



PSA_016 ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

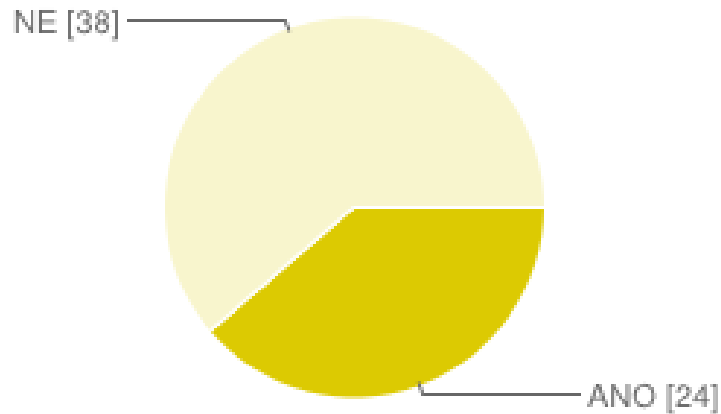
Psychologické mýty II

MÝTY O VĚDOMÍ



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

Je výzkumně prokázáno, že sny v sobě skrývají hluboké symbolické významy.



ANO	24	39 %
NE	38	61 %

- 56 – 75 % lidí z Koreje, USA a Indie si myslí, že sny mohou odhalit skryté pravdy



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

The screenshot shows the website 'SNÁŘ' (Dream Dictionary) with a dark blue header and a light blue navigation bar. The main content area is white with a light blue background. The page title is 'SNÁŘ'. The navigation bar includes links for 'Výklad snů', 'Kondiciogram', 'Výpočet plodných dnů', 'Seznamka', 'IQ test', 'Kalkulačka', and 'Web zdarma'. The main content area features a search section titled 'O čem se Vám dnes zdálo? A co na to snář?' with instructions on how to use the search function. Below this is a search input field and a 'Výklad snu' button. The search results section is titled 'Hubnutí břicha' and includes a link to 'prirozene-hubnuti.cz' and a promotional message. A sidebar on the right contains a list of related topics, each with a dropdown arrow.

SNÁŘ

Výklad snů Kondiciogram Výpočet plodných dnů Seznamka IQ test Kalkulačka Web zdarma

O čem se Vám dnes zdálo? A co na to snář?

Slova do hledání zadávejte v základním slovním tvaru. Můžete zadat i více slov, pak se zobrazí výklad pro všechna slova.

Například:
Pokud se vám zdálo o kočce – zadejte do hledání slovo "kočka"
Pokud jste ve snu běhali – zadejte do hledání "běžet"

o <http://www.snar.cz/>



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

- **Sny jako prostředek:**
 - Předpovědi budoucnosti
 - Osobního vhledu do problému



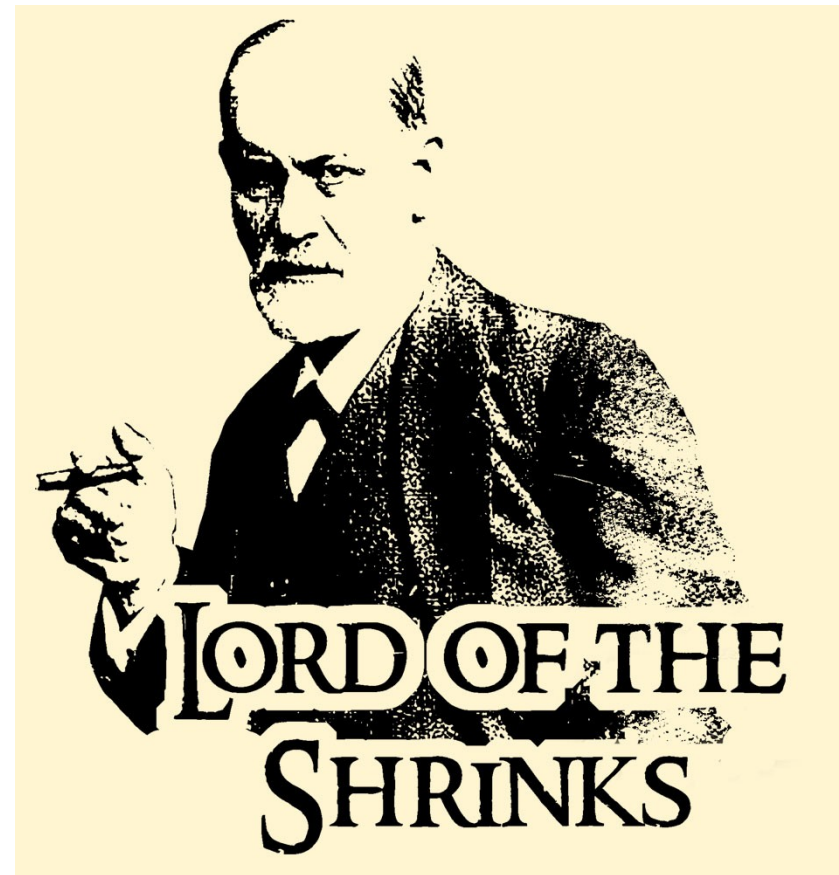
He loved to dream about the future. But never more than 11 minutes into the future.



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

Zdroje

1. Lidová tradice
2. Psychoanalytická tradice:
 - S. Freud: „*Sny jsou královskou cestou k pochopení nevědomé mysli a obsahují psychologii neuróz v kostce.*“



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

Freud's model of personality structure



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

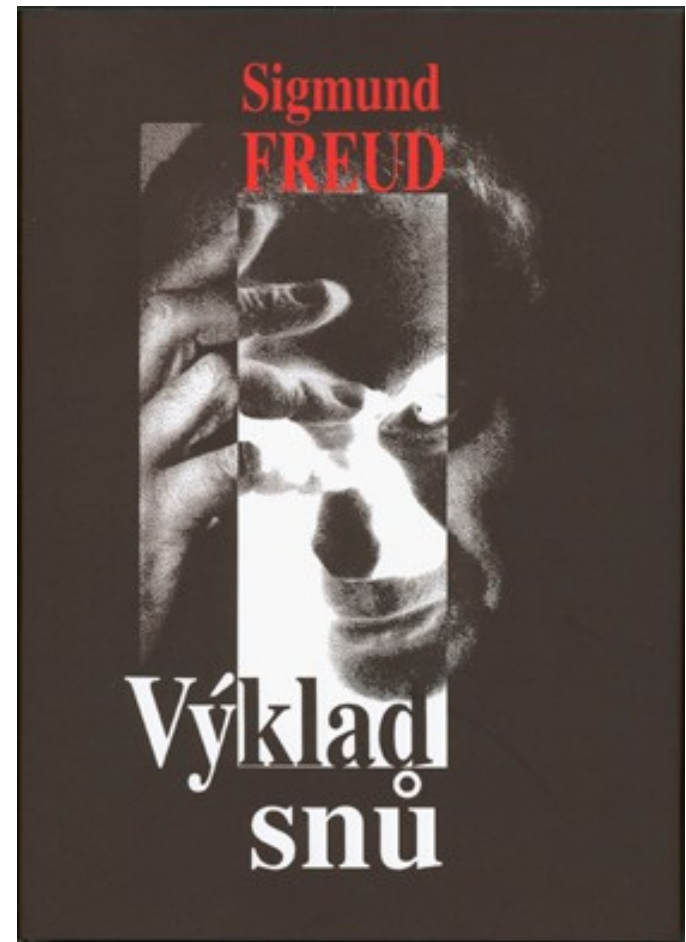
Při snění:

- Obranné mechanismy Ega v klidovém stavu
- Potlačené impulzy z Id se dostávají k vědomí
- Transformace pohnutek do **symbolů**: maskují zakázaná přání + umožňují klidný spánek
- **Manifestní obsah**: to, co se nám zdá
- **Latentní obsah**: to, jaké potlačené myšlenky, přání touhy MO vyjadřuje
- **Zdroje symbolů**
 - Zážitky z dětství
 - Životní zkušenosti
 - Denní rezidua



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

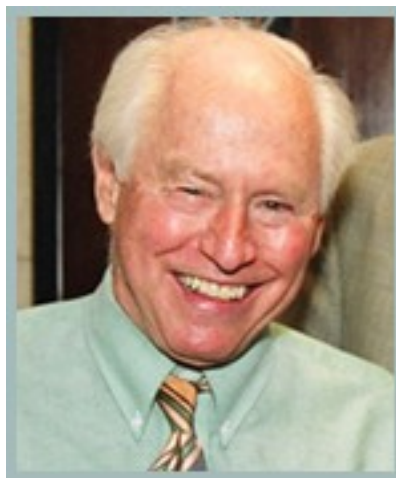
- Přestože Freud varoval, že obsahy nemají univerzální platnost, toto pravidlo sám porušoval
- Viz **Výklad snů** (1900):
 - Sexuální aktivita: průnik do úzkých prostor, otevírání dveří
 - Kastrace: padání zubů, stříhání vlasů



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

Hypotéza aktivace – syntéza (J. A. Hobson)

- Spojení snů s aktivitou mozku
- REM fáze:
 - ↑ Acetylcholin – nabuzení emočních center
 - ↓ Serotonin a noradrenalin – utlumení oblastí řídících rozum, paměť, pozornost
- **Sny nemohou mít symbolický význam**



SYMBOLICKÝ VÝZNAM SNŮ

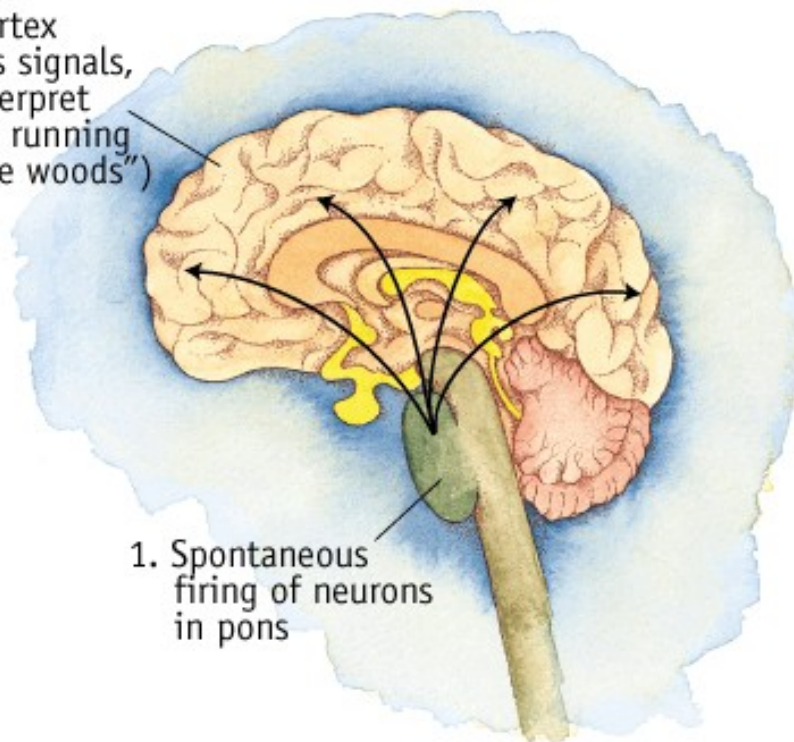
Hypotéza aktivace – syntéza

- Sny jsou snahou mozku sestavit smysluplný příběh z míchanice náhodných informací přenášených Varolovým mostem

ACTIVATION-SYNTHESIS THEORY OF DREAMS

2. Cerebral cortex synthesizes signals, tries to interpret them ("I'm running through the woods")

1. Spontaneous firing of neurons in pons



MÝTY O MEZILIDSKÉM CHOVÁNÍ



PROTIKLADY SE PŘITAHUJÍ NEBO VRÁNA K VRÁNĚ SEDÁ?



PROTIKLADY SE PŘITAHUJÍ

Popkultura:

- o <http://marriage.about.com/od/movies/a/oppositesmov.htm>



PROTIKLADY SE PŘITAHUJÍ

- *Harville Hendrix: „Pouze protiklady se přitahují, protože taková je povaha reality.“*

 [Subscribe](#)

 [Request Catalog](#)

 [Donate](#)

 [Login](#)

OMEGA

WORKSHOP



BODY, MIND & SPIRIT



HEALTH & HEALING



CREATIVE EXPRESSION



RELATIONSHIPS & FAMILY

Harville Hendrix



Harville Hendrix, PhD, is a clinical pastoral counselor who is known internationally for his work with couples. He and his wife, Helen LaKelly Hunt, cocreated Imago Relationship Therapy and developed the concept of “conscious partnership.” Their partnership and collaboration has resulted in 10 books on intimate relationships and parenting.

Hendrix holds a doctorate in psychology and theology from the University of Chicago and has received an honorary doctorate and two distinguished service awards. He has appeared on many national television shows to publicize Imago Relationship Therapy and the conscious relationship, including 18 guest appearances on the *Oprah Winfrey Show*. One of his appearances won Oprah an Emmy award for the “most socially redemptive” daytime talk show and earned a spot on her



PROTIKLADY SE PŘITAHUJÍ

Komplementarita

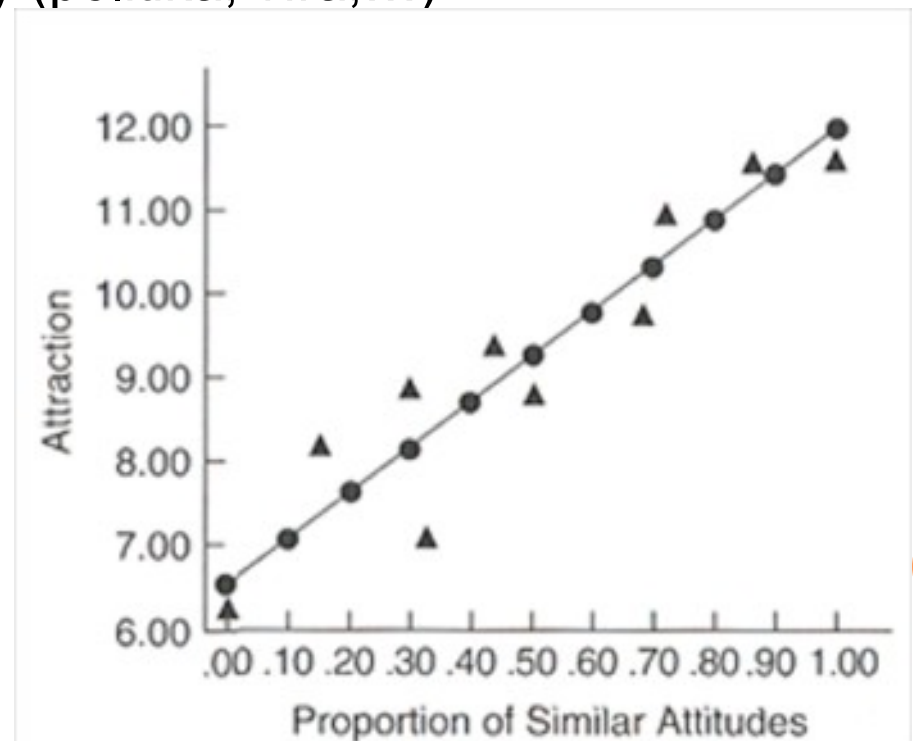
- Little evidence supporting it.
- Felmlee (1995): **Fatal attraction effect**
 - Rozdílnost je v počátku přitažlivá a vzrušující, časem bývá zdrojem nespokojenosti



PROTIKLADY SE PŘITAHUJÍ

Výsledky výzkumů:

- Prediktorem partnerské spokojenosti a delšího trvání manželství jsou:
 - Uspokojivý sexuální život
 - Podobné osobnostní vlastnosti (svědomitost, etc.)
 - Podobné postoje a hodnoty (politika, víra,...)
 - Newcomb (1956)

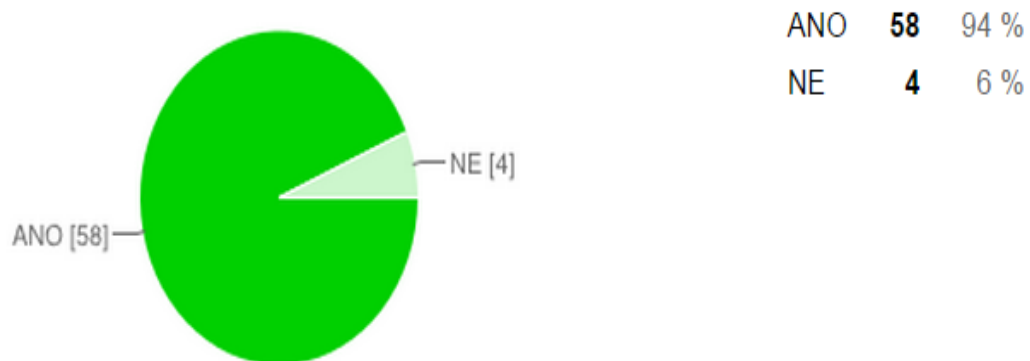


ČÍM VÍCE LIDÍ JE U NALÉHAVÉ SITUACE, TÍM VĚTŠÍ
JE ŠANCE, ŽE NĚKDO ZASÁHNE

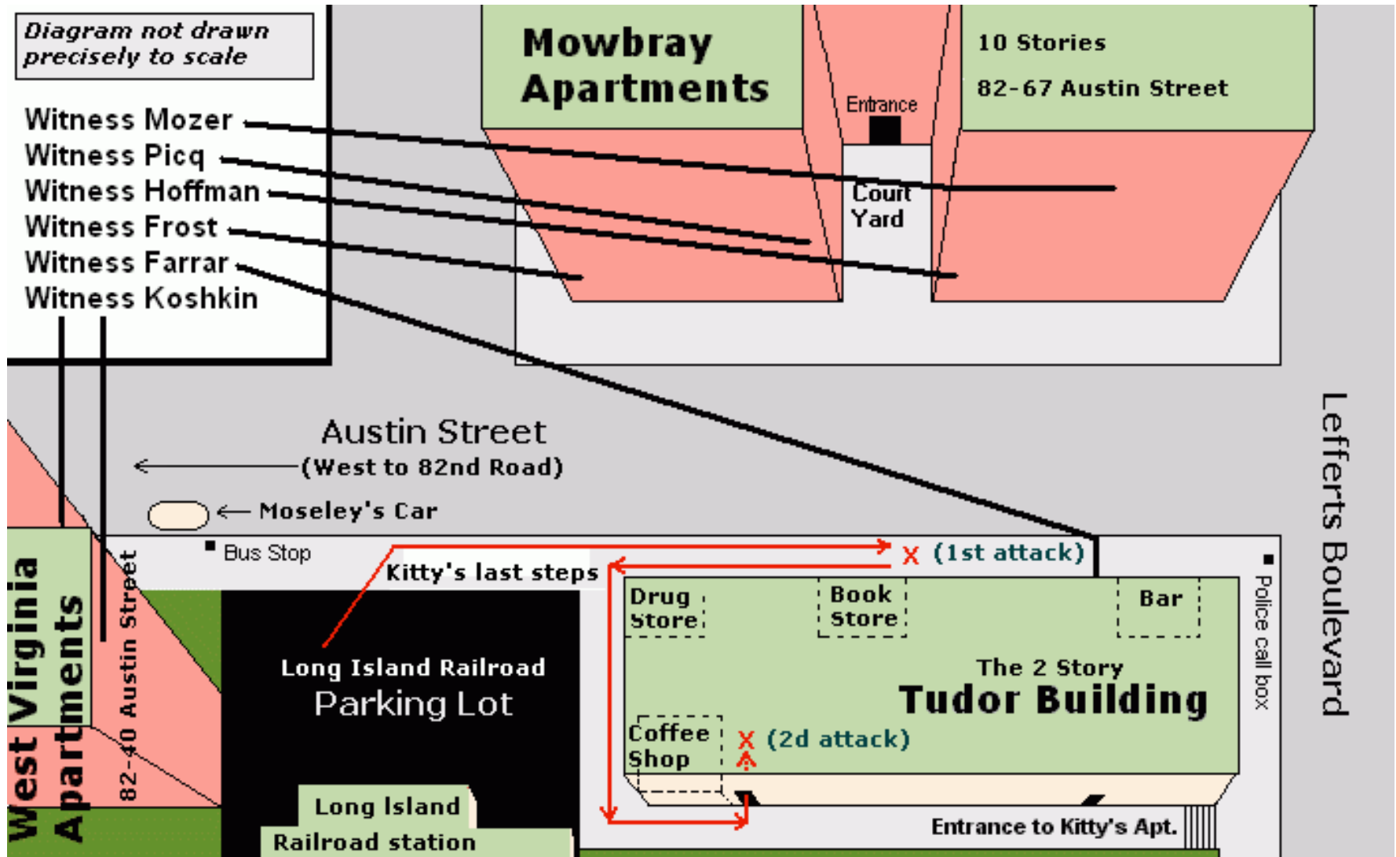


PROČ TO MU TAK NENÍ?

Čím více lidí se účastní naléhavé situace, tím menší je pravděpodobnost, že alespoň jeden z nich poskytne pomoc.



EFEKT PŘIHLÍŽEJÍCÍHO EFEKT KITTY GENOVESE



EFEKT PŘIHLÍŽEJÍCÍHO

- Vysvětlení:
 - Konformita
 - Rozptýlení zodpovědnosti
- <https://www.youtube.com/watch?v=OSsPfbup0ac>



EFEKT PŘIHLÍŽEJÍCÍHO

- Latane, Darley (1968):
 - Vyplňování dotazníků + kouř do místnosti/žena ve vedlejší místnosti spadne ze žebříku
 - <https://www.youtube.com/watch?v=KE5YwN4NW5o>

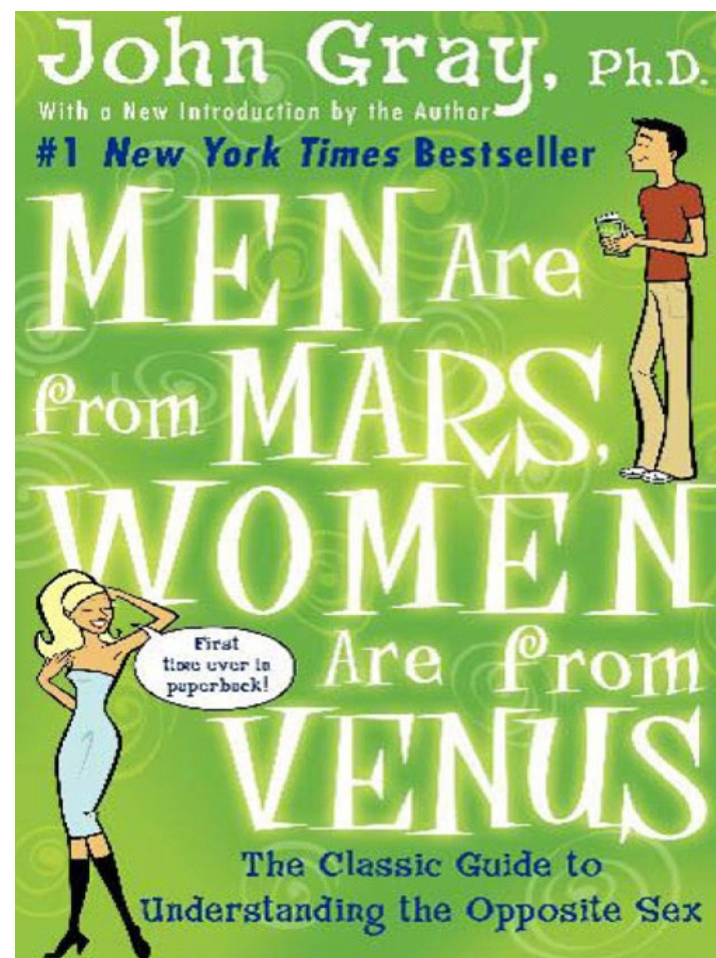


MUŽI A ŽENY KOMUNIKUJÍ ÚPLNĚ JINÝMI ZPŮSOBY



MUŽI A ŽENY KOMUNIKUJÍ ÚPLNĚ JINÝMI ZPŮSOBY

- Deborah Tannen: „Ženy hovoří jazykem spojení a intimacy, zatímco muži hovoří jazykem statutu a nezávislosti.“
- John Gray: „Nejenže muži a ženy komunikují jinak, ale také myslí, cítí, vnímají, reagují, odpovídají, milují potřebují a oceňují jinak. Téměř se zdá, že jsou z různých planet, hovoří jinými jazyky.“



MUŽI A ŽENY KOMUNIKUJÍ ÚPLNĚ JINÝMI ZPŮSOBY

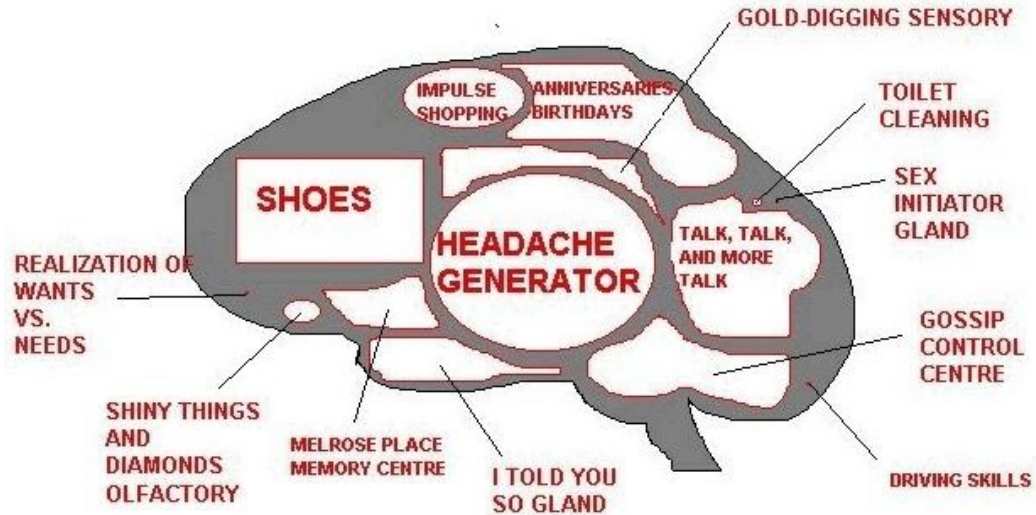
I wish for...



intelligence, logic,
and driving skills...

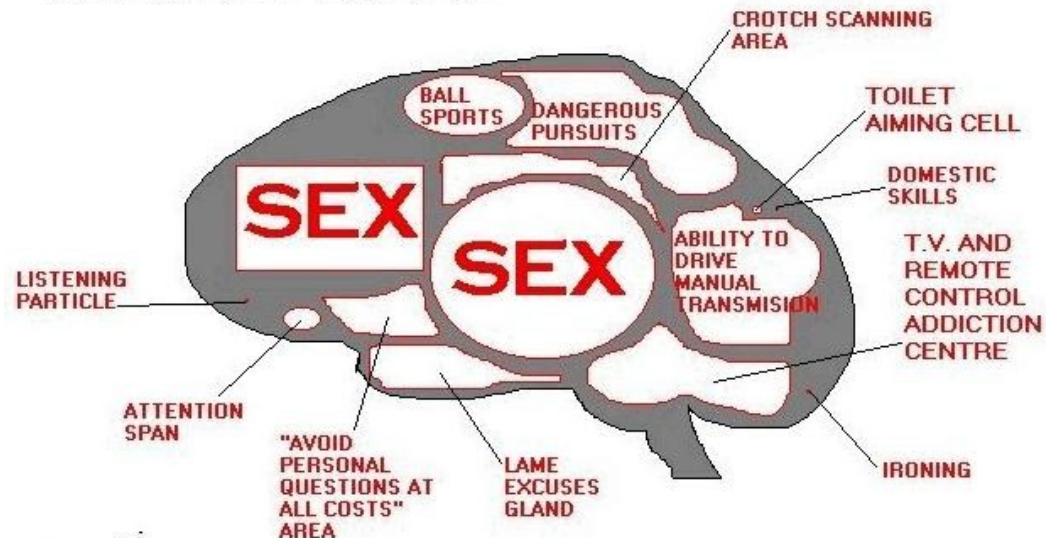


THE FEMALE BRAIN



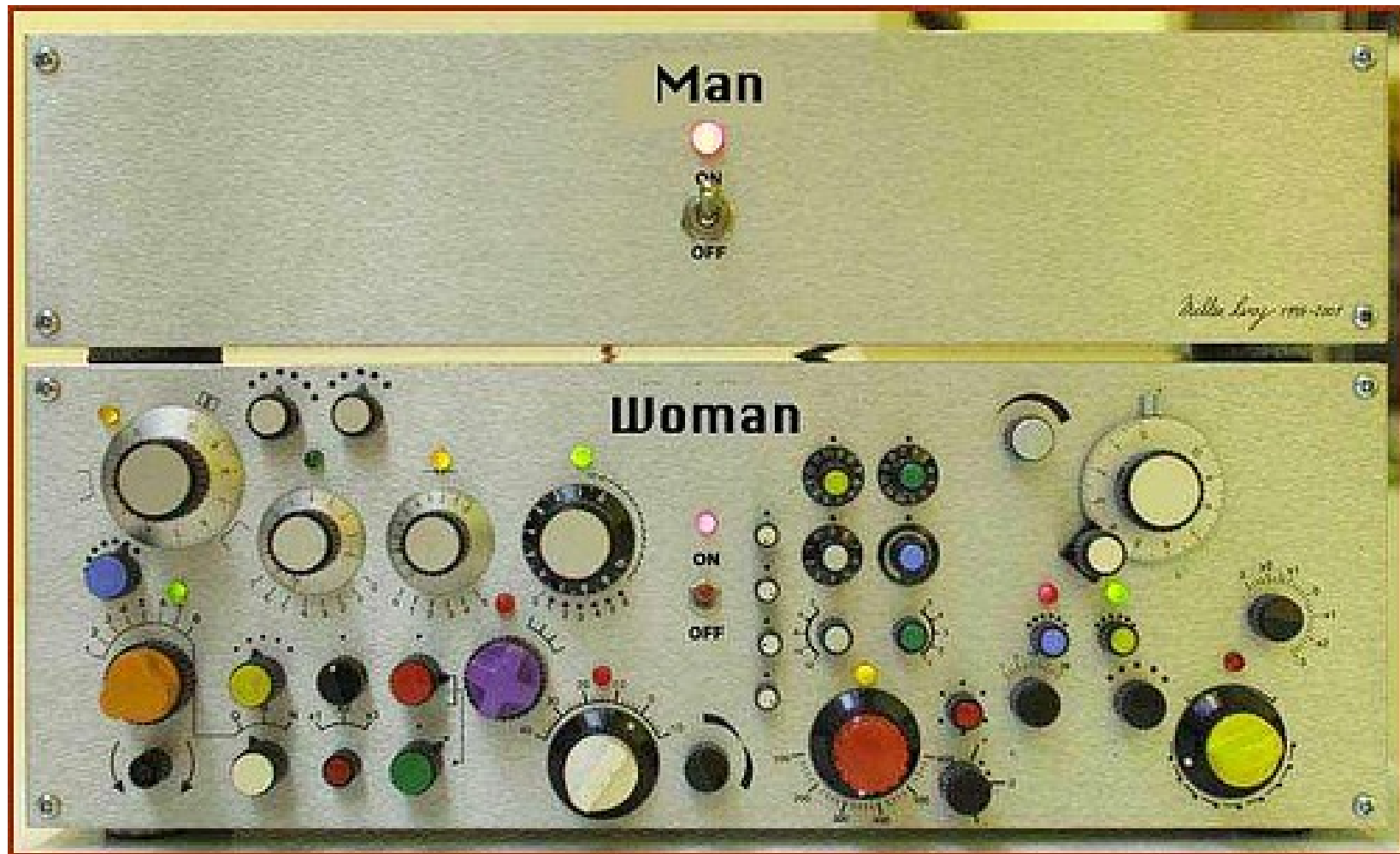
FOOTNOTE: The "Put Oil into the Car" and "Be Quite During the Game" glands are active only when the "SHINY THINGS AND DIAMONDS" OLFactory has been satisfied or when there is a shoe sale.

THE MALE BRAIN



FOOTNOTE: the "Listening to children cry in the middle of the night" gland is not shown due to it's small and underdeveloped nature. Best viewed under a microscope.

MUŽI A ŽENY KOMUNIKUJÍ ÚPLNĚ JINÝMI ZPŮSOBY



MUŽI A ŽENY KOMUNIKUJÍ ÚPLNĚ JINÝMI ZPŮSOBY

Gray:

- Jazyk žen se zaměřuje na intimitu a spojitost, jazyk mužů na nezávislost a soutěživost.
- Když jsou ženy rozrušené, vyjadřují své pocity, zatímco muži se stáhnou do jeskyně.
- Řešení úkolů:
 - https://www.youtube.com/watch?v=LlxbKVV5M_g
- **Nepodloženo žádnými výzkumy**



MUŽI A ŽENY KOMUNIKUJÍ ÚPLNĚ JINÝMI ZPŮSOBY

Mluví ženy více než muži?

- L. Brizendine: *Proč ženy myslí tak, jak myslí, a proč jednají úplně jinak než muži?*
- Ženy: 20.000 slov za den, muži 7.000
- Odvozeno ze svépomocné knihy

- J. Hyde (2005): metaanalýza 73 studií
- Cohenovo d : 0,11 (rozdíl mezi skupinami ve vztahu k variabilitě)

- M. Mehl (2007): studenti s nahrávacím zařízením
- Cca 16.000 slov obě pohlaví



MUŽI A ŽENY KOMUNIKUJÍ ÚPLNĚ JINÝMI ZPŮSOBY

Prozrazují ženy o sobě více než muži?

- Hyde (2005): 205 studií
- Cohenovo d : 0,18

Jsou ženy vnímavější na neverbální signály?

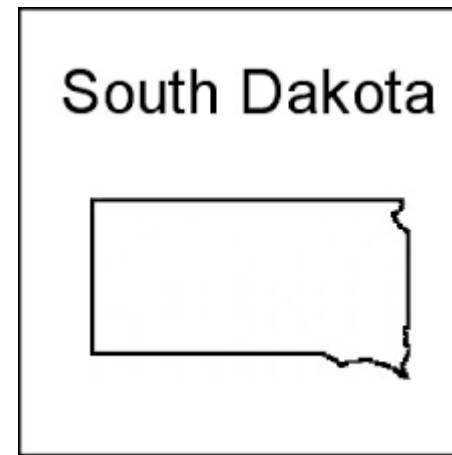
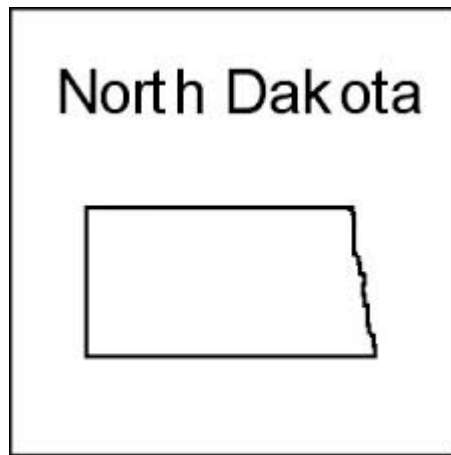
- J. Hall (1984): detekce emocí v obličejích
- Cohenovo d : 0,4
- **Ano**



MUŽI A ŽENY KOMUNIKUJÍ ÚPLNĚ JINÝMI ZPŮSOBY

Závěr:

- Rozdíly v komunikaci existují, ale jsou zpravidla velice malé
- K. Dindia (2006): „*Muži jsou ze Severní Dakoty a ženy z Jižní.*“



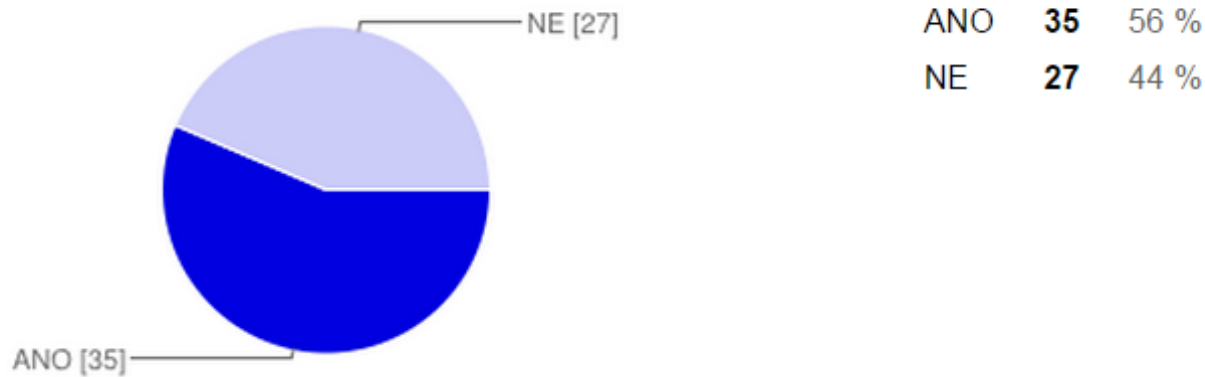
LEPŠÍ JE ZLOST DÁT NAJEVO, NEŽ JI DRŽET V SOBĚ



LEPŠÍ JE ZLOST DÁT NAJEVO, NEŽ JI DRŽET V SOBĚ

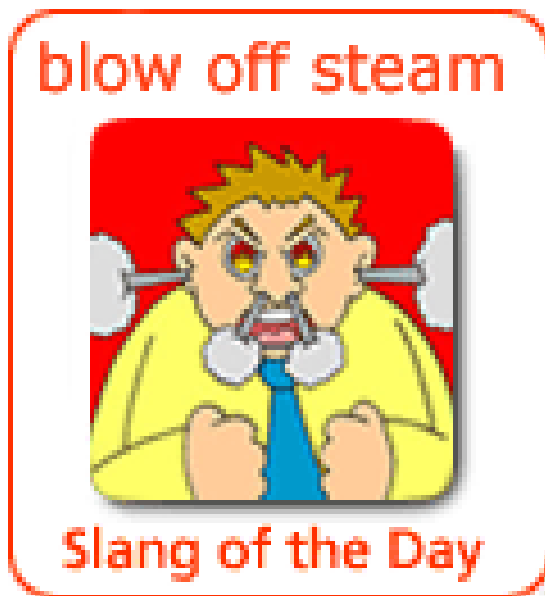
- Brown, 1983: 66 % VŠ studentů souhlasí

Bouchání do polštáře a křik je efektivní cesta, jak zredukovat frustraci a agresivní tendence.



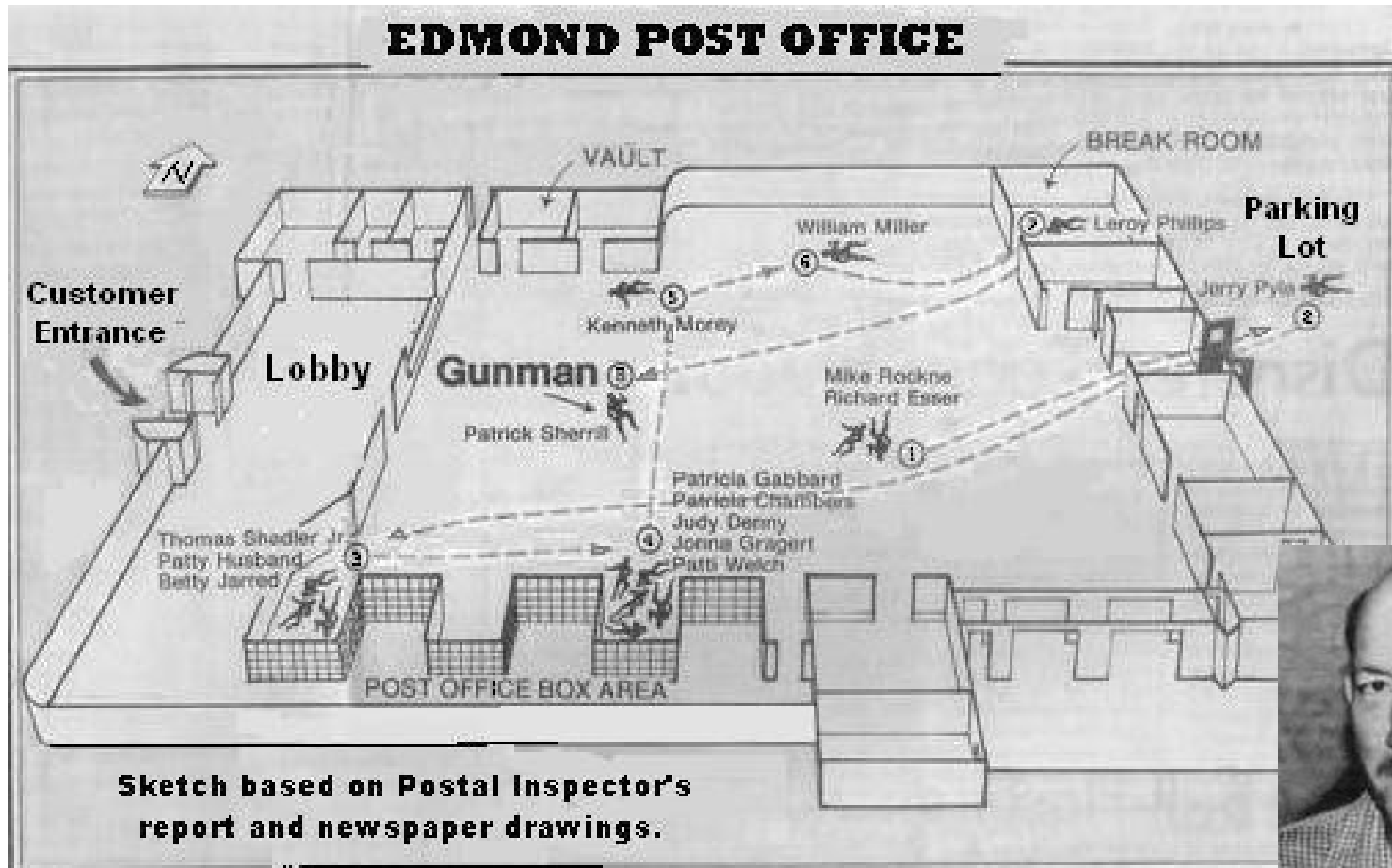
VYPUSTIT PÁRU

- Akceptováno médii i veřejností.
- „Vypuštění páry“ jako efektivní způsob ventilace negativních emocí.
- V AJ: „*Blowing off steam*“, „*Get it off your chest*“



VYPUSTIT PÁRU

- Going Postal = dostat vražedný záchvat zuřivosti
- Př.: P. H. Sherril, 1986, ztráta zaměstnání, 14 †



At positions 1-7 Patrick Sherril killed his coworkers prior to doubling back and killing himself.

VYPUSTIT PÁRU

- Silniční pirátství = výbuch zlosti na silnici
- <http://www.novinky.cz/krimi/321203-silnicni-pirat-prohral-u-nejvyssiho-soudu-bude-souzen-za-obecne-ohrozeni.html>



VYPUSTIT PÁRU

- Původ: Aristoteles – *O básnictví*: Shlédnutí tragické hry poskytuje příležitost pro katarzi (katharsis) = odplavení zlosti, duševní očista.



VYPUSTIT PÁRU

○ Sigmund Freud: Thanatos

- Eros (pud života) vs. Thanatos (pud smrti)

○ Thanatos:

- Starosti každodenního života
- Hromadění destruktivní energie
- Riskantní a sebepoškozující chování (dovnitř), agrese (ven)
- **Katarze:** vypuštění energie, snížení napětí



VYPUSTIT PÁRU

- Doporučuje mnoho knih o zvládání hněvu
- Pomůcky k vypuštění páry



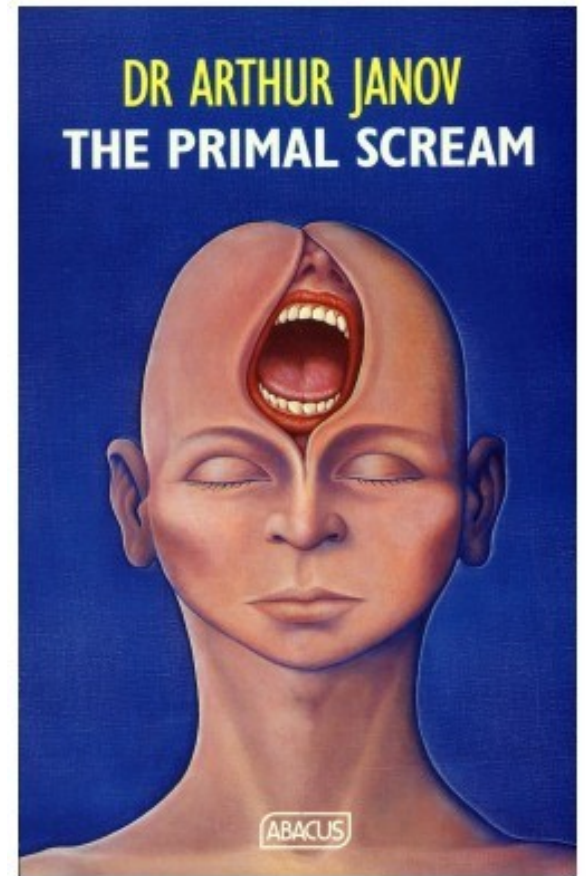
- <https://www.youtube.com/watch?v=zGQ9jpZH6O4>



VYPUSTIT PÁRU

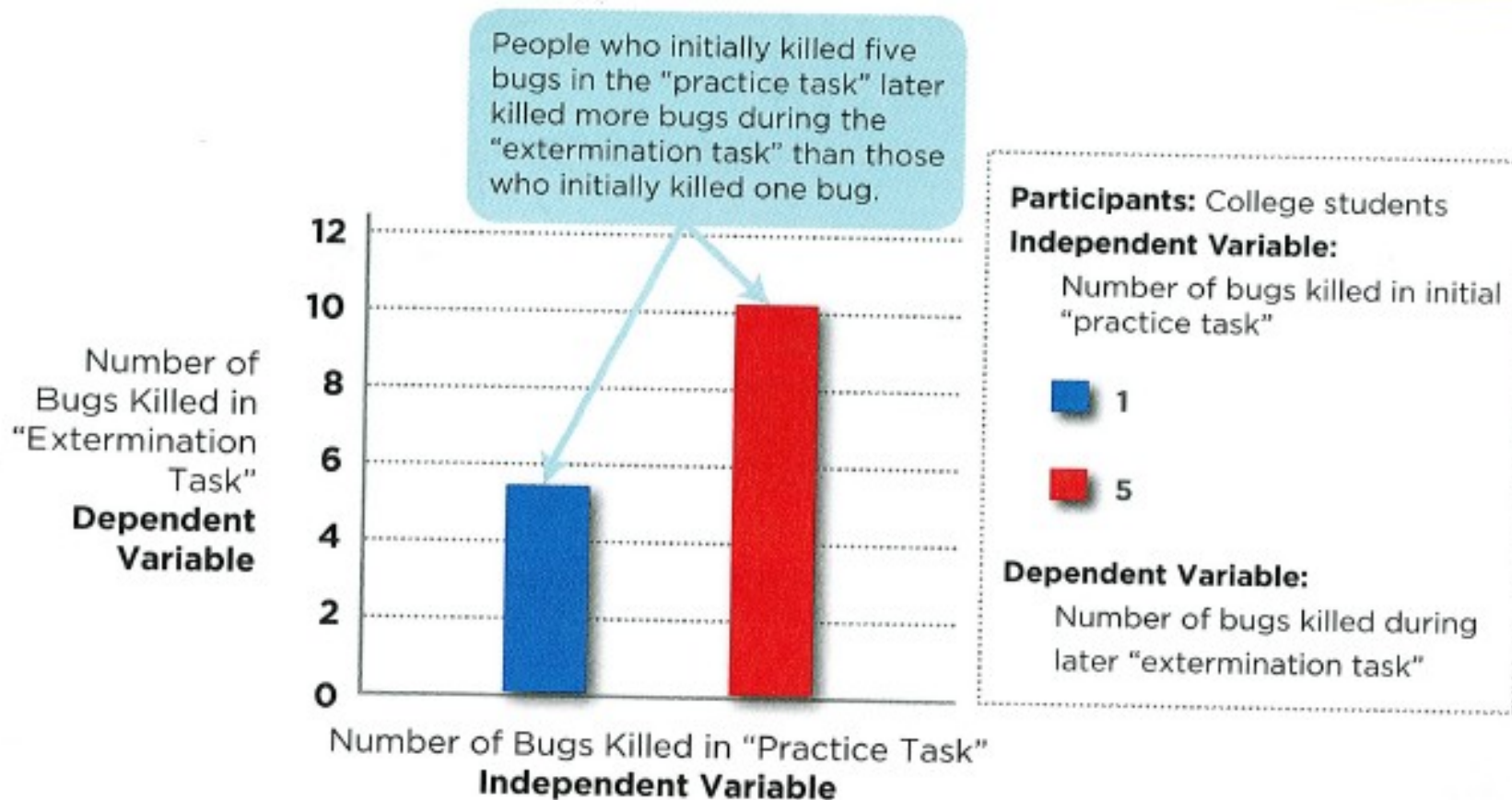
Janov (1970) **Primal scream therapy**

- Zmírnění emoční bolesti způsobené traumaty v kojeneckém a dětském věku
- <https://www.youtube.com/watch?v=YGh0PLRxxc0>
- Španělsko: **Destruction therapy**
- Hudba + destrukce
- <https://www.youtube.com/watch?v=TbNYGmZvbVo>



VYPUSTIT PÁRU

- Agresivní chování povzbuzuje agresi:
 - Bushman (2001): Extermination task



THANATOS

○ Diskuse:

- Hooligans
- Násilné videohry, TV



K PŘEČTENÍ

- <http://www.meangeme.com/home/why-we-like-who-we-like-the-psychology-of-attraction>

