
XS140

Základy psychologie

Komentář: takto nastavený červený text bude ve většině stránek prezentace doplňovat a upřesňovat informace z prezentací (dále budu používat pro *Komentář* pouze zkratku **KOM**)

JARNÍ SEMESTR 2021



Pozornost 1

KOM: zde je podstatné nastudovat, k čemu nám slouží pozornost a jaké podněty ji snáze upoutávají, protože tato znalost pomáhá i při práci učitele a lze tedy využít např. při strukturování vyučovací hodiny tak, abyste co nejlépe udrželi pozornost dětí

Pozornost – funkce vědomí, nutná abychom si něco zapamatovali!

Pozornost snadněji upoutávají podněty:

- nové (+ spojené s nebezpečím);
- podněty spojené se změnou známého;
- intenzivní, měnící se podněty;
- „relevantní“ pro jedince (emocionálně, sociálně...);
- srozumitelné podněty.



Spontánní (bezděčná) a úmyslná (aktivní) pozornost, ta je řízena vědomě (dosažení cíle, splnění úkolu či povinnosti). Existují přechody mezi nimi; obecně ne zcela jednoznačné hranice.

Pozornost 2

KOM: důležité jsou zde vlastnosti pozornosti, především její selektivita, protože ta opět přispívá ke specifčnosti a odlišnosti „pohledu“ každého člověka na svět

Vlastnosti pozornosti:

- koncentrace (vyčlenění určitého počtu podnětů);
- distribuce (rozdělování pozornosti mezi více podnětů, souvisí s automatizací činnosti);
- vigilita (přenášení pozornosti mezi podněty),
- stabilita (v čase, schopnost sledovat jeden podnět),
- selektivita (výběr podstatného pr

Pozornost je selektivní – vybíráme z množství podnětů, které na nás působí (např. cocktail party effect)

Problém udržení pozornosti (zde v popularizačním textu)



Testy pozornosti – nejčastěji tzv. škrtačí testy (vyhledávání obrázku, čísla či písmena) + např. Stroopův test

Představivost

KOM: další psychický fenomén, který ještě více než vše předchozí (pozornost, vnímání, paměť) vykazuje velkou variabilitu a subjektivitu u různých lidí

POZN.: před několika lety bylo neurology zjištěno, že část lidí představivost v podstatě nemá – tzv. *afanthasia*

Vytváření obrazů věcí, které aktuálně nevnímáme.

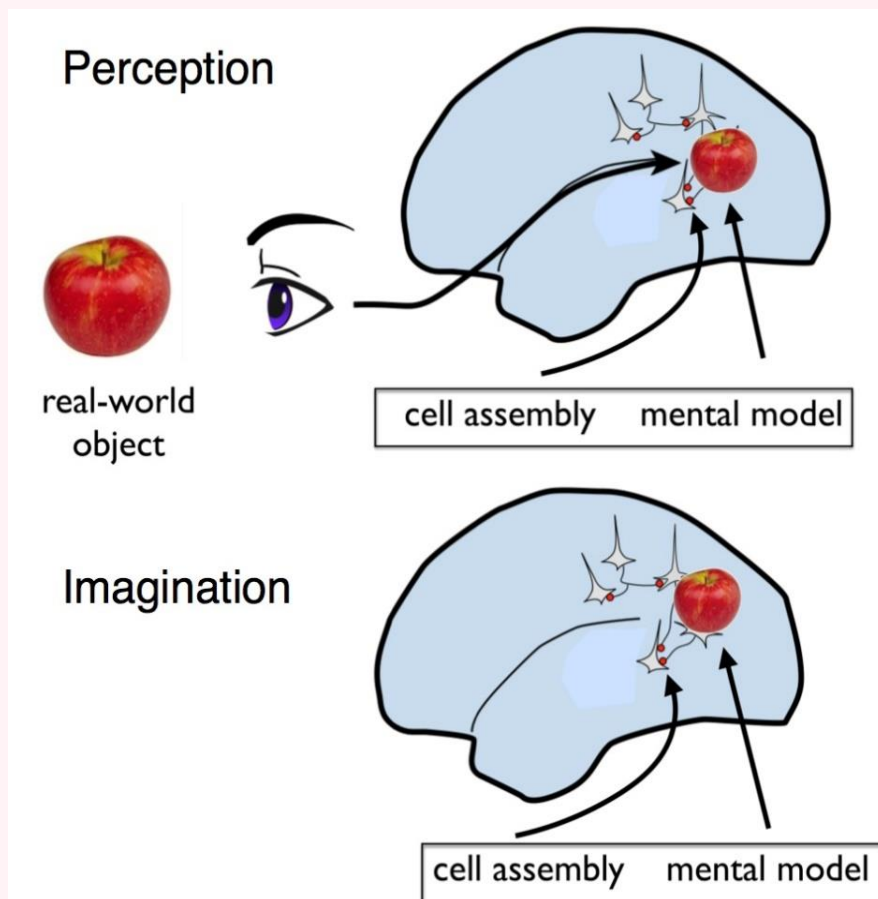
Představy vznikají častěji mimovolně; ale i úmyslné vyvolávání představ jedincem, případně vnějšími vlivy (podněty – asociace; psychotropní látky)

Navazuje na procesy, související s vnímáním, pamětí atd., avšak její projevy jsou subjektivněji zaměřené; odráží vlivy okolí.

Pomáhá při řešení problémů...

Dělení představ:

- vzpomínkové – mají reálný základ
- fantazijní – nelze je ztotožnit s nějakou vnímanou „objektivní“ realitou



Zdroj: <http://blog.brainfacts.org/>

Paměť 1

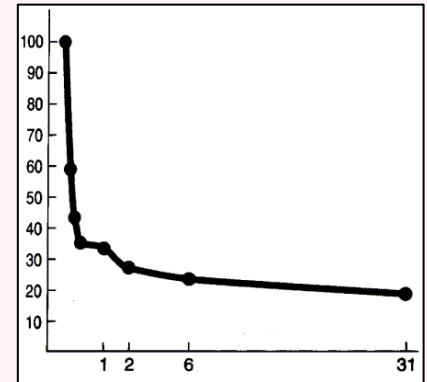
KOM: zde je důležité především uvědomit si (a dostudovat), co si snáze a co naopak hůře zapamatujeme: zjednodušeně, když nás něco baví, tak si to budeme pamatovat lépe. Pokud je však nějaká situace pro nás emočně nepříjemná, převládá názor, že si ji snažíme do jisté míry „nepamatovat“; a podobně si často „nepamatujeme“ až ignorujeme informace, které nezapadají do našeho vidění světa (*kognitivní konflikt*)

Paměť – komplex vlastností a dějů, které se podílejí na

(1) vštěpování, (2) uchovávání a (3) vybavování (+ reprodukování) informací (!*problém...*)

Paměť jakožto součást adaptace jedince na okolní podmínky.

„Výběrová“ funkce paměti – snáze si pamatujeme „relevantní“ informace.



Ebbinghausova křivka zapominání

Informace, které vyvolávají emoční či kognitivní konflikt máme tendenci zapamatovat si hůře.

Užší a širší pojetí paměti

Širší pojetí: zahrnuje i neuvědomované

vlivy zkušenosti („v hlavě“ máme i to, co si nemůžeme vědomě vybavit, co si „nepamatujeme“)

Paměť 2



KOM: důležité je především rozdělení dlouhodobé paměti a s tím související pochopení toho, co vše je vlastně **obsahem** naší paměti (tedy ne jen obligátní informace a pojmy ve smyslu „pamatuji si vzoreček“)

Senzorická paměť

Krátkodobá paměť – trvá max. desítky sekund, omezená kapacita, také tzv. pracovní paměť

Dlouhodobá paměť – v krajním případě po celý život, uchovávání významných vzpomínek, důležitých informací či dovedností (čtení, psaní, jízda na kole...)

Dělení dlouhodobé paměti:

Explicitní (deklarativní) – epizodická (uchovává osobní zážitky); sémantická (uchovává poznatky, souvislosti mezi nimi)

Implicitní – uchovávání dovedností a emočních obsahů (v pedagogice srov. tacitní znalosti)

Analogie s PC (nepřesná): operační paměť a HDD

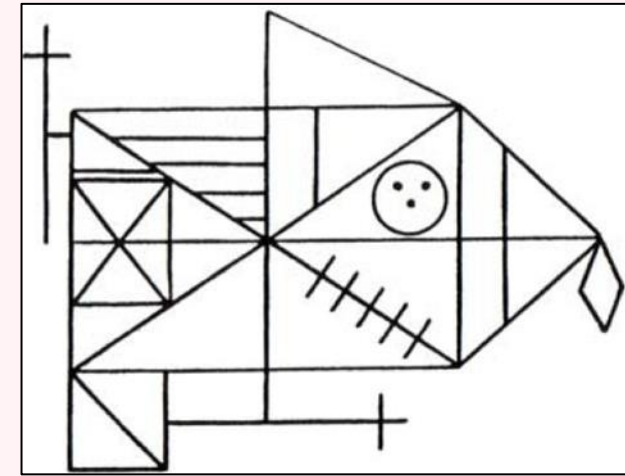
+ „falešná“ paměť (překvapivě často si situace nevědomky pamatujeme jinak, než se staly) <http://bit.ly/1B19haK>

Diagnostika paměti

Lze testovat pouze krátkodobou (případně střednědobou) paměť....

Testy neverbální paměti (reprodukce obrázků)

Rey-Osterriethova komplexní figura (vizuální percepce, paměť, pozornost) – v předloze složitý obrázek, který má dítě obkreslit. Pak 3 minuty pauza po které dítě kreslí znovu bez předlohy.



Testy verbální paměti (slova, čísla)

Paměťový test verbálního učení – přečtou se slova, která má dítě opakovat....

Komplexní testy

Testy metapaměti (hodnocení vlastní paměti)

Škála aktuální paměti (ŠAP) – hodnocení problémů se zapomínáním (na svou paměť se mohou spolehnout; na data výročí, narozenin, svátků apod. zapomínám.) + hodnocení kvality paměti (jak si pamatují názvy ulic, narozeniny apod.)

Myšlení

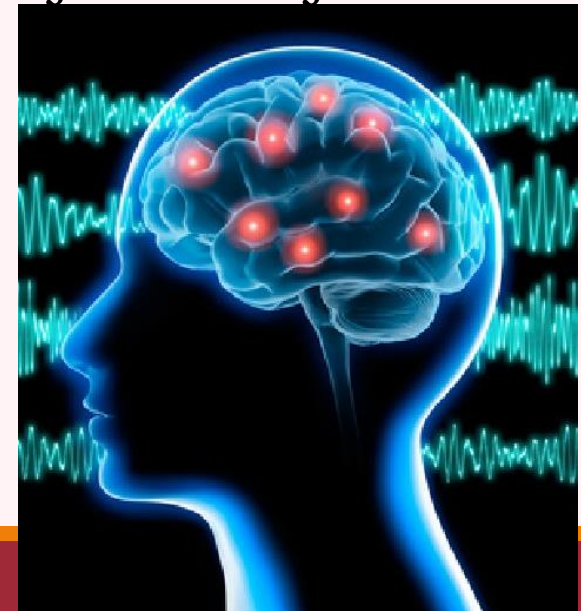
KOM: nastudujte především k čemu myšlení slouží (tedy jeho funkce)

Myšlení – poznávání skrytých vlastností a vztahů, které překračují bezprostředně dané a přítomné;

- mentální manipulace s kognitivními prvky (vjemy, představy, symboly, znaky);
- proces adaptace a orientace v okolním světě.

Hlavní funkce myšlení:

- vytváření pojmů (mentální kategorie, do kterých zařazujeme předměty, události, zkušenosti nebo ideje, které jsou si v jednom nebo více aspektech podobné);
- rozpoznávání a nacházení vztahů;
- usuzování a hodnocení (vyvozování závěrů z předpokladů + jejich posouzení);
- vytváření něčeho nového;
- řešení problémů (někdy chápáno jako „synonymum“ myšlení...).



Myšlenkové operace 1

KOM: následující dvě stránky popisují různé mentální operace, tedy způsoby, jakými si v mysli vytváříme obraz okolního světa

MO – účelné mentální manipulace s psychickými obsahy, které směřují k řešení teoretických i praktických problémů.

Důležité myšlenkové operace (J. Piaget):

- **asimilace** – užití dřívějších návyků a postupů u nových předmětů a jevů (*včlenění do stávajících schémat*)
- **akomodace** – změna schématu, jeho nahrazení vhodnějším (*přizpůsobení se novému předmětu či jevu*)
- **evilibrace** – vyvážené užívání obou strategií

Jiné dělení MO: **logické** (přesná pravidla, zjištění pravdy či správnosti) a **heuristické** (neformální, spíše intuitivní, spekulativní strategie vedoucí či nevedoucí k efektivnímu řešení)

Srovnávání (komparace) – zjišťování podobností a rozdílů mezi jevy (vznik pojmů)

Myšlenkové operace 2



Analýza – celek členěn v mysli na části

Syntéza – spojování částí do vyššího celku

Indukce – od konkrétního k obecnému (z pozorování jednotlivostí se postupně vyvozuje teorie, obecnější poznatky)

Dedukce – od obecného ke konkrétnímu (teoretické poznatky aplikovány na konkrétní situace a jevy)

Abstrakce – vyčlenění podstatných znaků předmětu či jevu a odhlédnutí od nepodstatných (vznik pojmu)

Generalizace – zobecnění zkušenosti na veškeré dění určitého typu (+ nesprávná generalizace např. jako zdroj předsudků)

Řešení problémů 1

KOM: následující stránky se věnují řešení problémů, které bývá občas označováno za ekvivalent myšlení – *problémem* je v tomto chápání vlastně cokoli, s čím se během života setkáme.

POZN.: níže zmíněný obecný postup neznamena, že si problém v mysli vždy tímto způsobem strukturujeme (např. si neříkáme: „teď si vytvořím hypotézu“), většinou tento proces probíhá nevědomě, „automaticky“

PROBLÉM – situace, v níž známe **cíl**, ale zatím nemáme **prostředky** k jeho dosažení; nevíme, jak se k cíli dostat (diskrepance mezi požadovaným a současným stavem); dobře a špatně strukturované problémy; různá důležitost problému pro jedince....

Obecný postup řešení problémů:

- nastane překážka (př. nejede auto; nefungují vztahy v pedagogickém sboru)
- identifikace problému – různé způsoby identifikování problému (např. srovnáním s historickou (osobní) zkušeností; srovnáním s postřehy druhých osob (využíváme hodnocení situace druhými lidmi)
- tvorba hypotézy (kladení si otázky *Čím by to mohlo být?*) využívání metod algoritmizovaných (např. SWOT analýza) či tvořivých (volné asociace, brainstorming...)
- vyvození důsledků z hypotézy – plán nápravy
- verifikace – ověření, zda plán nápravy funguje.



Řešení problémů 2

Způsoby řešení:

produktivní – řešení problémů novým způsobem, hledání nových cest (tvořivost);

reproduktivní – využívání již známého.

Podobně **konvergentní** (sbíhavé; řešení vyplývá z daných informací) a **divergentní** (tvořivé; není jasné řešení) myšlení

Zdánlivě náhlé pochopení vztahů v nějakém systému – **vhled**

Tři **druhy vhledu**: *vhled výběrového kódování* – např. zápis z přednášky je výběrem toho, co je a co není podstatné; *vhled výběrového srovnávání* – jde o to originálně a vtipně hledat staré v novém a nové ve starém; *vhled výběrového kombinování* – jde o kombinací dvou předchozích vhledů, je to komplexní činnost.

Jazyk a myšlení

KOM: tato část bývá na přednášce směřována spíše k úvaze nad tím, jak jazyku rozumíme každý poněkud odlišně a že je dobré si tuto skutečnost uvědomovat v komunikaci s ostatními

Jazykem se zabývají obory:

Syntax – teorie vnitřní struktury jazyka, který se skládá z určitých prvků (znaků). Zkoumá vzájemné vztahy mezi různými znaky.

Sémantika – význam slov; jaký význam danému slovu připisuje osoba sdělující a jaký osoba přijímající sdělení (zda oba shodně rozumějí symbolům, metaforám apod.). Zjišťuje vztahy mezi znaky a tím, co označují (tedy předměty).

Pojmy **denotát** (základní význam; „definice“; pro všechny stejné) a **konotát** (individuální, emocionálně podložené)

Pragmatika – vztah znaků k reálnému životu lidí; znaky jako lidmi užívané prostředky ke sdělování významů; zjišťuje vztahy mezi sdělujícím a příjemcem v konkrétním kontextu a záměr komunikace.

Diskurz (Foucault) – zkoumání užití jazyka, které přesahuje rámec jednotlivých vět a sdělení; myšlení jedince výrazně ovlivňují podvědomě přijaté významy, jež mu nabízí kultura a různé sociální skupiny.

Jazyk (řeč) a myšlení 1

KOM: na následujících dvou slidech je pár poznámek ke vztahu jazyka a myšlení; jde především o to, že bez řeči a všech pojmů v ní bychom vlastně nemohli přemýšlet
Dostudujte si z doporučené literatury

Různé názory na vztah myšlení a řeči – dvě psychické funkce, které se vzájemně ovlivňují:

jazyk odrazem myšlení X jazyk základem myšlení

J. Piaget – vývoj řeči a myšlení („biologický“ pohled)

Předpokládá, že myšlení se zpočátku rozvíjí *nezávisle na řeči*.

Později využívání znaků k vyjádření svého porozumění okolnímu světu. Spolu s rozvojem symbolické funkce nabývá řeč stále větší důležitosti pro myšlení, až se nakonec provádění konkrétních i formálních myšlenkových operací bez řečových či jiných znaků nemůže obejít (viz Plháková).

Myšlení ovlivňuje vývoj řeči.

Egocentrická řeč – bez sociální funkce; egocentrické myšlení dítěte přechodnou formou mezi autistickou (malý kontakt mezi subjektivním a objektivním světem) a realistickou (socializovanou) formou myšlení



Jazyk (řeč) a myšlení 2

L. Vygotskij – vztah mezi myšlením a řečí se mění; různá rychlost vývoje v různých obdobích

Řeč – slouží k dorozumívání + **je nástrojem myšlení**

Prvotní řečí dítěte je řeč sociální (sdělování informací + prostředek sociálního styku), z ní postupně řeč egocentrická a komunikativní. Na základě egocentrické řeči vzniká **vnitřní řeč** dítěte, která je základem jak myšlení autistického, tak myšlení logického.

Vnitřní řeč – zkrácená, útržkovitá, pro každého jedince specifická; je myšlením?...