ZÁKLADY PSYCHOLOGIE PRO SOCIÁLNÍ PRACOVNÍKY

Studijní texty pro kombinované studium sociální práce

Pavel Kliment

Univerzita Palackého v Olomouci
Filozofická fakulta
OLOMOUC 2013

Obsah

ÚVODEM **3**

1. PSYCHOLOGIE, SYSTÉM PSYCHOLOGICKÝCH VĚD **5**

1. 1 Co je to psychologie a čím se psychologie zabývá? *5*
1. 2 Stěžejní psychologické proudy (směry) *7*
1. 3 Systém psychologických věd *14*

2. PSYCHOLOGICKÉ METODY **18**

2.1 Pozorování *18*
2.2 Dotazování *20*
2.3 Experiment *23*
2.4 Analýza výtvorů *24*
2.5 Psychologické zkoušky *24*

3. VĚDOMÍ A POZORNOST **27**

3. 1 Vědomí *27*
3. 2 Pozornost *36*

4. KOGNITIVNÍ DUŠEVNÍ DĚJE **39**

4. 1 Vnímání *40*
4. 2. Představivost *46*
4. 3. Fantazie *49*
4. 4. Paměť *50*
4. 5. Myšlení *57*
4. 6 Učení *74*

5. AFEKTIVNÍ DUŠEVNÍ DĚJE **84**

6. SNAHOVÉ DUŠEVNÍ DĚJE **92**

6.1 Instinkty, poruchy instinktů *93*
6.2 Vůle, poruchy vůle *96*

ZÁVĚR **98**

Úvodem

Před vámi leží útlý text nesoucí název „Základy psychologie“, který se má stát se odrazovým můstkem ke studiu návazných psychologických disciplín, v jejichž zájmu stojí konkrétní individuum, přesněji řečeno jeho prožívání a chování (tedy jevy, jenž jsou v praxi pomáhajících profesionálů mnohdy popisovány a vysvětlovány).

Předjímám s odkazem na název textu, že se bude jednat o pouhý vstup, uvedení, které čtenáře neučiní v jediném okamžiku neomylným znalcem lidské psychiky (nehledě na skutečnost, že tato dokonalá znalost je zřejmě jen nedostižným ideálem, ke kterému má psychologie, ač se tváří v současnosti dosti sebevědomě, ještě hodně daleko). Smyslem textu je naučit frekventanta „psychologicky myslet“, tedy osvojit si základní psychologické kategorie, jejichž obsahový význam bude jednotně chápat, a rovněž postihne základní souvislosti mezi studovanými jevy, které budou následně mít pro nás vysvětlující význam. Půjde o vybudování jistého vztahového rámce, ve kterém se naše posuzování lidské psychiky bude pohybovat.

Paradoxně se u mnohých na počátku našeho společného studia objeví spíše zmatek a pochybování, než mnohdy očekávaná jistota. Toto pochybování o sobě a svých dosavadních „laických“ úsudcích je nutným předpokladem adekvátnějšího pochopení sebe sama jakož i druhých lidí, kdy tento postup bude spíše procesem, cestou, na které se někteří budou pohybovat spíše neohrabaně, jiní s ohledem na stálé zdokonalování naopak lépe a s větší bravurou. Jinými slovy mým cílem je nahlodat velmi rozšířené přesvědčení, že sebe a druhé posuzujeme v zásadě bezchybně a nemáme se již v čem zdokonalovat.

Předložený text je v první fázi určen k samostudiu, je chápán jako pracovní sešit k diskusím na našich společných setkáních. Má být jistou osnovou, které se budeme při společných diskusích více či méně držet, navíc vás má zbavit nutnosti někdy tolik úmorného zapisování základních myšlenek, které mnohdy odvádí pozornost od probíraného.

Text můžete dle svého uvážení dále doplňovat a rozšiřovat svými poznámkami (což není samozřejmě podmínkou). Věřím, že naše setkání překročí hranice monologu a staneme se diskutující skupinou, ve které nebude mít ani jedna strana pocit, že jen zbytečně promarnila čas a spoustu své drahocenné energie.

Text je členěn do kapitol, jenž mají zachytit základní témata studovaná a vykládaná zejména obecnou psychologií a v některých případech též obecnou psychopatologií (disciplínou zabývající se chorobným průběhem jednotlivých psychických dějů). Znamená to tedy, že vztah „normy“ a „duševní nemoci“ nechápu odděleně, jako dva na sobě nezávislé oddíly, ale jako dvě části téhož

kontinua. Právě takové vymezení napomáhá nevést ostrou hranici mezi námi normálními jedinci a těmi, jež jsou nositelé nejrůznějších psychických potíží.

Nejprve se pokusím o vymezení předmětu psychologie a podám přehled základních psychologických metod. Existence vlastního předmětu zkoumání jakož i vlastní metodologie je tradiční podmínkou konstituce vědního oboru. Dalším krokem je navíc existence specifického pojmosloví - to si osvojíte studiem dalšího textu.

Následně pojednávám o psychických dějích, stavech a vlastnostech, takto základních popisných kategoriích, kterými je prožívání a chování člověka v psychologii postihováno. Další kapitola zaměří pozornost na vědomí a jeho poruchy. Vědomí je totiž nositelem psychických dějů, stavů a vlastností. Kvalita vědomí determinuje kvalitu zmíněných psychických kategorií.

Rozdělení psychických dějů na děje poznávací, citové a snahové strukturuje navazující kapitoly, jelikož pojednávám o dílčích podobách těchto dějů a o jejich možných chorobných projevech. Zde dojde k anoncovanému prolnutí obecné psychologie a psychopatologie. Zmíněné chorobné psychické projevy pak budou demonstrovány na možných příkladech, se kterými se můžete ve své praxi setkat. Předjímám, že nebudu čtenáři předkládat klasifikační systémy duševních poruch a nemocí, jedná se mi pouze o vymezení základního psychopatologického pojmosloví (užívaných termínů). Konkrétnímu studiu duševních poruch a nemocí se budeme věnovat v navazujícím studijním předmětu nazvaného speciální psychopatologie.

Rovněž může nastat situace, kdy seznáte, že předložený text je pro vás příliš nesrozumitelný nebo zjednodušující. V těchto případech je možno využít i jiného dostupného textu zabývajícího se studovanou problematikou. Doporučuji pak využít zejména následující publikace:

Atkinsonová, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., Bem, D.J., Nolen-Hoeksama, S. Psychologie. Praha: Victoria Publishing, 1996.

Plháková, A. Učebnice obecné psychologie. Praha: Academia, 2007.

Svoboda, M. [ed.], Češková, E., Kučerová, H. Psychopatologie a psychiatrie. Praha: Portál, 2012.

1. Psychologie, systém psychologických věd

V této části se dozvíte:

- Bude podán předmět psychologie
- Budou představeny základní proudy (školy), které v rámci psychologie existují
- Bude přiblížena možná klasifikace psychologických disciplín

Na dalších stranách se pokusím odpovědět na zdánlivě jednoduchou otázku:

1. 1 Co je to psychologie a čím se psychologie zabývá?

Jinými slovy se ptám, jaký je předmět psychologie. Ze své vlastní praxe vím, že se skutečně jedná o pouze zdánlivě triviální otázku, její zodpovězení činí studentům, ale i mnohdy i samotným psychologům potíže. Pokud má student na tuto otázku fundovaně odpovědět, musí chápat základní myšlenkové proudy a tudíž i přístupy existující v rámci psychologické teorie.

Tematiku předmětu psychologie se nedaří jednoznačně a konsensuálně vyřešit. Existují totiž různé pokusy o vymezení jejího předmětu, které mohou být vůči sobě dokonce i v určitém rozporu. Bývá totiž konstatováno, že psychologie je problémově orientovaná disciplína, lze ji považovat za disciplínu „vícevýchodiskovou“, která psychické fenomény uchopuje z různých úhlů pohledu. Jinými slovy je v uvedeném naznačeno, že v rámci psychologie existují proudy, které předmět svého vědeckého i praktického zájmu vymezují rozdílně. Nelze jednoznačně konstatovat (tak aby s tím všichni psychologové souhlasili), že psychologie studuje…

Chápu, že po přečtení prvních dvou odstavců čtenář obrací oči v sloup a myslí si něco o zbytečném slovíčkaření, které se jej možná ani okrajově netýká. Nejednotnost v chápání předmětu psychologie se však může odrazit jak na teoretické, tak i na praktické rovině a vy jako jedinci teprve odhalující taje psychologie můžete být svědky onoho rozporu.

V psychologické teorii se budeme setkávat s tím, že probíraným tématům je věnována rozličná pozornost, což bude odrazem důležitosti, kterou zastánce toho kterého směru studovanému tématu přiděluje.

Na teoretické rovině se daný rozpor může projevit kupříkladu tím, že si zakoupíte dvě knihy týkající se vybraného psychologického tématu pocházející od dvou autorů. Při jejich letmém prostudování pak zjistíte, že v knihách jsou témata probíraná oběma autory, kdy tito jim přisuzují srovnatelnou důležitost. Pak však zaregistrujete, že v knihách existují témata, která jsou probíraná toliko jedním autorem a tento je označuje přímo za kardiální. Druhý autor tato témata naopak zcela opomíjí nebo se jich dotýká pouze letmo s tím, že se jedná o nepodstatné záležitosti.

V psychologické praxi se daná skutečnost odrazí v rozličných postupech (terapiích), které terapeut volí k odstranění existujícího psychického problému terapeut.

Vezměme si potíž, která se nazývá fobie. Fobie je vymezována jako strach z konkrétních objektů nebo konkrétních situací (mám strach a vím z čeho) Dá se říci, že každý z nás je nositelem fobie., Některé jsou svou povahou zvláštní a příliš nám život nekomplikují. Kupříkladu strach ze žraloků budu asi řešit tak, že se budu vyhýbat místům a činnostem, kde bych se s tímto predátorem v jeho živé a bezprostřední podobě mohl setkat. Jiné fobie jsou naopak pro své nositele, s ohledem na jejich povahu a tedy i dosah, velmi obtěžující. Jedná se například o strach z uzavřených místností (klaustrofobie), z otevřených prostor (agorafobie) či druhých lidí (sociální fobie). V těchto případech daný odpor k danému prostředí nemohu dost dobře řešit vyhýbáním se těmto místům a činnostem, jelikož to prostě není realizovatelné. Proto mohu vyhledat odbornou psychologickou pomoc s cílem odstranit nebo spíše zmírnit své obtíže. Bude pak záležet na zaměření toho kterého psychologa, jak bude při odstraňování řekněme klaustrofobie postupovat. V jeho přístupu se bude odrážet skutečnost, ze kterého psychologického proudu (přístupu, školy) vychází. Kupříkladu může na danou fobii pohlížet jako na výsledek potlačených (a neřešených) konfliktů vzniklých v raném dětství. Hledá se pak doba vzniku tohoto konfliktu, zvědomují se pak jednotlivé souvislosti, důraz je kladen na odžití tohoto konfliktu. Jiný terapeut však může nahlížet na tuto fobii jako na výsledek naučení se takovému strachu a volí cestu přeučení se tomuto strachu. Další pak na ni nahlíží s ohledem na skutečnost, jaký zisk daná fobie přináší postiženému (získání pozornosti a ohledů ze strany druhých lidí) a jsou voleny zásahy do sociálního systému takového jedince. A v podobném duchu bych mohl pokračovat.

Jste nositeli fobie? Znáte okolnosti vzniku této fobie?

Předmět psychologie lze následujícím způsobem vymezit. **Psychologie zkoumá zákonitosti lidského bytí s ohledem na jednu kvalitu a touto kvalitou je dění duševní.** Děním duševním rozumíme duševní neboli psychický pohyb, takto imanentní znak lidské života. Dané vymezení je

v rámci psychologie přijímáno díky své vysoké míře obecnosti. Uvedená skutečnost sebou nese jistá negativa, takové vymezení má poměrně malou výpovědní hodnotu, je totiž až příliš vágní. Proto, jak uvedeme v dalším textu, bývá předmět psychologie dále konkretizován, což už sebou přináší rozbory.

Ona konkretizace se váže na chápání termínu dění duševní, tento může být a také se tomu tak děje rozličným způsobem uchopován neboli studován. V zásadě jej můžeme studovat s ohledem na jeho formující podmínky (determinanty) nebo s ohledem na jeho projevy (jak se manifestuje).

Za formující podmínky jsou považovány ty faktory, které určují a tedy se i odrážejí na psychické podobě jedince. Tyto lze dále diferencovat na **podmínky vnitřní a podmínky vnější**. Vnitřní podmínky se nachází v rámci organismu jedince a působí na něj zevnitř, vnější podmínky pak na jedince působí z vnějšku. Takovou vnitřní podmínkou může být genová výbava jedince, vlastnosti jeho centrálního nervového systému nebo i podoba průběhu jeho nitroděložního vývoje. Vnějšími podmínkami může být formující dopad jeho fyzického, kulturního nebo sociálního prostředí.

Uveďte stěžejním determinanty vaší psychické podoby.

Projevem jsou pak ty fenomény, kterými o sobě dění duševní dává vědět, na základě kterých projevů jedince můžeme usuzovat na existenci jeho psychiky. I projevy lze dále diferencovat na **projevy vnitřní a projevy vnější**. Jednou z možných cest registrace vnitřních projevů jedince je jeho výpověď o vlastním psychickém fungování. Za takové vnitřní projevy pak můžeme považovat jedincovu výpověď o svých pocitech, pohnutkách, úsudcích a podobně. Za vnější projevy jsou pak považovány ty skutečnosti, které lze pozorovat, které lze registrovat našimi smysly, pokud vystupujeme v pozici pozorovatele. Vnějšími projevy jsou pak kupříkladu jeho fyziologické projevy, jeho neverbální projevy a podobně.

1. 2 Stěžejní psychologické proudy (směry)

Různé psychologické proudy pak při studiu dění duševního zdůrazňují nutnost studia tu vnitřních nebo tu vnějších podmínek, či studia tu vnitřních nebo tu vnějších projevů (vymezují a chápou odlišně předmět psychologie). V zásadě se v rámci psychologie vyprofilovaly **tři klasické dominantní proudy**, jedná se o přístupy dynamické, přístupy behaviorální a tzv. třetí cestu (sílu) v psychologii. V současnosti navíc existuje nosná alternativa vůči těmto klasickým proudům, která se označuje jako systemika.

a) Dynamické přístupy (přístupy založené na studiu motivačních procesů)

S ohledem na výše řečené, dynamické přístupy zdůrazňují nutnost studia **vnitřních podmínek** formujících psychické dění. Studium vnitřních podmínek je považováno za klíčový fenomén vedoucí k odhalení zákonitostí psychického fungování člověka. Těmito vnitřními podmínkami jsou v rámci dynamických přístupů motivy jedince (některými představiteli též označovány jako pudy nebo potřeby). Nelze však říci, že by bylo zcela odhlíženo od vlivu podmínek vnějších i tyto jsou registrovány a studovány. Děje se tak zejména s ohledem na skutečnost, do jaké míry podporují nebo do jaké míry brání uspokojování studovaných vnitřních motivačních sil. Přičemž platí, že v čím nižším věku dojde k tomuto neuspokojení, tím výraznější negativní dopad má toto na psychiku jedince v dospělosti.

V rámci dynamických přístupů dochází k rozvoji dalších dílčích škol, které vycházejí z výše uvedeného principu. Zmíněné dílčí školy se většinou rozchází v závěru, která z motivačních sil je tou silou zásadní, jakož i v předpokladu jak represivně v těchto motivačních procesech působí právě sociální prostředí jedince.

Za vůdčí osobnost v rámci dynamických přístupů je považován Sigmund Freud (tento bývá ač profesí psychiatr označován za zakladatele psychologické vědy jako takové). Freud za hybné síly duševního dění považoval pudy životy a pudy smrti, kdy sociální prostředí jedince, dle jeho názoru, plní více či méně represivní úlohu (utiskující). Sociální prostředí má působit proti těmto silám, brání plnému uspokojení jednotlivých pudů. Ono neuspokojení vede ke vzniku konfliktů (nejtěžší dopady má toto v raném dětství), konflikty jsou pak zárodkem vzniku psychických obtíží v dospělosti. V tomto pojetí je každý člověk psychicky nemocným, jednotliví lidé se liší jen v míře daného postižení. V současnosti je v rámci dynamických přístupů uvažováno spíše o potřebách bezpečí jako o dominantních hybných silách jedince, kdy je zvažováno, že sociální prostředí může skutečně bránit tomuto uspokojení, může však mu i napomáhat. Pokud je u jedince tato potřeba v dostatečné míře, za přispění jeho prostředí, uspokojena, vyrůstá z něj duševně vyrovnaný jedinec, který je sám schopen vychovávat vlastní opět duševně vyrovnané potomky.

Za bazální (základní) potřebu jedince je v současnosti považována potřeba bezpečí, kdy jedinec svým jednáním směřuje k uspokojení zmíněné potřeby. V raném věku jedinec není s to vést sebe a manipulovat se svým okolím tak, aby docházelo k plnému uspokojování oné bazální potřeby. Je tedy odkázán na sociální oporu svých blízkých. Jestliže ti uspořádají podmínky ku prospěchu uspokojení

sledované potřeby, dochází u jedince k bezkoliznímu vývoji. Pokud však panující podmínky brání plnému uspokojení potřeby bezpečí, u jedince dochází ke vzniku úzkosti a je tak započat jeho kolizní vývoj. Jedinec je v průběhu svého vývoje znejišťován, svou nejistotu si pak přenáší až do dospělosti. Ke vzniku úzkosti pak dochází kupříkladu nekonzistentní výchovou, kdy postačuje, aby dítě bylo za totéž své jednání jednou odměněno, jednou potrestáno a jednou není jednání dítěte bráno vůbec na vědomí. Dítěti tak chybí informace o žádoucnosti nebo nežádoucnosti svého jednání, je tímto způsobem znejistěno.

Lze konstatovat, že jednotlivé psychologické směry vycházející z psychoanalýzy zůstávají nadále nosnými. Začnou uplatňovat vždy, pokud jsou hledání příčiny současného selhávání v osobní historie jedince, zejména pak v raných rodinných interakcích.

Zajímáte se v rámci poradenské činnosti o ranou povahu vztahů klienta vůči ostatním členům rodiny, ze které pochází? V jakých případech vás tyto skutečnosti zajímají?

b) Behaviorální přístupy (přístupy založené na učení)

Behaviorismus se pokouší stanovit zákonitosti (pravidelnosti) mezi působením **vnějších podmínek** na jedince a jeho **vnějšími projevy**. Vnějšími podmínkami jsou podněty přicházející z okolního prostředí, vnějšími projevy je pak pozorovatelné chování jedince. Zákonitostí je vznik zkušenosti jedince, kdy po jistých podnětech působících na jedince dochází k výskytu jeho jistých reakcí. Proces nabývání nové zkušenosti se děje učením, kdy učení je definováno jako proces získávání nové zkušenosti, která se projeví ve změně prožívání, jakož i jednání individua.

Takovým vnějším podnětem může být osoba nevlastního rodiče a jeho působení na nevlastní dítě. Nevlastní rodič je již od počátku zdrojem podnětů působících na dítě, dítě časem shledává, zda tyto podněty jsou pro něj přínosné nebo naopak škodlivé, zda je tento kontakt doprovázen libými nebo nelibými pocity, na základě čehož získává informaci o povaze zdroje podnětů. Dítě tak nabývá se zdrojem podnětů vlastní zkušenost, kdy podoba jeho odpovědí vůči zdroji podnětů bude určena právě touto zkušeností. Jestliže takový nevlastní rodič bude k dítěti zaujímat nepřátelské postoje (tyto se budou odrážet v jeho nepřátelských reakcích vůči dítěti), tak dítě bude časem na jeho jednání odpovídat svými naučenými odpověďmi (lze počítat s pasivními, ale i agresivně zabarvenými odpověďmi).

Behaviorismus (zejména ve své prvotní podobě) absolutizuje dopad učení na psychickou strukturu jedince. Předpokládal, že se rodíme jako nepopsaná tabule (tabula rasa) a že naše psychická podoba je otiskem našeho sociálního prostředí, kterým jsme prošli. Tyto přístupy bývají označovány jako environmentalistické (opakem je nativismus, který absolutizuje vliv vrozených faktorů). Pokud je jedinec nositel nežádoucích projevů, pak tyto jsou výsledkem učení a také učením je lze odstranit neboli přeučit. Učení pak vede ke korekci jeho zkušenosti žádoucím směrem.

Behaviorismus byl přírodovědně orientován, kladl proto důraz na metodu **experimentu.** Experiment byl považován za nejdůležitější metodu zkoumání. Proměnnými se v experimentu mohly stát jen z vnějšku pozorovatelné projevy jedince, z toho důvodu behaviorismus odmítal výpověď jedince sama o sobě. Introspekci považoval za subjektivně zkreslenou.

Pro ilustraci uvedu ukázku takového experimentu. Daný experiment byl proveden jedním ze zakladatelů behaviorismu Watsonem. Příkladem laboratorního experimentu (tedy experimentu učiněného v umělých podmínkách) je proces vzniku tzv. experimentální neurózy, konkrétně fobie na bílou barvu. Fobie je brána za zkušenost získanou v procesu učení. Faktory vedoucí ke vzniku této fobie lze považovat za formující vnější podmínku. Malému chlapci byla ukázána bílá hračka, která samozřejmě strachovou reakci nemůže vyvolat. V experimentální situaci předchází další ukázce bílé hračky puštění záznamu intenzivního a subjektivně nepříjemného zvuku, což je několikrát opakováno (daný zvuk u dítěte vyvolá strachovou reakci, která je vrozené povahy). Strachová reakce je vnějším projevem jedince. Ukázalo se, že po určitém počtu opakování (souběžná expozice bílé hračky a expozice vyvolávající strachovou odezvu) stačí malému chlapci pouze ukázat onu bílou hračku, aby tato bez prezentování nepříjemného zvuku sama vyvolala strachovou reakci. Věřte, že podobné experimenty byly v historických dobách psychologie realizovány. Jejich závěry mohou mít, ač se to na první pohled jeví jako nepravděpodobné, i praktický dopad, který se pokusím demonstrovat na vašich odpovědích na následující otázku.

Jak lze vysvětlit skutečnost, že někteří lidé jsou nám při prvním setkání velmi sympatičtí a někteří naopak velmi nesympatičtí? Pokuste se danou skutečnost vysvětlit za pomocí výše uvedených tezí a z experimentu.

Důležitou roli sehrává v rámci behaviorální teorie otázka sankcí. Na tomto místě předesílám, že bývají rozlišovány jak sankce pozitivní (odměny) tak i sankce negativní (tresty). Sankce mohou dané reakce (chování) fixovat, stejně jako i vést k vyhasínání (zapomínání) nabytých reakcí (chování).

Tuto schopnost však může mít také absence (nepřítomnost) pozitivních či negativních sankcí. V zásadě platí, že danou reakci fixuje pozitivní sankce a absence negativní sankce, reakce vyhasíná vinou negativní sankce a absence pozitivní sankce.

Dítě se dožaduje pláčem pozornosti druhých dospělých. Jakou konkrétní podobu by v tomto případě nabyly pozitivní a negativní sankce ze strany dospělých vůči sledovanému dítěti a k jakému výsledku by se užitím těchto sankcí dospělo? Pokud by tito dospělí nijak nereagovali (absence sankce), lze to považovat spíše za absenci odměny nebo za absenci trestu a k jakému výsledku by ono nereagování vedlo?

c) Třetí cesta v psychologii

Předesílám, že můj výklad bude poněkud ztížen skutečností, že v rámci sledovaného proudu existuje několik autonomních podproudů. Třetí cesta v psychologii vznikla ve srovnání s předchozími přístupy poněkud opožděně. Jestliže prvopočátky dynamických přístupů a behaviorismu umísťujeme do počátku dvacátého století (v průběhu kterého se tyto dále plně rozvíjí), tak třetí cesta v psychologii vzniká teprve v polovině dvacátého století a o to bouřlivějším rozvojem ve svém vývoji prochází. Třetí cesta v psychologii při zkoumání psychiky zdůrazňuje nutnost studia **vnitřní projevů** jedince. Vnitřní projevy jsou zachycovány cestou introspekce a mohou být sledovány jednak s ohledem na jedincovo sebeuvědomění (zde rozlišujeme existencialisticky a humanisticky orientované koncepce), jednak s ohledem na jedincovo poznávání skutečnosti (kognitivisticky orientované koncepce).

Existencialisticky zaměřené koncepce vycházejí z filozofie existence a zaměřují se na studium skutečnosti, kterak individuum zažívá své bytí ve svém životním světě. Životní smysl se nám vyjevuje v mezních situacích, kdy jsme konfrontování s možností ukončení naší existence. Nalezení onoho subjektivní smyslu je pak nosnou silou duševního života jedince.

Humanistické koncepce jsou naopak reakcí na dynamické a behaviorální proudy, které bývají považovány za přístupy deterministické, humanismus je oproti tomu označován jako koncepce finalistická. Pro dynamické a behaviorální přístupy je určující minulá interakce (v dynamických přístupech se jedná o interakci jedincových motivů a jeho prostředí; v behaviorálních se jedná i interakci jedince jako nositele zkušenosti a jeho prostředí), která se promítá do psychické podoby individua. Životní trajektorii jedince pak určuje jeho minulost a současnost. Pro humanistickou větev je určující spíše jeho další směřování, ve kterém dochází k uvědomování si vlastních životních možností, životní trajektorii tak určuje spíše jeho současnost a budoucnost. **Kognitivistické koncepce** nahlíží na jedince jako na systém zpracovávající informace přicházející z vnitřního a

vnějšího světa. Právě transformace přijímaných podnětů v myšlenkové závěry je pro jedincův duševní život určující. Není až tak důležité, jaký je faktický jedincův životní prostor, důležité je, jak jej jedinec zobrazuje do výsledné podoby svých kognitivních map (mentálních konstrukcí). Na výsledné podobě zobrazování životního prostoru se podílí nejenom poznávací procesy individua (vnímání, myšlení, paměť), ale i jeho zprostředkující poznávací struktury (postoje, očekávání, vidění sebe sama), jakož i jeho minulá zkušenost (již dříve vytvořené kognitivní mapy). Z výše uvedeného je patrno, že kognitivistické koncepce v sobě obsahují jak pohled finalistický, tak i deterministický (akcentování vlivu minulé zkušenosti jedince).
Je pak vcelku zákonité, že časem došlo k propojení kognitivistické koncepce s koncepcí behaviorální a vznikl tak **kognitivně-behaviorální přístup**, který stojí na pomezí mezi behaviorismem a třetí cestou v psychologii. Tento předpokládá, že změna v myšlení vede následně ke změnám chování a naopak, že změna chování nastolí i změnu v myšlení.

O existenci subjektivně podmíněných kognitivních map se přesvědčíme vždy, když někdo nám blízký podává charakteristiky nebo hodnotí jednání nějaké druhé nám rovněž známé osoby, kterou však my hodnotíme zcela jinak. Nebo v případech, kdy nám druhá osoba podává popis situace, které jsme i my byli přímým svědkem a tento popis je v určitém rozporu s popisem, který bychom my podali o této události. Lze s ohledem na výše řečené konstatovat, že není důležité jaký je reálně svět, důležité je to, jak já ten svět vidím, neboli jak ho zobrazuji do podoby kognitivní mapy.

Abychom si přiblížili kognitivní mapu někoho hodně nepodobného, zadám vám provokativní úkol. Uveďte pět rozumných důvodů, proč je dobré nepracovat a nechodit do zaměstnání.

Jen na okraj podotýkám, že krom výše zmíněných tří základních klasických proudů v psychologii se navíc můžeme setkat s přístupy integrativními a eklektickými.
Integrativní přístupy mají nesporně vysoké ambice, pokoušejí se o syntézu stávajících poznatků týkajících se psychické skutečnosti, pokouší se tak dospět ke zcela nové kvalitě. Po celé dvacáté století je totiž možno pozorovat tlak k odstranění rozporů panujících mezi hlavními proudy, protože tyto jsou pokládány za výraz krize psychologie jako celku. Psychologii jsou za vzor dávány přírodovědně orientované obory, které byly podobného rozporu ušetřeny. Postupně se však mění pohled na onu rozporuplnost, tato začíná být na přelomu 20. a v 21. století považována za zdroj plurality názorů v rámci vědního oboru, což v konečném důsledku vědní obor obohacuje a dynamizuje.

Eklektické přístupy vybírají a využívají jednotlivé závěry té či oné školy, aniž by tyto nutně nově spojovaly a vytvářely z nich novou kvalitu (jsou vybírány ty skutečnosti, které jsou považovány za nosné). Jedná se o pragmaticky orientované přístupy, které umožňují zobrazovat a interpretovat poměrně zdařile jednotlivé výseče psychické reality. Pokud nejsme fundamentálními zastánci toho či onoho proudu pak ve své praxi volíme eklektické přístupy (možná s převahou některého proudu).

d) Systemické přístupy

A konečně bychom neměli opomenout soudobé **systemické přístupy** vycházející z postmoderní filozofie (z radikálního konstruktivismu a sociálního konstrukcionismu). Základním východiskem systemických přístupů je předpoklad, že realitu nelze objektivně poznat, což platí též pro psychologa, který se v rámci klasických proudů o toto pokoušel. Klasické přístupy jsou založeny na stanovení odborného závěru, který má heuristickou (vysvětlující) úlohu, která se stane východiskem další pomoci.

Systemické přístupy jsou výlučně orientovány na řešení existujících problémů, ne na hledání odpovědi na otázku, co vedlo ke vzniku tohoto problému. Problémy vznikají v interakci mezi jedincem a jeho prostředím a vedou ke konstituování problémového systému. Problém vzniká tak, že je určitým prvkem systému (konkrétním člověkem) vzniklá událost (jednání) tematizována (pojmenována) a ona tematizace v sobě obsahuje výzvu ke změně (jiný konkrétní jedinec je vyzván, aby změnil své jednání nebo způsoby jednání). Oslovený se cítí onou výzvou devalvován, bere ji jako útok na své sebepojetí, uvedené u něj vyvolává negativní emoční odezvu. Vlivem daného negativního prožitku oslovený odpovídá neadaptivně, volí pak mezi agresivní nebo defenzivní odpovědí. Neadaptivní odpověď pak blokuje žádoucí kooperativní jednání, které je vlastní pro neproblémové systémy. Pokud je problém tematizován opakovaně, pak toto vyvolává další neadaptivní reakce, což dále narušuje případnou kooperaci. Komunikace začíná být blokována, stává se v rámci problémového systému neúčelnou, dialogy jsou stále více nahrazovány za sebou jdoucími monology. Z pohledu psychologa nebo pomáhajícího nelze povahu problému odhalit (diagnostikovat neboli poznat jeho podstatu), lze však cestou komunikace problémový systém transformovat. Uvedené se děje tak, že psycholog vytváří smysluplné alternativy k problémové komunikaci vzniklé v rámci problémového systému (takto se stává členem onoho systému). Jedná se tedy o přístupy, které jsou orientované na transformaci problémových systémů v systémy bezproblémové, jedná se vlastně o cestu uvolňování problémových systémů.

Z uvedeného je zřejmé, že systemické přístupy nacházejí své plné uplatnění v některých pomáhajících profesích (jako je sociální práce) a případně též v psychoterapii, kde se rozvíjejí zřejmě

nejdynamičtěji. Co se týká psychologické teorie, tak ta na širší uplatnění systemických premis z pochopitelných důvodů teprve čeká, lze s jistou nadsázkou říci, že je tato zatím nevzala na vědomí.

Dokážete uvést důvod, proč se poznatky systemických přístupů více neodrážejí v soudobé psychologické teorii?

Výklad týkající se jednotlivých psychologických proudů a jejich odrazu do teorie a praxe sociální práce bude dále přiblížen a konkretizován v předmětech teorie a metody sociální práce.

1. 3 Systém psychologických věd

Vědní obor psychologie je tvořen dílčími psychologickými disciplínami, které se liší mírou obecnosti svých poznatků (řešené problémy mohou být společné všem zastoupeným psychologickým disciplínám nebo jsou typické pro tu kterou dílčí disciplínu), jakož i předmětem svého zájmu (kterou oblastí prožívání a chování se zabývají). Jednotlivé **psychologické disciplíny** jsou pak kategorizovány do tří základních skupin, na disciplíny **obecné, speciální a aplikované** (lze se však též setkat jen s dělením na disciplíny základní a aplikované nebo s dělením na obory teoretické a praktické). Jak označení základních tříd psychologických disciplín napovídá, liší se tyto mezi sebou mírou obecnosti řešených problémů.

Obecné psychologické disciplíny řeší základní a psychologické otázky, které uvozují problémy studované v rámci speciálních, jakož i aplikovaných psychologických disciplín. Jinými slovy studují nejobecnější problémy lidské psychiky. Využití těchto poznatků v každodenní praxi vyžaduje od jejich uživatele rozvinutou schopnost konkretizace. Neprávem jsou pak některými studenty odmítány jako odtažité, příliš akademicky orientované. Bez jejich znalosti se nám nepodaří plně užít poznatků konkrétnějších disciplín. Hrozí pak riziko, že uživatel sice bude vědět, jak má postupovat v řešení konkrétního psychického problému, zůstane mu však skryto, z jakého důvodu je tak postupováno.

Dokážete uvést, v čem spočívá limitovanost takového psychologického poznání?

Speciální psychologické disciplíny již řeší problémy vyvstávají ve společenské praxi. Nesou v sobě prvky obecné i konkrétní. Konkrétnost je dána výsečí praxe, na kterou orientují svůj zájem, obecnost pak mírou řešení těchto témat. Dá se říci, že speciální psychologické disciplíny se zabývají společnými psychickými tématy vystupujícími v jisté výseči společenské praxe. Využití poznatků

speciálních psychologických disciplín od uživatele nevyžaduje tak rozvinuté schopnosti konkretizace jako v případě obecných oborů.

Aplikované psychologické disciplíny se zabývají zcela konkrétními skutečnostmi. Tyto se snaží realitu nejenom vyložit, ale též nabízí postupy, kterými je možno do sledovaných procesů zasahovat v žádoucím směru, eventuálně korigovat jejich současnou podobu.

Je možno rozlišit následující základní psychologické disciplíny:

Obecná psychologie - hranice mezi obecnou psychologií a jinými disciplínami jsou mnohdy neostré, jelikož ta se snaží o postižení obecných zákonitostí psychického dění a nalezení základních východisek vedoucích k jejich studiu. Hlavní kapitoly obecné psychologie se zabývají psychickými ději a psychickými stavy (o vymezení těchto termínů se pokusím v dalším textu).

Ontogenetická psychologie - předmětem zájmu je vývoj člověka, činí tak s ohledem na vývoj všech psychických procesů a struktur, bez ohledu na to, zda je vývoj determinován vnitřními nebo vnějšími vlivy. Vývojová psychologie se nezabývá pouze vývojem člověka od narození do dospělosti, ale vývojem jako celoživotním procesem, ve kterém vystupují jak změny evoluční (růstové), tak i involuční (poklesové), kdy se jejich poměr v průběhu života mění).

Ve kterém roce vašeho života začaly (nebo začnou) dle vás převládat změny involuční nad změnami evolučními? Zdůvodněte časovou lokalizaci této hranice.

Takto komplexně pojatá vývojová psychologie bývá v současnosti označována jako psychologie biodromální. Schopnost vývoje je považována za základní charakteristiku člověka (vedle integrace a interakce).

Sociální psychologie - zabývá se rovněž vývojem jedince, ale zaměřuje se především na sociální determinanty uvedeného vývoje. Sociální psychologie zkoumá dva základní okruhy problémů: jak se člověk utváří v sociálním prostoru ve společenskou bytost a jak zde sám působí.

Psychologie osobnosti - předmětem studia je postižení zákonitostí fungování osobnosti, která je nejvyšší mírou integrace duševního dění. Úkolem psychologie osobnosti je postihnout lidské prožívání a chování z pohledu osobnostní struktury co nejpřiměřeněji, určit podmínky jejího fungování a předvídat budoucí průběh.

Experimentální psychologie - snaží se získat nové psychické poznatky pokusnou (experimentální) cestou. Zejména v minulosti byla v experimentální psychologii spatřována cesta k dosažení větší exaktnosti psychologie.

Mezi speciální psychologické disciplíny bývají zejména řazeny:

Psychopatologie - zabývá se příčinami, projevy a klasifikací duševních onemocnění a poruch. Jedná se o hraniční psychologickou disciplínu, užívající poznatky klinické psychologie na straně jedné a psychiatrie na straně druhé.

Patopsychologie - středem zájmu jsou psychické průvodní jevy objevující se v období jakéhokoli životního nedostatku nebo nemoci (ty mohou být rázu tělesného, psychického nebo sociálního).

Psychodiagnostika - soubor postupů vedoucích k poznání a určení individuálních zvláštností osobnosti, rovněž je využívána k odkrývání psychických poruch a nemocí.

Farmakopsychologie – zkoumá možný vliv farmak na prožívání a chování člověka.

Neuropsychologie - zabývá se vzájemným vztahem mezi vlastnostmi centrální nervové soustavy a možnými podobami lidského prožívání a chování.

Psychohygiena – studuje a navrhuje postupy vedoucí k udržení psychického zdraví.

Psycholingvistika – snaží se postihnout souvislosti mezi myšlením a řečí.

Pouze heslovitě vyjmenujme některé **aplikované psychologické disciplíny:**

Psychologie práce – studuje zákonitosti psychické regulace pracovní činnosti.

Psychologie řízení – zkoumá zákonitosti psychické regulace lidského jednání, podává návody vedoucí k ovlivnění jednání jednotlivců a skupin v rámci organizace.

Pedagogická psychologie – studuje psychické zákonitosti vystupující v rámci výukových procesů, studuje především proces řízeného učení s ohledem na jednotlivé činitele pedagogické interakce: subjekt, objekt a prostředky pedagogického působení.

Klinická psychologie – zkoumá psychologické problémy vystupující v klinické praxi, a to nejenom psychiatrické.

Forenzní (soudní) psychologie – zabývá se psychologií soudce, obviněného, obhájce, svědků, tedy všech prvků vystupujících v průběhu vyšetřování trestné činnosti a zejména v průběhu soudního procesu.

Penitenciární psychologie – zabývá se problematikou výkonu trestu odnětí svobody, stanovuje zákonitosti průběhu procesu resocializace (terciální socializace) odsouzeného, snaží se postihnout možnosti i meze takového působení.

Psychoterapie – studuje možnosti léčebného působení na jedince psychologickými prostředky s cílem zmírnit či odstranit psychickou poruchu nebo nemoc.

Poradenská psychologie – zkoumá proces provázení jedince v krizových fázích jeho vývoje.

Navíc se lze zmínit například o psychologii sportu, psychologii trhu, vojenské psychologii, psychologii politiky, psychologii hudby atd.

S poznatky kterých psychologických disciplín jste se již ve své praxi setkali?

Za jakých okolností a s jakými výsledky tomu tak bylo?

Přehled výukových cílů:

- Dokážete na obecné rovině vymezit předmět psychologie
- Dokážete vyjmenovat základní čtyři perspektivy, ze kterých může být studováno dění du
- Umíte vyjmenovat základní čtyři proudy psychologie
- Dokážete objasnit stěžejní východiska zmíněných psychologických proudů
- Zvládnete objasnit rozdíl mezi obecnými, speciálními a aplikovanými psychologickými disciplínami, z každé kategorie dokážete vyjmenovat tři dílčí disciplíny

2. Psychologické metody

V této části se dozvíte:
- Bude objasněn rozdíl mezi psychologickou metodou a psychologickou technikou
- Bude podán přehled základních psychologických metod a technik
- Budete rovněž rámcově seznámeni s psychologickými zkouškami, takto jedné ze specifických psychologických metod.

Níže se pokusím o stručné vymezení základních psychologických metod. **Pojem metoda** lze chápat jako proces, v rámci kterého dochází ke sběru, zpracování a vyhodnocování jednotlivých souvisejících dat.
Získaná data jsou využívána dvojím způsobem. Jednak je z nich vyvozována psychologická teorie. Nebo jsou využívána v psychologické praxi, a to k rozkrývání psychických charakteristik individua.

Někdy bývá rozlišováno mezi pojmem metoda a technika. Metoda je chápána jako obecná forma sběru, zpracování a vyhodnocování dat, zatímco **technika** je považována za specifikovanější (konkrétní) postup. Například metoda dotazování pak může být realizována více technikami, konkrétně pak technikou dotazníku nebo rozhovoru.

Jednotlivé psychologické metody bývají rozličným způsobem klasifikovány. Pro účely naší studijní opory se zmíním o metodě pozorování, dotazování, experimentu, dále o analýze výtvorů a o psychologických zkouškách.

2.1 Pozorování

Pozorování. Je základní metodou psychologie. Bývá definováno jako **záměrné, cílevědomé a plánovité sledování smyslově vnímatelných jevů, na jejichž vzniku se pozorovatel nepodílí**. V psychologii mohou být pozorovány projevové stránky chování druhých lidí, může být sledováno i vlastní prožívání, takové sledování bývá, jak už jsme si řekli, označováno jako introspekce. To, co bude pozorováno, musí být plánovitě a přesně vymezeno, musí být stanovena **kritéria pozorování**. Mohu pak sledovat výskyt kritérií s ohledem na četnost výskytu nebo dokonce s ohledem na míru jejich výskytu.

Jestliže mám kupříkladu zkoumat agresivní projevy v rámci malé sociální skupiny, pak musím stanovit, z jakých projevových charakteristik (kritérií) budu agresivitu jednotlivých členů vysuzovat. Agresivní jednání může nabývat řady možných podob, fyzické násilí vůči neživým objektům nebo osobám je jen jednou z možných projevových forem agresivity. Za agresivní jednání mohu též považovat ironické poznámky, dělání různých naschválů, zaujímání agresivních neverbálních postojů vůči druhým (výhružné pohledy, gesta), utahování si z druhých, „bručounství", odmítání kooperace, žárlivost, nedůvěru, paranoidní hodnocení událostí, zaujímání kritických postojů vůči druhým, ale i nepřiměřenou kritičnost vůči své vlastní osobě.

S ohledem na svůj průběh může být pozorování dále členěno na pozorování:

- **Zúčastněné** a **nezúčastněné.** V prvním případě provádím pozorování v rámci skupiny, ve druhém stojím jasně mimo dané seskupení.
- **Zjevné** a **skryté.** V prvním případě je pozorovaný jedinec seznámen se skutečností, že je pozorován, zatímco ve druhém mu tato skutečnost není známa.
- **Volné a systematické.** V prvním případě se pozorovatel snaží co nejrozsáhleji popsat sledovaný jev, zpravidla je rámcově znám cíl pozorování, nejsou však přesně stanovena jeho kritéria, ani pokyny, jak má být přesně postupováno. Ve druhém pak sledujeme konečný počet předem daných kategorií, jednotlivé projevové charakteristiky jsou pak řazeny do stanovených kategorií.
- **Bezprostředního jednání a stop dříve proběhlého jednání.** Pokud nás zajímají výsledky proběhlého jednání, tak se tento typ pozorování protíná s analýzou výtvorů, která bude dále zmíněna.

Volné neboli nestrukturované pozorování je zaměřeno spíše na objevování něčeho nového, na vstupní seznámení se s danou problematikou. Systematické se týká sledování již nějak známých skutečností. U obou typů pozorování by se měl pozorovatel vyvarovat interpretací pozorovaného, z pozorovaného by neměl vysuzovat jednotlivé motivy, tendence, vlastnosti. Pozorování může být registrováno různými způsoby od klasického zápisu až po videozáznam.

S jakými etickými problémy můžeme být v rámci pozorování konfrontováni?

V klinické praxi jsou pozorování sledovány následující kategorie, které mohou zrcadlit konkrétní psychické charakteristiky člověka:

- tělesný vzhled,
- oděv, obuv a užité doplňky,
- síla a tempo jednání,
- formální a obsahové charakteristiky řeči,
- exprese, které zřejmě odráží emoční prožívání,
- jednání v testové situaci,
- chování vůči psychologovi, dynamika tohoto jednání,
- pozorovatelné nápadnosti.

Které psychické charakteristiky lze dle vás z výše uvedených projevů odvodit?

2.2 Dotazování

Dotazování. Představuje postup, ve kterém jsou probandům (dotazovaným osobám) kladeny jednotlivé otázky. V zásadě se rozlišuje **dotazování formou rozhovoru a dotazníku**.

Pokládané otázky mohou být:

- **přímé** („Doslechl jsem se, že vaše děti chodily do školy v poslední době neupravené a hladové. Je to pravda?“),
- **nepřímé** („Jak se daří vám a vašim dětem? Jak zvládají děti školu?“),
- **projektivní** („Někteří rodiče mohou mít i potíže s plným uspokojením školních potřeb svých dětí … Jaký vy na to máte názor?“).

Dále můžeme rozlišovat otázky:

- **otevřené** (proband dostane prostor k volnému vyjádření se k problému, „Mohl by jste vlastními slovy popsat vaše soužití s manželkou a dětmi?“),
- **uzavřené** (proband je otázkou tlačen k odpovědi typu „ano“ „ne“ nebo jsou mu nabídnuty přesné alternativy odpovědi, „Je pravda, že v poslední době se svou ženou příliš dobře nevycházíte?“) a
- **polouzavřené** (přestože dotaz směřuje k vyjádření „ano“ nebo „ne“, tak je doplněn rozvíjející otázkou, kterou může proband daný stav objasnit. Jiným typem polouzavřených dotazů je situace, kdy jsou probandovi nabídnuty odpověďové alternativy, kdy jednou z alternativ je odpověď typu jiný názor, jiný případ). Často platí (není tomu však vždy), že otázky přímé jsou souběžně otázkami uzavřenými a otázky nepřímé bývají otevřenými.

Jaké rizika s sebou může přinášet monopolní užívání otázek přímých a uzavřených v rozhovoru?

Užiji-li bezprostředního kontaktu s probandem a otázky kladu ústně, pak hovoříme o rozhovoru. **Rozhovor** se odlišuje mírou spontaneity tazatele, je pak rozlišován rozhovor:

- **nestrukturovaný** (připraveny jsou jen základní témata, která budou probírána, dotazovanému je ponechána volnost spontánně vypovídat na zvolené téma, převládají otázky otevřené),
- **strukturovaný** (rozhovor probíhá v neměnné formě u více respondentů, jsou předem stanoveny otázky, jejich sled, jakož i odpověďové alternativy, je určeno, jak navázat kontakt, jak vysvětlit cíle rozhovoru, jak odpovídat na dotazy ze strany probanda, jak rozhovor ukončit),
- **polostrukturovaný** (hraniční forma dvou předchozích, jsou připraveny otázky, spíše volné, které se pokládají jednotlivým respondentům).

V psychologickém výzkumu se nejvíce používá strukturovaný (kvantitativní výzkum) a polostruktuovaný (kvalitativní výzkum) rozhovor, nestrukturovaný rozhovor mívá spíše povahu psychologické explorace (dotazování), je více užíván v psychologické praxi.

*Pozorování a rozhovor směřuje k vytvoření **anamnézy**, jedná se o výstup zmíněných metod a technik. Jedná se o pokus vystihnout komplexní obraz osobnosti klienta, má dojít k postižení jeho biologického, sociálního a psychického rozměru. Obyčejně obsahuje tři na sebe navazující části:*

- *rodinnou anamnézu,*
- *osobní anamnézu,*
- *anamnézu nynějších obtíží.*

Rodinná anamnéza se zaměřuje na poznání rodinného (nebo podobného náhradního) systému, ve kterém docházelo k primární socializaci jedince. V osobní anamnéze je těžištěm zájmu jedinec od narození až do vzniku potíží (má popsat dynamiku a podobu tzv. premorbidní osobnosti - osobnosti do vzniku potíží). Anamnéza nynějších obtíží se pak zaměřuje na vývoj a podoby problému (poruchy, konfliktu a pod.).

Vytvořte na základě svých zkušeností anamnézu vlastní osoby. Za nynější onemocnění eventuelně potíže vezměte fakt, že jste nastoupili studium na vysoké škole, zachyťte tedy důvody nastoupení studia.

Kromě anamnézy vlastní osoby mohu vytvořit anamnestické obrazy druhých osob. V čem spatřujete přednosti anamnézy vlastní osoby ve srovnání s anamnestickými obrazy druhých osob a v čem spočívají naopak její slabiny?

Dotazník mívá formu písemně položených otázek. Dotazník se obvykle užívá k měření postojů. Spíše však jde o měření mínění, kdy **mínění** je možno definovat jako verbalizovaný manifestní postoj. **Postoj** potom chápeme jako hodnotící vztah k určitému objektu, měření se opírá o škálování těchto vztahů, škály mohou být slovní, numerické nebo kombinované (příkladem slovního škálování může být hodnotící škála: rozhodně nesouhlasím, nesouhlasím s výhradami, nerozhodnost, souhlasím s výhradami, rozhodně souhlasím).

Nedostatky dotazníkových šetření měl překonat v případě měření postojů **tzv. sémantický diferenciál**, který sestrojil **Osgood** (jedná se o specifický druh dotazníku). Sémantický diferenciál lze chápat jako zvláštní typ dotazování. Osgood vytvořil 24 párů adjektiv, které umožňují vytvářet asociace k danému objektu postoje. Byl sestrojen s cílem zjistit postoje, které si neuvědomujeme nebo které zastíráme.

Při kurzu pro zaměstnance obecných úřadů byl použit sémantický diferenciál ke zjištění jejich postojů k cizincům. Formulář měl následující podobu. Dotazovaní měli na numericko-slovní škále zachytit své asociace, které v nich vyvolával objekt postoje.

CIZINCI

	1	2	3	4	5	6	7	
dobrý					**X**			špatný
ostrý		**X**						tupý
těžký			**X**					lehký
sladký						**X**		kyselý

Tato tabulka může obsahovat podle potřeb průzkumníka i více než desítku adjektiv. Vidíme, že respondent nemůže odpovídat podle toho, co si mysli, že „se sluší“ odpovědět – postup je tedy projektivní.

Za specifickou techniku dotazování lze považovat i sociometrické postupy neboli **sociometrii**. Sociometrie se snaží postihnout emocionální (míra sympatií) a mocenské (míra vlivu) vztahy mezi členy v malé sociální skupině. Autorem tohoto postupu je **Moreno**. Jednotlivým členům skupiny je

podán sociometrický dotazník. Otázky se týkají pouze členů konkrétní skupiny a vyžadují volbu, která pak souhrnně dává obraz sítě vztahů mezi členy skupiny tvořené pozitivními a negativními výběry. Výstupem sociometrického dotazování je **sociogram** (grafické vyjádření panujících vztahů) a jednotlivé **sociometrické indexy** (tyto se pokoušejí vztahy ve skupině kvantifikovat). Dochází pak ke stanovení míry koheze (soudržnosti) skupiny jako celku. Sociogram podává také obraz o postavení jednotlivých členů ve skupině, těmi jsou například vůdce, jedinec s nápady, instrumentální specialista, izolovaná osoba. Souhrnným výsledkem je určení statusu jednotlivých pozic jedince v rámci skupiny, mohou se pak hledat souvislosti mezi touto pozicí a jednotlivými osobnostními vlastnostmi a volenými interpersonálními strategiemi.

2.3 Experiment

Experiment. Jedná se o záměrný zásah pozorovatele do průběhu události, čímž se ovlivní výskyt určité veličiny nebo dojde k její změně. Experiment je založen na předpokladu, že s variabilitou nezávisle proměnné variuje také závisle proměnná. Změny v nezávisle proměnné (S) musí být kvantifikovány, kvantifikovány musí být rovněž změny v proměnné závislé (R), která je studována. **Experiment slouží k ověřování platnosti hypotéz o kauzálních vztazích mezi S a R**. Experimentální zásah není nahodilý, vyvolaný metodou pokusu a omylu, ale je záměrný, plánovitý, vedoucí k potvrzení nebo vyvrácení dané hypotézy (předpokladu vztahů mezi veličinami). V rámci experimentu je nutno eliminovat výskyt faktorů, které by se mohly na vzniku jevu spolupodílet nebo je nutno je alespoň kontrolovat. Z těchto důvodů je vytvořena **skupina (nebo skupiny) experimentální**, kde jsou plánovité zásahy prováděny, a **skupina kontrolní**, jejíž členové nejsou vystaveni plánovitým zásahům.

Dle podmínek, ve kterých experiment probíhá, bývá rozlišován:

- **laboratorní experiment,**
- **přirozený experiment**.

Známe též

- **univariační experiment**, zde se experimentuje s jedinou proměnnou,
- **experiment multivariační**, ten sleduje více nezávisle, ale též i závisle proměnných.

Příkladem experimentu je zkoumání vztahu mezi argumenty užitými vyučujícím při výuce a množstvím zapamatovaného materiálu u posluchačů. Množství zapamatovaných poznatků je porovnáno se zapamatovaným materiálem u kontrolní skupiny, ve které vyučující nijak logicky neargumentoval, poznatky podával pouze deklarativní cestou. Výzkumník chce touto cestou zjistit, které jevy ovlivňují

v pozitivním slova smyslu výsledky výuky. Předpokládá, že jedním z těchto determinujících jevů je užití argumentace. Užité argumenty jsou pro něj nezávisle proměnnou, množství zapamatovaného materiálu závisle proměnnou. Jestliže se mu jeho předpoklad potvrdí, pak svůj výzkum publikuje a vyučujícím předá poznatek, že mají více ve výuce argumentovat. Předpokládejme však, že by měl dále specifikovat typ a množství užitých argumentů.

Ve svém důsledku je experiment kritizován jako zjednodušující zkoumání situace, dle jednotlivých kritiků má jít o nepřiměřenou simplifikaci (zjednodušování) psychické reality. Je však otázkou, zda věda má zobrazovat realitu detailně jako fotografie (zda je to vůbec možné), nebo má jen vysvětlovat dílčí fenomény a činit je tak předvídatelnými.

2.4 Analýza výtvorů

Analýza výtvorů. Daná metoda vychází z předpokladu, že v produktech jedince se odráží jeho psychické charakteristiky. Každý jedincův výtvor je specifickým projektivním materiálem, který o něm může poskytnout řadu informací psychického rázu. Analyzovány bývají též dokumenty o určitých událostech - popis hromadného chování, zprávy soudců, sociálních pracovníků, novinářů. Můžeme zde také hovořit o pozorování stop dříve proběhlého chování.

2.5 Psychologické zkoušky

Psychologické zkoušky. Jedná se o plně nebo částečně předepsané postupy vedoucí ke stanovení individuálních psychických rozdílů. Jedná se o souběžné užití metody pozorování a dotazování, někdy i experimentu i analýzy výtvorů. Užití dané zkoušky je v lepším případě standardizováno na reprezentativním vzorku populace (jsou vytvořeny normy platné pro danou populaci). Prvek standardizace má zaručit objektivnost a srovnatelnost získaných výsledků. Navíc musí být splněn požadavek validity (zkouška měří to, co proklamuje, což nebývá zdaleka takovou samozřejmostí, jak by se mohlo zdát) a reliability (stabilita dosažených výsledků při opakovaném používání).

Dosah psychologických zkoušek je z pohledu laické veřejnosti mnohdy nadhodnocován. Psychologická zkouška je pak považována za dominantní cestu odhalování psychické struktury jedince. Reálně je úloha psychologických zkoušek spíše podpůrná. Na základě pozorování a rozhovoru má docházet k vytvoření hypotetickým předpokladů o struktuře psychiky individua a psychologické zkoušky by měly ony předpoklady verifikovat (ověřovat). Rozhodně by neměl být volen opačný postup, kdy psychologická zkouška je volena jako metoda první volby, kdy onu verifikující roli sehrává pozorování a rozhovor.

Psychologické zkoušky jsou dále různě diferencovány. V textu bude dále pojednáváno o zkouškách rozdělených do skupin na:

- výkonové zkoušky,
- dotazníky,
- projektivní techniky.

Výkonové zkoušky jsou postupy zjišťující úroveň zastoupených výkonových psychických vlastností neboli schopností u osobnosti. Výkonové zkoušky je možno dále precizovat na:

- inteligenční testy (slouží ke stanovení intelektových schopností),
- testy paměti (slouží ke stanovení pamětních neboli mnestických schopností),
- testy psychomotorického tempa (slouží ke stanovení pracovního tempa),
- testy percepce (slouží ke stanovení schopnosti vnímání),
- testy pozornosti (slouží ke stanovení vlastností pozornosti jako je koncentrace, stálost, rozsah, distribuce, intenzita).

Se kterými druhy výkonových zkoušek jste se již setkali? V jaké situaci tomu tak bylo?

Dotazníky jsou postupy mající blízko ke strukturovanému rozhovoru, kdy klient odpovídá písemnou formou na předložené otázky. Směřují k odhalování nevýkonových psychických vlastností, tedy těch, které výkon jedince bezprostředně neovlivňují, ale podílí se na individuální podobě jeho prožívání a chování.

Podle skutečnosti, které vlastnosti mají být dotazníkem odhalovány, se dále dělí na:

- dotazníky klinické (mají vést k zisku klinických dat, odhalují predispozice k psychickým potížím, indikují již existující psychické poruchy),
- dotazníky osobnostní (směřují ke stanovení struktury osobnosti, jinými slovy podávají obraz o zastoupení běžných osobnostních vlastností),
- dotazníky neuroticismu (odhalují emoční labilitu jedince),
- dotazníky anxiozity (odhalují míru aktuálně nebo obvykle zažívané úzkosti),
- dotazníky interpersonálních vlastností (odhalují strategie užívané v mezilidském styku).

Projektivní techniky jsou postupy, kdy je probandům předkládán víceznačný podnětový materiál a proband v rámci interpretace tohoto materiálu odkrývá své psychické charakteristiky, nejčastěji vlastnosti nevýkonové povahy.

Projektivní techniky jsou klasifikovány na:

- **Asociativní** - jsou založeny na skutečnosti, že klient je vyzván, aby vytvářel asociace na předložené podněty. Je kupříkladu požádán, aby odpověděl na otázku, co daný obraz (svou povahou abstraktní nebo neúplný) má představovat. Otázka doprovázející předložení obrazu může nabývat podobu: „Co by to tak mohlo být, čemu se to podobá?“. Rovněž může být požádán, aby k vybraným slovům vytvářet jednoslovné asociace slov, které mu při vyslovení těchto slov napadají.
- **Konstruktivní** - v rámci těchto technik je klient vyzván, aby vyprávěl na základě podnětu jednotlivé příběhy. Tímto víceznačným podnětem může být kresba nebo fotografie a proband je vyzván, aby (re)konstruoval děj, jehož průřez je mu předložen. Má říci, co daný obraz v ději představuje a co mu podle něho předcházelo, eventuelně, jak se daný děj bude dále vyvíjet.
- **Doplňovací** - jsou založeny na skutečnosti, že proband má doplnit neúplné věty nebo doplnit výroky osob zachycených na obrázcích. Například nad jednou zúčastněnou osobou je v komiksovém obláčku text navozující jistou situaci, nad druhou je takový obláček prázdný, výrok má doplnit samotný proband.
- **Řadící techniky** - jsou nejčastěji založeny na řazení jednotlivých podnětů. Mohou být užívány barevné kartičky nebo kostičky, řazení má pak probíhat dle libosti nebo nelibosti prožitků, které u probanda dané barvy mohou vyvolávat. Může se však jednat též o řazení portrétů osob, proband má vybírat obrazy osob mu sympatických, eventuálně nesympatických.
- **Expresivní techniky** - jsou založeny na kresbě, ale též na manipulaci s modely reálného světa. Nejčastěji je klient vyzván, aby nakreslil osoby, může jít i o kresbu stromů či budov. Proband může dostat k dispozici i miniaturní modely reálného světa, jako jsou modely osob, zvířat, dopravních prostředků, domů a je potom vyzván k manipulaci s dílčími modely. Z kreseb a manipulací jsou pak odhalováno psychické determinanty posuzovaného jedince.

Přehled výukových cílů:

- Dokážete od sebe odlišit termín metoda a technika
- Umíte vyjmenovat a vymezit stěžejní psychologické metody
- Dokážete vyjmenovat a charakterizovat základní druhy psychologických zkoušek

3. Vědomí a pozornost

V této části se dozvíte:

- Bude vymezen pojem vědomí a související kategorie (podvědomí, předvědomí a nevědomí),
- Budou objasněny stěžejní znaky vědomí,
- Budou od sebe odlišeny změny a poruchy vědomí, v návaznosti na to budou představeny základní poruchy vědomí
- Bude vysvětlen vztah mezi vědomím a pozorností
- Bude vymezen pojem pozornost, znaky pozornosti a stěžejní poruchy pozornosti.

3. 1 Vědomí

Vědomí je nositelem jednotlivých duševních dějů, konkrétně pak duševních dějů kognitivních, afektivních a konativních. Ještě v 19. století byly pojmy vědomí a psychika brány za synonyma a psychologie byla definována jako věda o vědomí. Teprve následně začalo být mezi vědomím a psychikou rozlišováno, kdy vědomí začalo být bráno toliko za dílčí část duševního dění. V psychologii lze rovněž vysledovat tendence, patrné v některých proudech, vědomí zcela vytlačit z užívaného terminologického aparátu.

O uvedené se pokoušel behaviorismus, které uváděl, že zavedením pojmu vědomí do psychologie je jen pokusem o rehabilitaci pojmu duše. Postupně vzal behaviorismus pojem vědomí na milost, dále však předpokládal, že vědomí není relevantní pojem, který je hodný vědeckého zkoumání, protože je ve své podstatě nepoznatelný. Behaviorismus totiž odmítal introspekci pro jeho subjektivní determinaci brát za možnou metodu zkoumání a v souvislosti s touto složkou psychiky zavedl termín černá skříňka (black box). Tato je ve své podstatě nepoznatelná, nelze ji ve své přímé podobě pozorovat, lze jen sledovat vstupy do černé skříňky a následné výstupy. Tato behavioristická koncepce se však ukázala být značně redukcionalistickou, díky uvedené perspektivě by nám zůstaly četné skutečnosti, týkající se psychiky, skryty.

Vymezit pojem vědomí je značně obtížné. Pokud je vědomí vymezováno prostřednictvím svých funkcí, pak může být sledovaný pojem chápán následovně.

Ve vědomí se odráží (jsou zde zobrazovány) vnější a vnitřní podněty a odpovědi na tyto podněty, ve vědomí jsou naše duševní aktivity pořádány, dochází zde k celkové psychické

organizaci. Je zde zdůrazněna skutečnost, že vědomí je podkladem psychických aktivit (tyto se ve vědomí odehrávají).

Vědomí může být různě vymezováno. My tak nejprve učiníme s ohledem na vazbu vědomí a celkovou organizaci lidské psychiky, dále pak s ohledem na obsahy, které jsou ve vědomí zobrazovány.

Pokud definujeme vědomí s ohledem na celkovou organizaci lidské psychiky, pak lze rozlišit dvě úrovně vědomí.

- První část vědomí je podkladem psychické struktury označované jako **„Já poznávajícího“** (bývá též označováno jako „činné já“ nebo „vědomí čeho“).
- Druhá část vědomí je podkladem struktury nesoucí označení **„Já poznávaného“** (bývá též označováno jako „sebepojetí“, „předmětné já“ nebo „čí vědomí“).

První organizace psychiky není přístupna introspekci, druhá naopak je. Uvedené konstatování napovídá, že první úroveň vědomí jakož i psychické struktury z ní vyvěrající se poněkud vzpírá svému studiu, zatímco druhou lze poněkud snadněji myšlenkově uchopit, za předpokladu, že beru za přípustnou introspektivní metodu.

Vědomí „Já poznávajícího“ je vrozenou částí psychiky, lze se s ním setkat jak u dítěte krátce po jeho narození, stejně jako u ostatních živočichů. Pokud sledujeme nadstavbu tohoto typu vědomí, tedy vlastní „Já poznávajícího“, pak toto obsahuje vrozené vzorce reagování individua (instinkty), neboli vrozené odpovědi jedince na vybrané typy působících podnětů. Příkladem může být již dříve zmíněné strachová reakce vyvolaná u dítěte na působení nepříjemných sluchových podnětů v podobě nadměrného hluku.

Dokážete vyjmenovat i jiné druhy vrozených vzorcůchování?

V rámci tohoto typu Já dochází rovněž k fixování získané zkušenosti jedince, tyto zkušenosti jsou pak východiskem psychické organizace lidské činnosti. Dané zkušenosti nabývají podoby vědomostí, dovedností a návyků a jsou jedincem „automaticky“ využívány, aniž si to jejich nositel bezprostředně uvědomuje.

Vědomí „Já poznávaného“ má teprve vzniknout v průběhu vývoje jedince. Nadstavbou mají svůj podklad v tomto typu vědomí je „Já poznávaného“, to lze vymezit jako schopnost uvědomit si sebe

sama, svou jedinečnost vůči okolnímu světu, jedná se o schopnost uvědomit si a správně integrovat a interpretovat vlastní vnitřní prožitky. Vzniká v rozmezí druhého a třetího roku života jedince. Na vznik existence tohoto typu vědomí lze usuzovat z řeči dítěte. Dítě samo sebe přestane označovat třetí osobou jednotného čísla a začne se označovat první osobou jednotného čísla. Přestane říkat, že „Honzíček chce“, ale začne konstatovat „já chci“. V daném okamžiku si dítě začíná uvědomovat svou vlastní jedinečnost, vydělil se ze svého sociální prostředí, užívá dělení **Já. My, Oni**. Existenci „Já poznávaného“ si uvědomím vždy, když zaměříme své poznávací procesy na vlastní osobu a to ať již na její biologický (kupříkladu jak vypadám), psychický (kupříkladu jakými psychickými vlastnostmi vládnu) nebo sociální rozměr (ke kterým sociálním skupinám patřím). Jeho existence se objeví též v případech, kdy si uvědomím, že jsem příjemcem jistých podnětů, tyto pořádám, vyhodnocuji, využívám vždy, když si uvědomuji, že jsem původcem svých aktivit, za jejichž výsledky též nesu zodpovědnost.

Se vznikem „Já poznávaného“ a souběžným protnutím s „Já poznávajícím“ se jedinec v pravdě stává lidskou bytostí, v psychologii se konstatuje, že došlo ke vzniku vrcholné psychické struktury označované jako „Jáství“. Aktivizací „Já poznávaného“ dochází k překrytí „Já poznávajícího“, toto Já je však nadále přítomno, je dispozičním rezervoárem našim zkušeností, které mohu průběžně využívat. Vztah mezi „Já poznávajícím“ a „Já poznávaným“ lze nejlépe zachytit na konkrétním příkladu.

Po absolvování řidičského kurzu získáme řidičský průkaz, ten tedy obdržíme v okamžiku, kdy prokážeme, že jsme nositeli jistých specifických vědomostí, dovedností a návyků. Při svých prvních cestách bez instruktora si velmi tíživě uvědomujeme, že jsme původci začátečnických řidičských aktivit, někteří z nás se dokonce verbálně monitorují a instruují. Naše činnost je v převládající míře organizována „Já poznávaným“. Postupně se však naše řidičské dovednosti automatizují, stáváme se řidičskými rutinéry, někdy dokonce k nelibosti spolujezdců nebo i příslušníků policie souběžně vykonáváme vedle řízení automobilu další činnosti, aniž si nutně uvědomujeme jednotlivé detaily týkající se řízení. Zde již využíváme k řízení sebe sama „Já poznávajícího“. Samozřejmě, že řízení automobilu můžeme kdykoli zvědomit. Děje se tak tomu tehdy, když se objeví nějaká nová, neobvyklá situace, kterou je třeba řešit. Ve většině případů však řízení probíhá automaticky, nemůžeme jej však vysvětlit jako projev mechanicky naučeného jednání – vždyť podobu automatické činnosti má i jízda ve zcela neznámé krajině. Dochází tedy k organizaci působících podnětů, k regulaci činnosti, k využívání našich zkušeností, aniž si to jasně uvědomujeme. Vše probíhá na úrovni „Já poznávajícího“, které je aktivováno nepřetržitě, pokud se nacházíme v bdělém stavu.

Vědomí může být dále uchopovány s ohledem na v něm zobrazované obsahy. Pojem obsah vědomí však není jednotně chápán. Někdy jsou za něj považovány veškeré podněty nacházející se aktuálně v našem vědomí, jindy jsou to jen ty prožitky, na něž je zaměřena naše pozornost, tedy ty prožitky, které jsou v jistém stupni námi aktuálně uvědomovány.

Které podněty, které se nacházejí ve vašem vědomí nejsou aktuálně uvědomovány?

Atkinsonová a kolektiv, chápou pojem vědomí s ohledem na zobrazované obsahy úžeji. Tito pak rozlišují hned několik příbuzných pojmů: vědomí, podvědomí, předvědomí a nevědomí[1]:

- **Vědomí** je pak stavem uvědomování si vnějších a vnitřních podnětů, zahrnuje v sobě jednak vědomé sledování svého okolí a sebe sama a jednak vědomé ovládání (plánování, zahajování a řízení) vlastních aktivit. Sledování i ovládání předpokládá vlastní sebeuvědomění.
- **Podvědomí** je neuvědomělá registrace podnětů a jejich následné zpracování, kdy dané procesy můžeme zpětně zvědomit zaměřením pozornosti a aktivací dalších poznávacích procesů. Je zde zdůrazněno spíše procesuální hledisko.
- **Předvědomí** je tvořeno našimi životními zkušenostmi, jedná se o jakýsi paměťový sklad. Ve srovnání s podvědomím je zde zdůrazněno spíše statické hledisko. Může se jednat o vědomosti, tedy informace, které můžeme dále využívat, jakož i dovednosti, tedy cvikem zvládnuté aktivity. Zkušenosti obsažené v předvědomí můžeme využívat, aniž si to uvědomujeme, nebo je můžeme stejně jako procesy v podvědomí zvědomit.
- **Nevědomí.** Freud, který pojem do psychologie zavedl, předpokládal, že obsahem nevědomí jsou nevědomé touhy a impulzy jedince, jakož i nedostupné bolestné vzpomínky. Soudobé náhledy předpokládají, že obsahem nevědomí jsou veškeré duševní procesy a obsahy, ke kterým nemáme přístup, ať tyto jsou nebo nejsou výsledkem traumatizující zkušenosti jedince.

Pokud propojíme oba výše uvedené pokusy směřující k vymezení vědomí, pak je zřejmé, že termín vědomí „Já poznávajícího“ se překrývá s pojmem podvědomí a předvědomí a termín vědomí „Já poznávaného“ s pojmem vědomí.

[1] srov. Atikinsonová, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., Bem, D.J. Psychologie. Praha: Victoria Publishing, 1995, s. 215-216.

Samostatnou otázkou zůstane skutečnost, zda máme chápat pojem nevědomí tak jako Freud nebo spíše ve smyslu všech nedostupných obsahů.

Vědomí má několik charakteristik neboli vlastností. Jedná se o luciditu, kapacitu, obsah, idiognozii, identitu a vigilanci.

- **Luciditu** lze chápat jako jasnost vědomí, lucidita se pak pohybuje od stavů ostré jasnosti ke stavům výrazné nejasnosti. Jak bude dále řečeno, sníženou luciditu vědomí můžeme zaznamenat u kvalitativních poruch vědomí.
- **Kapacitou** vědomí se rozumí rozsah zobrazených podnětů ve vědomí, kapacita může být opět různě velká. Je zřejmé, že v případě kapacity vědomí máme na mysli též jednu z vlastností pozornosti, kterou je rozsah.
- **Obsah** vědomí je tvořen poznatkovou náplní vědomí, tím, co konkrétně je ve vědomí zobrazováno.
- **Idiognozie** je stavem uvědomění si vlastního Já (sebeuvědomění) a jeho podílu na probíhajících psychických aktivitách. Jestliže si uvědomuji, že jsem to já, kdo sleduje a reguluje, pak je přítomen prožitek idiognozie. Vědomí idiognozie vystupuje v rámci volních aktivit jedince.
- **Identita** je stavem uvědomění si sebe sama v časové posloupnosti, uvědomění si vlastních tělesných, psychických a sociálních charakteristik.
- **Vigilanci** lze chápat jako stav bdělosti, vědomí ve stavu bdělosti kolísá. Jak bude řečeno dále, snížená vigilance je typickou projevovou charakteristikou pro kvantitativní poruchy vědomí.

Změny vědomí

Změněné stavy vědomí lze členit na změny fyziologické (nepatologické) a změny chorobné (patologické). Nejtypičtější fyziologickou změnou vědomí, se kterou máme každý z nás bohaté zkušenosti, je spánek. Spánek bývá definován jako generalizovaný útlum naší centrální nervové soustavy. Spánek plní regenerativní úlohu. Musíme rozlišovat mezi stavy ztráty vědomí a spánkem, protože v případě spánku nelze hovořit o stavech bezvědomí. Jedince ve stavu spánku lze poměrně snadno přivést do stavu plného vědomí, i ve stavu spánku jsou zachovány jisté znaky bdělosti v podobě strážních bodů, díky kterým registrujeme určité změny ve svém okolí, kdy na tyto změny reagujeme procitnutím ze spánku. O fyziologických změnám vědomí můžeme hovořit též v případě navození stavu relaxace nebo hypnózy, kdy se jedná o koncentraci vědomí vybraným směrem za

současného doprovodu zvýšené sugestibility osoby. Dále lze uvést stavy, které jsou na pokraji mezi stavy fyziologickými a patologickými. Příkladem je intoxikace psychoaktivní látkou, kdy jednou ze stěžejních charakteristik drog je jejich schopnost měnit naše obvyklé vědomé stavy. V těchto případech často na tuto změnu vědomí nemáme náhled, stav změněného stavu vědomí pak registrujeme teprve s jistým odstupem. Pokud již došlo k patologické změně vědomí, pak se hovoří o poruchách vědomí. Než však bude pojednáno o dílčích poruchách vědomí, upozorním na tematiku poruchy duševních dějů obecně, kdy porucha vědomí je právě jednou z dílčích podob těchto poruch.

Poruchy duševních dějů

Poruchy duševní dynamiky lze sledovat s ohledem na jejich vlastní průběh (zde sledujeme vlastní duševní děj) nebo s ohledem na jejich průřezovou kvalitu (zde sledujeme duševní stavy). Poruchy duševních dějů jsou zpravidla členěny do dvou základních skupin. Může se jednat buďto o poruchy kvantitativní nebo kvalitativní.

Poruchy kvantitativní, jak napovídá název skupiny poruch, se týkají intenzity průběhu duševního děje. Mohou nastat dvě situace, intenzita je buďto zesílena nebo zeslabena, v extrémních případech může dojít i k úplnému vymizení sledovaného děje, tento pak nelze nijak registrovat. U každého jedince však musíme posuzovat, zda se jedná o zesílení nebo zeslabení pro něj obvyklého průběhu duševního děje. Z toho důvodu je účelné se zaměřit ne pouze na aktuální podobu průběhu duševního děje, ale též na obvyklou podobu průběhu sledovaného děje v minulosti, děje, který je pro sledovaného jedince typickým. Nehovoříme o poruše duševního děje tehdy, jestliže se daná podoba sice vymyká obvyklému průběhu ve srovnání s jinými zástupce populace, v rámci které je jedince hodnocen, ale tento průběh je pro daného člověka obvyklý, je možno jej sledovat v průběhu celého životního cyklu jedince.

Konkrétně nebudeme hovořit o poruše vůle u člověka, který je sice nápadně nerozhodný, ale onu nerozhodnost můžeme sledovat po celou dobu jeho životního kontinua. Stejně tak nebudeme hovořit o poruše duševního děje u individua s fotografickou pamětí, kterou se vyznačoval již v dětství, dospívání stejně jako nyní v dospělosti. Naopak o poruše budeme uvažovat tehdy, jestliže jedinec vykazuje známky značné nerozhodnosti nebo zvýšené schopnosti zapamatování si jednotlivých podnětů, kdy tyto projevy nebylo možno u něj pozorovat v minulosti.

Poruchy kvalitativní jsou poruchami duševních dějů, které jsou obvyklé intenzity, ale obsah vlastního děje je více či méně zkreslen. V rámci daného děje se objevují prvky, které nezobrazují nebo neodrážejí reálnou podobu vnitřního a vnějšího světa daného individua. Tento je díky dané

skutečnosti chybně informován o své životní realitě, volí pak strategie a jednání, které nejsou ve svých projevech a důsledcích adaptivní. Vinou uvedeného se sledované individuum chová neúčelně a není schopno adekvátně plnit své životní role plynoucí z jeho sociálních pozic.

Dokážete uvést konkrétní příklad kvantitativní nebo kvalitativní poruchy probíhajících duševních dějů?

Poruchy vědomí

Poruchy vědomí jsou v souladu s výše uvedeným děleny na poruchy kvantitativní a kvalitativní.

Pokud osoba utrpí úraz a nachází se ve stavu bezvědomí, pak se bude jednat o poruchu kvantitativní, došlo k výraznému snížení funkce. Jestliže bude jedinec nadměrně užívat psychoaktivní látky a v době navazující abstinence začne mít vidiny, pak se jedná poruchu kvalitativní, protože intenzita vědomí není narušena, narušen je však jeho obsah, postižený vidí obrazy, aniž na něj působí vyvolávající podněty.

Kvantitativní poruchy vědomí

U kvantitativních poruch je nejvýrazněji zasaženo vědomí ve znaku vigilance, tedy bdělosti. Tyto poruchy mohou mít rozličnou vyvolávající příčinu, může se jednat o intoxikaci, neuroinfekci, metabolické poruchy, úrazy hlavy a podobně. Vyvolávající příčina pak určuje další prognózu vývoje. Mezi kvantitativní poruchy řadíme: somnolenci, sopor, koma a mdloba.

Somnolence je nejmírnější stupeň kvantitativní poruchy, projevuje se nezájmem, apatií, pomalými psychomotorickými reakcemi, jedinec reaguje po latencích (po prodlevách). Dále mezi příznaky patří poruchy pozornosti, nejnápadněji ve vlastnostech koncentrace a rozsahu pozornosti, nerozhodnost v jednání, zpomalené myšlení, touha po spánku, rychlé usínání. Do stavu somnolence se člověk může dostat i po proběhlé výrazné fyzické nebo psychické zátěži. V těchto případech má regenerativní účinek dostatek spánku, tekutin a živin.

Sopor je středně těžkou poruchou. Postižený upadá do stavů spánku, lze jej na chvíli probudit silnými, kupříkladu bolestivými podněty, po jejich odeznění však nemocný opět upadá do stavu spánku.

Koma je nejtěžší formou kvantitativních poruch. Postižený se nachází ve stavu bezvědomí, nelze jej přivést k procitnutí žádnými, ani velmi silnými podněty. Existují případy, kdy se jedinec nachází v komatu měsíce až roky. Daný stav nejvíce koresponduje s běžným označením být v bezvědomí.

Mdloba je krátkodobá ztráta vědomí. Vzniká náhlým nedokrvením mozku. Toto může být způsobeno vyčerpáním, bolestí, nedostatkem kyslíku, ale též úlekem.

Kvalitativní poruchy vědomí

U kvalitativních poruch je vigilita více či méně zachována, vědomí je narušeno zejména ve znacích jako je lucidita, rozsah, obsah, někdy též v idiognozii a v identitě. Mezi kvalitativní poruchy vědomí patří delirium, amenci a mrákotné stavy.

Delirium je stav obluzeného vědomí. Mívá bouřlivý nástup, průběh, jasné stavy se střídají se stavy obluzenosti. Paměťová vzpomínka na stav deliria chybí nebo má jen ostrůvkovitý charakter. Postižený je dezorientován časem, místem, někdy i vlastní osobou. Navíc mohou být přítomny halucinace (zážitek vjemu, který není reakcí na reálný podnět), mohou se objevit i bludy (nevývratné myšlenkové závěry vzniklé na chorobném podkladu), jednotlivé halucinované nebo bludné vjemy jsou často nepříjemného charakteru, nemocný se snaží vymanit ze zažívané situace, tyto situace nositel považuje za reálné. S deliriem se můžeme setkat u somatických onemocnění, při vysokých teplotách, úrazech mozku, u závislých. Delirium může trvat dny až měsíce.

Velmi často se můžeme setkat s deliriem u závislých na alkoholu, uvádí se, že u každého patnáctého závislého na alkoholu se rozvine delirium. Děje se tak v okamžiku nucené abstinence, nebo přímo v průběhu intoxikace alkoholem. Postižení bývají dezorientovaní místem, časem, v popředí u nich stojí zrakové halucinace. Halucinovány bývají nejrůznější objekty, osoby, zvířata. Nemocní prožívají válečné události, kolonizují nejrůznější planety, jsou obtěžováni různým hmyzem, zvířata vystupují s lidskými vlastnostmi, nacházejí se v nebezpečných událostech a podobně. Společným jmenovatelem těchto událostí je jejich ohrožující obsah, proto se z těchto situací snaží nemocní uniknout, musí být tedy fixováni, jelikož si ve svých únicích mohou ublížit. Průběh deliria je velmi proměnlivý, stavy deliria jsou střídány stavy relativně normálního vědomí, kdy stavy normálního vědomí s přibývajícími dny nabývají převahy. Obvyklá délka trvání deliria alkoholové etiologie je asi jeden týden. Průběh může být komplikován epileptickými záchvaty, poruchami srdečního rytmu, metabolickými potížemi. Není výjimkou, že delirium díky těmto komplikacím ústí v úmrtí nemocného.

Amence neboli zmatenost je rovněž stavem obluzeného vědomí. Průběh amence může trvat podstatně déle, než je tomu u deliria a nebývá tolik bouřlivý. Amence je obvyklým stavem u nemocných v pokročilých stádiích demence, a to vinou masivního poklesu paměti, úpadkem úsudku a myšlení. Navíc se mohou objevit halucinace, ale i bludy, chybí orientace osobou, časem, místem, situací. Na časový úsek proběhlý ve stavu amence nemívá postižený pamětní vzpomínku. Pro spornou hranici mezi deliriem a amencí bývá doporučováno používat pouze termín delirium.

Mrákotné stavy. Je pro ně charakteristický náhlý nástup a stejně náhlé odeznění. Mrákotný stav trvá obvykle minuty až řádově desítky minut. Na prožité období má postižený amnézii (nepamatuje si na proběhlé události). Okolí ani nemusí zaregistrovat existenci mrákotného stavu u postiženého, byť se tento chování neobvyklým způsobem. Díky těmto projevům navenek bývají mrákotné stavy přiřazovány k poruchám kvalitativním, přestože stojí na pomezí těchto poruch.vědomí. Mrákotné stavy se objevují:

- u osob postižených epilepsií (mrákotný stav nasedá na proběhlý záchvat),
- u afektivních poruch (zejména v případě patického afektu, kdy jsou výrazně sníženy ovládací a rozpoznávací schopnosti jedince),
- u patické opilosti (relativně malé množství alkoholu vyvolá u postiženého nepřiměřenou reakci, ten může explozivně zasahovat vůči okolí, může však jednat i relativně účelně, na proběhlé však nemá pamětní vzpomínky, může se v tomto stavu dopouštět trestných činů),
- mrákotný stav vzniká též po úrazech mozku.

U mrákotných stavů rozlišujeme různé projevové formy: stuporózní, delirozní a automatickou:

- **stuporózní forma** se projevuje nápadným ochuzením pohybových projevů. Může ústit až v úplné vymizení psychomotorických aktivit, takový jedinec se svým okolím nekomunikuje;
- **delirozní forma** se naopak vyznačuje zvýšenou aktivitou jedince, ta může přecházet až v napadání svého okolí, jakož i vlastní osoby;
- **automatická forma** se pak vyznačuje stereotypiemi, může se jednat i o souběh jednotlivých aktivit, které se jeví navenek jako uspořádané, sledovaný cíl však chybí nebo nedává smysl.

Pokuste se formulovat, jak byste se u individua pokusili diagnostikovat kvantitativní poruchu vědomí na straně jedné a kvalitativní poruchu vědomí na straně druhé (vyjděte z výše

uvedených obecných charakteristik poruch vědomí). Jakých konkrétních postupů byste k odlišení těchto dvou typů poruch použili?

3. 2 Pozornost

Pozornost je probírána v sousedství s vědomím z toho důvodu, že ji lze považovat za nedílnou (imanentní) součást vědomí. Vědomí by bez znaku pozornosti neplnilo svou stěžejní funkci, kterou je nést a zobrazovat psychickou organizaci jedince. Díky pozornosti je uplatňována selektivita v našem vědomí. Z toho důvodu bychom pozornost mohli přiřadit k výše uvedeným vlastnostem vědomí.

Pozornost je vymezována jako schopnost mentální koncentrace psychické činnosti.

Díky pozornosti jsou některé obsahy v našem vědomí chápány zřetelně a komplexně, jiné pak jen schematicky, zatímco další jsou opomíjeny.
Pozornost bývá zpravidla dělena s ohledem na intencionalitu (záměrnost) mentální koncentrace na pozornost úmyslnou, postúmyslnou a neúmyslnou.

Úmyslná pozornost je záměrnou koncentrací mentální aktivity jedince žádoucím směrem. Tento druh pozornosti vystupuje v průběhu volních aktivit, kdy je ve vědomí přítomen prožitek idiognozie (sebeuvědomění), v těchto chvílích je jedincova psychická aktivita organizován pomocí „Já poznávaného“. Individuum si uvědomuje svůj podíl na probíhajících aktivitách, jakož i svou zodpovědnost za výsledek těchto aktivit. Zaměření pozornosti může být doprovázeno slovním komentářem, kdy jedinec sám sebe instruuje a monitoruje. Může se jednat o instrukce typu „musíš, nesmíš, dobře to děláš…“ Dá se předpokládat, že úmyslná pozornost v pozitivním slova smyslu podporuje ty aktivity, které jsou svým nositelem dobře zvládnuty a osvojeny. Pokud se jedná o aktivity, které toto nesplňují, pak záměrné zaměření pozornosti může působit i kontraproduktivně, jelikož jedince anticipuje svůj případný neúspěch, eventuelně všechna rizika, které mu mohou stát v cestě.

Uveďte případ nebo situace, kdy v průběhu vašich psychických aktivit sehrála úmyslná pozornost negativní roli?

Postúmyslná pozornost je pozorností navazující, nasedá na pozornost úmyslnou. Úmyslnou pozorností došlo ke koncentraci mentálních aktivit žádoucím směrem, postupně však slábne vědomí idiognozie a jedinec začne vykonávat své aktivity jakoby automaticky. Psychická aktivita přestává být organizována „Já poznávaným“, daný typ vědomí začíná ustupovat do pozadí a jedince začíná být řízena „Já poznávajícím“. Po jisté době však může být v podobě aktivace „Já poznávaného“ opět aktivována pozornost úmyslná, aby časem opět byla tato nahrazena pozorností postúmyslnou. Postúmyslná pozornost tedy navazuje na pozornost úmyslnou a udržuje mentální koncentraci ve směru, který byl navozen právě pozorností úmyslnou.

Neúmyslná pozornost je pozorností bezděčnou. Jedná se o stavy, kdy zaměřujeme svou pozornost jistým směrem, aniž dochází ke vzbuzení stavu idiognozie. Jedná se o ten typ aktivit, které jsou plně organizovány našim „Já poznávajícím“. Nejedná se však v žádném případě o aktivity, které nemají svůj účel, nejedná se o aktivity neadaptivní. Jestliže tento typ pozornosti vychází z „Já poznávajícího“, tak je zřejmé, že může být dále využívána naše zkušenost, vysuzovací procesy jakož i probíhající motivační procesy. Je nutno podotknout, že většina našich aktivit se odehrává právě díky neúmyslné pozornosti.

Pozornost má několik charakteristik (vlastností). Jedná se o koncentraci, intenzitu, stálost, rozsah a přepojování.

Koncentrace – dimenze koncentrace se odráží v samotné definici pozornosti, jedná se o již zmíněnou schopnosti koncentrovat (zaměřovat) pozornost pro jedince žádoucím směrem, díky čemuž jsou jednotlivé prvky nacházející se ve vědomí uspořádány.

Intenzita – zde je zdůrazněno kvantitativní hledisko pozornosti, vyjadřuje hledisko míry zaměření pozornosti. Míra intenzity se pohybuje v dimenzi nízká a vysoká. Při nízké intenzitě není příliš velký rozdíl mezi jasností registrace podnětů, na které je zaměřena pozornost a těmi, na které zaměřena není, což negativně ovlivňuje průběh jednotlivých myšlenkových aktivit, protože registrace nesouvisejících prvků zahlcuje duševní aktivity. Při vysoké intenzitě jsou velmi detailně vnímány objekty, na které je zaměřena pozornost, ostatní jsou registrovány, pokud již tak jen schematicky, průběh duševních aktivit není těmito nesouvisejícími objekty nijak rušen.

Stálost – zde je vyjádřena skutečnost, že naše pozornost se pohybuje na škále od těkavosti po stálost. O stálosti se hovoří tehdy, jestliže se jedinci daří udržet pozornost v jednom směru, mentální koncentrace jedince je zaměřena na vybraný objekt a zde setrvává. Uvedené je však ideální stavem, jelikož člověk dokáže udržet pozornost ve znaku

stálosti řádově v sekundách, po jisté době musíme znovu zaměřit pozornost oním žádoucím směrem. O těkavosti se pak hovoří tehdy, jestliže krátce po svém zaměření se pozornost stáčí od onoho výchozího zaměření. Příkladem může být kupříkladu stav, kdy zažíváme velmi intenzivní pozitivní emoce (průběh našich aktivit je katatymně zkreslen) a nám se nedaří udržet pozornost žádoucím směrem.

Rozsah – jedná se o schopnost jedince zaměřit svou pozornost na několik objektů současně. Ona schopnost je omezená, není vyšší než řádově jednotky. V psychologii byly dokonce zaznamenány pokusy pomocí rozsahu pozornosti vysvětlovat rozdíly v mentálních dovednostech mezi lidmi. Očekává se pak, že čím větší je rozsah pozornosti u jedince, tím jsou kvalitnější výsledky jeho duševních aktivit.

Přepojování – jedná se o schopnost jedince distribuovat svou pozornost od jednoho objektu k druhému, tak jak to opět vyžaduje charakteristika situace (jedná se o přepojování žádoucím směrem). Jde o míru snadnosti nebo nesnadnosti onoho přepojování.

Bezesporu máte jistou zkušenost s průběhem vlastním psychických aktivit. Charakterizujte obvyklou podobu vlastní pozornosti, k jejímu zachycení užijte výše uvedených vlastností pozornosti. Máte identifikovány určité stavy nebo situace, které mají determinující vliv na obvyklou podobu Vaší pozornosti, dokážete je uvést?

Poruchy pozornosti

Poruchy pozornosti jsou stejně jako i poruchy vědomí členěny na poruchy kvantitativní a poruchy kvalitativní.

Poruchy kvantitativní se projevují buďto zesílením nebo zeslabením obvyklé podoby průběhu pozornosti.

Hyperprosexie je stav patologického zesílení pozornosti. S danou poruchou se kupříkladu můžeme setkat u akutní intoxikace stimulancii nebo u nositelů mánie. K zesílení může dojít u všech zmiňovaných vlastností pozornosti nebo jen u některé z nich. Některá z vlastností pak může být ve svých projevech normální, jiné dokonce mohou být i oslabeny. V případě mánií je například zesílena pozornost ve znaku koncentrace, stálosti, intenzity, rozsahu, objevuje se však narušení ve znaku rozdělování.

Hypoprosexie je stav snížené schopnosti zaměření pozornosti zpravidla ve všech vlastnostech. Se stavem nepatologické úrovně hypoprosexie jsme se již zřejmě u sebe setkali, pokud jsme se díky nadměrnému psychickému nebo fyzickému úsilí nacházeli ve stavu vyčerpání (spmnolence).

Aprosexie je stav úplné neschopnosti zaměřit pozornost. Jedná se vždy o projev vážného duševního onemocnění. S aprosexií se můžeme setkat především u nemocných těžkými depresemi a při úrazech mozku.

S úplnou ztrátou koncentrace pozornosti se lze setkat především u těžkých stavů deprese, kdy takto postižení jedinci zpětně po odeznění poruchy uvádějí, že nedokázali zaměřit svou pozornost, protože toto pro ně bylo příliš namáhavé.

O kvalitativní poruše pozornosti se hovoří v těch případech, kdy intenzita průběhu pozornosti je obvyklá, ale jedinec zaměřuje jednostranně výběrově pozornost jedním směrem.

Paraprosexie je reprezentantem kvalitativní poruchy paměti. Jedná se o nesprávné neboli jednostranně chorobné zaměření pozornosti. S paraprosexií se můžeme setkat u paranoidní interpretace světa, v těchto případech bývá pozornost až jednostranně a mnohdy i neodklonitelně zaměřena k oblasti existujících paranoidních interpretací světa. Právě díky jednostrannému zaměření je pozornost u takto postižených jedinců oslabena vůči ostatním obrazům světa.

Příkladem může být situace u paranoidní poruchy osobnosti emulačního (žárliveckého) typu, kdy tento jedinec ve zvýšené míře registruje ty skutečnosti, které jsou z jeho pohledu v relaci s jeho podezřením o nevěře partnera.

Přehled výukových cílů:

- Dokážete od sebe odlišit termín vědomí, podvědomí, předvědomí a nevědomí
- Umíte vyjmenovat a objasnit jednotlivé charakteristiky vědomí
- Dokážete vysvětlit rozdíl mezi změnou a poruchou vědomí, umíte objasnit podstatu jednotlivých poruch vědomí
- Umíte je charakterizovat pozornost, vlastnosti pozornosti a poruchy pozornosti

4. Kognitivní duševní děje

V této části se dozvíte:

- Budou vymezeny a klasifikovány kognitivní (poznávací) duševní děje
- Bude podána charakteristika dílčích kognitivních dějů
- Detailněji budou probrány poruchy vnímání, paměti a myšlení,
- Budou podány základní charakteristiky učebních procesů (učební procesy se překrývají s dílčími rovinami kognitivních procesů, pokud tyto směřují ke vzniku nové zkušenosti),
- Bude objasněny jednotlivé druhy učení

Následující text se bude podrobněji zabývat rozborem možných podob a charakteristik existujících duševních dějů. Duševní děje jsou děleny na děje kognitivní (poznávací), afektivní (citové) a konativní (snahové). Kognitivními duševními ději se jedinec snaží uchopit a zobrazit vnitřní i vnější realitu, což se stává východiskem pro jeho jednání v dané realitě. Čím kvalitnější jeho ono zobrazení, tím adaptivněji takový jedince jedná, při nekvalitním zobrazení ve svém jednání pochopitelně selhává.

Kognitivní duševní děje směřují ke sběru, zpracování a vyhodnocování informací týkající se životní světa jedince. Kognitivní duševní děje mohou být dále precizovány do dílčích rovin. Bude se jednat o vnímání, představivost, fantazii, paměť, myšlení a učení. Je zřejmé, že dané roviny se v reálné podobě vyskytují v koexistenci, izolovaný výskyt jedné z rovin za současné nepřítomnosti ostatních rovin není myslitelný, navzájem se tak jejich podoby a průběh ovlivňují. Celkový výsledek poznávacích procesů bude ovlivněn dílčími kvalitami jednotlivých rovin kognitivních duševních dějů. Narušení kvality byť v jedné rovině může velmi zásadně negativně ovlivnit celkovou výslednou kvalitu poznávacího procesu.

4. 1 Vnímání

Vnímání je možno brát za názornou a aktuální rovinu kognitivních (poznávacích) psychických dějů. Objektem vnímání může být bezprostřední realita, jakož i její reprezentace v podobě schémat nebo modelů.

Vnímání lze vymezit jako obraz právě působících smyslově vnímatelných jevů ve vědomí člověka.

Tyto jevy musí mít jisté percepční charakteristiky, aby se mohl stát objektem vnímání. Převedení působících podnětů do vědomí člověka je zprostředkováno smyslovými orgány neboli analyzátory (termín analyzátor byl zaveden I. P. Pavlovem). Pokud užijeme termín analyzátor, pak zdůrazňujeme, že ze značného proudu na jedince právě působících podnětů jsou vybírány pouze některé, zpravidla ty, které jsou pro jedince důležité. Působící podnětový tok je analyzován, dochází k neustálé selekci působících podnětů.

Rozlišujeme následující smyslové orgány:

- oko,
- vnitřní ucho s hlemýžděm, s chodbami a labyrintem,
- nos,
- jazyk, ústa a jícen,
- kůže, svaly a vnitřní orgány.

Vidíme, že se jedná o precizaci klasického dělení analyzátorů na pět smyslů.

Smyslový orgán je tvořen několika částmi, receptorem, dostředivými drahami, projekční oblastí v korové části mozku a asociativní oblastí v mozkové kůře.

Receptor je přijímačem působících podnětů, jedná se souběžně o vstupní, ale i zpracovatelskou strukturu. Receptory jsou systémy určené pro příjem senzorických vlastností. Každý receptor je nastaven na specifický druh podnětů, lze konstatovat, že je specialistou na určitý druh podnětů. Elektromagnetické záření o vlnové délce 400-750 nm je odpovídajícím podnětem pro zrak, inadekvátním podnětem pro zrak jsou pak mechanické kmity šířené vzduchem (zvuk) nebo molekuly plynů rozptýlené v prostoru, které mohou být vyhodnoceny jako pach nebo vůně. Receptor mění energii podnětu v nervový vzruch, ten má povahu elektrického signálu, čímž dochází k prvotnímu zpracování podnětu. Daný převod se nazývá transdukce. Receptor má jeden vstup a jeden výstup, vstupní část receptoru je ta část, která vlivem působících podnětů mění svůj výchozí stav, vznikne nervový impuls, který je výstupem receptoru předán dostředivým drahám smyslového orgánu.
Na receptor působící podnět musí mít jistou intenzitu neboli stimulační energii. Jestliže potřebnou intenzitu nemá, pak není schopen vyvolat nervový vzruch. Podněty pak lze dělit na ty, které nevyvolávají senzorickou reakci, a na ty, které tuto reakci vyvolávají. Hranice mezi těmito druhy podnětů se nazývá absolutní senzorický práh, kdy může být dále rozlišován práh dolní a horní. Dolní absolutní senzorický práh vyjadřuje minimální intenzitu (energii) podnětu, která je už schopna

vyvolat senzorickou reakci, horní absolutní senzorický práh je pak nejvyšší možná hodnota (energie) podnětu, která ještě vyvolá nervový vzruch.

Co se týče jednotlivých receptorů, tak ty jsou poměrně citlivé ve smyslu dolních absolutních senzorických prahů. Je někdy až udivující, jaká je úroveň běžného vnímání u normálního jedince za optimálních senzorických podmínek. Plamen svíčky je viditelný za jasné noci až na vzdálenost 48 kilometrů, tikot hodinek je slyšitelný na vzdálenost 6 metrů, jedna čajová lžička cukru je patrná v 10 litrech vody, jedna kapka parfému je patrná, pokud je rozptýlena v šesti místnostech, lze zaznamenat pád mušího křídla na tvář z výšky jednoho centimetru.[2]

Kromě absolutního podnětového prahu je rozlišován ještě relativní senzorický práh. Jedná se o nejmenší možný rozdíl mezi dvěma různě intenzivními podněty téhož druhu, který vyvolá odlišnou senzorickou reakci. Jak veliký bude relativní práh, bude záležet na intenzitě působících podnětů. Při malé intenzitě působících podnětů je potřeba malá změna intenzity působících podnětů, aby tato změna byla zaznamenána. Naopak u příliš intenzivního podnětu musí dojít k výrazné změně intenzity, aby tato byla zaznamenána (Weber- Fechnerův zákon).

Dokážete uvést praktický dopad Weber-Fechnerova zákona?

Receptory mohou být rozličným způsobem klasifikovány. Precizní dělení podává Homola[3], který receptory člení na:

- exteroreceptory (nervové buňky určené k čití se nachází na povrchu organismu),
- interoreceptory (nervové buňky určené k čití jsou uvnitř organismu).

Exteroreceptory se dělí na receptory kontaktové a telereceproty. Kontaktové receptory jsou dále děleny na kožní a chuťové. Kožní mohou zpracovávají podněty hmatové, teplotní, chladové a bolestivé. Telereceptory jsou dále děleny na čichové, zrakové, sluchové a bolestné.

Interoreceptory se dělí na viscероreceptory a propioreceptory. Viscероreceptory se nacházejí ve vnitřních orgánech, jedná se o receptory trávící, dýchací, oběhové, vyměšovací, sexuální, bolestivé a chemické. Proprioreceptory informují o polohách organismu nebo o jeho pohybu.

[2] srov. Atkinsonová, R.L., Atkinson, R.C., Smith, E.E., Bem, D.J. Psychologie. Praha: Victoria Publishing, 1995, s.138.
[3] srov. Homola, Miroslav a kol. Obecná psychologie. Olomouc: Rektorát Univerzity Palackého, 1990, s. 114.

Nervový vzruch je předán výstupem z receptoru dostředivé nervové dráze, signál je veden hřbetní míchou až do příslušné projekční oblasti mozku. Zde je vzruch převeden v počitek. Člověk však nevnímá ve formě počitků, ty jsou dále transformovány ve výsledné vjemy. **Počitek** je odrazem působícího podnětu, **vjem** je výsledkem procesu, ve kterém je počitek zařazen do existující struktury, do jistého celku. K převodu počitku do podoby vjemu dochází na základě předchozí zkušenosti jedince, výsledný vjem v sobě může nést prvky představování, fantazie, myšlení a četných paměťových obsahů. K onomu převodu dochází v asociativní oblasti mozku. Výsledný vjem je určen dvojí podmíněností, nejprve percepčními charakteristikami a následně specifickou zkušeností vnímajícího jedince.

Poruchy vnímání

V případě poruch vnímání se opět můžeme setkat jak s poruchami kvantitativními tak i kvalitativními. Poruchám kvantitativním nebudeme věnovat velký prostor. Tyto mívají zpravidla svůj organický podklad a jsou pak řešeny příslušnými specialisty v oblasti lékařské praxe. Za takovou kvantitativní poruchu vnímání lze považovat krátkozrakost, nedoslýchavost a podobně. Poruchy kvantitativní mohou vznikat na všech úrovních smyslového analyzátoru, nejčastěji se však setkáváme s poruchami receptorickými.

Kvalitativní poruchy vnímání jsou děleny do dvou kategorií, rozlišujeme iluze a halucinace.

Iluze

Iluze se projevují ve zkreslení našeho vnímání, výsledný vjem je nepřesný, neúplný, chybně je jím zobrazena realita. Iluze je způsobena zhoršenými percepčními podmínkami, nedokonalostí našich smyslových analyzátorů nebo vztahovým rámcem, ve kterém probíhá vlastní percepce. Iluze se poměrně běžně vyskytují, lze je registrovat v průběhu našich poznávacích procesů, nelze je považovat za výraz jakékoli patologie. Bývají děleny dle toho, ve kterém smyslovém analyzátoru vznikají. Hovoří se pak o iluzích zrakových, sluchových, čichových, chuťových a hmatových. V okamžiku, kdy nositel iluze shledá, že zkresleně vnímá realitu (získá náhled na ono zkreslení) hovoříme o pseudoiluzích.

Termín iluze však není v psychopatologii jednotně chápán. Někdy je to, co bylo v předchozím odstavci nazváno jako iluze (zkreslený vjem), označováno jako smyslový klam. Iluze je pak vymezována, jako falešný vjem, který je vyvolán reálným podnětem. Halucinace je pak vymezena jako falešný vjem,

který nemá žádnou oporu v realitě.[4] *Bojím se však, že ne vždy lze určit, zda má nebo nemá falešný vjem reálný podklad. Přidržím se tedy chápání iluze jako zkresleného vjemu a halucinace jako falešného vjemu (bez ohledu na to, zda tento vjem má nebo nemá oporu v realitě)*

Dokáže uvést příklady iluzí zrakových, sluchových, čichových, chuťových a dotykových, kterých jste Vy sami byli nositeli?

Halucinace

Halucinace, oproti iluzím, jsou již znakem psychopatologie. Halucinace lze vymezit jako chorobný vjem (vzniká na psychopatologickém podkladě), který má velmi slabou nebo žádnou oporu v podnětech, které aktuálně působí na smyslové analyzátory jedince. Díky halucinacím pak dochází k falešnému zobrazování vnějšího a vnitřního světa, nositel halucinace bere však tyto své vjemy jako pragmatickou realitu (nepochybuje o reálnosti svých vjemů), na tuto realitu pak reaguje, jeho chování je z těchto důvodů zjevně neadaptivní. Ve výjimečných případech může nositel halucinace získat náhled na svou patologickou percepci, v těchto souvislostech se hovoří o pseudohalucinacích. Halucinace mohou být dále rozličným způsobem členěny, nejčastěji je opět sledováno, k jakým analyzátorům je zkreslený vjem vztahován. Halucinace jsou vždy symptomem vážného duševního onemocnění, halucinace odezní v okamžiku odeznění vyvolávající poruchy.

Rozlišujeme halucinace sluchové, zrakové, čichové, chuťové, tělové, intrapsychické, inadekvátní a kombinované.

Sluchové halucinace se vyskytují nejčastěji. Mohou se objevovat v nejrůznějších projevových formách. Jedná se pak o slyšení různých zvuků, jejichž původ se nositeli poměrně těžce interpretuje (elementární), až po slyšení jednotlivých slov nebo celých monologů, eventuálně až dialogů více osob (komplexní). Někdy sluchové halucinace mají neutrální emoční doprovod, většinou se však jedná o doprovod nepříjemný, vyvolávající úzkostné pocity. Pokud postižení slyší více hlasů souběžně, kdy jeden hlas vystupuje vůči němu z přátelských pozic, jiný z neutrálních, další zase z pozic zřetelně nepřátelských, pak hovoříme **o antagonistických halucinacích**. Pokud hlasy přikazují jedinci, aby vykonával nejrůznější činnosti, pak se hovoří o **imperativních (přikazovacích) halucinacích**. Příkazy pak mohou jít proti zásadám a hodnotám nemocného, ten jim však může podlehnout a podvolí

[4] srov. Svoboda, M. [ed.], Češková, E., Kučerová, H. Psychopatologie a psychiatrie. Praha: Portál, 2012, s. 88, 89.

se jim. Jestliže svému nositeli hlasy radí nebo jej kritizují, pak se jedná o **teleologické halucinace**. Do kategorie sluchových halucinací také řadíme **čtení myšlenek**, kdy nemocný slyší cizí hlas, který opakuje jeho vlastní myšlenky, ale i odpovědi na tyto myšlenky. K halucinacím se často přidružuje existence bludu (nevývratného, na chorobném podkladu vzniklého myšlenkového závěru), kdy se obě poruchy navzájem podporují.

Postižená dospěla k závěru, že její děti jsou agenti mimozemšťanů (blud). V tomto závěru ji utvrzovaly hlasy, které slyšela (sluchové antagonistické a imperativní halucinace). Nakonec se rozhodla své závěry ověřit, nožem prořízla krk svým dvěma dětem a tak je usmrtila. Když pak ještě v atace choroby (onemocnění nadále pokračovalo) hovořila o tomto činu, tak uváděla, že to byli skutečně mimozemšťané. Jako důkaz uváděla fakt, že z nich nestříkala krev, byl to jen kečup, v organismu dětí viděla jen dráty a ozubená kolečka (zrakové halucinace). O závěrech svých zjištění byla nevývratně přesvědčena. Její poznávací a ovládací schopnosti vinou chorobného průběhu kognitivních procesů vymizely. Nutno dodat, že jen menšina takto postižených jedinců ublíží sobě nebo svému okolí.

Zrakové halucinace - jejich výskyt je ve srovnání se sluchovými halucinacemi méně častý. Mohou být různě složité, jedinec může vidět jednoduché předměty, ale též vnímá obrazy postav, zvířat, hmyzu. O zrakových halucinacích hovoříme i tehdy, pokud jejich nositel vnímá objekty výrazně menší nebo větší než ve skutečnosti jsou, dále mohou být halucinovány objekty nacházející se mimo zornou pole jedince nebo dokonce i vlastní osoba.

Čichové halucinace se projevují přesvědčením, jak už jsme si řekli, že jedinec cítí pachy nebo vůně, aniž jeho vjem má reálný podklad. Většinou se jedná o nepříjemné pachy související s jeho paranoidní orientací.

Chuťové halucinace se často vyskytují souběžně a halucinacemi čichovými. Postižený je přesvědčen o nápadné chuti jídla, které je dle něj otrávené.

V jednom menším městě se na policejní stanici objevil muž, který před překvapené policisty postavil hrnek s ještě vlažnou černou kávou. Tvrdil, že tuto kávu mu připravila jeho žena a že je v ní jed. Poznal, že je otrávená, podle zvláštní chuti. Vysvětloval, že se jej žena pokouší zbavit díky jeho problémům s konzumací alkoholu. Jednalo se o poněkud ožehavou záležitost, jelikož onen muž i jeho žena patřili v onom městě k „vyšším vrstvám“. Laboratorní vyšetření však prokázalo, že nápoj není otrávený, dané zjištění determinovalo další postup policistů a muž byl převezen do psychiatrické

léčebny. Zprvu byl léčen pro závislost na alkoholu, následně po detailním seznámení se s jeho anamnestickými daty pro poruchu nálady, kterou se zřejmě pokoušel nadměrnou konzumací alkoholu autoterapeuticky zvládnout.

Tělové halucinace bývají dále klasifikovány na dotykové, pohybové a orgánové. **Dotykové** se mohou projevovat pícháním, pálením, svěděním, pocity doteků rukou, ale i kontaktu s neživými předměty nebo zvířaty, dále přesvědčením o působení přístrojů na pokožku postiženého nekontaktní formou na dálku. **Pohybové halucinace** se projevují dojmem pohybu končetin, kloubů nebo i celého těla. Pohyb bývá postiženým vysvětlován jako důsledek ovládání druhou osobou. **Orgánové halucinace** jsou typické přesvědčením o změnách ve vnitřních orgánech, nemocný cítí rozpad srdce, plic, jater, mozku. Mezi orgánové halucinace se řadí též falešná gravidita, falešné těhotenství, kdy postižená cítí pohyb plodu, roste jí břicho, nalévají se jí prsa, aniž je tato skutečně gravidní.

Intrapsychické halucinace se projevují přesvědčením, že jsou nemocnému vkládány cizí myšlenky do jeho vlastních myšlenek. Jiné myšlenky mu mohou být naopak odebrány. Nemocný to vše zažívá jako manipulaci vlastní osoby, která se odehrává přímo v jeho mozku, interpretuje ji jako působení cizí moci. Může být rovněž přesvědčen, že dokáže svými myšlenkami druhé ovládat. Je zjevné, že se jedná o jevy na pomezí mezi halucinacemi a bludnou produkcí, která bude probrána v rámci poruch myšlení.

Inadekvátní halucinace se projevují tak, že postižený prožívá smyslové pocity v jiných částech těla než sídlí příslušný orgán.

Měl jsem v péči klienta s diagnózou hebefrenní (juvenilní) schizofrenie, který byl přesvědčen, že vidí skrze své zuby. Na veřejnosti tedy chodil s otevřenými ústy a nápadně vyceněnými zuby. Nepochyboval, že pokud zavře ústa, přestane vidět a poraní se.

Kombinované halucinace jsou stavy, kdy se u postiženého vyskytuje více druhů halucinací najednou.

4. 2. Představivost

Představování je stejně jako vnímání názornou rovinou poznávacích (kognitivních) procesů, na rozdíl od vnímání se však nejedná o vytváření bezprostředních obrazů reality v našem vědomí, jedná se o reprodukci dříve vnímaného. Výsledkem procesu představování je **představa,** což je psychický obraz, který je rekonstrukcí dříve vnímané skutečnosti. Představa není pochopitelně věrnou kopií reality. Představa obsahuje jednak prvky názorné povahy, zřejmě však obsahuje i jistou míru zobecnění těchto dříve vnímaných objektů. Jestliže vnímáme jisté objekty, přisuzujeme jim určitý subjektivní význam vycházející z naší zkušenosti. Vzniklý vjem pak může mít i svůj slovní doprovod, tento se pak váže na vnímané stejně jako následně na představované. Stupeň zobecnění je u jednotlivých představ různý.

Představa se, jak plyne z předchozího, odlišuje od vjemu svou menší názorností. Představa je závislá:

- na jednotlivých smyslových orgánech, které umožnily vznik vjemu někdy v minulosti,
- na paměťových procesech, jelikož jde o znovuoživení obrazů uložených v paměti.

Proto se někdy užívá zpřesňujícího označení **pamětní představa** (opodstatněnost označujícího zpřesnění vyvstane dále v okamžiku, kdy bude pojednáváno o fantazijních představách).

Představy pak bývají klasifikovány podle smyslové modality, která v nich převládá na:

- zrakové,
- sluchové,
- pohybové.

V současnosti se řeší otázka, jak u jedince vůbec vznikají jednotlivé představy. Existují tři základní teorie:

- **analogická** - předpokládá uložení vjemu v paměti, který je analogií originálu, uvedené by znamenalo, že představa je uložena ve stejné modalitě jako původní vjem, ze kterého představa vychází,
- **řečově-symbolická** - představa je zakódována do řečových symbolů, v uvedené podobě je uložena v paměti, při vybavování je pak převedena do názorné podoby,
- **teorie dvojího kódování** - jedná se o konjunktivní teorii, která kombinuje závěry předchozích dvou, předpokládají se dva skladové systémy, jeden pro analogické obrazy,

druhý pro řečově - pojmové reprezentace. Představa je potom spojením obou druhů informací.[5]

Základní funkcí představy v poznávacích procesech je možnost uvažovat o objektu bez nutnosti jeho aktuální přítomnosti, jedinec se tak dokáže od tohoto typu reality oprostit, začíná na ní být do jisté míry nezávislým. Takový typ poznávání je pak předstupněm vlastního abstraktního (pojmového) mentálního strukturování reality.

Neuvažujeme ani tak o poruchách týkajících se představ a představování, jako spíše o zvláštních podobách představování. Konkrétně se jedná o pareidolii, eidetickou vlohu a synestézii (tyto někdy bývají probírány v rámci poruch vnímání).

Pareidolie je schopnost vidět v neúplných podnětech (aktuální vjem nebo vyvolané á představa) smyslově jasné obrazy, jedinec si je vědom své účasti na procesu vnímání, zapojuje svou představivost a fantazii. Na schopnosti pareidolie je založeno užívání některých projektivních psychologických testů, které byly zmiňovány v oddíle věnovaném psychologickým metodám. Jestliže probandovi předložím víceznačný obraz a ptám se jej, co by to tak mohlo být, pak se navozující otázkou u něj snažím vyvolat kromě jiného i jeho procesy představivosti.

Eidetická vloha je schopnost přesné a detailní reprodukce dříve vnímaného. Naše vnímání je schematické, realitu vnímáme pouze v hrubých jednotkách. Jednotlivé detaily zcela opomíjíme, navíc při opakovaném vnímání objektů masivně využíváme paměti. Naše vnímání je konstantní, někdy vůbec nezaznamenáváme případné změny v charakteristikách jednotlivých objektů. Jedinci s eidetickou vlohou neužívají těchto zjednodušujících zkratek, zachycují v maximální míře jednotlivé percepční charakteristiky. S eidetickou vlohou se setkáváme zejména u dětí a u umělecky zaměřených dospělých.

Synestézie je pak schopnost asociovat (spojovat) vjemy nebo představy s prožitky z dalších smyslů. Příkladem synestézie je stav, kdy slyšení určitého tónu vyvolá u příjemce vedle zvukového vjemu představu určité barvy, uvedené spojení může platit i naopak (barevné slyšení). Dochází tak ke zdvojení vznikajících vjemů, přestože podnět byl přijat toliko jediným analyzátorem.

[5] srov. Homola, Miroslav a kol. Obecná psychologie. Olomouc: Rektorát Univerzity Palackého, 1990, s. 99.

Znáte ve svém okolí někoho, kdo je nadán zmíněnými zvláštními podobami představování?

4. 3. Fantazie

Fantazie je další názornou rovinou poznávacích procesů. **Fantazijní představa** není reprodukcí dříve vnímané skutečnosti tak, jako je tomu u pamětní představy, jedná se o proces myšlenkového přetváření reálné skutečnosti nebo budování zcela nové myšlenkové skutečnosti. Cestou fantazie se dospívá k tvorbě názorných „novotvarů". Ve fantazii zřejmě dochází k prolínání dříve vnímaného a abstraktního myšlení, fantazie je mezistupněm mezi poznávacími procesy názornými a abstraktními.

Bývají rozlišovány tyto **základní druhy fantazie**:

- **neúmyslná** – vzniká bezděčně, kupříkladu ve snech, ale též v bdělém stavu, v bdělém stavu mají determinující vliv na fantazijní procesy zažívané emoce,
- **úmyslná** – kdy jedinec volní aktivitou dospívá k výsledným fantazijním obrazům.

Úmyslnou fantazii lze dále klasifikovat na fantazii reprodukující, bdělé snění a fantazii konstruující:

- **Reprodukující fantazijní představa** vzniká na základě slovního popisu jistých objektů nebo celých situací. Jestliže čteme knihu, kde je popisována krajina, architektura nebo osoby, které jsme neměli možnost dříve vnímat, pak s větším nebo menším úspěchem zapojujeme svou fantazijní produkci.
- **Bdělé snění** je utvořeno spojením představ postupu vlastního vývoje v budoucnosti. Bdělé snění může být v životě člověka až nepřiměřeně zastoupeno, zpravidla se tomu tak děje u nezralých osobností, které svou pozornost zaměřují spíše na budoucnost, jedná se vlastně o jejich autistický odklon od reality. Aktuální nároky plynoucí z prostředí nejsou tito jedinci s to uspokojivě plnit, v přítomnosti nejsou schopni realizovat své cíle, v bdělém snění tak unikají do neexistující reality. Obraz budoucnosti a jejich postavení v něm totiž neodpovídá realitě, ani jejich skutečným možnostem.

Pokud jedinec podlehne masivní kampani některé z loterií, tak si rovněž kupuje vstupenku k bdělému snění: v čase do slosování plánuje, jak by s případnou výhrou naložil. Pokud uspokojivě plní své společenské role, pak na daný jev lze nahlížet jako na specifický druh relaxace. Maladaptivními se tyto postupy stávají ve chvíli, kdy se jim postižený začíná plně věnovat, jeho psychické dění je k nim plně zaměřeno. Jeden klient hospitalizovaný pro psychickou poruchu označovanou jako patologické

hráčství mi po několika sezeních začal vyprávět o svých (fantazijních) představách, které byly zaměřeny na jeho budoucí život. Detailně měl vytvořenu představu svého luxusního sídla, reprezentativní manželky, podoby společenského života, zájmů, dokonce mi vyprávěl o průběhu svého pohřbu. Referoval, kdo by tam měl hovořit, jak by o něm měli hovořit, co by měli řečníci zdůraznit, co budou účastníci pohřbu zažívat a podobně. Jeho reálné možnosti však byly k naplnění jeho představ nedostačující. Měl velké dluhy, hrozilo mu, že ztratí nepříliš honorované zaměstnání, měl pouze nedostatečné vzdělání, díky hazardní hře ztratil své rodinné zázemí a žil vlastně v sociální izolaci.

- **Konstruující fantazie** směřuje k vytváření zcela nových obrazů, informací, které jsou potenciálně využitelné v budoucnosti. Brainstorming (bouření mozků) je příkladem takové skupinové a řízené fantazijní produkce.

Fantazijní představy předcházejí vzniku nových objektů, situací, jevů. Fantazie je mnohdy spojena s praktickou činností, její dopad pak může být velmi pozitivní, děje se tak například u kreativních pracovníků a umělců.
Fantazijní produkce však může sehrát i negativní roli. Zmínil jsem již nepřiměřený příklon k bdělému snění. Jiným případem je zvýšený sklon k neúmyslné fantazijní produkci.

Na psychopatologické rovině neúměrně zvýšený sklon k neúmyslné fantazii nabývá podoby bájné lhavosti, označované též jako pseudologia phantastica neboli „Syndrom barona Prášila“ neboli „Münchhausenův syndrom“. Nositel postižení si vymýšlí nejrůznější skutečnosti týkající se jeho osoby s cílem obrátit na sebe pozornost svého okolí. Postupně však přestává rozlišovat mezi realitou a fikcí, jednotlivé fabulace (smyšlenky) pak může začít považovat za integrální součást vlastní identity. Je následně přesvědčen o tom, že tyto události skutečně zažil, že se jedná o jeho reálnou životní zkušenost.

4. 4. Paměť

Paměť je v psychologii, pokud vyjdeme z Guilfordova členění schopností, považována za jednu z intelektových schopností, druhou touto intelektovou schopností je pak myšlení.

Paměť lze vymezit jako schopnost přijmout, udržet a opětovně si vybavit jednotlivý paměťový materiál (tento může být názorného i nenázorného charakteru) a využívat ho i tehdy, pokud tento materiál nemá jedince ke své aktuální dispozici.

Je zřejmé, že pokud mají paměťové obsahy názornou podobu, tak se nám téma paměti prolíná s tématem představivosti a představování. Jedinec nemusí mít aktuálně k dispozici daný typ materiálu, a přesto jej může využívat ke svému prospěchu. Pragmaticky může být paměť vymezena jako schopnost fixovat naše životní zkušenosti. Paměť tak udržuje naši zkušenost v kontinuu.

Paměť má následující vlastnosti neboli charakteristiky, těmi je vštípivost, retence, konzervace a reprodukce. Dá se říci, že uvedenými vlastnosti byla výše v převládajícími míře vymezena paměť jako specifická intelektová schopnost.

Vštípivost – je schopností zachytit jednotlivé informace, jedná se o schopnost vůbec si něco nového zapamatovat. Je vstupní branou paměťových procesů, pokud je tato schopnost narušena, pak si jedinec nemůže zapamatovat nové paměťové obsahy, hovoří se pak, že trpí poruchou novopaměti. Pochopitelně o poruše novopaměti hovoříme teprve tehdy, pokud by byla paměť v daném znaku výrazně snížena v porovnání s dřívější podobou sledované charakteristiky.
Retence – je schopnost jednotlivé informace v paměťovém skladu udržet, přičemž ve vlastnosti paměti nesoucí označení retence je zdůrazněno především kvantitativní hledisko. Pokud sledujeme retenci u daného jedince, pak registrujeme jaké množství informací bylo v časovém intervalu udrženo v paměti. Je patrno, že s přibývajícím časovým odstupem od nabytí paměťového obsahu dochází ke zvýšenému úbytku těchto paměťových obsahů z paměti jedince.
Konzervace – je opět schopností udržet si jednotlivé informace v paměti, přičemž v tomto případě je sledováno hledisko kvalitativní. Nesledujeme ani tak množství zapamatovaných informací, jako spíše kvalitu fixovaných paměťových obsahů, je sledována míra zkreslení těchto obsahů.

Mnozí z nás jistě ve svém osobním životě pozbyli jisté materiální předměty v rozličných sázkách, kdy jsme byli skálopevně přesvědčeni, že… Následně se však ukázalo, že schopnost konzervace jednotlivých zkušeností ze strany protistrany v sázce byla v dané oblasti mnohem lépe rozvinuta než jak tomu bylo u nás a sázku jsme jednoduše prohráli.

Obecně platí, že s přibývajícím věkem klesá naše schopnost retence, konzervace však zůstává na stejné úrovni nebo se v případě dalšího tréninku (tím může být samotná intelektová aktivita) dokonce ještě zvyšuje.

Reprodukce – je schopností znovuvybavení si jednotlivých paměťových obsahů, jinými slovy se jedná o vzpomenutí si na jednotlivé paměťové obsahy, které můžeme následně využít ve svých dalších kognitivních aktivitách.

Na tomto místě si dovolím čtenáře upozornit, že paměť je dynamickým procesem, nejedná se o stav jakéhosi mechanického otisku stopy ve sněhu. Informace, která je zapamatovávána, je řazena do existujících informačních struktur, jednotlivé pamětní obsahy na sebe dále působí, může docházet k jejich syntéze, k jejich dalšímu zobecnění. Paměťové procesy se zpravidla vyskytují společně s procesy myšlenkovými. Zmíněné se pak může pozitivně odrazit ve znaku konzervace. Procesy zapamatování a zapomínání jsou determinovány řadou skutečností, ze strany jedince jde o emoční podmíněnost vážící se na paměťové obsahy, inteligenci, věk, kondici, cvik, psychickou pohodu, druh paměťového obsahu. **Zapomínání** přitom není jednoznačně projevem probíhajících patologických procesů, ve své podstatě se jedná o jev přirozený, který vlastně zabraňuje zahlcení naší psychiky, kdy nepotřebná data jsou prostě zapomenuta.

Znáte nějaká cvičení vedoucí k tréninku paměti?
Co jsou to mnemotechnické pomůcky? Uveďte příklady některých z nich. Používáte je?

Paměť bývá rozličným způsobem dále klasifikována. Nejprve bych uvedl dělení na paměť deklarativní a nedeklarativní, klasifikačním klíčem je možnost zpřístupnění jednotlivých obsahů.

Deklarativní paměť – obsahy, které se nacházejí v deklarativní paměti, mohou být svým nositelem podle aktuální potřeby kdykoli zvědoměny. Obsahem deklarativní paměti jsou pak jednotlivé informace nebo také obrazy událostí, kdy tyto skutečnosti jsou uloženy na časové ose, ve které byly nabyty. Uvedené umožňuje svému nositeli udržet si stěžejní významy vážící se na daný paměťový obsah.

Nedeklarativní paměť – obsahy zde obsažené užíváme v zautomatizované formě, jedná se o informace a dovednosti nacházející se v našem „Já poznávajícího“, nabytí těchto obsahů nedokážeme jasně umístit na časovou osu.

S ohledem na druh zakódování informace a s ohledem na její další pořádání do existujících kognitivních struktur rozlišujeme paměť:

- verbální (slovní),
- neverbální (neslovní neboli názornou),
- mechanickou (fixuji jednotlivé informace, aniž bych tyto zařazoval do existujících struktur dalších informací),
- logickou (zde si již jednotlivé paměťové obsahy zařazuji do zmíněných struktur, uvědomuji si jednotlivé souvislosti, zákonitosti).

Kombinací uvedeného pak dospíváme ke čtyřem druhům paměti. Jedná se o paměť slovní mechanickou, slovní logickou, neverbální mechanickou a neverbální logickou.

Podobu těchto druhů paměti se pokusím přiblížit na příkladu. Pokud se učíme informace slovního charakteru a učíme se je jako „básničku", aniž si uvědomujeme jednotlivé souvislosti týkající se dané informace, pak se jedná o využívání paměti slovně mechanické. Jedná se o izolované zachycení dílčích informací, pokud jsou vůči sobě nějak propojeny, tak se tak děje cestou asociací. Slovně logickou paměť pak využíváme, pokud si jednotlivé fixované informace dáváme do jednotlivých souvislostí. Nesnažím se vybavit, co bylo uvedeno na lístku, kde je napsáno, co všechno mám nakoupit a který sepsala má žena, ale uvědomuji si, že snad chtěla smažit palačinky a k tomu je přece potřeba mouka, mléko, sůl, cukr a vejce. Je zřejmé, že když využíváme tento druh paměti, tak se naše schopnost udržet si paměťové obsahy v delším časovém období zvyšuje. Bude rozdíl v tom, zda tomuto studijnímu textu porozumíte nebo jej budete zachycovat cestou"nabiflování" bez znalostí širších souvislostí. O slovně mechanickou paměť se bude jednat vždy, když si jistý termín zafixujete aniž budete rozumět jeho významu (pozor, zde se vaše schopnost udržet si paměťový materiál v jeho komplexní podobě výrazně snižuje). Neverbální mechanickou paměť využíváme tehdy, když si máme kupříkladu zapamatovat nějaký nákres, aniž se snažíme pochopit vztahy mezi prvky tvořícími obraz. Daný nákres si uchováváme kupříkladu v podobě dílčího snímku, který máme ve své paměti stále „před očima". Zapamatuji si, že cestou do doporučené restaurace mám podvakrát odbočit z hlavní ulice doprava. Pokud bych však postupoval cestou neverbálně logického zapamatování, pak bych se navíc snažil postihnout vztahy mezi jednotlivými prvky obrazu. Ano mám odbočit dvakrát doprava, jednou u nějakého malého kostelíka, podruhé prý u nějaké trafiky. Je zřejmé, že v případě názorné logické paměti se pokouším vytvořit komplexnější obraz, který v sobě zahrnuje větší množství dat, které se navzájem podporují, což opět zvyšuje pravděpodobnost jejich uchování.

Jestliže je paměť dělena s ohledem na délku podržení jednotlivých paměťových obsahů, pak bývá rozlišována paměť ultrakrátká, krátkodobá, střednědobá a dlouhodobá.

Ultrakrátká paměť – bývá též označována jako paměť senzorická, v tomto svém druhém označení je zvýrazněna souvislost mezi tímto typem paměti a senzorickými procesy. Dá se říci, že si pomocí této paměti po jistou dobu uchováváme veškeré informace, které do projekční oblasti mozku přichází skrze naše smysly. V průběhu této doby dochází k selekci jednotlivých podnětů, kdy na některé z nich bude následně zaměřena pozornost, jiné zůstanou opomenuty. A ty, na které bude pozornost zaměřena, projdou procesem svého prvotního zpracování a budou převedeny do paměti krátkodobé, která na paměť ultrakrátkou bezprostředně navazuje. Obsahem ultrakrátké paměti jsou podněty všech smyslových modalit. V případě vizuálních podnětů se hovoří o ikonické paměti, v případě sluchových podnětů pak o paměti echoické. Vizuální podněty obsažené v ikonické paměti v případě, že nejsou dále využity a převedeny do krátkodobé paměti zanikají do jedné sekundy, obsahy sluchových podnětů zanikají v průběhu několika sekund.[6]

Krátkodobá paměť – je utvářena existujícími reverberačními okruhy, z neurofyziologického hlediska se jedná se o elektrické cirkulační proudy v mozku, jedná se o jakési ustálené a uzavřené smyčky, po kterých proudí jednotlivý paměťový obsah. Kapacita krátkodobé paměti je dána právě počtem existujících reverberačních okruhů, jejich počet se pohybuje v řádech jednotek. Je-li tedy kapacita krátkodobé paměti plně obsazena, pak nová informace buďto vůbec nemůže být fixována nebo přijatá informace zákonitě vytlačí jednu z již přítomných informací. Ono vytlačení pak může mít podobu zapomenutí informace nebo transformace dané informace do střednědobé paměti. Informace je v krátkodobé paměti podržena v téměř nezměněné podobě, je zde podržena asi po dobu 10 sekund. Porucha krátkodobé paměti se projeví narušením vštípivosti. Vštípivost může být narušena při poruchách vědomí nebo vinou expozice ohrožujících podnětů, která vyvolají strachovou reakci. Při určování, zda se jedná o poruchu vštípivosti nebo o běžné zapomenutí zůstane určujícím, jaký typ informací je neuchován a zda toto narušuje výrazným způsobem výkon sociálních rolí svého nositele. Rovněž je řešena otázka, zda informace, které se ztrácí v rámci převodu z krátkodobé do střednědobé a následně odtud do dlouhodobé paměti, zanikají zcela nebo zda se stávají součástí našeho nevědomí. Pokud by se měly stát součástí nevědomí, pak by se sice nadále nacházely v rámci psychiky, ale nemohly by být dle potřeby svého nositele zvědoměny a tím i využity. Uvedené je pak vysvětlováno tím, že informace sice zůstává součástí psychiky jedince, ale byla ztracena cesta k jejímu nalezení.

Zřejmě každý z nás někdy zažil situaci, kdy byl přesvědčen o zapomenutí jisté informace, aby se mu tato informace často i za poněkud podivných okolností opět vybavila v celé své komplexnosti.

[6] Srov. Plháková, Alena. Učebnice obecné psychologie. Praha: Academia, 2007, s. 196-198.

Střednědobá paměť – její časový rozsah variuje, trvá od řádově desítek sekund po v některých případech až celá léta. Délka trvání střednědobé paměti je dána opět počtem setrvalých reverberačních okruhů. Některé okruhy přirozeně zanikají, jiné naopak nadále přetrvávají. Velký význam má, zda informace vyvolá u příjemce odpovídající emoční odezvu. Absence emočního doprovodu nebo příliš silný emoční prožitek působí v procesu zapamatování rušivě. Výrazně pozitivně pak v procesech získávání a udržení nových zkušeností působí užití odměn, v některých případech i trestů. Důležitou roli sehrává rovněž využitelnost obsahu v jednání jedince, případně četnost kontaktu jedince s danou informací. Střednědobá paměť je mezistupněm mezi krátkodobou a dlouhodobou pamětí. Další převod jednotlivých paměťových obsahů je opět výběrový, závisí zřejmě na průběhu ustálených motivačních procesů individua.

Dlouhodobá paměť – tento typ paměti má již zřejmě svůj morfologický podklad, paměťová stopa vytváří změny na neuronech, k těmto změnám dochází na těch neuronech, kterými v době minulé procházel reverberační okruh, takto nositel paměťového obsahuObsahy, které jsou obsaženy v dlouhodobé paměti mají setrvalý charakter, teprve s poškozením příslušných mozkových oblastí dochází k zániku zde obsažených paměťových obsahů. Mnohdy jsme pak udiveni tím, co všechno si náš prarodič pamatuje z období svého dětství a dospívání, což je v kontrastu k tomu, jak málo si pamatuje ze své nejbližší minulosti.

Poruchy paměti

Poruchy paměti dělíme obligátně na poruchy kvantitativní a kvalitativní. Kvantitativní se projeví v poruchách vštípivosti, udržení a reprodukce paměťových obsahů, kvalitativní v konzervaci.

Kvantitativní poruchy paměti

Hypermnézie - jedná se o nadměrné, nepřiměřené zapamatování si určitého materiálu. Zpravidla se vyskytuje společně s paraprosexií, s touto poruchou paměti setkat lze například setkat u nemocných s psychotickými projevy, které jsou paranoidně laděny. Postižený si nadměrně a neúčelně zapamatovává obsahy, které souvisí s jeho bludnou produkcí. **Selektivní hypermnézie** se může také vyskytovat u některých psychogenně podmíněných onemocnění, příkladem může být posttraumatická stresová porucha, kdy má nemocný velmi detailní vzpomínky na některé události týkající se traumatu, nebo u specifických izolovaných fobií (strach z konkrétních objektů nebo situací). U mánie obvykle dochází k neselektivnímu zvýšení reprodukce paměťových obsahů, je však narušena kvalita vybavovaného. Ke stejnému efektu dochází také díky akutní intoxikaci stimulancii.

Hypomnézie se projevuje nápadným snížením paměťové výkonnosti, o čemž samotný nositel referuje nebo co jde odečíst z jeho výkonových aktivit. Ke snížení schopnosti paměti dochází nejčastěji vinou organických změn centrální nervové soustavy, ať již se jedná o projev involuce nebo úrazu, lze se s ní setkat také v případě užití některých farmak (při užití hypnotik, některých antibiotik, cytostatik). Hypomnézie se objevuje též v případě abúzu alkoholu, po elektrošocích, při některých neurotických poruchách.

Zažili jste sami u sebe projevy hypomnézie (nepatologického rázu)?

Amnézie je pak úplnou ztrátou paměti. Amnézie může být dočasná nebo i trvalá, může být parciálního (ostrůvkovitého) nebo globálního charakteru. Ostrůvkovitý charakter je typický pro alkoholovou ebrietu, kdy se u jedince vyskytnou „okénka“ na některé proběhlé události. Díky alkoholové intoxikaci však může vzniknout i globální amnézie, kdy si jedinec nepamatuje na celé výseče jeho reality. S ostrůvkovitou amnézií se můžeme setkat také u jedinců s rysy histriónské poruchy osobnosti, kteří dokáží vytěsnit pro ně nepříjemné paměťové obsahy. Amnézie obvykle vzniká při poruchách vědomí kvantitativního typu, nejtypičtější jsou amnézie při úrazech hlavy. Je-li amnézií postižen i určitý časový úsek před úrazem, hovoříme o **retrográdní amnézii**, vztahuje-li se ztráta paměti pouze na dobu úrazu a po úrazu, hovoříme o **amnézii anterográdní**. Amnézie může být úplná nebo jen ostrůvkovitá (u delirií).

Působení stresoru na emočně nezralé jedince pak může ústit až v disociační fugu, což je onemocnění, kdy individuum zcela ztrácí povědomí o své identitě, po dobu trvání fugy si začíná budovat identitu novou, navenek jedná zdánlivě účelně. Do stavů fugy uniká před působícím stresem, jestliže si jej neuvědomuje, tento jej neohrožuje. Jakmile stav disociační fugy pomine, osoba má tentokrát amnézii na události prožité v rámci fugy.

Kvalitativní poruchy paměti

Paramnézie - jedná se o chorobné zkreslení zapamatovaného obsahu. Vybavená vzpomínka je pak nepřesná, zkreslená, u osoby je však zachován subjektivní pocit, že reprodukce je přesná, správná. Jde o nepřesnost, která přesahuje míry běžných zkreslení.

Konfabulace neboli smyšlenky již byly zmíněny u Korzakovského syndromu. Jedná se o výmysly, které mají zastřít kvantitativní poruchy paměti.

Jedinec si je totiž svého postižení vědom a snaží se ho před svým okolím zatajit, předstírá, že je po psychické stránce zcela v pořádku, v těchto souvislostech se užívá označení disimulace. Je-li jedinec dotázán na skutečnosti, které by si měl běžně pamatovat a on si je nepamatuje, pak produkuje odpovědi, které jsou vůči charakteru dotazu sice přiléhavé, ale neodpovídající skutečnosti. Jestliže je jedinec například dotázán na dnešní datum a hypomnézie se negativně odrazila v jeho orientaci v časoprostoru, pak podává okamžitou, rámcově přiléhavou odpověď, uvede jisté datum, to je však chybné.

Pseudologia phantastica nebo též „Syndrom barona Prášila“, bájná lhavost či Münchhausenův syndrom. Porucha je typická pro jedince s rysy histriónské poruchy osobnosti. Její projevy lze zaznamenat i u dětí, kdy je však sporné, zda vůbec můžeme hovořit o poruše - v období dětství je vysvětlována spíše jako projev zvýšené obrazotvornosti dítěte. Někdy však musí být existence poruchy u dítěte vyloučena, takovou situací je třeba svědecká výpověď dítěte u soudu. Pseudologia fantastica je typická bohatou produkcí fantazijních představ, jedinec se autosugestivně vžívá do prezentovaných zážitků, v těchto sehrává hlavní roli, snaží se na sebe obrátit pozornost svého okolí. Postupně v důsledku ztráty kritického odstupu se u nositele stírá hranice mezi realitou a vytvořenou fikcí.

Kryptomnézie se může vyskytnout i u psychicky normálních jedinců. Podstatou této poruchy je přesvědčení, že člověk něco vymyslel, objevil, ale ve skutečnosti se jedná jen o reprodukci již v minulosti přečteného nebo prožitého. Jedinec však takový svůj závěr považuje za zcela původní. Do této kategorie lze někdy zařadit rovněž efekt „dejá vu“ neboli klam známosti. V případě kryptomnézie by se o patologii jednalo tehdy, když by nositel již nebyl schopen ani po konfrontaci s realitou ustoupit ze zaujatých pozic. Nejčastěji by pak šlo o kryptomnézii vzniklou na bludném podkladu, což by vysvětlovalo její nevývratnost.

Ekmnézie se projevuje nesprávným časovým umístěním vzpomínky na časové ose.

4. 5. Myšlení

Myšlení je možno na nejobecnější rovině vymezit jako schopnost vysuzování, kdy cestou vysuzování se dospěje ke kognitivním uspořádanostem. Jedná se o proces, který směřuje k řešení a vyřešení problému, jedná se o proces, který směřuje od neúplné výchozí informace k informaci úplné,

k informaci komplexní. Díky myšlení se nám daří zobrazovat a pořádat náš životní prostor ať už jsou východiskem onoho zobrazení percepční nebo obecné charakteristiky. Kvalita onoho zobrazení pak určuje přiléhavost našeho jednání v tomto prostoru. Je zřejmé, že pokud ono zobrazení zdárně odráží realitu, pak jedincovo jednání v tomto prostoru je odpovídající neboli adaptivní.

Pro přiblížení použiji možná poněkud až příliš názorný příklad z klinické praxe. Vezměme si vážně duševně nemocného jedince, takto nositele halucinací a bludů, kdy halucinace jsme vymezili jako patologické vjemy a bludy jsou pak patologickými myšlenkovými závěry týkající se životního světa jedince. Díky těmto halucinacím a bludům je jedincům svět chybně zobrazován, tento si však není onoho masivní zkreslení vědom a volí neúčelné strategie. Měl jsem v péči klienta, který byl přesvědčen, že náš svět je skrze radiové vlny ovládán mimozemskou civilizací (blud). Navíc u některých lidí zaznamenával světelné záření, které pokládal za identifikační znak mimozemšťanů, kteří přijali lidskou podobu jako maskující strategii (halucinace). Uvedené zobrazení světa pak u něj vedlo k napadení druhé osoby, kterého díky své halucinaci identifikoval právě jako představitele mimozemské civilizace.

Pokusím se podat bližší vymezení myšlení jako nejvyšší roviny poznávacích procesů.

Myšlení je zprostředkované a zobecněné poznávání předmětů a jevů na podkladě odhalení jejich vnitřních zákonitých souvislostí.

Uvedené vymezení se může v této definiční podobě zdát příliš obecným, pokusím se jej proto více přiblížit.

Nejprve se pokusím vysvětlit první část definice, tedy konstatování, že „myšlení je proces zprostředkovaného poznávání“. Uvedené má vystihnout skutečnost, že jednotlivé předměty a jevy nemusíme poznávat bezprostředně. Samozřejmě, že činíme celou řadu myšlenkových závěrů na podkladě přímé manipulace s realitou, myslíme a učíme se díky metodě pokusu a omylu. Tato naše bezprostřední zkušenost jako východisko našeho myšlení je s nabývajícím věkem stále méně nevyhnutelná. Více totiž využíváme sociálního učení (k jednotlivým myšlenkovým závěrům dospíváme pozorováním jednání druhých) a kognitivního učení (jsou nám zprostředkovány celé kognitivní uspořádanosti, ke kterým dospěli druzí lidé, kdy tyto uspořádanosti mají v sobě schopnost zobrazovat životní realitu).

V batolivém věku je myšlení přímo svázáno s percepcí a vlastní aktivitou dítěte, myšlení mimo dětské vnímání nemůže existovat. Postupně se však myšlení emancipuje od bezprostředního vnímání, nejprve postačuje, když si vytvoříme představu objektu. Vzpomeňme si, jak malé dítě dospívá k závěru, kolik je dohromady jedna hruška a tři jablka. Nejprve si obraz hrušky a jablka představí (využívá tak své paměťové představy), časem jablko a hrušky nahradí prsty na rukou. Postupně tak tyto objekty začnou být zastoupeny v podobě modelu nebo symbolu. Symbolický význam nejprve tvoří prst na ruce, časem ho získá jazykový symbol. Po třináctém roce věku již jedinec dokáže myšlenkově manipulovat s pojmy, které zastupují realitu, která vůbec není smyslově vnímatelná (například v tomto textu jsou užity pojmy symbolizující objekty, které nikdo nikdy nevnímal, na jejich existenci pouze usuzujeme z jednotlivých projevů jakož i z výpovědí lidí (takovými pojmy jsou například vědomí, fantazie, paměť, myšlení, jsou to tzv. abstraktní pojmy). Dochází k postupnému rozvoji myšlení, kdy myšlení může probíhat nezávisle na prvcích, kterých se myšlenkové uspořádanosti týkají. Můžeme například studovat pohyb nebeských těles, aniž opustíme studovnu vědecké knihovny, můžeme se seznámit s reáliemi života v USA, aniž tuto zemi někdy reálně navštívíme a podobně. Celá řada našich vědomostí a dovedností přestává být výsledkem naší bezprostřední zkušenosti a tedy i vlastního myšlení, tyto přebíráme od různých informačních zdrojů, ať již proto, že je to operativnější (rychlejší) nebo také proto, že mi sami nemáme k těmto informacím přístup, jsou nám z nejrůznějších důvodů nedostupné.

Pojem „zobecněné poznávání“ má vyjadřovat skutečnost, že naše myšlení směřuje k odhalování charakteristik a řešení problémů společných určité třídě objektů. Na základě poznání vlastností konkrétního prvku jisté třídy objektů dospíváme k závěrům týkajícím se celé třídy objektů. Můžeme však i díky výše uvedené zprostředkovanosti získat obecný závěr, který pak může být konkretizován na zástupci zobecněné třídy, aniž s ním máme reálnou zkušenost. Skutečnost, že naše myšlenkové závěry jsou obecné povahy, nám usnadňuje další orientaci a poznávání reality. Uvedené však sebou přináší také nutnost obeznamovat se s výjimkami, oproti těmto obecným charakteristikám.

Dítě v procesech individuálního a sociálního učení získává kupříkladu zkušenost, že ovoce obsahuje dužinu, která je zpravidla sladká, šťavnatá a obsahuje jistá jádra. Pokud se pak setká s plodem, který je někým označen za ovoce, pak předpokládá, že bude obsahovat též ony očekávané charakteristiky, které přisuzuje ovoci. Je pak někdy až úsměvné, když se snažíme malému dítěte vysvětlit, že meloun není ovoce, ale je zeleninou. Dítě pak toto odmítá, protože svými charakteristikami meloun více odpovídá ovoci než zelenině.

Druhá část definice říká, že se jedná o „poznávání předmětů a jevů na základě odhalení jejich vnitřních zákonitých souvislostí“. Konstatování, že se jedná o poznávání předmětů a jevů vystihuje fakt, že v procesech myšlení je manipulováno s názorným materiálem, jakož i s materiálem o různé míře obecnosti. Prvkem, kterým je manipulováno, může být vjem, představa i pojem.

Myšlení je velmi názorné, jestliže učitelka před žáky sčítá skutečná jablka. Nese již jistou míru obecnosti, jestliže jablka jsou zastoupena obrázky, má opět větší míru obecnosti, jestliže je ovoce nahrazeno kuličkami na počitadle, ještě větší míru zobecnění vyžadují postupy, kdy je pouze slovně konstatováno, že mají být sčítána jablka nebo dokonce ovoce.

V konstatování, že „myšlení směřuje k odhalování vnitřních zákonitých souvislostí“ je dále obsažen celostní a strukturálně funkcionalistická podstata uchopování reality. Člověk má tendenci chápat vnitřní i vnější svět jako strukturu, která je složena z jednotlivých částí, tyto plní jisté dílčí funkce a tak se navzájem podmiňují. Snažíme se dané části poznat, odhalit vztahy mezi těmito částmi a stanovit, kterak jsou všechny prvky uspořádány do výsledného celku. Vidění jednotlivých částí pak může být determinováno představou onoho celku. Přirozeně je mnohdy naše představa struktury mylná, což ovlivní odhalování jednotlivých částí a jednotlivých souvislostí.

Pokud jsou hledány souvislosti mezi jednotlivými pojmy, dospíváme k **soudům**, jestliže sdružíme soudy do složitějších vztahů, vznikne **úsudek**.

Nastalý problém může být na nejobecnější úrovni řešen dvojí cestou, užitím algoritmů nebo heuristik:

- Algoritmus je předpisem (návodem), dle kterého je v poznávacích procesech postupováno.
- Heuristický postup sestává z hledání nových cest vedoucí k řešení nastalého problému (výchozí neúplná informace). Má pak podobu plánování dopředu a plánování nazpět, řešitel přemýšlí, do jakých konečných stavů lze výchozí stav převést, a opačně. Pokud se řešitel snaží o vystižení podoby postupu od konečného stavu k počátečnímu, pak ověřuje platnost své strategie řešení problému. V rámci heuristického postupu je rovněž uvažováno, jakými operacemi je možné jednotlivé stavy transformovat.

Příkladem algoritmu je návod, který je přiložen k určitému výrobku. Příkladem heuristiky je existující problém, k jehož řešení není stanoven algoritmus a řešitel jej má teprve odhalit. Možná, že jste ve své rodině byli svědky odlišného využití algoritmu a heuristik při řešení toho samého problému. Z prodejny nábytku si přivezete stůl, který je z důvodu usnadnění transportu a skladování rozložen

na jednotlivé části. Pokud pak ten, co je v rodině považována za kutila, postupuje podle přiloženého návodu, tak postupuje cestou algoritmů. Existují však kutilové, kteří pohrdají návody a sestavují jednotlivé kusy nábytku na základě svého vlastního vhledu, postupují tedy cestou heuristik. Některým se to dokonce i podaří, jiní však tuto heuristickou cestu řešení problémů postupně opouštějí a nahrazují ji cestou algoritmů.

Dokážete uvést jiný příklad, kdy jeden a tentýž problém může být řešen cestou algoritmů nebo cestou heuristik?

S ohledem na **průběh myšlení**, jinými slovy na to, jakým konkrétním způsobem je s jednotlivými prvky reality v průběhu myšlenkových procesů nakládáno, můžeme myšlenkový proces klasifikovat na **dílčí myšlenkové operace**. Jedná se o základní psychické transformace týkající se samotných předmětů a jevů jakož i odhalování vztahů mezi předměty a jevy. Uvedené se týká rovněž představ, symbolů, slov, propozic, pojmů, soudů a úsudků, kdy je směřováno k řešení jednotlivých problémů.

Řešení problémů je cestou, procesem směřování od neúplné informace k informaci úplné, jinými slovy se jedná o nalezení předtím neznámých prvků a vztahů mezi jednotlivými prvky.

K základním myšlenkovým operacím patří analýza, syntéza, zobecnění, abstrakce, konkretizace, komparace:

- **analýza** je faktickým nebo myšlenkovým rozčleněním objektu na jednotlivé strukturální části;
- **syntéza** pak představuje faktické nebo myšlenkové sjednocení jednotlivých strukturálních částí v celek;
- **zobecňování** je hledání společných vlastností, určování společných zákonitostí týkajících se objektů společné třídy, pokud dospíváme k obecným závěrům tak postupujeme cestou indukce, posuzujeme jednotlivé objekty a vysuzuje na obecné charakteristiky těchto objektů;
- **abstrakce** je pak nacházení a vyčleňování podstatných vlastností předmětů a jevů;
- **konkretizace** je opačnou operací než je zobecňování a abstrakce, jedná se o aplikaci obecných závěrů na konkrétní objekty;
- **komparace** je srovnávacím procesem, ve kterém dochází k odhalování společných a rozdílných charakteristik mezi vybranými objekty.

Pokusím se objasnit rozdíl mezi zobecněním a abstrakcí na konkrétním příkladu. Existuje v rámci etablovaného testu inteligence subtest, který měří schopnost abstrakce. Proband má říci „co je to obojí nebo co mají společné" prezentované dvojice předmětů a jevů. První otázka obsahuje dvojici jablko a švestka. Odpověď, že jsou kulaté, mají pecku nebo na povrchu slupku, je klasifikována pouze jedním bodem, jedná se totiž z pohledu tvůrců daného testu o zobecnění. Pokud proband uvede, že se jedná o ovoce, dostává dva body, protože dospěl k abstrakci.

Myšlení může probíhat na kvalitativně, co se týče výsledků myšlenkových procesů, odlišných úrovních:

- **Reproduktivní x produktivní** - reproduktivní je založeno na aplikaci již známých vědomostí na nové úlohy a na využití známých metod v nových podmínkách; v případě produktivního myšlení jde o nalezení informace nebo postupu zcela nového, první se děje zmíněnou cestou algoritmů, druhé pak cestou heuristik.
- **Tvůrčí x netvůrčí myšlení** - jedná se o precizaci produktivního myšlení, tvůrčí myšlení směřuje ke zcela novým myšlenkovým závěrům, netvůrčí dospívá ke zdánlivě novým skutečnostem, které však již byly v minulosti odhaleny.
- **Konvergentní x divergentní myšlení** – další klasifikace produktivního myšlení: u konvergentního myšlení je směřováno k jedinému výsledku, sledování jednoho výsledku je určeno charakterem úlohy, u divergentního myšlení se směřuje k více výsledkům, v divergentních úlohách se uplatňuje tvůrčí myšlení řešitele[7], divergentní myšlení bývá označováno jako kreativita.
- Jiným dělením je dělení Guilforda, který tak činí s ohledem na posloupnost poznávacího procesu, rozlišuje myšlení **kognitivní** (cesta sběru dat), **produktivní** (tvorba informací nových), **hodnocení** (posouzení správnosti a využitelnosti nových dat). Je patrné, že termín kognitivní je v tomto případě chápán v užším slova smyslu, než jak jsme jej do této chvíle používali.

V předchozím textu byl pojem „kognitivní" chápán mnohem šířeji. Dokážete rozdíl v tomto chápání objasnit?

[7] srov. Homola, Miroslav a kol. Obecná psychologie. Olomouc: Rektorát Univerzity Palackého, 1991, s. 30-31.

Myšlení budeme tedy chápat jako nejvyšší stupeň poznání. Pro lidskou činnost je důležité myšlení cíleně zaměřené k určitému výsledku, hovoří se pak o koncepčnosti lidského myšlení. Zde je nutná součinnost s dalšími duševními ději, zejména pak motivací nebo volní činností. Na výslednou kvalitu myšlení má pochopitelně určující vliv i zmíněná podoba průběhu ostatních rovin kognitivního procesu.

Inteligence, měření inteligence

Obecné vymezení inteligence předpokládá, že se jedná o schopnost vysuzování, jakož i o schopnost fixovat jednotlivé zkušenosti. Inteligence v sobě zahrnuje jak myšlenkové tak i paměťové procesy. Díky paměti nemusíme opakovaně odhalovat závěry, ke kterým jsme svými vysuzovacími procesy již jednou dospěli. Upozorňuji ty, kterým paměť občas selhává, že tematika paměti byla poměrně podrobně probrána v předchozím textu a z toho důvodu se jí již nebudu věnovat.
Inteligence bývá zcela pragmaticky vymezena jako to, co měří inteligenční texty. Cítíme, že tato definice je příliš vágní, nepostihuje danou problematiku, navíc je logicky chybná (jedná se o definici kruhem). Proto se pokusím o poněkud obšírnější definici, která je užívána ve speciálním psychologickým oboru nesoucí označení psychodiagnostika.

Inteligence je schopnost orientovat se a účelně jednat v nových situacích na základě vhledu nebo na základě předchozí zkušeností, které má jedinec s danou situací nebo s danou třídou (typem) situací.

Z daného vymezení vyplývají dvě základní skutečnosti. První se týká toho, že inteligence nám pomáhá porozumět dané situaci, což je východiskem volby adaptivních strategií jednání v dané situaci. Inteligence nám tedy umožňujeme adekvátně postihovat realitu a následně účelně vystupovat v této realitě. Ve výše uvedeném vymezení inteligence je navíc obsažena skutečnost, že mohou existovat dvě podoby inteligence. V prvním případě nám inteligentce umožňuje uchopovat i ty výseče reality, se kterými nemáme žádnou zkušenost, dřívější zkušenost tedy nemůžeme bezprostředně využít, my tuto zkušenost s novou situací máme teprve vlastním myšlenkovým úsilím získat. Zde se jedná o již zmiňovaný druh myšlení, myšlení cestou heuristik. V druhém případě je zdůrazněno, že již máme zkušenost s daným typem událostí a v nastalé situaci užíváme obvyklý způsob zobrazování a jednání v dané situaci. My k onomu zobrazování a jednání máme k dispozici vodítka, jakési klíče vedoucí k řešení problému, které jsou součástí naší zkušenosti. Daný typ myšlení již byl rovněž zmíněn, jedná se o myšlení cestou algoritmů.

V psychodiagnostice bývají zpravidla rozlišovány tři druhy inteligence, jedná se o inteligenci verbální, neverbální a nově také sociální. Dané dělení vyjadřuje skutečnost, jakým myšlenkovým materiálem je v rámci vysuzovacích procesů nakládáno. **Verbální inteligence** se týká naší schopnosti manipulovat se slovními symboly, **neverbální inteligence** se pak týká manipulace s názornými objekty a **sociální inteligence** se projevuje v efektivitě v jednání s druhými lidmi. První dva druhy inteligence zjišťují konvenční inteligenční testy, třetí druh inteligence lze odečítat z konkrétního vystupování jedince v sociálním kontaktu.

Pomocí inteligenčních testů, takto jednoho z druhů výkonových psychologických zkoušek, dospíváme ke kvantitativnímu vymezení našich intelektových schopností. K onomu postižení úrovně inteligence se v současnosti užívá tzv. odchylkového IQ. V rámci odchylkového IQ je průměrná hodnota IQ rovna 100 a směrodatná odchylka je rovna 15, za současného předpokladu, že se inteligence řídí pravidly týkajícími se rozložení normálního jevu v populaci.
Pokud užiji méně kostrbatou mluvu, pak lze inteligenci členit do následujících pásem:

- vysoce nadprůměrná inteligence – IQ je vyšší než 130,
- nadprůměrná inteligence – IQ se pohybuje v intervalu 115-130,
- průměrná inteligence –IQ se pohybuje v intervalu 85-115,
- podprůměrná inteligence – IQ se pohybuje v intervalu 70-85,
- vysoce podprůměrná inteligence (mentální retardace) – IQ je nižší než 70.

Myšlení a řeč

Lidé se od ostatních živočichů odlišují tím, že disponují a užívají jazyka. Neznamená to však, že ostatní živočichové spolu nekomunikují, ke komunikaci však užívají ve srovnání s člověkem jiné výrazové komunikační prostředky neboli jiný druh komunikace.

Slyšeli jste někdy o výrazových komunikačních prostředcích některých zvířat? Dokázali by jste některé z těchto prostředků uvést?

Ani člověk neužívá ke komunikaci (komunikace jako proces vzájemného sdílení významů) pouze jazykové výrazové prostředky, kromě nich může komunikovat i neverbálně, tedy neslovně. Podíl neverbální komunikace v celkovém komunikačním toku zpravidla i převyšuje verbální komunikační prostředky. Existují však významy, které nelze vyjádřit jinak než verbální cestou. Je však na tomto

místě nutno dodat, že naopak existují významy, které se nám mnohem lépe daří vyjadřovat právě neverbálně.

Který typ významů (informací) dle vás člověk snadněji vyjadřuje neverbálními komunikačními prostředky?

Jazyk plní symbolickou (zastupující) funkci. Jazyk je systémem znaků neboli symbolů. Tyto znaky zastupují jednotlivé objekty a jejich charakteristiky. Symboly mohou zastupovat jak věcné významy (smyslově vnímatelné charakteristiky), tak i významy abstraktní (obecné charaktericky). Jednotlivé znaky (symboly) tvoří jazykovou slovní zásobu. Jazyk má svou gramatickou stavbu. Řeč je pak mentální aktivita jedince, při níž jedinec užívá jazyk především ke komunikaci a myšlení.[8]
Úloha jazyka jako specificky lidského komunikačního prostředku již byla zmíněna. Navíc jsem v předchozím odstavci též zmínil úlohu, kdy je jazyk prostředkem k myšlení. Právě otázka vztahu mezi myšlením a řečí je psychologii dlouhodobě řešena. V minulosti bylo myšlení a řeč považováno za totožné psychické procesy, dovedeno do krajnosti, myšlení by v tomto pojetí nebylo možné bez řeči. Uvedený předpoklad lze však poměrně snadno vyvrátit, a to jak z fylogenetického tak i ontogenetického hlediska. Daný předpoklad je rovněž možno snadno vyvrátit, pokud sledujeme jednání některých subhumánních živočichů, kteří zjevně používají vysuzovací procesy (myšlení), aniž by mohli užít jazyka. V současné době jsou myšlení a řeč považovány za dva různé psychické procesy, které však spolu navzájem velmi těsně souvisí a navzájem se ovlivňují. Vztah myšlení a jazyka lze zdárně sledovat na výkladu Piagetovy teorie rozumového vývoje. Myšlení člověka se vyvíjí již od jeho narození a to nezávisle na řeči. Dítě se snaží svět postihnout manipulací s tímto světem, experimentováním. V prvních fázích vývoje jedince se myšlení dítěte váže na jím prováděné aktivity. Teprve postupně se u dítěte rozvíjí jazyk, který naplňuje svou symbolickou funkci. Jednotlivé symboly pak vyjadřují, jak dítě rozumí svému životnímu prostoru. Časem řeč nabývá v životě dítěte na důležitosti, vyšší myšlenkové operace již nejsou možné bez užití řečových symbolů. Uvedené tedy značí, že myšlení se může bez řeči obejít a to tehdy, pokud je svázáno s manipulací s reálnými předměty životního světa. Díky užití řeči se však člověk stává na předmětech životního věta nezávislý, může jimi manipulovat právě prostřednictvím řečových symbolů. Lidské uvažování se tak prohlubuje, nabývá komplexního charakteru.

Poruchy myšlení

[8] Srov. Plháková, Alena. Učebnice obecné psychologie. Praha: Academia, 2007, s. 305-307.

Poruchy myšlení bývají někdy členěny hned do tří kategorií. Je to z toho důvodu, že si při jejich dělení nevystačíme s dělením na poruchy kvantitativní a kvalitativní. Existuje totiž skupina poruch, kdy některé z těchto poruch vykazují charakteristiky poruch kvantitativních, jiné zase poruch kvalitativních. Pokusy zařadit je tu do jedné nebo druhé skupiny poruch pak selhávají, jeví se tedy účelným zcela výjimečně vytvořit jakousi mezikategorii mezi obvykle sledovanými skupinami poruch. Konkrétně pak budeme hovořit o poruchách logické struktury myšlení.

Poruchy kvantitativní se týkají podoby intenzity dané funkce, v tomto případě rychlosti myšlení, tempo myšlení může být buďto zrychlena nebo zpomalena. Obě podoby poruch kvantitativních jsou brány za patologické, jelikož i v případě zrychleného myšlení bývá vinou této rychlosti narušena kvalita myšlenkového procesu.

Konkrétně pak hovoříme o:
bradypsychismu – zpomalené myšlení, myšlenkový útlum, jedinec odpovídá po latencích, v krajní podob ě neodpovídá vůbec a potom hovoříme o mutismu,
tachypsychismu – zrychlené myšlení, překotné myšlení, které může přejít v myšlenkový trysk, kdy je obtížné sledovat myšlenkové souvislosti.

Za poruchami kvantitativními zpravidla stojí poruchy nálady (jedná se o důkaz vzájemné podmíněnosti jednotlivých duševních dějů). Příčiny vzniku kvantitativních poruch myšlení je však možno hledat i v jiných oblastech, opět se může kupříkladu jednat o projev běžné únavy, dopad užití psychoaktivních látek, různé otravy, poškození mozku a podobně.

Poruchy logické struktury myšlení se projevují v neobvyklé podobě formálních charakteristik vlastního průběhu myšlenkového procesu. Bylo opakovaně konstatováno, že myšlení lze chápat jako vysuzovací proces, kdy postupujeme od neúplné informaci k informaci úplné, která nám umožní adaptivně postihnout realitu a my jsme pak schopni do této reality účelně zasahovat. Onen vysuzovací proces by měl co nejúčelněji postupovat k oné komplexní informaci. Dílčí myšlenkové operace by měly na sebe plynule a logicky navazovat, měly by se týkat toliko podstatných skutečností, neměly by být nadbytečně opakovány, postižení reality by mělo být v zásadě přiléhavé a takto dosažené významy by měly být v případné interakci s druhými lidmi srozumitelně komunikovatelné.
Rozlišujeme následující poruchy logické struktury myšlení

Inkoherentní myšlení neboli roztříštěné neboli nesouvislé myšlení představuje tok rozvolněných asociací. Myšlení postrádá logickou souvislost, řeč odrážející tuto poruchu je tvořena proudem slov nebo vět, které nejsou spolu svázány žádným logickým poutem. Myšlení není jednotně determinováno, jedinec se nedrží jediného určujícího tématu nebo témat.

Myšlení může nabývat následující podoby: „… v té době jsem pracoval v JZD, často jsem chodíval na smetiště, dala se tam najít spousta užitečných věcí, narodila se nám potom dcerka, se sousedem to bylo k nevydržení, objevili se ti agenti a snažili se mě přemluvit, dostal jsem pozvánku na psychiatrii, můj švagr je velice hodný člověk…“ Jedná se o můj pokus reprodukovat skutečné vyprávění klienta. Je zde patrná výrazná nespojitost mezi probíranými tématy. Upozorňuji však, že většinou bývají projevy roztříštěnosti myšlení mnohem diskrétnější povahy.

Zabíhavé myšlení znamená, že myšlení sice postupuje k cíli, ale s četnými oklikami, je charakterizováno četnými odbočkami k vedlejším tématům, která nemusí ani být tématy souvisejícími. Příčinou zabíhavého myšlení nemusí být ani vážné duševní onemocnění, může být též způsobeno nedostatkem intelektových schopností jedince v důsledku jeho mentální retardace. Jedinec v těchto případech nedokáže rozlišit podstatné od nepodstatného, proto uvádí všechny informace, o kterých se domnívá, že s probíraným tématem nějak souvisí.

Ulpívavé myšlení - jedinec se opakovaně navrací k jedné, pro něj zřejmě základní myšlence, slovu nebo větě. Daný příklon k jedinému tématu bývá též nazýván **myšlenková perseverace**

*V této souvislosti bych rád upozornil, že se můžete setkat i s termínem **emoční perseverace**, která se může objevit i u jiných typů duševních poruch. V případě emoční perseverace se jedná o stavy, kdy individuum konstantně setrvává u vzniklého emočního prožitku, přestože již uplynula poměrně dlouhá doba od působení vyvolávajícího podnětu. Jde o stavy, kdy se jedinec dlouhodobě trápí nějakým neúspěchem, emoční prožitek tak přestává mít signální funkci, stává se naopak maladaptivním.*

Myšlenkový záraz – při této poruše myšlení se myšlenková produkce bez zjevné příčiny zcela zastaví, k myšlenkovému zárazu může dojít dokonce i uprostřed slova. Někdy se podaří postiženému s odstupem času v probírání daného tématu pokračovat, jindy ne.

Šroubované myšlení je případem, kdy myšlenkový tok klienta je bezobsažný, formální charakteristiky hovoru jsou sice zachovány, hovor však nesměřuje k žádným skutečným

myšlenkovým závěrům. Jedná se o plané filozofování nebo o pseudovědecký hovor o banálních skutečnostech.

Symbolické myšlení je typické četným užíváním symbolických příměrů v jednotlivých myšlenkových projevech. Uvedeného je však užíváno nepřiléhavě, často v jiném smyslu, než je v populaci ustálenou konvencí. Nápadnou je rovněž skutečnost, že samotný postižený nechápe smysl použitých symbolů a metafor užitých v hovoru druhou stranou. Myšlení jedince je v tomto případě nápadně postiženo v myšlenkových operacích, jako je zobecňování a abstrakce.

Kvalitativní poruchy myšlení

Poruchy kvalitativní se projevují v kvalitě jednotlivých myšlenkových vysouzení, kdy tato je hrubě zkreslena, realita díky uvedenému je neadekvátně uchopována, což se pak přirozeně odráží v jednání individua, které je neúčelné. Poruchy kvalitativní nabývají rozličných podob.

Autistické myšlení. Pro autistické myšlení je typické, že jeho průběh je určován vlastní fantazií subjektu, dochází v něm ke zřetelnému odklonu od existující reality. Nositel poruchy se uzavírá do svého vnitřního světa, jehož obsahem jsou často jeho fantazie a nereálná přání.

Příkladem autistického myšlení pak může být bdělé snění nebo některé formy autismu v užším slova smyslu (jedná se již o onemocnění). Tyto poruchy vznikají již v dětství, dítě přestává mít zájem o fyzický i sociální kontakt s ostatními lidmi, včetně vlastních rodičů. Vůči svému okolí přestává komunikovat, může dojít až k úplnému vymizení verbálních schopností, navíc dochází k úpadku intelektu až k úplnému přetrhání kontaktů s realitou. Zájem dítěte se pak obrací k některým výsečím neživého světa.

Bludné myšlení. Je zřejmé, že vědecké chápání termínu blud se nekryje s chápáním laickým.

Dokážete vysvětlit, v čem odborné a laické chápání pojmu blud?

Z odborného hlediska lze blud lze vymezit jako nesprávné přesvědčení, vzniklé na chorobném psychopatologickém podkladu, které je díky svému původu nevývratné a které může mít až patický vliv na jedincovo jednání. Samotné mylné přesvědčení není bludem, taková přesvědčení běžně vznikají a nejsou znakem psychické poruchy. Pohovorem s nositelem bludu tento nelze vyvrátit, naopak často dochází k posílení hloubky bludu. Někdy, pokud nemocnému jeho blud racionálními

argumenty rozmlouváme, dokonce hrozí, že se sami staneme součástí bludné produkce nemocného. Blud může mít patický vliv na jedincovo prožívání a chování. V prožívání se existence bludu odráží bludnými interpretacemi a výskytem bludné nálady. Bludná nálada předcházívá samotnému vzniku bludu. Postižený se domnívá, že dochází ke změnám v jeho okolí, tyto změny však nedokáže identifikovat, nejčastěji se u něj díky tomu objevuje úzkostné ladění. Díky vzniklému bludu, takto kognitivní reprezentaci jisté části reality, dospívá postižený k vysvětlení tušených změn a následně je nezvratně přesvědčen o oprávněnosti svých závěrů. Pokud má blud determinující vliv na chování jedince, pak ten jedná pod jeho vlivem.

Bylo by však chybné se domnívat, že každý nositel bludu představuje nebezpečí pro sebe nebo své okolí. Postižený však může, ale také nemusí podlehnout svým bludům, může jim dokonce dlouhá léta odolávat, přestože je na základě jejich existence intenzivně ponoukáván k jednotlivým akcím. Pouhá menšina nemocných začíná jednat pod vlivem bludu. Pokud už jedná pod vlivem bludu, pak shledává své jednání jako oprávněné, přestože výchozí myšlenky jsou velmi neobvyklé. Postiženému však jednotlivé myšlenkové závěry připadají jako normální, jedinec není schopen náhledu na jejich patologii, bere je za pragmatickou realitu. Patické chování nositelů bludů pak nelze posuzovat čistě z morálních hledisek, je nutno stanovit, do jaké míry byl který z nich ovlivněn svým bludem.

Bludné přesvědčení může být navíc prohloubeno doprovodnými halucinacemi, které existující blud ještě podporují. Jednotlivé bludy mohou být jednoduché, kdy je ihned zřejmé, že se jedná o mylné a velmi bizarní přesvědčení. Lze se však setkat i s poměrně komplexní bludnou produkcí, kdy se jednotlivé prvky bludů navzájem podporují a není přesně jasné, ze kterého soudu nebo úsudku jedince vychází existující blud. Je možno se pak setkat i s případy, kdy je na pomoc přizván odborník na problematiku, které se blud dotýká, aby stanovil, zda závěry suspektního (pravděpodobného) nositele bludu odráží stávající stupeň poznání týkající se dané tematické oblasti, nebo zda myšlení jedince již dosáhlo hloubky bludu.

Měl jsem v péči klienta, žadatele o azyl v České republice, který jako důvod odchodu ze země původu uvedl spiknutí pracovníků ministerstva, kterým ve své profesi podléhal. Jelikož neexistovala možnost ověřit si jeho tvrzení a v jeho myšlení nešlo zaznamenat další projevy, které by mohly být hodnoceny jako psychotické, byla mu přidělena diagnóza paranoidní porucha osobnosti. Tuto nešlo aktuálně zpřesnit nebo případně korigovat (zda jeho přesvědčení dosáhlo hloubky bludu). Po celou dobu byl vystaven zvýšenému dohledu ze strany sociální služby azylového zařízení, kdy jednotliví zaměstnanci byli poučeni o možných podobách případného patologického vývoje jeho psychického stavu.

Bludy je možno z hlediska jejich zaměření a obsahu dělit do tří skupin a to na bludy makromanické, mikromanické a vztahovačné. Každá skupina je pak dále detailněji klasifikována.

Makromanické bludy jsou doprovázeny manickou nebo hypomanickou náladou (viz následující kapitola pojednávající o emocích a poruchách emocí). Upozorňuji, že manická nálada nemusí být ve svých projevech pouze náladou veselou, euforickou, může se též jednat o náladu výhružnou, útočnou, agresivní. Společným jmenovatelem pro makromanické bludy je fakt přeceňování postavení, významu nebo schopností vlastní osoby postiženými. Blíže bývají makromanické bludy děleny na:

- **Extrapotenční** - jedinec přesvědčen o svých mimořádných schopnostech, tyto schopnosti považuje mnohdy za nadlidské.
- **Megalomanické** neboli velikášské - mohou být ještě detailněji členěny podle svého zaměření na vynálezecké, reformátorské, originární, erotomanické, kosmické. V případě vynálezeckých bludů je nemocný přesvědčen o vytvoření neobyčejného vynálezu (například perpetua mobile), reformátorské bludy jsou charakteristické přesvědčením nemocného o své vyvolenosti organizovat společnost, nejčastěji ve smyslu záchrany nebo výrazného zlepšení společenského života, nositel originárních bludů je přesvědčen o svém zvláštním původu, erotomanické bludy se týkají přesvědčení nositele, že je milován vysoce postavenou nebo populární osobou, kosmické bludy se týkající kontaktu s mimozemskými civilizacemi.

Mikromanické bludy jsou doprovázeny depresivní a úzkostnou náladou a mají opačný charakter než bludy makromanické. Tentokrát v popředí klinického obrazu stojí podceňování vlastní osoby, zejména pak je jedinec přesvědčen o absenci svých žádoucích schopností. Mikromanické bludy jsou rovněž dále klasifikovány na bludy:

- **Autoakuzační**- v případě těchto bludů si postižený připisuje vinu za negativní průběh událostí, které nemohl způsobit ani výrazněji ovlivnit, je však v souladu s vymezenými charakteristikami bludu o své vině nevývratně přesvědčen.
- **Insuficienční** - jsou typické přesvědčením jedince o vlastní neschopnosti, toto přesvědčení je mnohdy v příkrém rozporu s dosaženými životními úspěchy, tyto jako by nemocný odmítal registrovat, objevuje se sklon k bagatelizaci svých úspěchů.
- **Ruinační** - bludy se vyznačují přesvědčením, že jedinec není schopen zabezpečit vlastní rodinu nebo vlastní existenci, daný typ bludů může ústit až v suicidální jednání, dokonce se může objevit rozšířená sebevražda, kdy kromě sebe postižený zabije i své blízké (aby je uchránil utrpení způsobeného svou vlastní domnělou neschopností);

- **Negační** - nositel negačních bludů popírá zjevné skutečnosti týkající se jeho osoby nebo i jeho okolí, dané popření je opět nevývratné, nelze je vysvětlit jako důsledek působení obranných mechanismů vlastního sebepojetí.
- **Hypochondrické** - jsou typické nevývratným přesvědčením jedince o existenci choroby, která jej sužuje, blud je doprovázen masivními stavy deprese a prožitky úzkosti. Pojem hypochondrický blud nelze zaměňovat, tak jak se tomu i často děje, s pojmem simulace choroby, simulace je vědomým, manipulativním předstíráním nemoci s cílem dospět k určitým ziskům (simulant ví, že je zdravý).
- **Pseudomegalomanické** – jedinec je přesvědčen o svých schopnostech, které mohou mít zhoubný charakter. Kupříkladu věří, že se schopen svými myšlenkami způsobit přírodní katastrofu.

Vztahovačné neboli paranoidní bludy jsou typické přesvědčením jedince, že vše, co se kolem něj děje, se děje s cílem mu určitým způsobem uškodit. Takto budou posuzovány nejen jevy a skutečnosti, které se nemocného dotýkají bezprostředně, ale i skutečnosti, které se ho přímo ani netýkají, nebo jsou vůči němu v neutrálním vztahu. Přechod k bludnému přesvědčení může být pozvolný, nenápadný, zvláště když obsah bludu má jistý racionální podklad. U některých pacientů, kde je obsah bludu celkem reálně možný a kde jsou bludy logicky systematizovány, může činit jejich rozpoznání značné diagnostické obtíže a je nutno často zjišťovat data objektivního rázu. Paranoidní bludy lze dále členit na bludy:

- **Perzekuční** - v případě perzekučních bludů se jedná o přesvědčení, že je jedinec někým pronásledován, stal se obětí spiknutí svých pronásledovatelů, tito jej pozorují, odposlouchávají mu telefony, snaží se jej ovlivnit radiovými vlnami nebo jinými technickými prostředky.
- **Emulační neboli žárlivecké** bludy jsou typické přesvědčením o nevěře partnera, dané přesvědčení je dokládáno četnými velmi bizarními nebo nepřesvědčivými důkazy, osoba, která má být nevěrná, je sledována, vyslýchána, konfrontována s případnými svědky. Data, která mají svědčit proti myšlenkovému nastavení postiženého, jsou jím popírána, bagatelizována nebo reinterpretována ve směru jeho bludného přesvědčení.
- **Kverulační** bludy jsou typické přesvědčením o organizovaném spiknutí vůči nositeli bludu ze strany kupříkladu státní moci, orgánů samosprávy, soudních orgánů a podobně. Jedná se obrazně o permanentní boj s větrnými mlýny, věčné a neúnavné stěžovatele.

Rovněž se lze setkat s **kombinací více bludů** současně, kdy žádný z bludů ve srovnání s ostatními nápadně nedominuje. Navíc existují tzv. **indukované bludy**, kdy nemocný svým bludným přesvědčením ovlivní své blízké, kteří pak produkují shodné bludy jako on. Prvním krokem terapie indukovaných bludů je rozdělení takového páru nebo skupiny a zabránění v jejich dalším kontaktu. U osoby, které byl blud indukován, dochází zakrátko ke spontánní remisi (samovolné úzdravě). Nositel bludu nadále produkuje svůj blud a je, pokud jsou splněny všechny zákonné podmínky, podroben léčení.

Na dětské oddělení psychiatrické léčebny byli dopraveni dva ještě nezletilí sourozenci, starší hoch, který měl krátce před patnáctými narozeninami, a jeho třináctiletá sestra. Oba tvrdili, že v jejich domě, jehož základy jsou ze 17. století, žijí duchové, má se jednat o všechny původní obyvatele, kteří jsou již zesnulí. Sourozenci je mohou vidět a mohou s nimi neustále komunikovat. Rodiče jsou zneklidněni, konstatují, že jejich děti mají sklon k sociální izolaci, straní se ostatních dětí, neustále chodí do sklepa, s někým tam dlouhé hodiny vyprávějí, v poslední době dokonce komunikují s těmito „duchy" i v rodičovské přítomnosti. Obě děti, ač byly explorovány odděleně, produkují srovnatelná data bez výrazných rozporů. Pro podezření existence indikovaného bludu dívka setrvává na dětském oddělení, hoch je umístěn na oddělení pro dospělé. Po třech dnech se dívčin stav normalizuje. Začíná popírat možnost výskytu takových nadpřirozených bytostí, z léčení je krátce poté propuštěna. Na léčení setrvává pouze její bratr.

Vtíravé myšlení. Někdy je tato porucha myšlení nazývána též jako myšlení obsedantní nebo nutkavé. Vtíravé myšlenky se vnucují do mysli jedince proti jeho vůli a nedají se plně volní cestou potlačit. Dojde-li k jejich potlačení, stane se tak jen na okamžik, jejich potlačení je doprovázeno vznikem úzkostného prožitku, po chvíli se však vtíravé myšlenky opět vynořují. Jedinec tyto myšlenky vnímá jako rušivé, brání mu v žádoucím soustředění a jednání. Postižený má náhled na patologickou povahu takových myšlenek, chtěl by se jich zbavit, vyhledává proto často sám terapii. Mírné formy plynoucí z osobnostního podkladu jsou v populaci poměrně časté, u řady lidí se objevuje ve vědomí neodbytná myšlenka, zda zavřeli plyn, zastavili vodu, vypnuli žehličku, zamkli dveře atd. O chorobě hovoříme až tehdy, kdy se takové myšlenky nedaří opakovaně potlačit, jejich výskyt pak brání v plnění běžných společenských rolí. Obsahem obsesí může dále být konkrétní myšlenka, jedná se o nutkání vykonat něco, co odporuje konvencím, hodnotám jedince nebo společnosti. Může jít o nutkání například vyslovit rouhačské slovo v kostele, ublížit vlastnímu dítěti, někoho napadnout - postižený trpí obavou, že se těmto myšlenkám jednou podvolí. Těžší formy obsesí jsou obtížně terapeuticky zvládnutelné, mohou ústit až v invaliditu nemocného.

Předpokládá se souvislost mezi vtíravým myšlením a kompulzivním jednáním, proto byla vytvořena společná diagnostická klasifikační jednotka, která nese označení obsedantně-kompuzivní porucha. K**ompulze** (kompulzivní činy) jsou opakovaným, stereotypním chováním. Realizace kompulze postiženým nesměřuje k plnění žádného životního úkolu. Může se jednat o opakované skládání oblečení, mytí rukou, zvláštní zákonitosti chůze po ulici nebo v uzavřených prostorách, zvláštní stravovací návyky a podobně. V adaptivní formě se jedná o **rituály** - jsou lidé, kteří by nepokračovali v chůzi, pokud by jejich cestu křižovala černá kočka. O neadaptivní formu se již jedná, pokud takové puzení k jednání považuje nositel poruchy za obtěžující. Když toto chování odmítá postižený vykonávat, objevuje se u něj opět prožitek úzkosti - jestliže se ke svému rituálu opět navrací, úzkost se paradoxně prohlubuje, protože postižený je nespokojen, že mu opět v rozporu se svým odhodláním podlehl.

Například ve filmu Lepší už to nebude hrál Jack Nicholson muže stiženého touto poruchou ve značném rozsahu. Komediálně laděný film však dokázal plasticky zobrazit, jak se nemocný stává otrokem svých obsesí a kompulzivního chování. Nicholson například nesnesl pomyšlení na to, že by došlápnul na spáru mezi dlaždicemi chodníku. Roztomile hopkal on i jeho psík po ulicích města, aby se vyhnul jednotlivým spárám.

V rámci obsedantně-kompulzivní poruchy je rozlišováno, zda se jedná o formu spíše obsedantní, spíše kompulzivní nebo smíšenou, kdy jsou zastoupeny rovnoměrně obsese i kompulze.

Ke kvantitativním poruchám myšlením jsou někdy přiřazovány rovněž **fobie**, jindy jsou naopak zmiňovány v rámci poruch emocí. Fobie v sobě totiž nesou znaky poruchy myšlení i poruchy emocí. Obsahem fobie je totiž strach z přesně specifikovaného objektu nebo situace. Daný strach je samozřejmě doprovázen emoční nepohodou, jedinec se cítí touto situací ohrožen, není uspokojena jeho potřeba bezpečí, proto se snaží z podobných situací uniknout, je u něj též patrná snaha vyhnout se jim. Uvádí se, že každý člověk trpí určitou fobií, bude pak záležet na skutečnosti, zda se týká obvyklých nebo neobvyklých objektů nebo situací.

*Strach z uzavřených prostor se označuje jako **klaustrofobie**, tato může vzniknout následovně. Jedinec zažil v uzavřené místnosti (například ve výtahu) ze strany jiné osoby fyzický nebo psychický útok, přirozeně zažíval strach. Z dané situace se bez zjevného poranění vymaní, může si však charakteristiky této situace udržet ve své paměti a pak vždy, když se bude nacházet v menší uzavřené*

místnosti se u něj může objevit strachová odezva. Původní strachová odezva měla informativní funkci, následující odezvy tuto již nemají. Informují jedince o ohrožení, které mu fakticky nehrozí. Jedinec se však nemůže těchto prožitků zbavit, vždy v místnosti bude zažívat výrazný diskomfort. Reálně se u jedné klientky rozvinula klaustrofobie díky necitlivě vedenému porodu v porodnici, při kterém se dítě narodilo mrtvé (podotýkám, že ne vinou porodníků, ale díky neutěšeným podmínkám, ve kterých se žena nacházela v době před porodem).

Existují sáhodlouhé výčty možných fobii. Následující druhy fobií jsou spíše ilustrativním příkladem:

- klaustrofobie - strach z uzavřeného prostoru,
- aichmofobie - strach z ostrých předmětů,
- hypsofobie - strach z výšek,
- agorafobie - strach z otevřených prostor,
- mysofobie - strach ze znečištění dotykem,
- ereutofobie - strach, že nemocný v nějaké situaci zčervená,
- dysmorfobie - strach, že má znetvořený obličej,
- nosofobie - strach z nemoci,
- sociální fobie – strach ze sociálního kontaktu,
- karcinofobie (kancerofobie) – strach z onemocnění rakovinou apod.

Někdy je nutno při stanovování diagnózy nemocného rozlišit mezi hypochondrickým bludem a specifickým druhem fobie.

Jak byste rozeznali, zda se jedná o fobii, nebo hypochondrický blud?

Máte vy nějakou drobnou „fobii“ nebo „obsesi“? Jak s ní bojujete?

4. 6 Učení

Učení je proces získávání nových zkušeností, kdy nově nabytá zkušenost se odrazí ve změnách prožívání a chování jedince.

Nové zkušenosti jsou nabývány v průběhu kognitivních duševních dějů. Díky učebním procesům má jedinec k dispozici postupy, díky kterým se dokáže operativně přizpůsobovat proměnlivým podmínkám svého okolí. Učení může probíhat cestou funkcionální (nezáměrnou) nebo intencionální

(záměrnou). Učení lze považovat za prostředek socializačního procesu, tedy za prostředek procesu vrůstání jedince do společnosti. Socializací dochází k postupné transformaci biologické bytosti v bytost sociální. Výsledkem učení jsou nabyté vědomosti, dovednosti a návyky. Vědomost je osvojená informace, dovednosti je schopnost aplikovat (využít) vědomost v procesu řešení problémů a návyk je osvojená a prováděná aktivita.

V dalším textu budeme rozlišovat nižší a vyšší formu učení:

- **Nižší formou učení** je vtiskování, klasické podmiňování a operantní (instrumentální) podmiňování.
- **Vyšší formou učení** je učení psychomotorické, kognitivní a sociální.

Přesná hranice se mezi zmíněnými formami učení stanovuje poměrně obtížně. S nižšími formami učení se můžeme setkat nejenom u člověka, ale jsou vlastní i jiným živočichům. Učící může zaujímat jak roli pasivní, kdy je učen, tak i roli aktivní, kdy aktivně participuje na průběhu učebního procesu. Učící se může sám učit novým zkušenostem anebo může být v tomto procesu druhými provázen. Z uvedeného je zřejmé, že se může jednat jak o učení individuální, tak i o učení sociálně zprostředkované. Vyšší formy učení jsou někdy ne zcela přesně označovány jako specificky lidské učení. Nepřesnost tohoto označení spočívá ve skutečnosti, že se lze s některými druhy tohoto učení setkat i u živočichů na subhumánní úrovni. Učící se v nich vystupuje vždy jako aktivní bytost, daný typ učení je buďto přímo nebo nepřímo sociálně zprostředkován.

Dříve než začnu svůj výklad týkající se učení, upozorním, že v učebních procesech sehrává důležitou roli odměna nebo trest - jinými slovy pozitivní nebo negativní sankce, směřující ke vzniku emočního prožitku, díky němuž je nová zkušenost fixována. Učební proces totiž musí směřovat nebo být doprovázen jistou úrovní emočního prožitku, jinak se nová zkušenost nevštípí a neuchová. Emoční prožitek tak musí být v učebních postupech navozen a udržován.

Za příklad si vezměme naši zkušenost studenta střední školy. Byla nám zde předána spousta užitečných, ale i neužitečných informací. Tyto jsme si zapamatovali ne podle užitečnosti, kterou jsme jim přisuzovali, ale spíše podle toho, zde se u nás v průběhu vyučování nebo v době sebevzdělání objevil jistý emoční prožitek. Zřejmě nejvíce vědomostí jsme si uchovali z předmětů, kde se učiteli podařilo vyvolat u nás pozitivní zájem o daný typ učiva, svým postupem u nás vyvolal libé pocity. Dále jsme si osvojili to učivo, kdy se vyučujícímu podařilo u nás vyvolat pocity nelibé, měli jsme z něj strach a z toho důvodu jsme si osvojili jím předávané vědomosti. Asi nejméně jsme si odnesli z těch

předmětů, kdy se učiteli nepodařilo vyvolat u nás zájem o daný předmět ani strach z dalšího podoby kontaktu mezi jím a žáky. Uvedený příklad je samozřejmě modelovou situací, může například nastat situace, že učitel nevyvolával žádné pocity, ale sám jsem si vytvořil zájem, nebo že vyvolával sice strach, ale ten měl zcela tlumivou úlohu, nic jsem si z jeho předmětu nezapamatoval.

Jak tomu bylo u vás? Učivo, ze kterého předmětu jste si nejvíce zafixovali? Proč se tomu tak stalo?

Nižší formy učení

Vtištění (imprinting) – jedná se o učební procesy vázané na ranou fázi ontogenetického vývoje individua a vedoucí k dlouhotrvajícím a často i ireverzibilním (nevratným) změnám v prožívání a chování. Učení se vtištěním probíhá poměrně rychle, bez užití jakýchkoli sankcí ve směru k učícímu se. Pro svůj zásadní význam v dalším životě jedince jsou raná období vývoje jedince označována jako kritická. Zdrojem vtištění je časná zkušenosti dítěte se svými vychovateli, která zásadním způsobem může ovlivnit jeho vztah k těmto osobám. Dokonce se uvažuje o tom, že dojde i k ovlivnění budoucích vztahů vůči druhým příslušníkům téhož druhu vůbec.

Příkladem vtištění na subhumánní úrovni je situace, kdy mládě je od narození vychováváno zvířetem jiného živočišného druhu (například biologický rodič zahyne nebo se ztratí a péči řízením osudu přebere samice jiného živočišného druhu). Mládě si podobu své nové „matky" vtiskne, tuto bude považovat do budoucna za svého opravdového rodiče. Díky vtištění bude mít sklon přiřazovat se k příslušníkům stejného druhu, jako je jeho nový vychovatel, jelikož si vtiskl jeho podobu.

Je zřejmé, že tento druh zkušenosti získává učící se jedinec sice v sociálním kontaktu, ale sehrává zde zcela pasivní roli.

Klasické podmiňování – jeho mechanismus odhalil, dal mu název a v laboratorních podmínkách prvně navodil **I. P. Pavlov**. Upozorňuji studenty, že Pavlov tento druh učení nevynalezl, tímto druhem učení získává řada živočišných druhů svou zkušenost již odnepaměti. Jedná se opět o učení sice sociálně zprostředkované, ale učící se jedinec sehrává pouze pasivní roli, na učebním procesu se svou vlastní aktivitou nepodílí. Je učen ze strany svého okolí. Učení je tento jedinec pouze vystaven, těmto vlivům se pasivně podvoluje. Tento druh učení můžeme pozorovat jak na lidské, tak opět i na subhumánní úrovni. Než se zmíním o závěrech Pavlova, předesílám, že podstatou klasického podmiňování je skutečnost, že se původně indiferentní (neutrální) signál (podnět) stal signálem pro

jedince významným. Tímto signálem může být jakýkoli percepční podnět. Účelným se jeví začít možná poněkud neobvykle konkrétním příkladem.

Chlapec, říkejme mu Pepík, žije se svou maminkou bez tatínka. Maminka si najde druha, po čase se tento muž do jejich rodiny nastěhuje. Přes veškerou snahu všech zúčastněných stran se mezi Pepíkem a druhem matky nevyvine pozitivní, ale naopak negativní až dokonce soupeřivý vztah (oba přece bojují o maminku). Díky asymetrické pozici distribuce moci zúčastěných stran to bude častěji Pepík, kdo bude trestán, často i, jak bude vyprávět později svým známým, za nic (nemůže proces učení nijak ovlivnit, vystupuje jako pasivní bytost). Díky těmto trestům, které nebudou mít korektivní úlohu, protože nebudou následovat po reálném chování, samotný signál reprezentující druha matky u Pepíka začne vyvolávat strachovou odezvu. Například slyšení pouhého hlasu druha u něj vyvolá strach. Znamená to tedy, že původně neutrální signál (hlas) díky procesům učení (bezdůvodné trestání) u Pepíka vyvolá strach. Tato zkušenost může být dokonce v jisté míře i generalizována a může se uplatňovat i poté, co matka prozře a s druhem se rozejde, nebo může dokonce přetrvávat u Pepíka až do jeho dospělosti. Bude pak stačit, aby zaregistroval jistý signál, který mu druha matky připomene (často aniž si to uvědomí) a objeví se u něj strachová reakce. Tento mechanismus vysvětluje, proč jsou nám někteří lidé již při prvním kontaktu nesympatičtí, zatímco jiní tak sympatičtí. Výše uvedené platí i pro kladnou zkušenost s druhou osobou, která začne být přenášena do dalšího mezilidského kontaktu jedince.

Jak je nám zřejmě známo, Pavlov neexperimentoval v reálných, ale v laboratorních podmínkách, kdy své pokusy prováděl na zvířatech, konkrétně pak psech. Zavedl potom pojmy jako **nepodmíněný podnět** a **nepodmíněná reakce**, **podmíněný podnět** a **podmíněná reakce** a pojmy navazující jako je **podmíněný a nepodmíněný reflex**. Reflex je tvořen podnětem a na podnět navazující reakcí. Pavlov popsal rozdíly mezi učením se a takzvaným vyhasínáním naučeného, ke kterému dochází, není-li napodmiňovaný spoj (vytvořený podmíněný reflex) podporován opakovaným nácvikem. Jeho typ učení je možno znázornit jednoduchým schématem, kdy:

Podnět —vyvolává→ reakci.

Pavlov umístil psa do postroje. Ověřil si u něj existenci nepodmíněného (vrozeného) reflexu tak, že psa vystavil nepodmíněného podnětu a ten u něj vyvolal nepodmíněnou reakci. Takovým podnětem je pro psa například ukázání potravy, reakcí je jeho slintání, uvedené tvoří nepodmíněný reflex. Na

tomto nepodmíněném reflexu vystavěl experimentátor podmíněný reflex, a to tak, že souběžně s nepodmíněným podnětem (potrava) psa vystavil působení podmíněného, původně pro psa neutrálního podnětu (kupříkladu zvuku určité vlnové délky). Po několika opakováních pak Pavlov zjistil, že postačuje, aby byl pes vystaven působení zvukového podnětu a aniž pes vidí potravu, začne slinit. Nově vzniklý stav nazval podmíněným (získaným) reflexem. Zjistil rovněž, že když se dané spojení mezi nepodmíněným reflexem a původně neutrálním podnětem čas od času nezopakuje, tak dochází k jeho vyhasínání. **Vyhasínání** by se projevilo tak, že zvukový podnět by postupně přestal vyvolávat slinění psa.
Cestou klasického podmiňování nebyla jen zvířata trápena, aby mohly být ukájeny vědecké ambice badatelů, ale touto cestou se například zjistila celá řada závěrů, týkajících se právě smyslového vnímání u zvířat. Jestliže se signál stal podmíněným podmětem, pak to značilo, že je zvířetem vnímán, jestliže se jím nestal, pak jej zvíře nemohlo vnímat.

Původně nepodmíněným reflexem u Pepíka byla jeho vrozená strachová reakce. Ta byla opakovaně vyvolávána druhem matky, který chlapce trestal. Jakákoli smyslová charakteristika druha matky se tímto stala podmíněným podnětem, vyvolávajícím podmíněnou reakci. Jestliže pouhý hlas u Pepíka vyvolal strach, tak došlo k vytvoření podmíněného reflexu. Jestliže se tomu dělo opakovaně a Pepík zažíval velmi intenzivní strach, tak si tuto zkušenost mohl udržet a podržet po celý život. Většinou však podobné zkušenosti u nás časem vyhasnou, přestanou u nás vyvolávat díky absenci dalšího procvičování podmíněnou odezvu.

Dokážete najít i jiný příklad získávání životních zkušeností na humánní úrovni, ke kterým dochází cestou klasického podmiňování? Napovím, když konstatuji, že velké množství fobií (chorobných strachů) je vlastně napodmiňováno.

Operantní (instrumentální) podmiňování – tento typ učení již počítá s aktivitou učícího se, nejedná se však o učení nutně sociálně zprostředkované. Pokud bychom se chtěli vyhnout odborným termínům, tak se jedná o učení se metodou pokusu a omylu. Chovám se v životě jako laický experimentátor s tím, že manipulací se skutečností odhalím zákonitosti mezi jednotlivými prvky této skutečnosti. Výsledky tohoto učení jsou poměrně trvalého rázu, k případné odměně nebo trestu jsem dospěl vlastní aktivitou, svou volbou, tím je zajištěna dostatečně intenzivní emoční odezva. Nevýhodou tohoto učení je jeho časová náročnost. Ve srovnání s vyššími formami učení získávám v čase poměrně malé množství nových zkušeností. Tento typ učení byl popsán **Thorndikem**. V sérii kontrolovaných pokusů bylo prokázáno, že se zvyšuje pravděpodobnost budoucího opakování toho

chování, po kterém následovala odměna. Jinými slovy je fixováno to chování, po kterém následuje pozitivní sankce. Tuto skutečnost nazval Thorndike **zákonem účinku (efektu)**. Jeho součástí je i opačná poučka, že pokud bude na takové chování reagováno trestem, pravděpodobnost jeho opakování se v budoucnosti naopak sníží. **Skinner** v této souvislosti hovoří o **pozitivním a negativním zpevnění** (nebo taky posílení). Pozitivní zpevnění odpovídá situaci, kdy chování je odměněno, tím dochází k jeho častějšímu výskytu. U negativního zpevnění je rozhodujícím činitelem trest. Negativní zpevnění nastává, jestliže chování se neopakuje z toho důvodu, že po něm nastává averzívní zážitek (trest, negativní odezva). Trestání, jak již bylo řečeno, vede ke snížení frekvence chování. Zvláštním případem, který může nastat díky opakovanému trestání, je **habituace**. Jedinec je stále trestán, vlastně ani nezáleží na vlastní podobě jeho jednání, trestající opět užije trestu. Trest pak může ztratit svou zpevňující roli, jedinec shledá, že vlastně nezáleží na tom, jak se chová, stejně bude potrestán (habituace pak bývá umísťována někde na pomezí mezi klasické a operantní podmiňováním). Trest tak přestává plnit svou korektivní funkci.

Nejenom odměna nebo trest však mají zpevňující funkci, tu může mít samotná absence odměny nebo absence trestu. Absence odměny sníží pravděpodobnost výskytu sledovaného chování, absence trestu naopak povede ke zvýšení pravděpodobnosti výskytu chování.

Dítě se učí orientovat ve světě dospělých, snaží si jej přirozeně přizpůsobit svým potřebám. Při návštěvě nákupního střediska dítě zaregistruje hračku, která se rodičům jeví jako obzvlášť odporná (nebo drahá). Potomek je však jiného názoru a dožaduje se její koupě. Dítě vlastně hledá cesty vedoucí k uspokojení své aktivované potřeby. Rodiče se mu snaží jeho záměr rozmluvit. Dítě zvolí zbraně silnějšího kalibru a rozpláče se, intenzita křiku se s postupujícím časem zesiluje, ostatní lidé v okolí sta metrů od dítěte začnou situaci věnovat náležitou pozornost. Dítě se přirozeně pokouší docílit svého. Rodiče tento typ chování, které si dítě svobodně zvolilo (rozdíl oproti klasickému podmiňování), mohou odměnit nebo potrestat. Jestliže je odmění, pak pravděpodobnost takového chování se do budoucna zvýší, jestliže jej potrestají, pak se naopak sníží. Odměnou pro dítě bude, že dítětem vyhlédnutou hračku rodič rezignovaně vloží do nákupního vozíku, díky čemuž i do budoucna bude dítě volit podobné strategie jednání. Nebo dítě rodič okřikne, silnější povahy mu dají záhlavec, dítě v obavě před dalším trestem zmlkne, hrozí však, že při častých opakování utlumíme u dítěte jeho budoucí aktivitu a spontaneitu, co se týče hledání cest vedoucích k uspokojení jeho životních potřeb. Může být též užito absence odměny, dítě je prostě ignorováno. Napoprvé je těžké snášet vlezlé pohledy okolostojících, v budoucnu (pokud se opakovaně takto rodič zachová) však dítě podobný typ chování nebude volit, jelikož nevedlo k očekávanému cíli. Na tento příklad nelze dost dobře aplikovat zpevnění

absencí trestu. Zde se bude jednat zejména o případy takového negativního chování, které jsou u druhých důsledně trestány, nikoli však u sledovaného jedince. Zde pak hrozí zvýšení frekvence daného chování u jedince, který dospěje k závěru, že jemu je dovoleno se daným způsobem chovat.

Vyšší formy učení

Jak již bylo řečeno, za nejpodstatnější znaky vyšších forem učení lze považovat sociální zprostředkovanost (u lidí je jedním z nejdůležitějších nástrojů tohoto učení řeč a probíhající kognitivní procesy) a současně zde jedinec vystupuje jako aktivní bytost, podílí se na procesech učení. Žádný z výše a níže uvedených typů učení se v běžném životě samozřejmě nevyskytuje ve své čisté formě, obvykle se navzájem prolínají.

Senzomotorické učení (percepčněmotorické) – jedná se o osvojování pohybových návyků probíhající cestou cvičení (výcvik, trénink). Začíná již v raném věku dítěte nácvikem základních hygienických návyků a sebeobsluhy. Chůze nebo dovednost psaní je rovněž výsledkem senzomotorického učení. Na počátku stojí vytvoření si zrakové představy o koordinaci dílčích pohybů, daná představa je pak reálným chováním naplňována. Právě z toho důvodu je užito názvu senzomotorické učení, dochází totiž k budování pohybových dovedností na základě vytvoření senzorické představy neboli obrazu, který vzniká v našem vědomí. Někdy je potřeba celé řady opakování, než je motorická dovednost bezchybně zvládnuta. Některé dovednosti musí být v čase opakovány, jinak dochází k vymizení dříve osvojené pohybové dovednosti. Výsledkem takového učení jsou pohybové návyky, jejichž provádění je v různé míře uvědomováno. Prostřednictvím senzomotorického učení je člověk schopen se například naučit řídit automobil, vykonávat ruční práce jako je pletení nebo psát na psacím stroji.

Kognitivní učení – výsledkem je schopnost jedince dospívat a následně operovat mentálními reprezentacemi jednotlivých charakteristik vlastní osoby, jakož i svého okolí. Na základě získaných a předaných informací si jedinec utváří tzv. **kognitivní mapy**, ty sestávají z jednotlivých prvků a jejich charakteristik, jakož i ze závěrů týkajících se vzájemných vztahů mezi jednotlivými prvky. Kognitivní procesy směřují k rozvíjení a obohacování jednotlivých kognitivních map. Kognitivní učení je procesem, jehož cílem a funkcí je nejen učení se myslet, ale zejména učení se dovednosti organizovat své chování na základě myšlení. My vůči sobě a vůči okolnímu světu nevystupujeme podle toho, jaký tento svět reálně je, ale podle toho, jak je zobrazen v našich kognitivních mapách. Můžeme říci, že my se ve světě pohybujeme dle těchto map. Jestliže tyto mapy jsou kvalitní a odpovídajícím způsobem reprezentují realitu, pak naše jednání vůči této realitě je adaptivní. Máme-

li však k dispozici nekvalitní obraz reality v podobě kognitivní mapy, a touto se budeme řídit, pak naše jednání bude s velkou pravděpodobností neúčelným.

Příkladem situace kognitivního učení může být naše interakce, která nabývá přímé nebo nepřímé podoby. Přímým kognitivním učením je naše setkávání v tutoriálech, nepřímým je vaše domácí příprava na tyto tutoriály. Snažím se vám předat svou představu o systému psychologie, uvádím z mého pohledu důležité strukturní prvky tohoto systému, jakož i mou představu o vzájemném uspořádání těchto prvků. Přičemž věřím, že některé mnou předávané skutečnosti cestou kognitivního učení povedou ke změně vaší kognitivní mapy týkající se psychologických vědomostí a dovedností. Kognitivní učení však nemusí probíhat pouze ve školských zařízeních. Jestliže svému potomkovi něco objasňujete cestou rozumového výkladu s cílem rozšířit jeho myšlenkové obzory, pak se jedná rovněž o kognitivní učení. Kognitivním učením je též interakce, kdy přichází do manželské poradny žena s tím, že její muž ji nemá rád tak jako dřív, nezahrnuje ji tolik svou láskou, nevěnuje jí tolik pozornosti a podobně. Poradce během hovoru zjistí, že chování manžela vůči klientce je determinováno též jejím chováním a s touto skutečností ji seznamuje (koriguje její vidění reality).

Sociální učení – tímto druhem učení probíhá socializační proces jedince v užším slova smyslu, tak jak ji chápe sociologie. Dle sociologie totiž sociální učení směřuje k osvojení sociálních pozic a rolí přiměřených zastávanému věku, jakož i k orientaci v základních společenských normách a hodnotách, regulujících mezilidské chování. Sociální učení probíhá na základě observace druhých, kdy pozorováním chování jiných lidí je možno naučit se novému bez toho, že bychom museli použít metodu pokusu a omylu. V některých případech nemusí být zpevnění v průběhu procesů učení zcela nezbytné. Učení může být záměrné (např. výuka sociálních dovedností za pomoci videoprogramu nebo v kurzu) jakož i nezáměrné, neplánované, prostřednictvím imitace osobních vzorů v běžném životě (např. napodobování stylu řeči oblíbeného učitele).

a) **Přímé sociální učení** - je právě řízenou formou osvojování si pozic a rolí a orientace v existujících normách a hodnotách. Objekt si uvědomuje, že je zapojen do takového procesu učení s cílem optimalizovat jeho chování ve výše zmíněných skutečnostech. Konkrétně se pak jedná o účast na některém z výcviků, které organizuje zaměstnavatel s cílem zvýšit úroveň profesních dovedností u svých zaměstnanců.

b) **Imitace** - neboli nápodoba se týká toho chování druhých lidí, u kterého pozorujeme, že bývá následováno odměnou. Základním mechanismem, na kterém je založena

imitace, je očekávané zpevnění. Cílem je získat tutéž odměnu, jak tomu bylo u pozorované osoby, dokonce bývá konstatováno, že my vlastně tuto odměnu chceme odejmout pozorované straně. U imitace ještě nemůžeme opomenout zpevnění. Produkujeme se vzorem identické chování, které se zpevňuje, je-li očekávaná odměna opravdu poskytnuta.

Imitační učení je samozřejmě vždy přirozenější a pravděpodobnější v ovzduší důvěry a dobrých vztahů. Modelem se stane s větší pravděpodobností osoba, která bude vnímána jako osoba kompetentní k řešení jistých problémů a která zastává vysoký status. Zákonitosti imitace lze aplikovat též na ty projevy pozorovaných jedinců, po kterých následuje trest. V rámci observačního učení se pak jedinec vyhýbá těm způsobům jednání, které byly negativně sankcionovány.

c) **Identifikace** – neboli ztotožnění se s druhým. Od nápodoby se liší přítomností citové vazby, která váže subjekt k jeho vzoru. Identifikace tedy neznamená pouze převzetí rejstříku chování vzoru, ale i osvojení si jeho postojů, hodnot a podobně. Identifikace znamená rozhodnutí se pro jeden model z několika nabízejících se. V případě identifikace nemusí být učící se osoba bezprostředně odměněna, stačí, když odměnu získá vzor, se kterým se ztotožňuje. Daný typ zpevnění je pak označován jako zástupné zpevnění. Samotné zpevnění vzoru je postačující k osvojení daného způsobu prožívání a jednání.

Je zřejmé, že v daném případě identifikace nemusí být fixováno pouze chování, které bývá z pohledu většinové společnosti shledáváno jako žádoucí. Cestou identifikace mohou být osvojeny i nežádoucí projevy. Četné nežádoucí projevy u sledovaných osob lze pak vysvětlit právě jako výsledek identifikace, kdy se tento identifikoval se svým rodičem, vrstevnických vzorem, filmovou postavou a podobně. Za výsledek identifikace je pak možno považovat sklon k užívání psychoaktivních látek, k brachiální (fyzické) agresi, k řešení manželských obtíží cestou rozvodu a četné další.

Mám ve své paměti případ, kdy rodiče svého syna poměrně hojně psychicky týrali. Po rozhovoru s nimi vyplynulo, že oni toto své jednání vůči svému dítěti považují za běžnou výchovnou strategii, jelikož obdobné strategie byly užívány ve výchozích rodinách obou rodičů (byli srovnatelně vychovávání svými rodiči, takto prarodiči týraného chlapce). Dá se očekávat, že kdyby jeden z rodičů

měl jinou výchozí zkušenost týkající se výchovy dětí, tak by se rodiče v rámci manželských rozhovorů a možných sporů navzájem seznamovali s existujícími podobami výchovy svých dětí. Je pak pravděpodobné, že by nakonec byla vyjednána strategie do určité míry eliminující nežádoucí jednání, se kterým do vlastní rodiny přišel jeden z partnerů.

Které Vaše vědomosti, dovednosti nebo návyky jste nabyly cestou klasického podmiňování, operantního podmiňování a učení se identifikací?

Přehled výukových cílů:

- Dokážete definovat pojem kognitivní duševní děj
- Dokážete vyjmenovat dílčí podoby kognitivních duševních dějů
- Dílčí podoby kognitivních duševních dějů umíte vymezit
- Dokážete definovat stěžejní poruchy vnímání, paměti a myšlení
- Umíte vymezit pojem učení
- Umíte vyjmenovat a vymezit základní druhy učení označované jako nižší formy učení
- Umíte vyjmenovat a vymezit základní druhy učení označované jako vyšší formy učení

5. Afektivní duševní děje

V této části se dozvíte:
- Budou objasněny pojmy jako je emocionalita a emoce
- Budou podány různé klasifikace emocí
- Budete obeznámeni se základními poruchami emocí

Emocionalita jako projev afektivních duševních dějů je citlivostí vůči situacím, které vyvolávají u jedince **emoce**. Konkrétně se daná citlivost projevuje fyziologickými a psychickými odezvami člověka na jednotlivé situace. Dané odezvy se projeví na úrovni somaticko-vegetativní, která je určována činností sympatického a parasympatického nervstva, jakož i na úrovni psychického prožitku (kupříkladu se jedná o zážitek libosti nebo nelibosti).

Vyjmenujte pět fyziologických odpovědí doprovázejících emoční prožitek.

Jak bude řečeno dále, některé z emočních odezev jsou vrozené, jejich průběh odráží vlastnosti nervového a hormonálního systému. **Vrozené emoce** jsou rovnoměrně rozloženy v celé populaci. Pokud je konstatováno, že vrozená emoční citlivost je rozložena v populaci, neznamená to, že je pro každého jedince stejná - je zde spíše řečeno, že u určitých skupin lidí lze pozorovat obdobnou vrozenou emoční reaktivitu. **Získané emoce** vznikají v průběhu ontogenetického vývoje a odrážejí individuální, ale i sociální zkušenost jedince. Získané emoce více odrážejí emoční individualitu jedince, variabilita emočních reakcí je zde ve srovnání s variabilitou emocí získaných mnohem širší. Emoce jsou buzeny v průběhu poznávacích a snahových duševních dějů, v normálních případech nemohou existovat mimo ně, jelikož nemají vlastní zážitkový obsah (váží se na obsah vnímaného, myšleného, představovaného a podobně). Pokud se již objeví emoce samostatně, jedná se většinou o psychopatologický projev.

Příkladem psychopatologického projevu vyznačujícího se výskytem emočního prožitku nezávisle na ostatních duševních dějích jsou:

- *poruchy nálady, konkrétně pak mánie a deprese,*
- *nebo úzkostné poruchy, konkrétně pak panická porucha a generalizovaná úzkostná porucha.*

Poruchy nálady se vyznačují nadměrnou a neodklonitelnou veselostí, euforií, ale též smutkem, apatií, bezradností ačkoli k uvedeným emočním prožitků jedinec nemá žádný důvod. Vyskytují se

bez reálné vnější stimulace, jsou vysvětlovány jako projev poruchové činnosti centrální nervové soustavy. Tak jako i napovídá název, v popředí obrazu úzkostných poruch stojí prožitek silné úzkosti (strachu, který se neváže na žádnou konkrétní situaci), může se jednat o ataky (záchvaty) takových prožitků, nebo o trvalý zážitkový stav (generalizovaná úzkost). Úzkost se projevuje v rozličných situacích, nelze odhalit vyvolávající podněty, jinými slovy, jedinec si není vědom, co úzkostný prožitek vyvolalo. Vyvolávající příčinu se nedaří uspokojivě odhalit ani psychologům nebo psychiatrům, obvykle se úzkostná porucha vysvětluje jako důsledek dědičnosti nebo též jako projev pramenící z neuspokojivých vztahů, které jedinec zaujímá vůči významným jedincům v rodině nebo celkově v populaci.

Emoce plní tři funkce dynamizující, hodnotící a signální.

Dynamizující role emocí. Emoční prožitek dodává lidskému prožívání a chování energii, konkrétně pak plní roli stenizující (podporující), jeho úloha však může být též astenizující (brzdící).

Například strach (což je bezesporu emoční prožitek) může plnit roli stenizující (utíkám od ohrožujícího podnětu), jakož i v jiných případech astenizující (ztuhnu, což je jedna z nejstarších reakcí na překážku, nemohu popadnout dech, nic kloudného mě jako odpověď na slovní útok nenapadá, strach mne „paralyzuje“).

Dynamizující úloha emocí jasně vystupuje v procesu získávání nových zkušeností. Jen přiměřeně emočně podbarvený učební proces vede ke vzniku nové zkušenosti. Příslušná emoční reakce však musí být přiměřená situaci a okolnostem, příliš silný emoční prožitek bude mít spíše funkci astenizující.

Hodnotící role emocí. Tato role není příliš diskutována, děje se tak pro její obtížnou uchopitelnost. Existují totiž dvě cesty, kterými můžeme hodnotit situaci, ve které se právě nacházíme:

- První je **cestou rozumového zhodnocení**, na základě racionální analýzy dospíváme k závěru, jaký je charakter situace vůči mé osobě a jak úspěšně nebo neúspěšně v dané situaci vystupujeme.
- Druhým postupem je **cesta emočního zhodnocení** - nechám danou situaci na sebe působit, toto působení u mě vyvolá jistou emoční odezvu. Libou, jestliže shledávám, že situace je nakloněna mým cílům a mně se jich daří dosahovat, nelibou, dospěji-li k závěru, že proces sledování subjektivně významných cílů není příliš efektivní.

Otázkou je, jak vzniká daná emoční reakce. Děje se tak zřejmě cestou srovnávání, komparuji (aniž jsem si toho vědom) aktuální situaci se situací z minulosti, která vykazuje rysy podobnosti s aktuálně zažívanou situací. Jestliže srovnání proběhne a závěr zní, že předchozí situace vedla k očekávaným cílům, zažívám libé pocity. Nevedla-li předchozí situace k těmto cílům, zažívám nelibost. Problémem této funkce emocí je, že není zřejmé, se kterou situací je aktuální situace srovnávána, jakož i skutečnost, že se tak děje na neuvědomělé úrovni, tedy mimo racionální kontrolu subjektu. Výsledek zhodnocení je však okamžitý, v daném okamžiku není odvedena má pozornost jiným směrem.

Signální úloha emocí se váže na exprese a interpretace základních emocí. Těmi jsou radost, štěstí, strach, smutek, překvapení a znechucení. Interpretace daných emocí je zřejmě vrozené, v mezilidském kontaktu jsme tak informováni o emočním prožitku partnera, se kterým jsem v interakci. Uvedenému uzpůsobuji své strategie jednání.

Domyslete, jak by vzájemný kontakt probíhal, pokud by lidé nebyli vybaveni schopností interpretovat základní emoce.

Emoce lze třídit podle různých kritérií, podle základního zaměření, podle hierarchického uspořádání nebo podle své intenzity a vlastního časového průběhu.

Podle základního zaměření (podobu) emočního prožitku lze dospět ke dvěma skupinám emocí, jedná se o emoce:

- kladné, **libé** a
- záporné, **nelibé**.

Dá se říci, že každá emoce má svůj opačný pól, protiklad. Opakem radosti je smutek, opakem strachu je odvahu, opakem vzteku je prožitek klidu a podobně.

Pokud jsou emoce klasifikovány **dle svého hierarchického uspořádání**, pak dospějeme rovněž ke dvou skupinám emocí, které mohou být dále klasifikovány:

- první skupinou jsou **emoce nižší** (vrozené),
- druhou skupinou **emoce vyšší** (získané).

Nižší emoce jsou dále klasifikovány do těchto tří podskupin:

a) **emoce vyvolané smyslovou stimulací**

Jedná se o emoční prožitky, které vznikají v případě stimulace našich smyslových orgánů, podle své povahy a intenzity vyvolávají u jedince libé nebo nelibé pocity.

b) **emoce vztahující se k procesu uspokojování základních životních potřeb**

Jedná se o podmíněnost emočních procesů a procesů motivačních. Emočním prožitkem je jedinec informován o průběhu snahových dějů, emoce zde plní zmíněnou hodnotící roli.

c) **nálady**

Jsou podmíněny konkrétním temperamentem jedince. Jedná se o obecné emoční nastavení, které se odrazí v konkrétní podobě prožívání a chování.

Vyšší emoce neboli city lze s ohledem na vyvolávající situace kategorizovat na:

a) **city vztahující se k sobě samotnému**

Jedná se o emočně podmíněný postoj vůči vlastní osobě, lze jej určit z jedincova sebepojetí, nejvíce se odráží v jeho sebehodnocení, což je jedna z částí sebepojetí .

b) **city vztahující se ke druhým lidem**

Jedná se o celkové emoční nastavení vůči ostatním lidem. Dané nastavení je výsledkem naší rané zkušenosti, odráží se ve volbě našich interpersonálních strategií.

c) **intelektové, etické a estetické city**

Půjde o citlivost vůči situacím, které jedince mohou obohatit o nové informace, které mu mohou poskytnout prožitek morální přiměřenosti nebo prožitek krásna. Mezi lidmi existuje značná variabilita, co se týče této citlivosti. Laicky by tuto variabilitu šlo vyjádřit poněkud obhroublým rčením: někdo má rád holky, jiný zase vdolky (dámy prominou, jiný příměr mě nenapadá).[9]

A konečně podle intenzity a časového průběhu lze emoce dělit na:

- **afekty** (krátkodobé, prudké emoční reakce),
- **nálady** (protrahované, různě intenzívní emoční stavy),
- **city** (trvalé citové vztahy).

V návaznosti na uvedené dělení lze hovořit o poruchách afektů, nálad a citů.

[9] srov. Homola, Miloslav, Petřková, Anna. Psychologie výchovy a vzdělávání dospělých I. Olomouc: Rektorát Univerzity Palackého, 1989, s. 95-96.

Poruchy afektů

Afekty jsou intenzivní, rychle začínající a na druhou stranu i rychle odeznívající emoční reakce na jednotlivé podněty, mající schopnost vyvolat emoční reakci. Mohou nabýt podoby hněvu, radosti, úžasu, děsu, úzkosti, studu, nadšení. Bývají doprovázeny zřetelnými somaticko-vegetativními reakcemi, jako je zvýšení krevního tlaku, zrychlení srdeční frekvence, zvyšuje se rychlost a hloubka dýchání, dochází dále k zúžení zornic, k pocení, jedinci naskakuje husí kůže. Navíc se zvyšuje hladina cukru v krevním séru, zvyšuje se dále srážlivost krve. Zažívaný afekt lze dále odečítat z výrazných mimických nebo pantomimických projevů. Každý afekt má tendenci k vybití. Může dojít též k přesunutí vybití, vybití směřuje vůči jinému než vyvolávajícímu objektu. Městnání afektu bez potřebné ventilace může vyústit až ve velmi bouřlivý emoční projev. Emoční prožitek na úrovni afektu je však běžnou emoční odezvou na působící situace.

O **chorobném afektu** se začíná uvažovat tehdy, jestliže je jedinec nápadně citlivý vůči vyvolávajícím podnětům, jeho afektivní prožívání je příliš vysoké, nebo když příliš negativně determinuje jeho chování. Poruch afektů je velké množství, jejich klasifikace se u jednotlivých autorů liší.
Zvolský rozlišuje následující druhy chorobných afektů: patický afekt, patická afektivní dráždivost, paroxymální afekty, emoční lablita, emoční inkontinence, hypersenzivita, afektivní ambivalence, fobie[10]:

- **Patický afekt** je typický ztrátou vlastního sebeuvědomění. Jedná se o stav podobný mrákotným stavům, jedinec má na období, po které se nacházel v patickém afektu, amnézii. Pokud se tento dopustí trestného činu a je shledáno, že tak došlo pod vlivem patického afektu, je tento jedinec zbaven trestně právní zodpovědnosti za své jednání. Patický afekt je poměrně vzácný, může se objevit u impulzivních jedinců, u nemocných epilepsií, vinou alkoholové intoxikace, dále může být způsoben postižením centrální nervové soustavy, objevit se však může i u normálních lidí při vyčerpání, hladovění, po nevyspání. Často jsou stavy patického afektu vyvolány týráním jedince, jeho zneschopňováním, ponižováním.
- **Patická afektivní dráždivost** je tendencí (sklonem) k výskytu nadměrně silných afektů. Jedná se tedy o opakující se sklon, nelze se s ní setkat u normálních jedinců, opět se bude jednat o jedince stižené epilepsií a postižením centrální nervové soustavy, daný typ poruchy se rovněž objevuje u jedinců dlouhodobě nadužívajících psychoaktivní látky.
- **Paroxymální afekty** se projevují nápadnými záchvaty úzkosti. Jak již bylo konstatováno, jedinec trpí úzkostí, přestože se nachází v situaci, která jej neohrožuje.

[10] srov. Zvolský, Petr a kolektiv. Obecná psychiatrie. Praha: Karolinum, 1994, s. 85-86.

- **Emoční labilita** se vyznačuje sklonem k prožitku velmi proměnlivých emocí, dochází k překotnému střídání libých a nelibých emocí. Vyvolávající podněty mohou být z pohledu pozorovatele hodnotově málo významné nebo dokonce zcela bezvýznamné, ve své intenzitě jsou slabé. Příčina emoční lability může jednak spočívat v osobnostní strukturaci (histriónská nebo celkově nevyzrálá osobnost), jednak může být organického podkladu (nejčastěji demence).
- **Emoční inkontinence** je specifická skutečností, že postižený propuká v pláč, přestože je vystaven neutrálním podnětům. Typická je pro arteriosklerotický proces mozku.
- **Hypersenzitivita** se vyznačuje lehkým, snadným vznikem emoční reakce, emoční prožitek je trvalejší povahy. Jde více o sklon k dojímavosti, lítostivosti.
- **Afektivní ambivalence** znamená, že jedinec v daném okamžiku zažívá protikladné emoce. S emoční ambivalencí se lze setkat hlavně u schizofrenie.
- **Fobie** je strachem z konkrétních objektů nebo situací. Jedinec si je vědom vyvolávajících podnětů. Fobie bývají někdy zmiňovány v rámci kvalitativních poruch myšlení (tak jak jsme už viděli), jindy v rámci poruch afektů.

Jak byste asi pracovali s hypersenzitivním klientem? Myslíte, že mu můžete nějak pomoci coby sociální pracovníci?

Dále lze uvažovat ještě o následujících poruchách afektů:

- **Emoční inkongruence** je extrémním projevem emoční lability. Emoce se velmi rychle střídají, jejich výskyt a projev je téměř nezávislý na vyvolávajících projevech, porucha se objevuje u arteriosklerotických poruchách.
- **Emoční oploštělost** se projevuje citovou tupostí.
- **Afektivní raptus** je poruchou, při se zažívaná úzkost vybíjí v psychomotorických projevech. Jednání nositele se jeví jako neúčelné, nositel má mnohdy na proběhlé amnézii.
- **Afektivní stupor** je stav, kdy nositel emoce ztuhne, vymizí psychomotorické projevy, na situace má paměťovou vzpomínku.

Poruchy nálad

Ve srovnáním s afekty jsou **nálady** déletrvajícími emočními reakcemi. Jedná se více o projev obecné dispozice dušení dynamiky, nejsou již tolik vázány na bezprostředně vnímané zážitky, myšlenky, na obsah vědomí, jako tomu bylo v případě afektů. Nálada je totiž v převládající míře určena vlastnostmi

nervového a hormonálního systému, může však být vyvolána i velmi intenzivními a opakujícími se podněty. Nálady výrazným způsobem determinují průběh ostatních duševních dějů.

O chorobné neboli patické náladě se může uvažovat tehdy, když zažívaná nálada začne přebírat v jednání jedince direktivní funkci (nebude plnit jen úlohy energetizující a hodnotící). Jinými slovy: nálada bude určovat podobu jednání člověka, rozumová kontrola bude u jedince výrazným způsobem dlouhodobě utlumena. Chorobná nálada se projeví:

- v nadměrné intenzitě emočního prožívání,
- v délce svého trvání (depresivní může trvat až půl roku),
- v nezávislosti na vnějších faktorech, kdy není vyvolána konkrétními událostmi,
- a konečně ve svém velkém vlivu na psychiku jedince.

Zvolský rozlišuje následující druhy patických nálad: euforická, expanzivní, exaltovaná (extatická), explozivní, apatická, bezradná, úzkostná, depresivní.[11]

- **Euforická nálada** se projevuje zážitky blaženosti, výrazné spokojenosti, která není ničím narušována, není zřejmý zvýšený sklon k aktivitě.
- **Exaltovaná nálada (extatická)** je typická souběžnými pocit blaha, štěstí, nadšení, vytržení, často bývá spojena s náboženskými nebo sexuálními prožitky, je patrný sklon k nadměrné aktivitě.
- **Expanzivní nálada** se vyznačuje vysokou aktivitou jedince, vysokou úrovní jeho sebehodnocení, sklonem zasahovat a organizovat své okolí, obvyklá je zvýšená dráždivost nebo dokonce útočnost. Expanzivní nálada se objevuje jako doprovod makromanických bludů.
- **Explozivní nálada** je charakteristická nadměrnou pohotovostí k výbušnosti, jedinec agresivně reaguje na podněty přicházející z jeho prostředí.

Možná, že čtenáře napadne otázka, jaký je rozdíl mezi touto poruchou nálady a patickou afektivní dráždivostí zmiňovanou v rámci poruch afektů. U patické afektivní dráždivosti se jedná o stav trvalý, u explozivní nálady lze v čase pozorovat v různé míře ústup daného sklonu (jedná se o oscilaci, která probíhá v časovém intervalu v délce řádově měsíců).

[11] srov. Zvolský, Petr a kolektiv. Obecná psychiatrie. Praha: Karolinum, 1994, s. 88-89.

- **Apatická nálada** se projevuje sníženým psychomotorickým tempem, v popředí klinického obrazu stojí lhostejnost, postižena je volní stránka, jedinec nečiní nutná rozhodnutí, lze pozorovat ztrátu spontaneity.
- **Bezradná nálada** se rovněž projevuje absencí rozhodovacích procesů, objevuje se neklid, celkový stav je však zažíván na rozdíl od apatické nálady jako subjektivně nepříjemný.
- **Úzkostná nálada** je typická dlouhodobými prožitky napětí, nejistoty, očekávání špatného. Prožitek je velmi trýznivý, hrozí sebevražda nebo útočné impulzivní jednání.
- **Depresivní nálada** se projevuje smutkem a strachem, objevuje se u depresivních poruch nálad (dříve označované jako endogenní nebo velké nebo klinické deprese). Je zřejmý sklon k celkové inhibici jedince, lze zaznamenat zpomalení jeho vitálních, psychomotorických a poznávacích funkcí. Opět existuje velké nebezpečí suicidálních (sebevražedných) aktivit.

Otázkou zůstává, zda k patickým poruchám nálady též přiřadit **psychogenně podmíněné poruchy nálady,** se kterými se kupříkladu setkáváme u poruch přizpůsobení. Psychogenní deprese se liší od endogenních zejména tím, že se jedná o depresivní reakci na skutečnost jistého neúspěchu nebo ztráty (například po úmrtí partnera), což je v rozporu z jedním ze znaků patické nálady (nezávislost na vnějších podnětech). Psychogenní deprese vrcholí večer, objevují se poruchy spánku, u endogenních depresí je maximum chorobných příznaků patrno v ranních hodinách.

Rozlišujeme rovněž poruchu nálady **rezonantní** neboli zlobnou se sklonem k aktivitě a **morózní**, která je bez tohoto sklonu, kdy v popředí se objevuje nevrlost, mrzutost, deprese.

Poruchy citů

Nejčastěji se jedná o nerozvinutí nebo též ztrátu vyšších citů - intelektuálních, etických a estetických. Při absenci přiměřeně vyvinutých vyšších citů můžeme pozorovat neslušné nebo až asociální chování postiženého. Poruchy citů se však mohou projevovat nejrůznějším způsobem. Může jít o bezcitnost, bezohlednost, nedostatek soucitu, neomalenost, nevkus, sobectví a podobně.

Přehled výukových cílů:

- Dokážete klasifikovat a vymezit emoce s ohledem na podobu aktuálního prožitku (libé, nelibé)
- Dokážete klasifikovat a vymezit emoce s ohledem na jejich hierarchické uspořádání (nižší, vyšší)
- Dílčí klasifikovat a vymezit emoce s ohledem na intenzitu prožitku a jeho délku
- Dokážete klasifikovat a vymezit poruchy afektů, nálad a citů

6. Snahové duševní děje

V této části se dozvíte:

- Bude objasněn pojem instinktivní jednání
- Bude vysvětlen termín volní jednání
- Budou předestřeny stěžejní podoby poruch instinktivního jednání
- Budou představeny poruchy volního jednání

Snahové duševní děje jsou ty duševní aktivity, které jsou vztaženy a které směřují k subjektivně významným cílům. Psychická činnost v těchto případech neprobíhá nahodile, ale je řízena. Do procesů řízení jsou zapojovány odlišné řídící úrovně člověka.

Celkově lze rozeznat **tři základní úrovně řízení jedince**[12]:

- **Úroveň vrozenou**, předem danou - konkrétně se jedná o nepodmíněnou reflexní neboli instinktivní činnost, která je zprostředkována organismem jedince. Pokud je zpětně takové jednání zaregistrováno, pak nositel aktivity hovoří spíše o reakci organismu (těla), postavení osobnosti je v této činnosti zažíváno více či méně trpně.
- **Úroveň osvojenou**, předem danou - jedná se o zvykovou, zautomatizovanou činnost. Za nositele druhé úrovně řízení je již brána vlastní osobnost, bez toho však, že by v řízení aktivity vystoupilo uvědomění si vlastní jedinečnosti. Nositel takového jednání pak konstatuje, že „činnost jsem provedl ze zvyku, automaticky“ nebo přesněji, že „na průběh činnosti nemusel nijak myslet“.
- **Úroveň volenou**, právě vytvářenou - v tomto případě jde o volní úmyslnou činnost. Podíl osobnosti na aktivitě je zřetelně uvědomována, jedinec si rovněž uvědomuje následky takových aktivit a tedy svůj podíl zodpovědnosti za prováděné činnosti.

Poruchy snahových duševních dějů se pak mohou odrazit na úrovni vrozeného a na úrovni volního řízení psychiky. V prvním případě půjde o poruchy instinktů neboli pudů (oba termíny budeme považovat za synonyma), ve druhém o poruchy vůle.

[12] srov. Balcar, Karel. Úvod do studia psychologie osobnosti. Chrudim: MACH, 1991, s. 167.

6.1 Instinkty, poruchy instinktů

Jedná se o vrozené řetězce nepodmíněných reflexů (sled vrozeně „naprogramovaných“ činností), které jsou aktivizovány specifickými podněty z vnějšího nebo i vnitřního prostředí. Instinkty směřují k uspokojování základních biologických potřeb jedince. Jejich uspokojování je doprovázeno zpravidla příjemnými pocity, pokud je bráněno v jejich saturaci, pak se objevují pocity nelibé. Instinkty probíhají automaticky a stereotypně, mnohdy si jednající ani nemusí uvědomit cíl své aktivity.

Nejobvyklejší vymezení je pojetí, které rozděluje **pudy a instinkty do následujících skupin**:

- **pud zachování rodu** – pudy sexuální a pud péče o nesamostatné potomstvo,
- **pud zachování jedince** - pud obživný, sebezáchovy a orientační,
- **pud sdružovací**,
- **pud pro zpříjemnění existence** - pud sebeuplatnění, vlastnický, zdobivosti.

Pokud vrozené řetězce nepodmíněných reakcí nesměřují k uspokojování základních biologických potřeb nebo pokud je jejich uspokojování dlouhodobě nedostačující, pak hovoříme o poruchách instinktů respektive pudů. Následně bude pojednáno o poruchách pudů zachování rodu, jedince a o poruchách pudů sdružovacích.

a) Poruchy pudů zachování rodu

Poruchy pudů zachování rodu nelze zužovat pouze na akt rozmnožování, daná porucha se může projevit i neschopností v udržení života ještě nesamostatného jedince (potomka). Samotný sexuální pud má u lidí poněkud volnější vazbu na biologické vlivy, než je tomu u zvířat. Sexuální pud pak není uspokojován mechanicky, ale děje se tak souběžně se zohledněním situace. Pohlavní pud, přestože je vrozený, dozrává opožděně ve srovnání s jinými instinkty.

Poruchy sexuálních pudů:

Poruchy pohlavní identity jsou skupinou poruch, které se projevují narušením normálního prožívání mužství nebo ženství. Příkladem poruchy pohlavní identity je transsexualismus, kdy jedinec pociťuje rozpor mezi svým biologickým pohlavím a svou pohlavní identitou. Může se pak cítit být mužem, přestože je nositelem ženských pohlavních orgánů a naopak. Zmíněný rozpor pak může ústit až v podstoupení chirurgického zákroku, který má vést k přeměně biologického pohlaví postiženého.

Poruchy sexuální preference jsou charakteristické volbou neobvyklých, deviantních, bizarních objektů, ke kterým směřuje postižený jedinec svůj sexuální zájem. Může se však též jednat o neobvyklé způsoby ukájení sexuálních potřeb při volbě v populaci přijímaného typu partnera. Dříve byly tyto dvě projevové formy zohledňovány, kdy se rozlišovalo mezi inverzemi (neobvyklost ukájení směrem k objektu ukájení) a perverzemi (neobvyklost ukájení ve způsobu). Příkladem sexuální inverze by byl fetišismus nebo pedofilie, příkladem perverze exhibicionismus nebo sadomasochismus.

Sexuální dysfunkce se týkají nemožnosti uskutečnit běžný sexuální styk. Sexuální styk může být etapizován do čtyř fází – sexuální zájem, sexuální vzrušení, dosažení orgasmu a uvolnění nastalé po provedení sexuálního styku. Pokud jedna ze zmíněných fází chybí nebo je její průběh pro nositele sexuálního chování nedostatečný, pak se hovoří o sexuálních dysfunkcích.

Poruchy kvantitativní se týkají četnosti žádaných sexuálních kontaktů. Pokud je potřeba sexuálních kontaktů u jedince neobvykle zvýšena, hovoří se o **satyriasis** (v případě zvýšené potřeby u mužů) a o **nymfomanii** (v případě zvýšené potřeby u žen). Většinou se poruchy kvantitativní nepovažují za duševní poruchu, problém zaniká v okamžiku nalezení odpovídajícího komplementárního partnera.

Poruchy pudů péče o nesamostatné potomstvo:

Rovněž mohou nabývat rozličných podob. Je obtížné určit, nakolik je tento pud vrozený a nakolik je ovlivněn výchovou a existující morálkou. Můžeme se setkat s poruchami rodičovského pudu v podobě zanedbávání výchovy dítěte (krkavčí matka), může však jít i o psychické a fyzické týrání dítěte, které může výjimečně ústit až ve vraždu dítěte. Opakem takových aktivit je přehnaná péče o dítě (opičí láska), která může vést k omezení psychického rozvoje dítěte.

b) Poruchy pudů zachování jedince

Poruchy pudu obživného:

Projevují se neobvyklostmi, co se týče příjmu potravy. Pud obživný je velmi silný pud, člověk ve snaze opatřit si jídlo poruší v nouzi i společenské normy. Pud obživný je pak regulován pocity sytosti, hladu, chuti k jídlu a pocitem žízně. Z biologického hlediska je podstatou výskytu pudu obživného snížení hladiny živin v krevní séru, centra hladu a žízně sídlí v hypothalamu. Poruchy obživného

pudu se nejvíce projevují u poruch příjmu potravy, tedy **bulimie** (zvýšení příjmu potravy) a **mentální anorexie** (snížení příjmu potravy). Pokud je bulimik vystaven stresu, pak se u něj objeví chuť k jídlu, což je neobvyklá reakce ve srovnání s většinovou populací. Ve stresu je totiž běžně potřeba ukojení hladu odsunuta do pozadí. Konzumace potravin u nositele bulimie kompenzuje starosti, problémy v emoční oblasti, může být až náhradou láskyplných vztahů, má moc potlačit strach, úzkost, zklamání. Bulimik se přejídá, často však je nespokojen se svou přibývající hmotností, proto střídavě drží drastické hladovky, navozuje si zvracení, užívá projímadla. Charakteristickým znakem bulimie je nápadné kolísání hmotnosti doprovázené stejně nápadnou emoční labilitou. Mentální anorexie se vyznačuje trvalým odmítáním jídla za účelem dosažení vytoužené štíhlosti. Hubnutí je zpočátku i vysvětlitelné, nasazení diety nebo sportovní zátěže je akceptovatelně vysvětlitelné. Další hubnutí se však jakoby vymkne nemocnému z kontroly, hubnutí se mu „zalíbí“. Po dosažení jisté hranice hmotnosti dochází k hrubému zkreslení vidění vlastního organismu v dimenzi hmotnosti. Anorektik přes výrazné zhubnutí je se svou podobou stále nespokojen, navíc se obává, že by mohl pracně zhubnuté kilogramy váhy opět nabrat. Mentální anorexie může končit metabolickým rozvratem a smrtí. Mezi poruchy příjmu potravy jsou také přiřazovány stavy, kdy postižený zcela odmítá potravu (sitofobie) nebo naopak pojídá nestravitelné nebo odporné předměty Pika).

Poruchy pudu sebezáchovného:

Vyznačují se výskytem aktivit, které vedou k poškození nebo zničení vlastního organismu. Při poruchách pudu sebezáchovy dochází nejčastěji k sebepoškozování (automutilacím) nebo přímo k sebevraždě (suiciduu). S automutilací se setkáváme nejčastěji u těžkých forem schizofrenie, deprese, těžkých forem mentální retardace, masochizmu, výjimečně i u hysterie. Automutilace může nabývat rozličných podob, lze se setkat s vlastní kastrací, poškozováním a vypichováním očí, amputací prstů, pojídáním ostrých předmětů, řezání se žiletkou. Sebevražda je pak úmyslné a vědomé ukončení vlastního života násilným způsobem. Patická sebevražda se vyskytuje u depresí, u schizofrenie, kdy je vyvolána perzekučními bludy, imperativními halucinacemi a podobně. Vedle patické sebevraždy se můžeme setkat s tzv. bilanční sebevraždou, existuje i rozšířená sebevražda.

Automutilace a sebevražda může být i účelová (demonstrativní sebevražda), kdy není prvotním cílem poškození nebo vlastní zahubení jedince. Uveďte důvody, které mohou vést k takovému jednání.

c) **Poruchy pudu sdružovacího**

Odráží se v nedostatečném rozvoji potřeby sociability. Potřeba sociability je potřebou vyhledávat přiměřený sociální kontakt. Sociabilita může být u člověka v různé míře zastoupena, její zastoupení by se však mělo pohybovat v jistém tolerančním limitu. Potřebu sociability je možno pozorovat i u některých subhumánních živočichů, je pak označována spíše jako stádní pud. **Porucha sociability** se pak může manifestovat ve formě vraždy, zvýšeným sklonem k izolaci, nadměrně útočným jednáním vůči druhým a podobně.

Připravte krátkou anamnézu klienta s poruchou některého z pudů, kterého znáte z praxe nebo z literatury. Které odborníky může sociální pracovník kontaktovat, aby takovému klientovi zprostředkoval pomoc?

6.2 Vůle, poruchy vůle

Pokud jsou instinkty nejnižší úrovní řízení jedince, pak volní aktivita je řídící úrovní nejvyšší. V průběhu volní aktivity dochází k vědomí idiognozie, což značí, že jedinec si je více či méně vědom, že právě jím je organizována vyvíjená aktivita. Jedná se o proces vědomého dosahování vytyčených cílů.
Zaujatá hodnotová orientace a volní jednání jsou dvě modality určující charakter jedince, takto jednu ze složek osobnosti. **Charakter** lze vymezit jako pro individuum charakteristický způsob dosahování jeho typických hodnot. **Hodnoty** uspořádány v hierarchický systém jsou statickou částí charakteru, **volní jednání** je částí procesuální (dynamickou).

Volní jednání sestává ze dvou kroků, první je fáze rozhodovací, druhá realizační:
Rozhodovací fáze začíná bojem motivů, ne všechny naše aktivity jsou dynamizovány jediným přítomným motivem. Boj motivů nabývá podoby vnitřního konfliktu, ve kterém proti sobě stojí nejméně dva aktivované motivy, ve složitějších případech se jedná o boj mezi skupinami motivů.

Zjednodušeně řečeno, mohou nastat tři **modelové konflikty**:

- **apetence - apetence** (volba mezi dvěmi příznivými motivy),
- **apetence-averze** (volba mezi příznivým a nepříznivým motivem) a
- **averze-averze** (volba mezi dvěma nepříznivými motivy).

Rozhodovací fáze vrcholí volní aktem, vyzdvižením jednoho motivu nebo podobné skupinu motivů na úkor jiných.

Realizační fáze navazuje na fázi rozhodovací, daný typ rozhodnutí se naplňuje v reálných podmínkách. Realizační fáze s ohledem na nově vystupující překážky přechází opět ve fázi rozhodovací, která opět ústí ve fázi realizační. Rozhodovací a realizační fáze se cyklicky podmiňují, nelze mezi nimi vést ostrou hranici, rozdělení je pouze modelové.

Poruchy vůle

Rozeznáváme pouze kvantitativní poruchy vůle, tyto se projeví buďto zvýšenou nebo sníženou rozhodností.

- **Hyperbulie** je stavem nadměrné rozhodnosti, rozhodovací fáze probíhá velmi překotně a často bez ohledu na následky takových rozhodnutí. Nadměrně lehce činěná rozhodnutí pak nemusí být adekvátní situaci. Hyperbulie se vyskytuje především u manického syndromu.
- **Hypobulie** je stavem snížené rozhodnosti, jedinec je nerozhodný, své váhání a obavu učinit rozhodnutí, které se může týkat i banálních záležitostí, považuje za obtěžující, zažívá ve stavu nerozhodnosti nelibé pocity, typický je prožitek úzkosti. Hypobulie však může být doprovázena i apatií, kdy jedinci je lhostejné, že jednotlivá rozhodnutí činí s velkou prodlevou. S projevy hypobulie se lze setkat u deprese, u organických poruch, ale také u některých typů psychogenně podmíněných poruch s neurotickémi projevy, jakož i v průběhu odvykacích stavů u závislostí na psychoaktivních látkách. Hypobulii lze pozorovat i u jedinců, které nelze označit za psychicky nemocné, jsou pak odrazem jeho stavu vyčerpanosti.
- **Abulie** - jedná se o úplnou nemožnost učinit rozhodnutí a následně realizovat (byť jednoduchou) činnost. Abulický syndrom je typický pro těžké formy deprese, kdy dochází k výraznému utlumení jakýchkoli aktivit jedince.

Přehled výukových cílů:

- Dokážete definovat pojem instinkt neboli pud
- Dokážete definovat pojem volní jednání
- Umíte vyjmenovat a vymezit jednotlivé poruchy pudů
- Umíte vyjmenovat a vymezit jednotlivé poruchy vůle

ZÁVĚR

Co říci závěrem? Doufám jen, že jsem u vás spíše podnítil zájem o psychologickou problematiku, než bych vás od ní odradil. Jedná se o vstup do problematiky, jakési uvedení, které určí vaše další směřování v problematice. V prvním okamžiku se může zdát počet nových termínů k osvojení nadlimitním. Pokuste se však rozhodně vrátit k těm částem textu, které vám nejsou jasné nebo srozumitelné, a snažte se je novým zopakováním, studiem rozšiřující literatury nebo konzultací osvojit. Mé doporučení není samoúčelné, nejedná se mi o bazírování na detailech. Pokud se vám totiž nepodaří odpovídajícím způsobem osvojit si dané pojmosloví, budete muset pak vyvíjet mnohem větší množství energie k osvojení poznatků v navazujících studijních psychologických disciplínách.

Ve vašem úsilí vám přeji mnoho zdaru

Pavel Kliment