

MUNI

LIDSKÉ CHOVÁNÍ A PROŽÍVÁNÍ

ÚVOD DO PSYCHOLOGIE, 2023

VOJTĚCH JUŘÍK
MASARYK UNIVERSITY, BRNO

PREZENTACE NENÍ URČENA K VYUŽITÍ MIMO POTŘEBY KURZU PSBA004 ÚVOD DO PSYCHOLOGIE

LIDSKÉ CHOVÁNÍ

- **Chování** je soubor vnějších (pozorovatelných) projevů člověka (a jiných živočichů/organismů nebo entit)
 - Jaké máme dnes např. jiné entity? Můžeme zde hovořit o chování?
 - Který “psychologický” přístup má výhradně chování ve svém vědeckém zájmu?
 - Na co můžeme na základě chování usuzovat?
- Homeostáza a adaptace (přírodovědné hledisko)
 - Chování jako adaptace jedince na měnící se podmínky v prostředí za účelem zachování homeostáze
 - Na chování má vliv jak prostředí, tak zkušenost jedince
- V psychologii nás chování zajímá jako něco, co demonstruje pozorovatelné projevy prožívání (oproti nepozorovatelným vnitřním stavům)
 - Co je příkladem chování?
 - Dá se stupor považovat za chování?
 - Dá se elektrická aktivita mozku naměřená EEG považovat za chování???

LIDSKÉ CHOVÁNÍ

- **Chování** je soubor vnějších (pozorovatelných) projevů člověka (a jiných živočichů/organismů nebo entit)
 - Jaké máme dnes např. jiné entity? Můžeme zde hovořit o chování?
 - Který “psychologický” přístup má výhradně chování ve svém vědeckém zájmu?
 - Na co můžeme na základě chování usuzovat?
- Homeostáza a adaptace (přírodovědné hledisko)
 - Chování jako adaptace jedince na měnící se podmínky v prostředí za účelem zachování homeostáze
 - Na chování má vliv jak prostředí, tak zkušenost jedince
- V psychologii nás chování zajímá jako něco, co demonstruje pozorovatelné projevy prožívání (oproti nepozorovatelným vnitřním stavům)
 - Co je příkladem chování? (**Instinkty, reflex, mimika, posturika, jednání**)
 - Dá se stupor považovat za chování?
 - Dá se elektrická aktivita mozku naměřená EEG považovat za chování???

DĚLENÍ CHOVÁNÍ

- Automatické chování (bezděčné)

- Nevyžaduje vědomou kontrolu – vykonáváme bez vědomé pozornosti (vázání tkaniček) ale lze je snadno vědomě kontrolovat a uvést do vědomé pozornosti
- Vyžaduje minimální úsilí nebo vůbec žádné, nevyžaduje ani záměr, probíhá paralelně a rychle
- 3 znaky - probíhají mimo vědomí, jsou nezáměrné, vyžadují jen malou míru pozornosti
- Proces od záměrného k automatickému (např. řízení) – automatizace

X

- Záměrné chování (volní)

- Provedeno úmyslně a s vědomým záměrem
- Jedinec při záměrném chování zvažuje své možnosti, má určitý cíl nebo úkol
- Řízeno vnitřními motivacemi, cíli a hodnotami jednotlivce

DĚLENÍ CHOVÁNÍ – RŮZNÉ PŘÍSTUPY

Podle cíle

- Adaptivní chování - Chování, které pomáhá jednotlivci přežít a prosperovat v jejich prostředí.
- Maladaptivní chování - Chování, které je pro jedince nebo jeho okolí problematické nebo neúčinné.

Podle způsobu vzniku

- Učené chování - Chování, které jedinec získal prostřednictvím učení a zkušeností.
- Nevinvolované chování - Chování, které je automatické a nevyžaduje vědomé rozhodnutí.

Podle motivace

- Proaktivní chování - Chování, které je řízeno cíli a motivací jedince.
- Reaktivní chování - Chování, které je odpovědí na vnější podněty nebo situace.

Podle doby trvání

- Akutní chování - Krátkodobé chování, které se objevuje v reakci na okamžité podněty.
- Chronické chování - Dlouhodobé chování, které může být stabilní a opakované.

Podle obsahu

- Prosociální chování - Chování, které je prospěšné pro ostatní.
- Antisociální chování - Chování, které je škodlivé nebo nepříjemné vůči ostatním.

Podle úrovně vědomí

- Vědomé chování - Chování, o kterém je jedinec vědom.
- 5 – Podvědomé chování - Chování, které se odehrává mimo vědomou kontrolu jedince.

LIDSKÉ CHOVÁNÍ

jednání x chování

LIDSKÉ CHOVÁNÍ

jednání x chování

Podle vztahu k vůli

- jednání je volní a úmyslné
- chování je mimovolní (bezděčné)

NATURE VS NURTURE

- Genetické faktory (nature) VS prostředí a výchova (nurture)
 - Co má větší vliv na vývoj a chování jedince?
 - Diskuse se zaměřuje na to, zda jsme spíše formováni biologickými predispozicemi a genetikou nebo má klíčovou roli prostředí, výchova a zkušenosti

Jak to je? Názory?

NATURE VS NURTURE

- Genetické faktory (nature) VS prostředí a výchova (nurture)
 - Co má větší vliv na vývoj a chování jedince?
 - Diskuse se zaměřuje na to, zda jsme spíše formováni biologickými predispozicemi a genetikou nebo má klíčovou roli prostředí, výchova a zkušenosti

Jak to je? Názory?

Současná diskuze není konkluzivní, s přibývajícím vědeckým poznáním se objevuje stále nová evidence

Zásadní je zde interakce vrozeného s prostředím

Mozek jako dynamický a otevřený systém, jenž se v průběhu lidského života neustále mění a aktivně přizpůsobuje jak tělesným změnám, tak podmínkám prostředí.

ZVÍŘECÍ CHOVÁNÍ A RACIONÁLNÍ MODELY

Univerzalita lidského chování

- lze výsledky zkoumání lidského chování zobecnit na chování zvířat?
- jsou zvířecí modely relevantní pro studium lidských nemocí a fyziologie?

Lidské chování může být jedinečné a nereprezentativní pro zvířecí chování.

Ekonomická racionalita vs. behaviorální ekonomie

- lze předpokládat ekonomickou racionalitu jednotlivce (**homo economicus dle tradičních ekonomických modelů**) vs. behaviorální ekonomie (lidé často jednají iracionálně a jsou ovlivněni emocemi a psychologickými faktory)

Lidské chování má daleko k ideálům racionality.

Kulturní a sociální faktory

- role kulturních a sociálních faktorů při formování lidského chování je často opomíjené ve zvířecích modelech a některých ekonomických modelech

Kultura a sociální rámec je pro náš druh zcela výjimečně rozvinutý, zároveň silně ovlivňuje chování na úrovni jednotlivce, někdy směrem od racionality.

ZVÍŘECÍ CHOVÁNÍ A RACIONÁLNÍ MODELY

- Etologie – věda, která se zabývá chováním živočichů (to přece v psychologii zkoumáme taky 😊)
 - Instinkty
 - Reflexy
 - Habituace
 - Imprinting
 - Učení nápodobou
- Komparativní psychologie – zabývá se srovnáváním chování lidí a zvířat
- Behaviorismus?

X

- Humanistická psychologie
 - Motivace, vůle
- Existenciální psychologie
 - Smysl
- Tradiční ekonomie (Homo economicus), racionalita, matematika
 - model člověka jako agenta, který je důsledně racionální a který optimálně sleduje své subjektivně definované cíle

ZVÍŘECÍ CHOVÁNÍ A RACIONÁLNÍ MODELY

– Etologie – věd

– Instinkty

– Reflexy

– Habituační

– Imprinting

– Učení nápodob

– Komparativní p

– Behaviorismus

X

– Humanistická

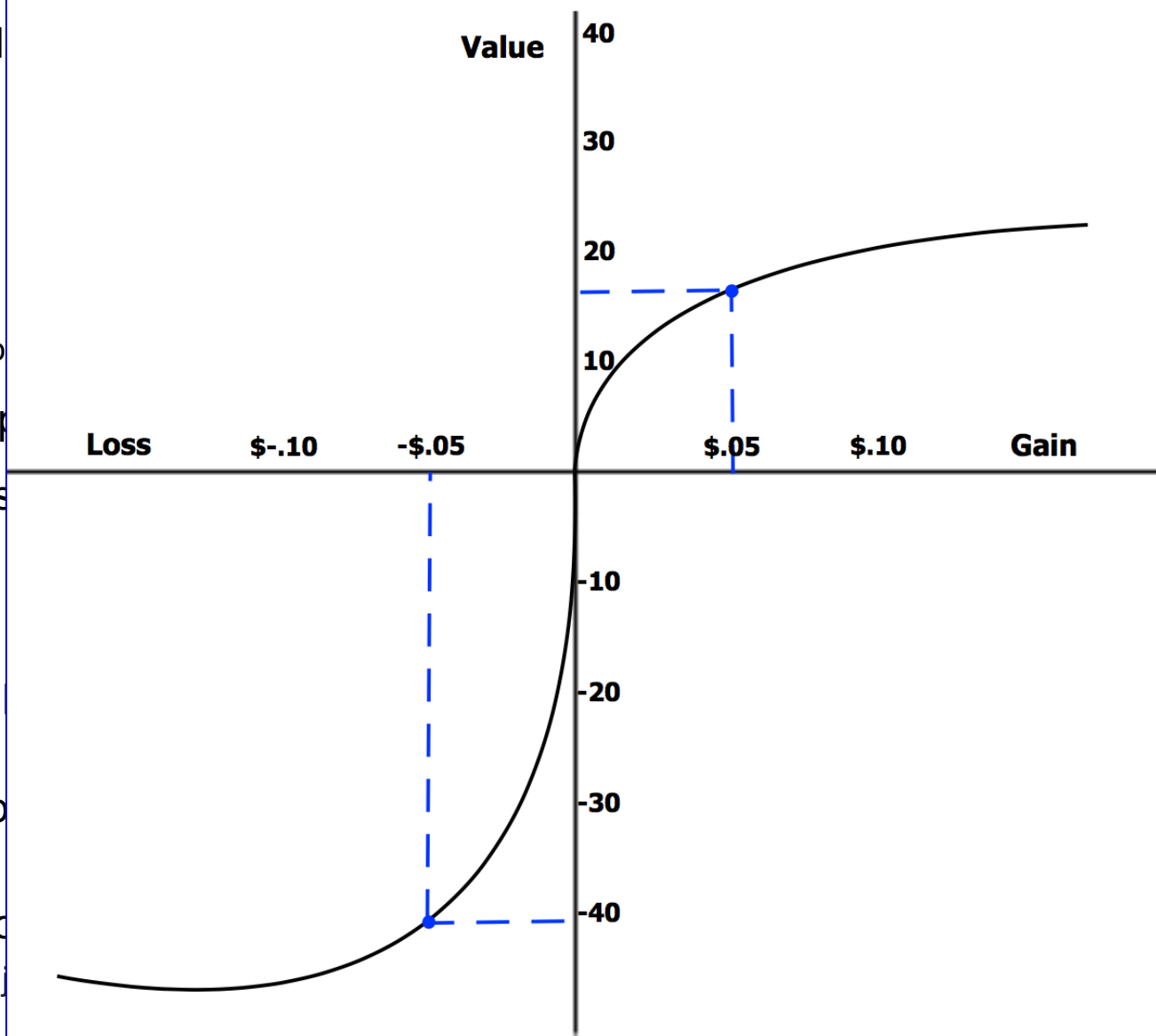
– Motivace, vůle

– Existenciální p

– Smysl

– Tradiční ekon

– model člověka j



ně definované cíle

MUNI

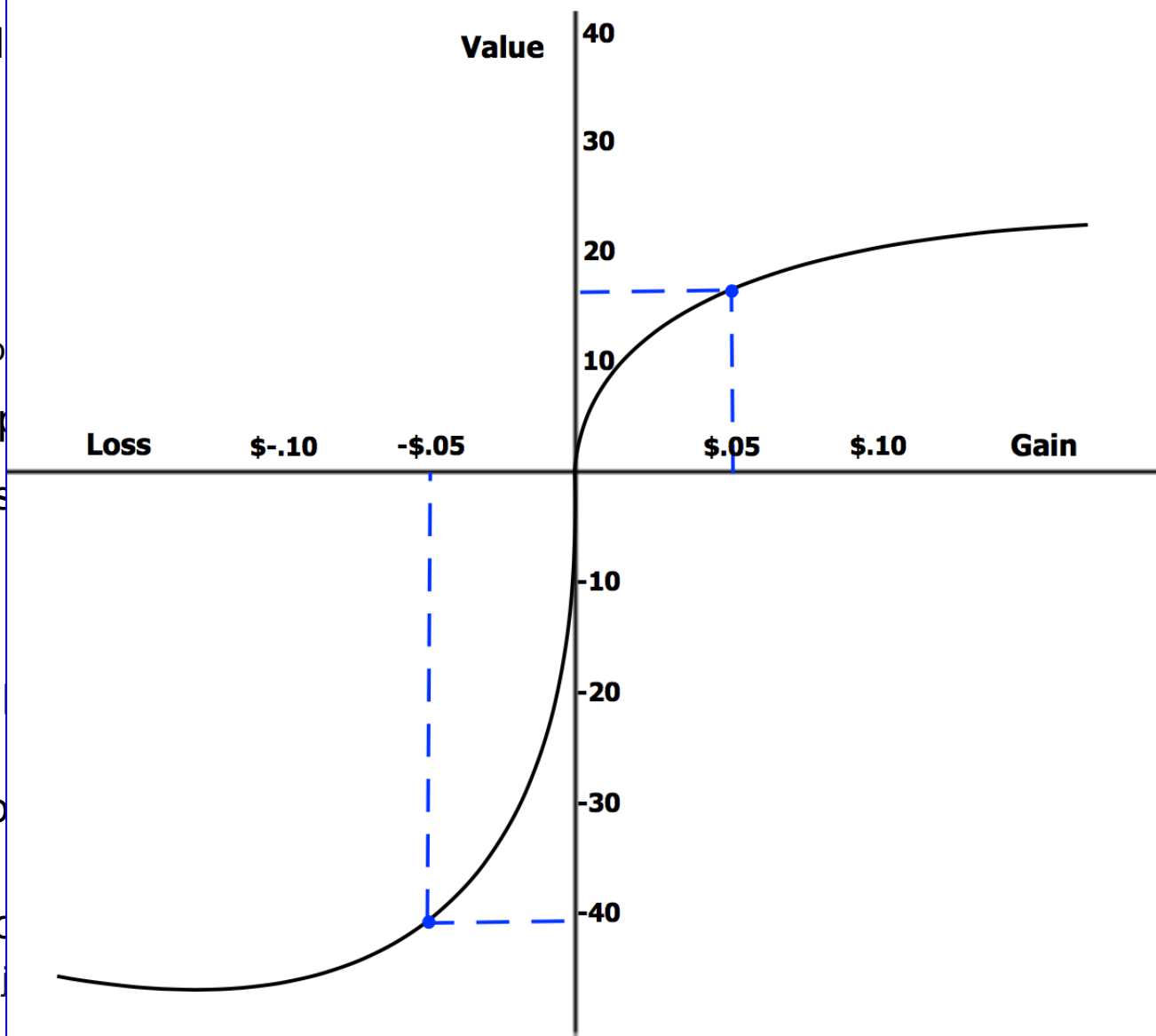
ZVÍŘECÍ CHOVÁNÍ A RACIONÁLNÍ MODELY

- Etologie – věd
 - Instinkty
 - Reflexy
 - Habituační
 - Imprinting
 - Učení nápodob
- Komparativní p
- Behaviorismus

X

- Humanistická
 - Motivace, vůle
- Existenciální p
 - Smysl
- Tradiční ekon
 - model člověka j

14



(Tversky & Kahneman, 1979)

ně definované cíle

MUNI

L I D S K É P R O Ž Í V Á N Í

psychický jev, který je individuální, ryze subjektivní, není přístupný jiným lidem, neopakovatelný ...

... a demonstruje se v chování

Obecně - rozum, cit a vůle (prožitek má složku poznávací, citovou a motivační)

L I D S K É P R O Ž Í V Á N Í

psychický jev, který je individuální, ryze subjektivní, není přístupný jiným lidem, neopakovatelný ...

... a demonstruje se v chování

Obecně - rozum, cit a vůle (prožitek má složku poznávací, citovou a motivační)

Mentální procesy - široká škála psychických operací a aktivit, které se odehrávají v mysli jedince

- Vnímání - získávání informací z vnějšího světa pomocí smyslových orgánů
- Myšlení - proces zpracování a využívání informací (abstrakce, analýza, syntéza, rozhodování, řešení problémů...)
- Paměť - získávání, uchovávání a vybavování informací (krátkodobá paměť a dlouhodobá paměť)
- Učení - získávání nových znalostí a dovedností
- Jazyk - systém komunikace (mentální procesy - porozumění slovům, skládání vět, generování a interpretace jazyka...)
- Emoce - procesy spojené s prožíváním, porozuměním a vyjadřováním emocí
- Vědomí - pocit, že si něco uvědomujeme + obsah toho, co si uvědomujeme (něco může být i pod prahem pozornosti)
- Kognitivní kontrola – schopnost regulace, inhibice, plánování
- Orientace pozornosti - schopnost zaměřit pozornost na určité informace nebo podněty a ignorovat ostatní
- Motivace

LIDSKÉ PROŽÍVÁNÍ

Subjektivní výsledky vnímání:

- **Počitek**

- Bazální element vnímání, výsledný prvek jednoho smyslu
- Tvoří reprezentaci jednoho znaku (např. pouze barva)

- **Vjem**

- Výsledek většího množství počitků
- Více než suma počitků, uplatňuje se myšlení

LIDSKÉ PROŽÍVÁNÍ

Vědomí

- Jednotná definice neexistuje, vědci se neshodují, podle některých nedisponujeme dostatečným metodologickým aparátem k výzkumu vědomí
- Vědomí o vlastních myšlenkách, pocitech a okolním světě
- Vědomí a pozornost se překrývají
- Vědomá pozornost - je zaměřena na specifický podnět nebo úkol a je plně uvědomovaná
 - pozornost nepotřebujeme např. při psaní svého jména (pokud nejsme malé děti), ale k jeho napsání je potřeba vědomí; přispívá k celkové hodnotě pozornosti
 - **Předvědomé zpracování** informací - informace, které je v daném okamžiku mimo naši vědomou pozornost a kterou dokážou kognitivní procesy užít, existuje v předvědomé úrovni vědomé pozornosti
 - **Předvědomá informace** – uložené vzpomínky, jež v dané chvíli nepoužíváme, ale dokážeme je v případě potřeby vyvolat
 - **Priming** – podněcování, povzbuzování (zpracování jistého druhu podnětu je usnadněno předchozím předvedením stejných, nebo podobných podnětů (prokliknutí obrázku, aniž bychom si to pořádně uvědomili) – **tady pozor na replikační krizi**

LIDSKÉ PROŽÍVÁNÍ

Seberegulace

- Klíčovým aspektem v oblasti psychologie a behaviorálních věd
- Schopnost regulovat své myšlenky, emoce, chování a reakce na různé situace
- Jedinec aktivně ovládá a upravuje své jednání v souladu s určitými cíli, normami, hodnotami nebo vnějšími podněty

Klíčové prvky seberegulace?

LIDSKÉ PROŽÍVÁNÍ

Seberegulace

- Klíčovým aspektem v oblasti psychologie a behaviorálních věd
- Schopnost regulovat své myšlenky, emoce, chování a reakce na různé situace
- Jedinec aktivně ovládá a upravuje své jednání v souladu s určitými cíli, normami, hodnotami nebo vnějšími podněty

Klíčové prvky seberegulace?

- Vnímání
- Cíle
- Plánování
- Inhibice (... co je to sociální disinhibice?)
- Motivace
- Zpětná vazba

LIDSKÉ PROŽÍVÁNÍ

Sociální procesy

- mechanismy formující interakce, vztahy a chování mezi jednotlivci nebo skupinami v rámci sociálních struktur a prostředí (jak vnímáme, komunikujeme a vzájemně spolupracujeme).
 - Konformita - přizpůsobit se normám a očekáváním skupiny nebo společnosti
 - Socializace - (celoživotní) proces, skrze který získáváme dovednosti, hodnoty, normy atd. potřebné k začlenění do společnosti
 - Sociální interakce - vzájemná komunikace, výměna informací a vzájemný vliv mezi jednotlivci nebo skupinami
 - Sociální normy - normy chování, které určují, co je považováno za přijatelné nebo nepřijatelné (ve specifické kultuře nebo skupině!)
 - Skupinový tlak - ovlivňování (pozitivní i negativní) chování jednotlivce skrze názory, očekávání a normy jeho skupiny
 - Stereotypy a předsudky - generalizované názory na základě příslušnosti k určité skupině (rasa, pohlaví, náboženství...)
 - Moc a autority - Distribuce moci a postavení

LIDSKÉ PROŽÍVÁNÍ

Sociálně psychologické experimenty

- Zkoumají chování, myšlení a pocity jednotlivců v rámci sociálních interakcí
- Zkoumají vliv sociálního prostředí, skupinové dynamiky, normativního chování ...

Příklady?

LIDSKÉ PROŽÍVÁNÍ

Sociálně psychologické experimenty

- Zkoumají chování, myšlení a pocity jednotlivců v rámci sociálních interakcí
- Zkoumají vliv sociálního prostředí, skupinové dynamiky, normativního chování ...

Příklady?

- Stanley Milgram - Ověřování poslušnosti
- Philip Zimbardo - Stanfordská vězeňská studie
- Aschova konformitní studie
- L. Festinger, M. Sherif, A. Bandura

PROSTOR PRO VAŠE DOTAZY



D Ě K U J I Z A P O Z O R N O S T

jurik.vojtech@mail.muni.cz

FoA MU

M A S A R Y K U N I V E R S I T Y , B R N O