**Témata z psychologie -**

**Vývoj psychologie, názory na vývoj předmětu zkoumání**

*1. Dávná historie (duchoví, bohové) – Čína, Indie, Mezopotámie, Egypt, Antika*

Jevy, které si lidé nedokázali vysvětlit (strach ze smrti, přírodní jevy... apod.)

Snahy o vysvětlení fungování těla - existence **duše** (**Platón** /-427-347/):

**rozumová**, **vášnivá** – city, **žádostivá** – vůle

Aristoteles: spis O duši

Funkce duše: oživovací, poznávací, řídící (regulativní)

*2. Křesťanští myslitelé a středověk, vliv náboženství*

Zůstává pojem **duše.**

**Augustinus Aurelius, Tomáš Akvinský** (1225-1274), duše je výrazem osobitosti.

**René Descartes** (17. stol.) - duševní a tělesné (hmotné, materiální), o tělesném se dovídáme prostřednictvím duševního. Tělesné procesy si uvědomujeme – pojem **vědomí.**

**B. Spinoza, W. E. Leibnitz** (17. stol.) – psychofyzický paralelismus. Mezi duševními a psychickými jevy existuje vztah, ale nelze odvodit jedno od druhého

*3. Vliv přírodních věd*

**J. Locke, D. Hume** (18. stol.), začátek zkoumání zákonitostí duševních jevů, pozornost věnována podnětům, počitkům...... začátek od elementů (složení psychických jevů)

zkoumání reakcí (experimentování)

**Vývoj názorů na předmět psychologie**

**duše**

**vědomí**

**elementy psychického dění** (asocianismus, elementováΨ)

**vnímání, celostnost** (celostní Ψ - gestalt, tvarová) směřování k formě

**chování /reakce** (behaviorismus, reflexologie, experimentální = objektivní psychologie) **nevědomí** (psychoanalýza) – subjektivní Ψ

**osobnost** (personalistická Ψ)

**poznávání** (mentální zpracování ) – kognitivní Ψ

**subjektivní zkušenost** (fenomenologie, humanistická) – mentalistické teorie, evropské

**jak člověk funguje** (biologické a fyziologické vysvětlování podstaty psychiky)

**prožívání a chování**

**psychika (procesy, stavy...)**

**Předmět psychologie z hlediska hlavních psychologických směrů**

**Reflexologie** (Bechtěrev) - zkoumá reakce (chování), fyziologie VNČ – Pavlov (podmíněný a nepodmíněný reflex, vyhasínání...)

**Behaviorismus** (Watson – 1913) pragmatismus S-R, introspekce je nevědecká, orientace na chování

**Psychoanalýza** (Freud - 1902) – psychologie je věda o nevědomí

**Humanistická** Ψ (Maslow, Rogers ) – osobnost, problémy člověka

**Transpersonální**

Člověk jako bytost **reaktivní** ( na vnější nebo vnitřní podněty) nebo **aktivní**? (Allport, 1962)

Diskuse o vědeckosti psychologie, relevantnosti kvantitativního měření.

**Hlavní pojmy**

**Vědomí** – stav mysli, omezený počet informací, odraz vnitřní i vnější skutečnosti, předpokládá určitý stupeň bdělosti

**Nevědomí** – děje a procesy, které nejsou předmětem přímého prožívání, zapomenuté...

**Psychika – psychické jevy jsou funkcí mozku, odrazem objektivní skutečnosti.**

**Psychika je souhrn duševních obsahů a funkcí člověka, veškerého duševního dění**

**Psychika má dimenzi prožívání a chování**

**R (psychické dění, prožívání a chování) = f(S, O)**

***Přehled psychických jevů***

**Psychické procesy (poznávací, paměti, motivační)**

**Psychické stavy (pozornost, citové)**

**Psychické předpoklady (vědomosti, dovednosti, návyky, zájmy, postoje)**

**Psychické vlastnosti (osobnosti) (schopnosti, temperament, charakter)**

**Mozek**

Pravá hemisféra (intuice, emoce, fantazie, představy)

Levá hemisféra (racionalita, myšlení, logika, řeč, analýza)

**Systém psychologických věd (psychologické disciplíny)**

***Teoretické - základní***

Obecná Ψ

Psychopatologie (abnormity ps. dějů)

Vývojová psychologie (ontogenetická...)

Diferenciální Ψ (rozdíly mezi...)

Fyziologická Ψ (vliv fyz. a chem. faktorů na lidskou psychiku)

Sociální Ψ

a další.

***Aplikované***

Psychologie sportu, klinická, poradenská, forenzní, vojenská, práce a řízení, školní..... apod.

**Vztah psychologie k jiným vědám**

Společenské vědy, přírodní vědy, filozofie

(antropologie, kybernetika, biologie...)

**Metody psychologie**

Metoda = plánovaný a promyšlený postup, jímž věda získává poznatky

Pozorování, experiment, testy výkonové a osobnostní, rozhovor, dotazníky, projektivní metody

**Poznávací (kognitivní) procesy**

**Čití** nejelementárnější forma uvědomování, odráží jednotlivé vlastnosti předmětů, receptory zajišťují styk s okolním světem, analyzátor, vznik počitku, nadprahové – minimální podněty, podprahové, adaptace, synestézie, druhy počitků, senzorické procesy, psychofyzické zákony)

**Vnímání** intergace počitků, subjektivní odrážení reality ve vědomí, poznání nejen základních vlastností, ale i rozpoznání a označení pojmem a zařazení do kontextu vlastní zkušenosti, vznik vjemu, analyticko-syntetická funkce mozkové kůry, gestalt – význam vnímání celých objektů – rozlišení od pozadí, principy blízkosti a dotváření, apercepce, patologie, syntetický a analytický typ

**Pozornost** zaměřenost vědomí, podmínka bdělosti, je výběrovým činitelem, aktivita-útlum, orientační reflex, ochrana organismu – filtr, determinace pozornosti vnitřní a vnější, vlastnosti pozornosti – fluktuace, oscilace, distribuce, kapacita, intenzita, atd.

poruchy – aprosexie, roztržitost

**Paměť** (schopnost uchovat informace, dočasné spoje, fáze paměti, dělení dle analyzátorů, dělení dle délky uchování, dle materiálu (deklarativní – fakta, nedeklarativní – dovednosti...), dle způsobu zapamatování - mechanická, logická, citová, pohybová, ... dle řízení – bezděčná, úmyslná, křivka zapomínání (Ebbinghaus), podmínky zapamatování, transfer a interference, patologie – amnézie... iluze paměti

**Představivost** schopnost vyvolávat představy, více či méně zřetelné obrazy skutečnosti, časově posunutá od vjemu, vjem je podmínkou, představa názorná - detailní, schematická, fantazie je aktivita představivosti, kombinace, nové tvary

eidetismus, druhy představ, perseverace, obsedantní představy

**Myšlení** nejvyšší forma poznávání, postihování vztahů mezi předměty a jevy, konkrétní (názorné) a abstraktní (pojmové), myšlenkové operace, produkty myšlení, druhy úsudků (indukce – k obecnému, dedukce – k jednotlivému, analogie – další shodné vlastnosti, divergentní a konvergentní, inteligence, patologie – bradypsychismus, mutismus, trysk, perseverace, nevýpravné, zabíhavé, inkoherentní, bludy (obsah)

**Emoce – city**

jsou prožitky, které lze jen těžko definovat (mentální stav, aktivovaný stav organismu), rudimenty dříve kdysi účelných reakcí, desorganizují nebo organizují psychiku?

**Druhy emocí**  - radost, smutek, úzkost, překvapení.... protikladnost emocí, příjemnost x nepříjemnost je základní dimenze (povýšenost, podrobivost)

**Třídění emocí –** podle příjemnosti, podle předmětu, ke kterému jsou vztahovány, podle původu, podle intenzity a trvání, podle aktivace (stenické, astenické)

**Složky emocí –** tělesné reakce, soubor myšlenek doprovázející emoce (kognitivní hodnocení), výraz obličeje, reakce na prožitek

**Fyziologický základ –** aktivace sympatiku v NS, zátěž oběhového systému, gystrointestinálního... adrenalin, příprava organismu k akci, polygraf – detektor lži, psychosomatozy

**Vznik emocí –** vnější a vnitřní podmínky

**Intenzita emocí a délka trvání –** vlivy temperamentu, věku, situace a jejího kognitivního zpracování a hodnocení, kulturní činitelé emocí – určité podněty vyvolávají emoce (strach z ...)

**Poruchy emocí** (fobie, deprese, euforie...)

**Zátěžové situace**

frustrace – obranné mechanismy, frustrační tolerance

stres (eustres, distres), stresory, způsoby zvládání stresu, coping proces, chování typu A

**Pojetí osobnosti v psychologii. Vymezení osobnosti, základní pojmy.**

**Definice**

Pojem osobnost vysvětluje, jak je organizován duševní život v člověku. Navenek se projevuje chováním.

Osobnost je individuální celek duševního života člověka, který tvoří jednotu s tělem a s prostředím.

Osobnost je otevřený, živý, jedinečný a neopakovatelný systém.

**Determinace**

biologická / endogenní, vrozené a zděděné...

sociokulturní / exogenní, prostředí, výchova, činnost člověka.....

**Co zkoumáme?**

více hledisek

* přístup nomotetický – zkoumá pojmy a zákonitosti platné všem
* přístup idiografický – snaží se vyjádření jedinečnosti jedince, odlišností

zkoumání **dynamiky** (jak reaguje, proč se tak chová... působení sil)

zkoumání **struktury** (jaký je, jaké má vlastnosti... vrstvy, typy, faktory)

zkoumání **geneze** (jak se vyvíjí, zákonitosti vývoje...)

zkoumání **patologie** (jaká jsou onemocnění, jak vznikají onemocnění osobnosti...)

(z hlediska nomotetického i idiografického)

K popisu osobnosti je užíváno mnohých modelů uměle vytvořených nebo vycházejících z různých teorií osobnosti.

*Osobnost lze také popsat pomocí základních vlastností:*

- temperamentových Jak reaguje?

- charakterových Jaký je?

- motivačních Co chce?

- schopnostních Co (ne) dokáže?

- z hlediska životní cesty Kam směřuje?

- z hlediska vzhledu Jak vypadá?

**Metody zkoumání osobnosti**

pozorování chování a tělesných znaků

testy

výpovědi

dotazníky

(kvantitativní = měření, kvalitativní přístupy = intuice, popis)

**Teorie osobnosti**

***Vztažný rámec:***

hledisko pozorovatele hledisko nositele chování

(vnější, objektivní) (hledisko vnitřní, subjektivní)

Pavlov, Cattell, Adler, Fromm, Erikson, Freud, Jung, Lewin, Allport, Maslow, Frankl, Rogers

**I. P. Pavlov, B. F. Skinner (teorie učení, behaviorismus)**

Materialismus, behavioristické myšlení. Teorie klasického podmiňování (Pavlov - spojení dvou podnětů).

Teorie operantního podmiňování (Skinner - operanty – prvky chování jsou zpevněny odměnou. Osobnost je produktem učení. Žádoucí chování se zpevňuje po krocích.

Osobnost není vrozená, osvojuje se v dětství prostřednictvím učení. Pro chování osoby jsou příznačné návyky.

**Raymond B. Cattell (rysová a faktorová teorie)**

Anglie, USA. Zkoumání osobnosti pomocí popisu a analýzy vlastností lidského chování.

situace (setkání) --- vlastnost (otevřenost) ---- chování (objetí, rozmluva...)

Snaha o empiricky podloženou analýzu složek chování statistickým postupem – **faktorovou analýzou.**  **Psychometrický přístup.**

Popisný přístup pomocí **rysů,** (tj. vlastností vyvozených z chování), klade důraz na **predikci** (co učiní osoba v dané situaci)**,**

Vyvozuje osobnost z chování.

Povrchové rysy jsou pozorovatelné vlastnosti (schopnost vypočítat úkol), pramenné rysy - faktory je sytí (inteligence).

Rysy mohou být konstituční či prostředím utvářené.

Ergy = konstituční dynamické rysy (mateřství...)

sentimenty a postoje = dynamické rysy vztažené k prostředí (hodnoty...)

Způsoby sběru dat:

L-data, Q-data, T-data

test 16 PF

**Alfred Adler (individuální psychologie – hlubinné teorie)**

1870 - 1937

Vídeň

Každý člověk usiluje o překonání **pocitů méněcennosti** (zakotvené z dětství – dítě je slabé). Situace nedostatku je základní motivační činitel. **Usilování o nadřazenost** (sociálně zaměřené x antisociálně zaměřené - sobecké). **Životní styl** obsahuje jedinečné cíle (vědomé, nevědomé). Zdravý životní styl (tvůrčí Já, spolupráce...).

Základním znakem dobře přizpůsobené osoby je **sociální cit.**

Raná socializace je spjata s **pořadím narození sourozenců.**

**Erich Fromm (psychosociální teorie)**

1900-1980

Německo, USA

Společné znaky s Eriksonem, postfreudovské zaměření, zájem o sociokulturní činitele.

Ústředním pojmem je **svoboda**, kterou člověk nechce – neumí využívat

Rozlišuje dvě složky osobnosti: temperament a charakter (vrozené, získané).

**Produktivní** (obdarovává druhé - socializace) a **neproduktivní** charakter (dostává od druhých - asimilace).

Neproduktivní orientace: **receptivní** (očekává), **kořistnická** (bere), **hromadivá** (obrany), **tržní** (výměna, prodej).

Pozitivní a uzdravující silou je láska.

**Sigmund Freud (psychoanalýza – hlubinný směr)**

1856-1939, Příbor, lékař, Vídeň

*struktura (vrstvy):*

Id (z nevědomí), iracionální,

EGO (vědomé a podvědomé – představy, přání), princip reality

SUPER EGO (vědomé i nevědomé), omezení a zákazy

Člověk je puzen fyziologickými silami (fyziologický determinismus)

psychická energie = libido

síly: katexe antikatexe

(id, uspokojení) (ego, super ego)

**Carl Gustav Jung (analytická psychologie – hlubinný směr)**

1875 -1961

Švýcarsko

Osobnost nazýval psyché. Vývoj osobnosti rozšířil o fylogenetické hledisko **(kolektivní nevědomí - zděděné). Osobní nevědomí** je získané**.**

Osobní nevědomí: komplexy... (sycené zážitky a povahou)

Kolektivní nevědomí: archetypy: *persona* - maska, zvyky, hodnoty, individualita; *anima* a *animus* - umožňují chápat druhé pohlaví; *stín* - pudy

Ego - vědomí

Já – spojuje vědomí s nevědomím požadavek jednoty

Libido v širším významu jako duševní energie

**Kurt Lewin (teorie pole)**

1890 -1947

Německo, USA

Představuje osobnost jako dynamickou soustavu v **silovém poli.** Mapa životního prostoru. Pomocí prostorových dimenzí a matematických pojmů vysvětluje interpersonální dynamiku a vzájemnou závislost osoby a okolí.

Proces diferenciace (poprvé vnímáme věci jako celistvost, pak je členíme – zrání). Plná zralost – integrace.

Osoba = P (person)

psychologické okolí = E (environment)

spolu tvoří životní prostor = L (life) ...... P+E=L

Psychologické okolí má mnoho oblastí a **psychologických skutečností** a může se měnit (např. po traumatu). Každá psychologická skutečnost má hodnotu – **valenci**

Vnitřní struktura osoby má tendenci k **rovnováze** (vyváženosti energie). Tento stav je narušován **tenzemi**. Pozitivní valence přitahují, negativní odpuzují. Určující je velikost sil proti sobě působících.



nežádoucí úroveň

žádoucí úroveň

- valence

+ valence

**Gordon W. Allport (eklekticismus)**

1897-1967

USA

Integrace amerických a evropských přístupů.

Odklon od matematických a statistických konstruktů, proklamuje úctu a k člověku a jeho **jedinečnost**. (Nomotetický a idiografický přístup, člověk je aktivní bytost). Odmítá osobnost vyvozenou z chování.

Osobnost je **dynamická struktura, pozvolně se rozvíjející.**

Osobnost představuje společné fungování mysli a těla (psychofyzika).

Vše, co jedinec činí je **charakteristické chování a myšlení.**

**Proprium** (vlastní rozvíjející se zážitek) jako zdroj vývoje osobnosti.

Osm funkcí propria (vývoj osobnosti):

* *tělesné já* (pocity, které mají původ v organismu, rozdíl mezi mým tělem a vnějšími předměty), rozdíl mezi tělem a prostředím
* *identita já* (minulost i současnost patří téže osobě)
* *sebeuplatnění* (je důležité, nemusí mít negativní konotaci)
* *rozrůstání já* (identifikace s jinými)
* *racionální řešení* (zdroj uvažování a zvládání problémů)
* *sebeobraz* (reálné a ideální já)
* *snažení plynoucí z já* (motivace, cílové zaměření)
* *poznávající já* (sebeuvědomění, hodnoty, životní filozofie, vhled)

Zdůrazňuje jedinečnost rysů, zavádí pojem **osobní dispozice**

**Abraham Maslow (humanistická psychologie)**

1908 -1970

USA

existence specifických potřeba v hierarchii (struktura potřeba

snaha o sebeaktualizaci (nekončící) Pyramida: **fyziologické potřeby, potřeba bezpečí, potřeba lásky, potřeba uznání, kognitivní potřeby, estetické potřeby a potřeba seberealizace/sebeaktualizace.**

redukce tenze při naplňování potřeb (nižší potřeby – fyziologické přežití, vyšší potřeby – duševní pohoda a rozvoj osobnosti, metapotřeby – vrchol lidského potenciálu)

Znaky sebeaktualizujících se osob:

* odstup a potřeba soukromí
* nezávislost na kultuře a okolí: autonomie a asertivita
* smysl pro humor bez nepřátelství
* originalita a tvořivost
* sebetranscendence (sebepřesah) – B poznání, B-hodnoty (to be)

**Viktor E. Frankl (humanistická psychologie, logoterapie)**

Rakousko

osobnost má dimenzi: fyziologickou, psychologickou a **noologickou** (lidská vůle po smyslu).

Vrstvy:

* **tělesná** (nutné – musím), biologická - život
* **duševní** (příjemné nebo účelové – chci nebo jsem puzen – vědomé či nevědomé), psychologická - prožívání, subjektivita

(snažíme se je předpovídat)

* **duchovní** (správné, svědomí – měl bych), noetická – individualita, vůle

(nepředpověditelné, je to volba člověka)

Psychologie zřídka přizná, že to, co člověk dělá, je jeho svobodná volba. Snaží se pro jeho chování nacházet vysvětlení. Svoboda a odpovědnost.

Proces nacházení smyslu v různých životních situacích (úspěch ještě neznamená naplnění smyslu)

tragická triáda: utrpení, vina, smrt (příležitost pro růst)

**existenciální vakuum –** postrádání smyslu, nedělní neuróza, vnitřní prázdnota (základ problémů)

**Carl R. Rogers (humanistická psychologie – Teorie Já)**

1902 – 1987

USA

terapie zaměřená na klienta, antidiagnostické pojetí

zdroje: humanismus a existencionalismus, ochrana individuality, důraz na existenci a svobodu, optimistický pohled na člověka (člověk je svázán obranami, ale je schopný...). Člověk by měl usilovat o tvůrčí rozdílnost namísto konformity.

organismus (myšlení, touhy, emoce... základ prožívání)

Já (utváří se postupně v souvislosti s prožitky – zkresluje je, přijímá, odmítá – nalezení pravého Já je obtížné)

směřování k sebeaktualizaci (naplňování potřeb a přijímání prožitků)

zdravá osobnost: přijetí (i ohrožujících) prožitků – **kongruence** (shoda mezi prožitky přítomnými v organismu a tím, jak jsou symbolizovány v Já)

**Pozitivní sebepřijetí** (ideální Já a reálné Já)

Q technika třídění (Stephenson) – pozitivní a negativní vyjádření na lístkách, ideál a reál

***Faktory v psychologii osobnosti***

**Pětifaktorová teorie osobnosti (struktura)**

**Big Five**

Teorie posledních desetiletí: pět faktorů pro objasnění struktury osobnosti.

Rysy shluknuté do 5 faktorů:

* **Extraverze**
* **Přívětivost**
* **Svědomitost**
* **Emocionální stabilita**
* **Kultura (Intelekt, Otevřenost vůči zkušenosti)**

Cíle: vytvořit společný jazyk nezatížený příslušností k nějakému psychologickému směru. Slouží pro zkoumání struktury osobnosti např. pro účely výběru profese...

Dotazník NEO-FFI (1992)

(NEO = neuroticism, extraversion, openness

FFI – Five Factors Inventory)

***Typologie v psychologii osobnosti***

... charakteristický druh člověka, je vyjádřením jeho vlastností, souborem rysů.

Typy zahrnují relativně stálé psychické znaky, nebo i fyziologické, anatomické...

Ideální typ s čistými znaky neexistuje.

*Podmínky typologizování (Albonico):*

* v žádné typologii neexistují jasné hranice mezi typy
* smíšené typy jsou častější
* typy mohou být sociálními stereotypy (jsme zvyklí vnímat lidi s určitými znaky stejně a zařazovat je do typů)
* typologizování je zjednodušování
* je potřeba konfrontovat více typologií
* vývojový typ dominuje (člověk se vyvíjí, dítě je nezařaditelné...)
* atd.

**Jungova typologie:**

**extraverti** - zaměření navenek, vnější závislost, otevřenost, ve variantě **myšlenkové** – empirik, **citové** – přebírání hotových norem zvnějšku, **počitková** – realista, **intuitivní**  - realistické plány.

**introverti** - zaměření dovnitř, na sebe sama, ve variantě **myšlenkové** (myšlenky jsou více než fakta – intelektuál), **citové** (vlastní pocity jsou více než skutečnost)**, čivé** (senzitivní) **a intuitivní** (snílek).

**H. J. Eysenck (viz temperamentové typy)**

**E. Kretschmer**

vychází z klinického pozorování

souvislost mezi stavbou těla a charakterem

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Stavba těla | Norma **Typ charakteru** Nemoc | |
| Astenik (úzká ramena, protáhlý, dlouhý krk... | schizothymie (uzavřený, plachý, záhadní... ) introvert? | schizofrenie |
| Pyknik (kulatý, břicho, krátký krk... | cyklothymie (nekomplikovaný družný, požitkářský...) extrovert? | cyklofrenie (maniodepresiv) |
| Atletik (silná ramena, muskulatura, malá hlava... | ixothymie (málo aktivní, těžkopádný, sociálně neobratný, ...) | epilepsie |

**W. H. Sheldon**

temperamenty jsou determinovány biochemickými faktory

* endomorfní stavba těla - tuk (pyknik)
* mezomorfní stavba těla – svaly (atlektik)
* ektomorfní stavba těla – kůže (stenik)

**Temperament**

Soubor vlastností osobnosti (dimenze) – temperamentové vlastnosti

Temperament je spojován s emocemi (s emoční a snahovou vzrušivostí), psychomotorikou

- hloubka a intenzita prožívání

- tempo psychomotorických reakcí

- síla reakce

- trvání reakcí, doznívání.

Temperament jako element systému regulace chování.

je to relativně stálý (vrozený, zděděný) element osobnosti, ale závislý na elementech dalších, na situaci, reakcích z okolí ... atd.

Temperament se podílí na formování charakteru.

**Klasické typy temperamentu**

(Hippokrates, Galenus), humorální

**sangvinik** (na silné podněty reaguje silně, na slabé slabě, rychlé změny zaměření, přizpůsobivý, emočně vyrovnaný, nestálý, lehkovážný, veselý, měkké prožitky)

**flegmatik** (emočně vyrovnaný, lhostejný navenek, reaguje na silné podněty, stálost, spokojenost, klid, chladnokrevnost, pasivní, bez ambicí, nemá rád změny a pohyb)

**melancholik** (hluboké prožitky, smutné ladění, pesimismus, strach z budoucnosti, miluje klid, nesnáší vzruchy a hluk, city trvalé, intenzitu citů neprojevuje navenek, obtížně navazuje kontakty)

**cholerik** (silně vzrušivý, sklon k hněvu a k agresi, těžko se ovládá, reaguje impulsivně a nerozvážně, netrpělivý, egocentrický, emočně labilní, snadno vyvolatelné city, rychlé reakce)

**Typologie Pavlov**

temperament je určen silou a rychlostí nervových vzruchů

typ silný vyrovnaný pohyblivý

typ silný vyrovnaný nepohyblivý

typ silný nevyrovnaný

typ slabý

**Typologie Eysenck**

emočně labilní

****

extravert

introvert

cholerik

melancholik

sangvinik

flegmatik

emočně stabilní

**E. Fromm**

typy charakterů (produktivní, neproduktivní)

**Charakter**

Blízko pojmu **povaha** (vážit, zhodnocovat...). Z řeckého charasseín – vyrýt.

V užším slova smyslu je kategorií, vlastností osobnosti, dimenzí **etickou.**

Věda **popisuje**, **třídí**, **zobecňuje**, **vyvozuje zákonitosti**, **zvažuje možnost praktických aplikací.** Popis charakterových vlastností zahrnuje asi 4000 slov.

Jde o **vztahově-postojové** vlastnosti. Vztah k přírodě, lidem, práci, morálce... sobě samému

Charakter je souhrn psychických vlastností osobnosti, které se zakládají na **mravních zásadách** a projevují se v chování a jednání člověka.

Projevuje se v **cílech** a v **prostředcích**

Vztah charakteru k morálce, hodnotám, svědomí

***Typy charakteru (také z hlediska vývojového)*** (Peck, Huvighurst)

* amorální charakter (psychopatická osobnost, nedostatek ohledů na zájmy druhých, uspokojování vlastních potřeb)
* prospěšný charakter (formální ohled na mínění ostatních, pokud chybí vnější kontrola, chová se bez zábran, internalizace toho, jak se chovají druzí)
* konformní charakter (internalizace toho, jak se chovají druzí, ,více kontroly, ohled na ostatní „aby se neřeklo“)
* iracionálně vědomý charakter (abstraktní principy jako je čestnost, strnulá aplikace abstraktních morálních principů, bez zřetelu k okolnostem..)
* racionálně altruistický charakter (realistická morálka, jedná s ohledem na danou situaci a možné důsledky, zvažuje hledisko sociálního dopadu)

***Osobnostní „vektory“ charakteru:***

* morální stabilita (respektovat morální kodex)
* síla ega (přiměřeně vnímat, cítit, emoční vyrovnanost...)
* síla super ega (kongruence)
* spontaneita (netlumení projevů)
* přátelskost
* komplex trestuhodnosti (pociťování odporu při vynoření nemorálních myšlenek)

***Kohlberg – vývojové stupně morálky***

* prekonvenční úroveň (orientace na trest, egocentrismus, podřízení se moci, - egoismus, uspokojení vlastních potřeb)
* konvenční úroveň (konformita se standardními obrazy společnosti „dobré dítě“)
* postkonvenční úroveň (orientace na sociální smlouvu, společně sdílené hodnoty - orientace na svědomí, respektování druhých)

# **Motivace**

## Motivace je soubor motivů. Procesy, které uvádějí organismus do pohybu.

## **Co člověk chce**?

## **Motiv** /motus – pohyb/, pohnutka. Vědomé a nevědomé.

## Motivace **energizuje** určité akce, **směruje** je, **udržuje** chování, dokud není dosaženo cíle. Dává chování směr, sílu (energii) a trvání. Důvod volby.

## Je ve funkčních vztazích s ostatními psychickými procesy, vlastnostmi osobnosti, s fyziologií.. (systémový jev). Má *emociogenní* původ.

## Vztah intenzity motivace a výkonu. Střední motivace. Anticipovaná hodnota uspokojení, velikost odměny a obtížnost dosažení cíle mají vliv na intenzitu činnosti.

## *Teorie motivace*:

## osobnost směřuje k rovnováze (princip ekvilibria)

## k minim. strastí, k slasti (princip hedonismu)

## k aktivitě, narušení rovnováhy (nehomeostat. př.)

## k realizaci svých možností (humanistický přístup)

## motivace je výsledkem poznávání (kognitivní přístup)

## 

## *Motivace vyvolává způsoby chování na třech úrovních:*

## Podmíněné reflexy a instinkty

## Systém automatismů a zvyků (zvyky)

## Systém volní kontroly chování (vůle)

## Motivy:

## Pudy, potřeby, zájmy, hodnoty….

## Nevědomá motivace, komplexy, neurotický systém motivace.

# **Motivace – potřeby**

## Potřeby jsou **vnitřní motivy.**

## (Stimuly jsou vnější pobídky– např. mzda, pochvala…)

## Potřeba je přebytek nebo nedostatek něčeho. Potřeby jsou zdrojem motivačního

## napětí (popud). Zpředmětněná představa – představa o jejím naplnění (člověk se

## učí potřeby naplňovat).

## *Nesaturované potřeby vedou k frustraci, příp. k* ***deprivaci***

## *Nejčastější dělení*:

## **Biologické potřeby (primární)**

## Dýchání, potrava, vylučování, spánek, bezpečí….

## **Sociální potřeby (sekundární)**

## Kontaktu, lásky, svobody, uplatnění, poznání, estetické…

## **(Metapotřeby)**

## Sebeuplatnění (Maslow)

## **Index psychogenních potřeb (Hilgard, 1962)**

## **Materiální** (akvizice /zvětšování majetku/, uchovávávní, uspořádání, podržení, konstrukce…)

## **Ambice** (superiority, respektu, ocenění, prezentování se, nedotknutelnosti, sebeobrany, úspěchu, zdolávat)

## **Projevu síly** (dominance, projevů úcty, napodobování, autonomie, odlišování se…)

## **Poškozování** (agrese, pokoření se, vyhnutí se pohany…)

## **Náklonnosti k lidem** (přátelství, odmítání, ošetřování, závislosti, lásky…)

## **Sociální** (hry a zábavy, dotazování, vysvětlování…)

# **Zájmy**

## Zájem je v psychologii nejednotně vymezován:

## to, čemu věnujeme pozornost, zaměření (kognitivní aspekt)

## má prožitkový aspekt, emoční vztah (prožitkový aspekt)

## promítá se do činnosti (konativní aspekt)

## (**poznávací, citová i volní stránka** )

## Zájem má setrvávající tendenci, je emočně sycen, má obsah, je

## doprovázen snahou zabývat se jím.

## Zájmy mají význam pro **sebeaktualizaci**

## Zájmy mají vrozený i získaný původ, doplňují se s potřebami,

## vznikají při jejich naplňování. Souvisejí s vlastnostmi osobnosti.

## **Struktura, dynamika a vývoj zájmů:**

## Druhy zájmů: vědecké a technické, literární, umělecké, přírodní,

## společenské apod.

## Zájmy se mění v průběhu života.

# **Hodnoty**

## Jsou zobecněním snahových tendencí člověka, opírají se o jeho zkušenosti,

## jsou jedinečné.

## Hodnotové vědomí (uspořádáno v hierarchii) se promítá do životního stylu (řídící mechanismus osobnosti).

## Nadosobní orientace (vzdělanost, moudrost, životní poslání…)

## Ego-orientace (konkrétně materiální)

## Hodnoty zralé osobnosti nevznikají aktivní interiorizací společensky

## přijímaných přístupů, jsou voleny… Souvisejí s postoji.

## Mohou se měnit v situaci výrazné frustrace.

## *Klasifikace hodnot:*

## Hodnoty všeobecně uznávané (o kterých se obvykle nediskutuje)

## Hodnoty obecně uznávané, ale subjektivně odmítané či indiferentní

## Hodnoty subjektivně uznávané, ale osobně odmítané (člověk oceňuje něčí výkon, ale ta činnost ho nepřitahuje)

## Hodnoty subjektivně akceptované, přitažlivé, vyjadřované

## *Frankl (1994):*

## *Tvůrčí hodnoty (produktivita), zážitkové hodnoty (milovat), postojové*

## *hodnoty (hrdina, stanovisko, smysl),*

## *Spranger (1930)*

## *Typy hodnotových zaměření: ekonomický, politický, teoretický, estetický,*

## *sociální, náboženský*

## ***Hodnoty adolescentů*** *(Macek, 1994):*

## *Základní jistoty (zdraví,zaměstnání, příjem), zodpovědnost a užitečnost pro druhé (přátelé, profese, vzdělání, péče o…), budoucí rodina, volný čas (cesty, zábava…), veřejné uznání a moc*

# **Vůle (volní procesy)**

## **Reakce**: reflexní (mrknutí), impulsivní (agrese), mimovolní –

## nemotivované (popocházení), zvyky a návyky, **volní procesy**.

## Vůli lze trénovat (zvířata…určité jednání se může stát zvykem), vůle

## aktivní je cílevědomé jednání, slouží k autoregulaci.

## **Fáze volního procesu**:

## Uvědomění si potřeby, výběr cíle, volba prostředků a taktiky,

## rozhodnutí, volní jednání ( vč. překonávání překážek, kontroly).

## Složka poznávací, emoční, konativní.

## Volní jednání ovlivňuje **aktivace organismu** (aktivní a pasivní lidé),

## **odolnost** (frustrační tolerance), ochota **riskovat, vytrvalost** a jiné

## osobnostní vlastnosti.

## Stanovení cíle a prostředků může být komplikování **konflikty**, vlastní

## realizace pak **frustracemi**.

## **Konflikt (Intraindividuální) =** střet motivů (apetence-apetence,

## negace-negace, ambivalence tj. ano, ale…).

## Strategie rozhodování.

## *Mapa konfliktu* (předmět, koho ještě se týká, s čím souvisí, co

## potřebuji ještě vědět, abych…, alternativy…)

## *Analytické nástroje* (SWOT)

## **Frustrace –** překážky k cestě za cílem. Frustrační tolerance.

## Obranné mechanismy (úniky, regrese, kompenzace, agrese,

## sublimace, racionalizace… apod.)

**Schopnosti**

Schopnosti charakterizují to, co člověk (ne) dokáže. Jsou podmínkami k dosažení **výkonu**.

Aspekty výkonnosti:

* vlohy (vrozené dispozice) – mohou být dědičné
* nadání (mimořádně vyvinuté vlohy)
* schopnosti (naučené dispozice)
* talent (mimořádně naučené dispozice)
* vědomosti (pamětní mentální předpoklady k výkonu)
* dovednosti (dispozice k vykonávání určité praktické činnosti)

Činnosti a schopnosti: mentální a motorické. Táž schopnost se může uplatňovat v různých činnostech (**obecné schopnosti**), naopak jisté činnosti vyžadují **specifické schopnosti.**

**Dělení schopností (Guilford, 1959)**

* senzorické (percepční) vizuální, auditivní....
* psychomotorické (obratnost, síla, přesnost...)
* intelektové (paměť, poznávání, myšlení, hodnocení...)

**Do výkonu se promítají (Cattell, 1971)**

* centrální (mentální) schopnosti
* lokální schopnosti (vlastnosti smyslových orgánů a motoriky)
* instrumentální struktury (učením získané dovednosti)
* neintelektové faktory (motivace, nálada, únava...)

**Faktory vývoje schopností**

* včasná stimulace vlohy
* systematické a intenzivní cvičení
* navození a udržení motivace

**Inteligence**

Obecná rozumová schopnost.

**Definice:**

Z vývojového hlediska: mentální úroveň

Schopnost řešit problémy (protikladné k instinktu)

Schopnost efektivně řešit abstraktní úkoly, schopnost učit se, a daptovat se na nové situace (English, 1958)

Schopnost abstraktního myšlení a účelného jednání.

Způsobilost určujícíc kognitivní operace, objevování a chápání různých vztahů, dispozice k myšlení, řešení problémů (Meili, 1987)

**Dvoufaktorová teorie inteligence - Spearman (1927):**

Do intelektového výkonu se promítají:

**s-faktory, speciální činitelé**

**g-faktor, obecný faktor**, společný činitel mentálních výkonů

**Vícefaktorová teorie (Thurstone, 1938)**

Do mentálního výkonu se promítá více specifických mentálních schopností:

**verbální pohotovost, slovní plynulost, numerická způsobilost, prostorová představivost, percepční ostrost, paměť, soudnost.**

**Dva druhy inteligence (Hebb, 1949)**

* environmentální (získaná učením)
* vrozená

**Cattell (1965)**

* fluidní obecná inteligence – vrozená (flexibilní myšlení...
* krystalizovaná - naučené poznatky

**Hierarchický model inteligence (Carroll, 1993)**

1. vrstva : úzce zaměřené specifické schopnosti (rychlost usuzování, orthografie...)
2. vrstva: schopnosti různých skupinových faktorů (flexibilní myšlení, schopnost vidět věci nově, znalosti, produkce nápadů, ...)
3. vrstva: všeobecná inteligence (jako g)

**Flynnův efekt (Flynn, 1994)**

vliv prostředí na inteligenci, na světě dochází k růstu IQ od roku asi 1930 (pro genové mutace je to krátká doba). Nejméně 15 bodů za generaci. Vyšší přírůstek u fluidní inteligence.

Důvody : vzdělanost rodičů, méně dětských nemocí, výživa a péče...)

IQ není pravděpodobně stálé u jednotlivce a již vůbec ne u generací.

Vývoj inteligence (Piaget)

**Výzkumy:**

*zkoumání mozku* (lokalizace a velikost)

Lurija,1980 – energetický blok (mozkový kmen a střední mozek), informační blok (mozkové laloky), integrační blok (frontální lalok)

Willerman, 1991, větší levá hemisféra u mužů predikovala lepší verbální schopnosti – u žen naopak

*rychlost nervového vzruchu*

*metabolismus glukózy* (chytří lidé vydávají méně glukózy, produkují menší úsilí)

*behaviorální genetika*  - dědičnost inteligence (větší vliv u dospělých, ale výzkumy dělány na dětech))

**Měření inteligence**

Psychometrické testy (výkonové) pro měření inteligence a schopností. Žádný revoluční vývoj.

WISC-III (Wechsler): verbální porozumění, percepční uspořádání, rachlost zpracování, koncentrovanost (verbální a performační skóre)

KAIT (Kaufmann)

*Dynamické hodnocení* ( jedinec se u testování učí a na základě tohto reaguje. Zjišťuje se rozdíl mezi skutečně rozvinutou schopností a latentní kapacitou (Vygotskij – zóna nejbližšího vývoje).

*Technika hodnocení učebních předpokladů*

Proč měření?

odhad IQ, předpověď úspěchu ve škole, v práci, úspěšného rodičovství, snižování pravděpodobnosti delikventního chování, snižování rizika sociální potřebnosti, pravděpodobnost genetického přenosu na generaci, rasové a etnické rozdíly

**Diskuse o dědičnosti a vlivu prostředí**

***Nové přístupy:***

*Úspěšná inteligence (Sternberg, 1997)*

schopnost **adaptovat** se, **utvářet** a **vybírat** si prostředí k dosažení cíle (adaptace, utváření, výběr). Rozpoznání svých slabých a silných stránek (jak využít silné a kompenzovat slabé). Tři komplexní schopnosti úspěšné inteligence: **analytické, kreativní a praktické** (udělat analýzu možností, vymyslet jak využít a vyřešit... a realizovat). Praktická inteligence.

*Pravá inteligence (Perkins, 1995)*

syntéza klasických a nových pojetí inteligence

3 základní aspekty inteligence : **neurologický** (rychlost a přesnost neurologických systémů - genetické), **zkušenostní** (co jsme se naučili ze zkušenosti, organizace znalostí viz. krystalizovaná inteligence) a **reflexivní** (role strategie při řešení problémů, kognitivní monitorování). Význam má také **reflexe**.

*Emocionální inteligence (Goleman, 1995)*

* schopnost předvídat, vyhodnocovat a vyjádřit emoce
* prožívat a generovat pocity (usnadňuje myšlení) porozumět emocím (emoční sebeuvědomění – rozlišování a vyjadřování vlastních emocí, pochopení příčiny vlastních pocitů)
* regulovat emoce ( a tím se rozvíjet emocionálně i intelektově) (zvládání emocí – ovládat pocity frustrace a vzteku, zvládat stres a úzkost)
* tvořivé uplatnění emocí (empatie)

***Multiple inteligences – Howard Gardner***

*Formy inteligence*

* **verbální inteligence**

(ovládnutí jazyka, jazykový cit, slovní paměť, vyjadřování

* **logicko –matematická inteligence**

(mnohdy stavěna do popředí, vztahy mezi čísly, příčina a následek, matematická paměť, logické posloupnosti)

* **prostorová inteligence**

(orientace na ploše i v prostoru, vizuální percepce a diferenciace, modifikace vjemů a vytváření přesných představ, mentální transformace tvarů, vizuálně-prostorové umění)

* **kinestetická inteligence, tělesně-pohybová**

(ovládat tělesný pohyb, mimiku, obratnost, jemná motorika,

* **hudební inteligence**

(tonální vnímání a paměť, hudební myšlení-komponování, melodie, rytmus. Má blízký vztah k jazykové inteligenci)

*(+ personální formy inteligence)*

* **intrapersonální inteligence - sebereflektující nadání**

(přístup k vlastnímu citovému životu, poznat a rozumět vlastním citům, řídit je, řídit vlastní chování, poznání vlastních kognitivních modelů, předsudků… *sebehodnocení, sebepoznání, seberozvoj, sebevědomí, zvládání stresu…)*

* **interpersonální inteligence - diplomatické nadání**

(všímavost k druhým lidem, rozlišovat mezi lidmi…. *sociální percepce, komunikace asertivita*…)

**Poruchy inteligence**

*Mentální retardace (lehká, střední, těžká*), pod IQ 70 , IQ70-80 je pásmem inferiority – přechodu od normy k patologii (IQ 90 – 110 je pásmo průměru)

*Demence*

úbytek intelektových funkcí v důsledku stárnutí, úrazu, nemoci....

**Self / Já v psychologii**

*(Já, Self- jáství, Ego, I, Me...)*

Já je v psychologii pojímáno jako vědomý princip, mechanismus odlišování sebe od okolí. Je jádrem subjektivity, subjektivního prožívání (já cítím, já chci), sebeuvědomování. Vědomí vlastní individuality.

Některá pojetí a klasifikace:

*Základní funkce Já (Balcar):*

Sebeuvědomování, sebereflexe, sebehodnocení, autoregulace, autokultivace...

*Složky Já (Říčan):*

Sebehodnocení, sebepojetím - „systémem představ o sobě samém“ - self image (Allport), ideální Já, sebeúcta....

Já - subjekt (nositel vlastního vědomí, vnitřní pozorovatel, prožitky)

Já – objekt (objekt pozorování jiných, ale i sebe sama

kognitivní přístup

(zkoumá, jak člověk zpracovává a organizuje informace o sobě)

behaviorální přístup

(zkoumá, jak se Já projevuje v chování a činech)

sociální psychologie

(Já v sociální komunikaci a interakcích...)

ego-psychologie (hlubinné)

(Já jakožto motivační fenomén zakotvený v pudech a potřebách nevědomí)

Počátky sebeuvědomování v kojeneckém období, počátky sebepoznávání v batolecím období.

**Komponenty Já**

*duchovní Já* – vědomí sebe sama jako myslícího, prožívajícího a činného subjektu, slouží pro intimitu

*sociální já* – skládá se z očekávání, postojů, uznání od okolí, to, co se nám dostává a co potřebujeme od druhých

*materiální já* – péče o tělo, šaty, majetek

*Sebereflexe je prostředkem sebeuvědomování a sebepoznávání, východiskem pro tvorbu sebepojetí (self-image) a pro sebeformování a sebeaktualizaci.*

**Sebehodnocení**

promítají se: srovnávání s jinými, požadavky na sebe sama (ideální Já), hodnocení druhými, úspěšnost v práci a ve škole, ...

*Vliv rodiny:*

Zrcadlová teorie (podceňování nebo podpora ze strany rodičů)

Teorie modelu (vliv vlastního sebehodnocení rodičů)

Sebehodnocení:

* dílčí sebehodnocení
* sebehodnocené celkové (self – esteem) sebeúcta (sebevědomí, pocity méněcennosti)

vysoká sebeúcta (větší samostatnost, menší sugestibilita, větší odvaha ... ale i riziko snížení sebekritičnosti)

nízká sebeúcta (konformita, nedůvěřivost, někdy neuroticismus, úzkost či pocity viny, nižší aspirace)

Má vliv na životní spokojenost.

Diagnostika (Rosenbergova škála sebehodnocení)

**Sebepojetí** (self-concept)

jak jedinec vidí sám sebe (zahrnuje povědomí o svých schopnostech a vlastnostech – *kognitivní složka*, sebehodnocení, sebeúctu a sebevědomí – *emoční složka*, obraz sebeurčení , směru – *konativní složka*)

Je podkladem pro autokultivaci

Vývoj sebepojetí

Smékal: zmatení, závislí, hledající, se zdravě zformovaným sebevědomím

**Sebeaktualizace**

Sebeuskutečňování

Seberealizace

Jde o sebeuplatnění vlastních možností. Plně fungující osobnost. Dosažení určitého místa a postavení ve společnosti. Aktualizovaný jedinec je oddán nějakému úkolu, dobrovolně plní nějaké poslání, je motivován hodnotami, bez pocitů méněcennosti, saturuje potřebu růstu..., dobře smýšlí o lidech, projevuje otevřenost vůči zkušenosti, je tvořivý, zachovává senzitivnost...atd.

*Hledisko nezávislosti na druhých*

**internalisté** – podmínky důležité pro dosahování úspěchu jsou určovány především jimi samými

* Schopní lidé, kteří se nestali vedoucími, nevyužili dostatečně své příležitosti.
* Známky, které člověk dostává ve škole, závisí především na jeho píli.

**externalisté** – považují vnější vlivy za téměř fatálně determinující

* Bez opravdového štěstí se nikdo nemůže stát vedoucím.
* Někdy se dá těžko pochopit, podle čeho učitelé známkují.

**Osobnostní rozvoj**

*Osobnostní rozvoj (seberozvíjení), podmínka sebeaktualizace*

Rozvoj sebe sama, vlastností osobnosti, (schopností), ale i v oblasti vlastní identity, vlastních postojů a chování, nastartovat změnu pohledu na sebe i na druhé, řízení vztahu k druhým (kapacita naslouchat, vedení rozhovoru, schopnost řídit své emoce a změnu).....

Člověku ve vlastním rozvoji nic nebrání. Pouze mu to ulehčuje nebo komplikuje prostředí a situace, které ho obklopují a genetické faktory. Stále má však možnost něco měnit.

*Profesionální rozvoj*

profesní identita, své chování a postoje v organizaci, rozvoj schopností potřebných k vykonávání profese, kariérní růst,

vztahy k druhým v organizaci, profesní komunikace, zvládání prof. stresu

**Metody osobnostního rozvoje**

**Sebepoznávání**

V oblasti *identity*:

otázky: **kdo jsem** (životní role, poslání...) , **jaký jsem**, jaké jsou mé kompetence, co chci, kam jdu

*Některé metody sebepoznání*

Slouží jako podpůrné techniky, ne psychoterapie

* **Pravidelná registrace** vlastního jednání a chování za uplynulý den (v duchu, písemně, deník...) je třeba končit pozitivním přeladěním, i když se den nepovedl...
* **Pravidelné reflexe –** zaměřené vždy na jednu situaci, hlubší analýza příčin a chyb jako zdroje nápravy(jak se to stalo, že jsem zpanikařil..., jak se to stalo, že jsem se rozčílil a neovládl...)
* **Prostřednictvím druhých –** pozorování reakcí druhých na mé chování, naslouchání,požadování zpětné vazby**,** psychohry...
* **Metoda volných asociací -** pokus o porozumění vlastním emočním problémům**,** zaznamenávat volné myšlenky proudící hlavou (magnetofon...)...
* **Současné sebepozorování -** sebepozorování v přímé situaci (emoce, jednání, fyziologické funkce...), lépe se daří autoregulace

*Seberozvoj*

* využití metod sebepoznání
* relaxace (Machačův trénink...)
* meditace (přemítání, záměrná relaxace soustředěním se na své myšlení, ohraničení rozsahu pozornosti, oddělení od okolního světa, cítí se být jako součást širšího vědomí (jakkoliv definovaného), koncentrace a nácvik koncentrace
* jiné techniky: **stanovení cílů** – v kategoriích: práce a kariéra, životní styl – majetek, vztahy, tvůrčí sebevyjadřování, volný čas – cestování, vzdělávání – osobnostní rozvoj (reálná blízkost, ideál) ............

*Co brání seberozvoji?*

* předsudky (žena patří ke sporáku a dětem...)
* iluze trvalosti (vždycky to tak bylo..., šéfem se vždy stal jeho zástupce...)
* vytrhávání jevů ze souvislosti (nemohu se učit, protože dítě v noci pláče .... kontext je jistě širší)
* vracení se do minulosti (už se mi to jednou nepodařilo..., to bude zase stejné...)
* strach z budoucnosti (důchod..., daňové změny..., vstup do EU...)
* idealizace druhého (oni jsou lepší...., toho já nemohu dosáhnout...)

**Literatura**

* Atkinson, R. a kol. Psychologie. Praha: Victoria Publishing, 1995.
* Čáp, J.; Mareš, J. Psychologie pro učitele. Praha: Portál, 2001.
* Drapela, J. V.; Hrabal, V. Vybrané poradenské směry : teorie a strategie. Praha : Univerzita Karlova, 1995.
* Drapela, J. Přehled teorií osobnosti. Praha: Portál, 1997.
* Gardner, H. Dimenze myšlení. Praha: Portál. 1999.
* Goleman, D. Emoční inteligence.Praha: Columbus, 1997
* Kern a kol. Přehled psychologie. Praha: Portál, 1999.
* Nakonečný M. Lexikon psychologie. Praha: Vodnář, 1995.
* Nakonečný, M. Základy psychologie. Praha: Academia, 1998.
* Nakonečný, M. Encyklopedie obecné psychologie. Praha : Academia, 1997.
* Nakonečný, M. Psychologie osobnosti. Praha : Academia, 1995.
* Smékal, V. Pozvání do psychologie osobnosti. Brno: Barrister & Principal, 2002.