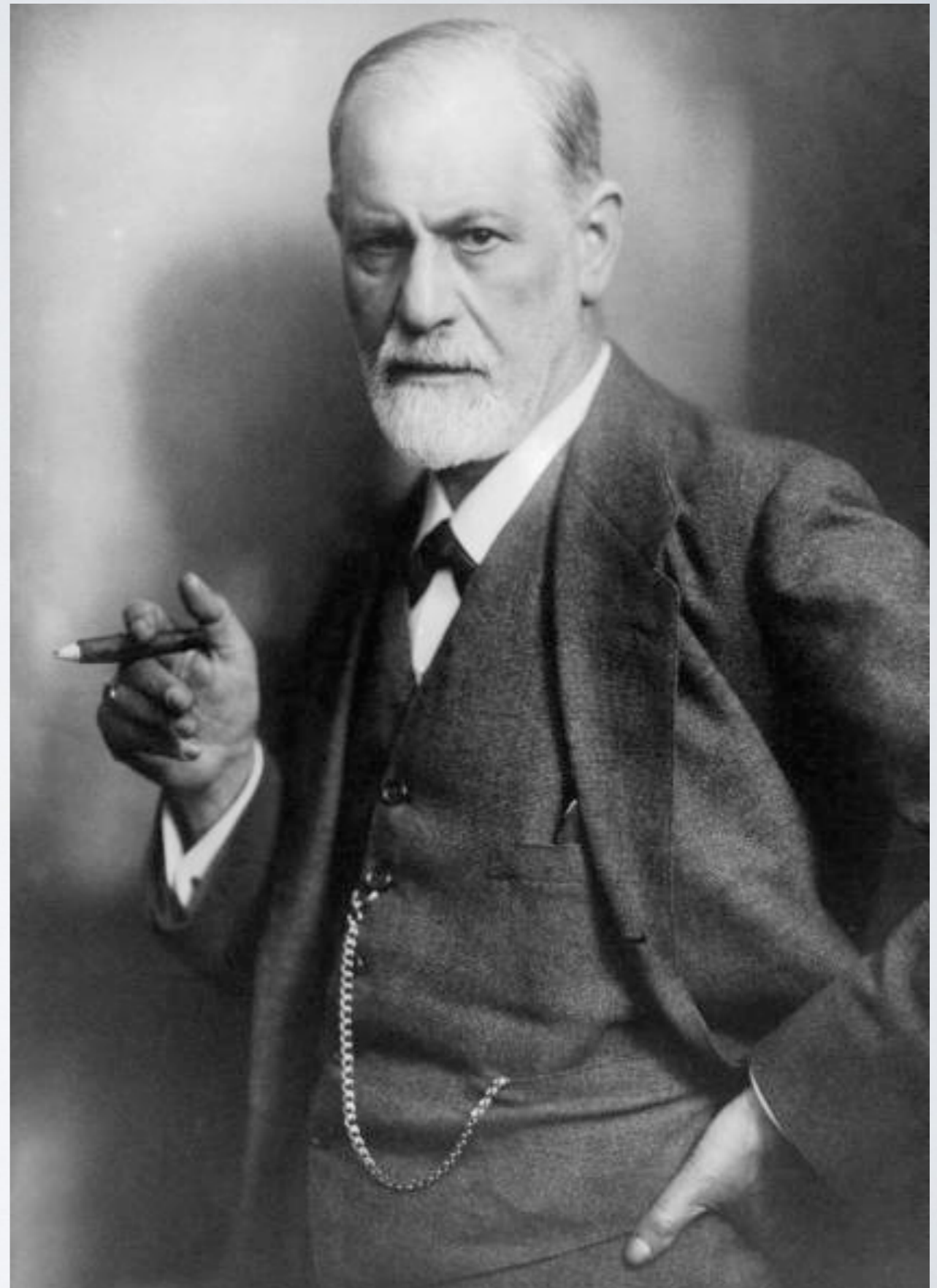
Primární pud je ten u něhož je prokázán fyziologický základ, sekundární jsou všechny ostatní. (prim.: hlad, žízeň, sex, defekace, vyhýbání se horku, chladu ...)

- Motivační psychologii lze definovat jako studium všech podmínek, které aktivují a regulují chování organismů. Aktivace chování nutně zahrnuje uvolnění fyzické energie z tkání. Regulace chování zahrnuje řízení činnosti pomocí účelových determinací, jakož i omezení činnosti organickou strukturou.



- K rozlišení motivačních faktorů organických (vycházejících z vnitřního prostředí jedince) od faktorů prostředí bylo navrženo, aby organické faktory byly nazvány motivy a faktory prostředí pobídkami (incentivy).
- Přání, záměry a cílová zaměření jsou tedy motivy.
- Chvála, pokárání, odměna, trest, peníze, potrava, sexuální partner a pod. jsou pobídkami.

SIGMUND  
FREUD  
(1856-1939)







FREUD - SOFA



Freud je zastáncem determinismu - každý psychický jev má svoji příčinu, byť neuvědomovanou

Člověk je poháněn fyziologickými silami - pudy.  
Hlavní úloha je Freudem přisuzována sexuálnímu pudu (libidu).

Později upravuje; pud života (eros, obsahuje i pud sebezáchovy nebo pud sexuální) a proti němu pud smrti (Thanatos), který usiluje o návrat k "dřívějšímu anorganickému stavu".

- Topografický model psychiky

- vědomí - je vázáno na vnímání, zahrnuje tu část člověka, kterou si jedinec plně uvědomuje.

- předvědomí - obsahuje zapomenuté, ale vybavitelné myšlenky, zážitky, rozhodnutí. Obsahy předvědomí a vědomí můžeme vyjádřit slovy.

- nevědomí - je nejrozsáhlejší a vědomí nepřístupná část psychiky, prales neorganizovaných přání, představ, obav, pokřivených obrazů skutečnosti. Do nevědomí jsou vytěsněny myšlenky a emoce, které by pro jedince byly při uvědomění příliš zraňující, ponižující, budily pocity úzkosti nebo viny. Podle Freuda co je nevědomé, má stálou tendenci stát se vědomým a psychika musí vynakládat energii, aby se tomu nestalo.

# Strukturální model psychiky

Freud vymezuje tři poměrně nezávislé složky (id, ego a superego), které se řídí rozdílnými, navzájem rozpornými principy a cíli:

- id (ono), z něhož vyvěrá pudová duševní energie (libido), která je hybnou silou člověka, je zdrojem energie pro ego i superego. Id je iracionální, nebere ohled na realitu, jeho cílem je okamžité uspokojení svých přání, řídí se principem slasti. Id je zcela nevědomé. Podle Freuda představují sny splněná přání id a jsou bránou do nevědomí. Projevy ryzího id lze pozorovat u kojenců.
- ego (já) se řídí principem reality a má sebezáchovnou funkci. Vzniká z části id v průběhu vývoje dítěte vlivem jeho interakcí s vnějším světem. Je racionální, zvažuje činy a jejich následky. Přání id porovnává s realitou, dává jim přijatelnou formu a uspokojuje je ve vhodnou chvíli a vhodným způsobem. Ego je vědomé, předvědomé i nevědomé. Nevědomá část se pomocí obranných mechanismů vypořádává jak s nepřijatelnými přáními id, tak s extrémními zákazy superega. Silné ego je znakem zdravě vyvinuté osobnosti.
- superego (nadjá) vzniklo v průběhu socializace z konfliktů dítě versus autorita, poskytuje ventil vlastním agresivním impulsům jedince, jde o proti sobě projevenou agresivitu. Obsahuje vědomě či nevědomě internalizované omezení, zákazy a příkazy ukládané dítěti rodiči a dalšími pro dítě významnými autoritami. Je zdrojem nevědomého pocitu viny, vnitřní tísně. Superego je moralizující silou v člověku, řídí se principem dokonalosti. Jednou jeho částí je svědomí, druhou částí je ideální ego, které usiluje o dokonalost a jehož základem byly činnosti a projevy dítěte, které rodiče chválili. Superego může být v rozporu se současnými hodnotami jedince. Silně rozvinuté superego se vyskytuje u perfekcionistů, slabě rozvinuté u zločinců.



# VŮLE

- Vůle může být:
  - vůle (úmysl) – chtění, záměr, úmysl, snaha o dosažení nějakého cíle, zájem na jeho dosažení, výsledek rozhodování, svoboda rozhodování
  - dobrá vůle, zlá vůle, vůle lidu, poslední vůle, žít s někým v dobré vůli (v dobrých vztazích)
  - vůle (psychická vlastnost) – schopnost jednat podle vlastního úmyslu (podle vlastní vůle), schopnost se rozhodnout
  - vůle (mezera) – funkční mezera mezi styčnými plochami dvou součástí, například u rozebiratelných strojních spojů

- Působení vůle se může vztahovat k libovolnému motivu nebo cíli; vůle nemá svůj “předmětný obsah”. Může být chápána jako jednotná dispozice nebo jako soubor vlastností.
- specifika vůle se vztahují k těmto tématům: svoboda vůle, síla vůle, autonomie jednání, odpovědnost osobnosti, síla “ega”, sebekontrola, rozhodování, sebeusměrňování, sebeurčení, sebekázeň, soběstačnost, účelnost, vědomí, svědomí, morálka, vnitřní motivace, cílesměrná aktivita.



# CO NA TO MATERIALISTI?

- K dosažení cíle - uspokojení potřeb, jež podněcovaly k činnosti, bylo nutno vykonat úkoly, které v daném okamžiku této potřebě přímo neodpovídaly. Ovšem bez jejich vykonání by uspokojení potřeby nebylo možné.
- To je právě pro volní jednání charakteristické. To bylo rovněž základem jeho vzniku a vývoje.

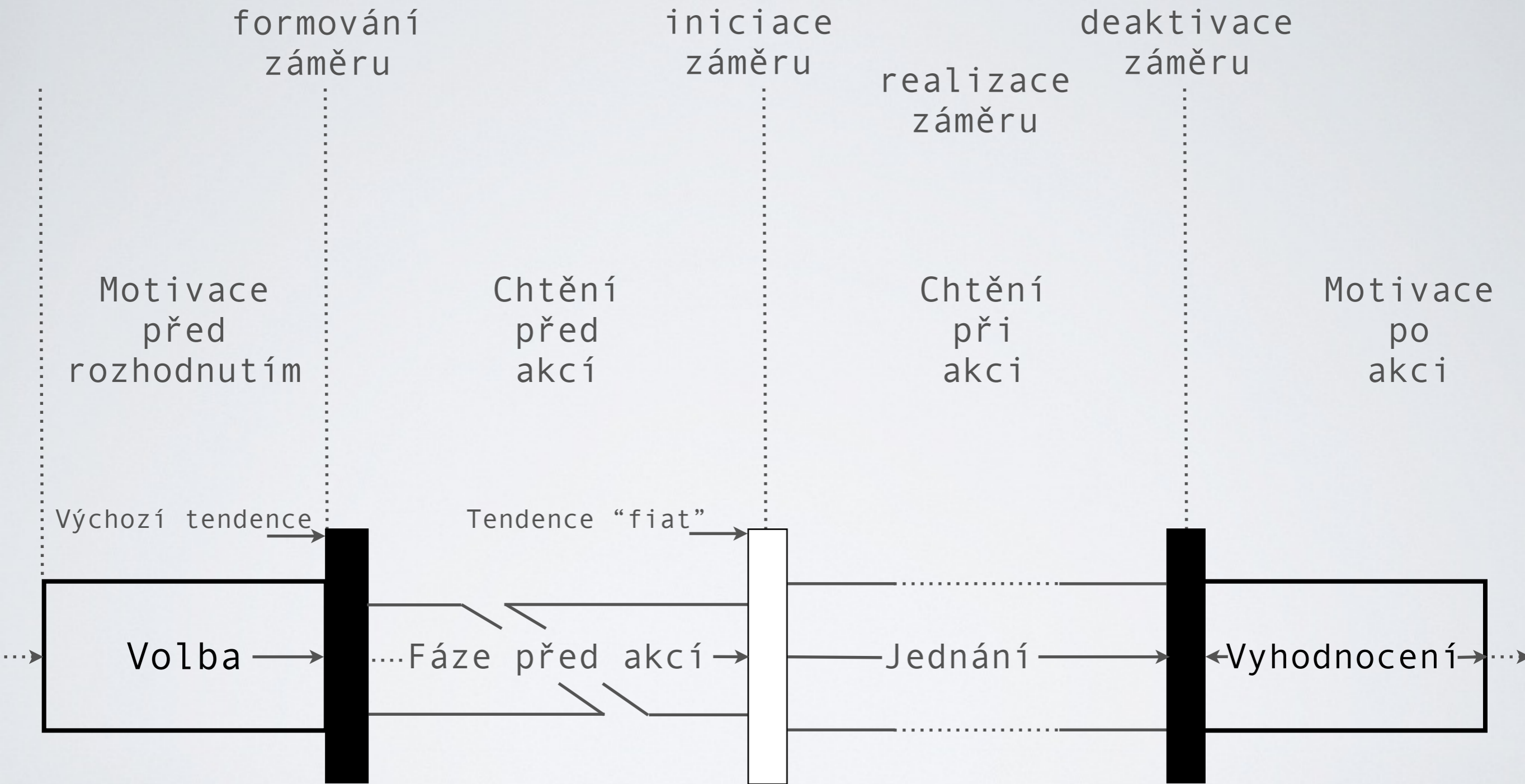
- Vůli považujeme za specificky lidskou schopnost (způsobilst), která se uplatňuje jako soubor rozmanitých funkcí při řízení všech aktivit, pro něž jedinec dosud nemá v paměti uloženou ucelenou sestavu osvědčených prováděcích programů (“akčních vzorců”).



# CHARAKTERISTIKY VŮLE

- schopnost představit si živě zamýšlený výsledek
- generovat možný budoucí děj, který se spojuje s přítomností i s minulostí
- anticipovat překážky na cestě k cíli
- aktivně čelit rušivým vlivům v prostředí, jež se vyskytnou při uskutečňování záměrů

# Fáze přípravy jednání, dle Heckhausena



"RUBIKON"



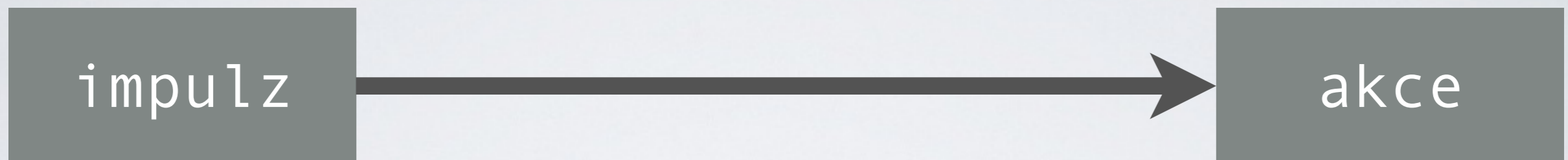


- VOLNÍ AKT - osobní volba mezi alternativami (hodnot, zájmů, motivů, cílů, prostředků, plánů ...), spojená s impulzem k realizaci zvolené varianty.
- VOLNÍ IMPULSY - jsou obsahově rozmanité instrukce, určené regulačním a prováděcím subsystémům. Tyto instrukce subjekt formuluje zpravidla ve formě preverbální "vnitřní řeči".
- VOLNÍ FAKTORY - jsou volní úsilí a vědomá kontrola
  - volní úsilí - označuje záměrné zvyšování účinnosti regulačních zásahů
  - vědomá kontrola - funguje jako supervize nad nižšími úrovněmi kontroly (obsahové usměrnění a stupeň pozornosti)

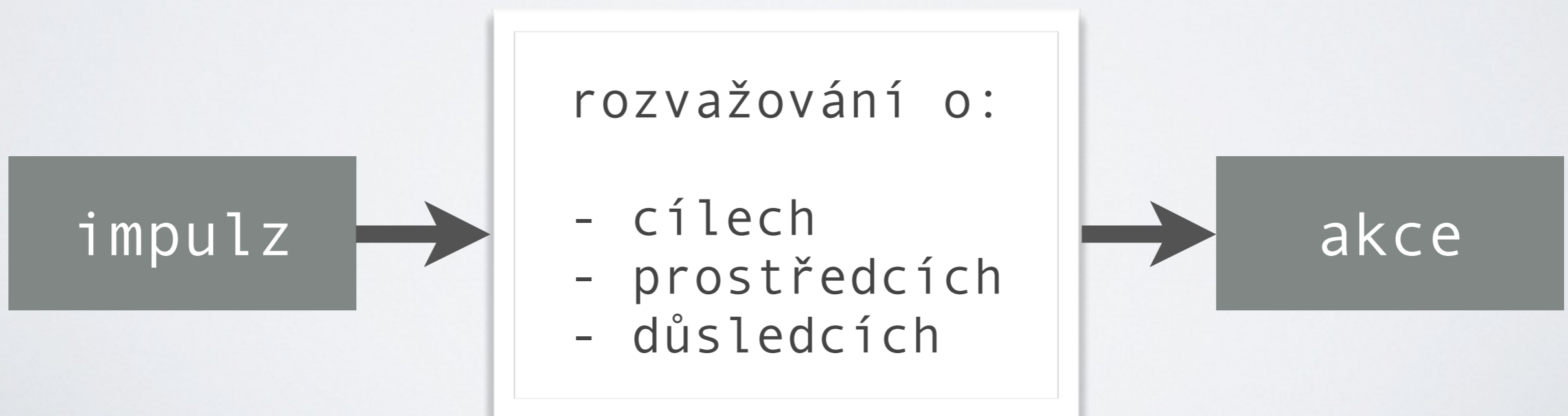
- VŮLE - je naučený komplex schopností, vlastností a dovedností, který umožňuje člověku, aby podle osobních záměrů cílevědomě řídil svou duševní činnost - a jejím prostřednictvím reguloval:
  - kognitivní a rozhodovací procesy,
  - funkci nižších řídicích subsystémů,
  - aktivitu periferních orgánů (efektorů),
  - průběh své interakce se světem objektů a subjektů,
  - některé vnitřní stavy vlastního organismu.

# Srovnání impulzivního a volního jednání

impulzivní chování (zkratkovitě) jednání



volní regulace chování (jednání)





Ψ<sup>®</sup>