

Obecná psychologie

Vědomí

1. Vědomí-bdělý stav, kdy si uvědomujeme sami sebe ,své okolí a své psychické pochody.
2. Obsah mysli, který si člověk dokáže vybavit.
3. C. H. Judd“ vědomí je to, co má každý z nás, když vidí a slyší, když cítí libost nebo bolest, když si něco představuje a rozvažuje nebo když se odhodlává k činu.

Vědomí-spánek

- Změněné stavy vědomí-když dojde ke změně normálního stavu – např. spánek, sny, meditace, hypnóza, po užití drog.
- Spánek a sny- při spánku dochází k jiné mozkové aktivitě
- Fáze REM a non REM
- Při REM fázi se zdají sny (mnohem více než v non REM), jsou velmi živé, zrakové, emočně nabitě, často nelogické.

Vědomí-spánek

- Cirkadiánní rytmus-vnitřní hodiny, které řídí řadu duševních a fyziologických změn, včetně spánku, 24 hodinový cyklus.
- Kolik potřebujeme spát? Většinou 8-9 hodin.
- Insomnie-nespavost-nespokojenost s množstvím či kvalitou spánku, velmi časté.

Vědomí-sny

- Snění-stav změněného vědomí, ve kterém se obrazy uchovávané v paměti a fantazie dočasně mísí s událostmi vnější reality.
- Proč lidé sní? Zatím nemáme jednoduchou odpověď.
- Jak si zapamatovat sen-papír a tužka k posteli, řekněte si, že se chcete probudit, až se Vm bude zdát sen, po probuzení ihned sen zapsat!

Vědomí-sny

- Freud-sny jsou královskou cestou do nevědomí.
- Freud předpokládal, že sny souvisí s přáními, potřebami nebo myšlenkami, které jsou pro jedince nepřijatelné a vytěsňuje je do nevědomí.
- Latentní obsah snu-skrytý obsah, maskovaný, projevuje se manifevtním obsahem snu (cenzor).

Vědomí-sny

- Zajímavosti o snech-ve snech je více agrese a více negativních než pozitivních emocí.

Vědomí versus nevědomí

- **Nevědomí-koncept** zejm. S. Freuda-psychoanalytici se domnívají, že součástí mysli je nevědomí, které obsahuje některé vzpomínky, impulsy a přání nepřipustná vědomí.
- Freud se domníval, že některé emočně bolestivé vzpomínky a přání jsou vytěsněny, to znamená přesunuty do nevědomí, odkud mohou ovlivňovat naše činy, ačkoliv si těchto vzpomínek nejsme vědomi.

Poruchy vědomí

- Kvantitativní poruchy vědomí (zastřené vědomí)
 - • Somnolence
 - • Sopor
 - • Kóma
 - • Mdloba

Poruchy vědomí

- Kvalitativní
- • Delirium-vzniká náhle (nejčastěji v noci), probíhá bouřlivě, trvá hodiny až týdny.
- Důležitý je zmatený obsah duševní činnosti (dříve se používal termín zmatenost-amence). Vzniká nejčastěji v důsledku organické příčiny či po odnětí alkoholu a drog jako součást abstinenčního syndromu

Vnímání

- Vnímání-odraz reality zprostředkovaný
- smyslovými orgány.
- Při studiu vnímání (percepce) se zabýváme zkoumáním integrace jednotlivých počitků (zrakových, sluchových...) do celistvých vjemů objektů okolního světa.

Vnímání

- Zrakové vnímání-u něj se rozlišují dva typy rozpoznávání-tvaru a hloubky.
- Tvar-co to je za objekt? Nutné pro přežití (např. vlk v lese (-:).
- Prostorová lokalizace (hloubka)- orientujeme se díky ní v prostoru, jinak bychom naráželi do předmětů.

Vnímání

- Výzkum zraového vnímání-na základě lidí s poraněním mozku.
- Literatura-Oliver Sacks-muž, který si pletl manželku s klouboukem a jiné klinické povídky).
- Nejdůležitější oblast mozku pro zpracování zrakových vjemů-primární zraková kůra v posteriorní části mozku.

Vnímání-lokalizace

- Potřebujeme objekt odlišit od jeho pozadí (řešila hlavně Gestalt psychologie).
- Gestaltistická psychologie zdůraznila význam vnímání celých objektů nebo tvarů a navrhla řadu principů, podle kterých objekty uspořádáváme.

Vnímání-lokalizace

- Figura a pozadí
- Vložit obr. Salvátor Dalí Trh otroků
- Vyčleňujeme hlavní objekt z pozadí. Objekt vnímáme přednostně před pozadím.

Vnímání-lokalizace

- Sdružování objektů-gestaltistické principy
- Příklady:
- a/ zákon blízkosti

-
.....

-
.....

- (tvar řádků)

Vnímání-gestalt zákony

- b/ zákon podobnosti

○ X ○ X ○ X ○

○ X ○ X ○ X ○

○ X ○ X ○ X ○

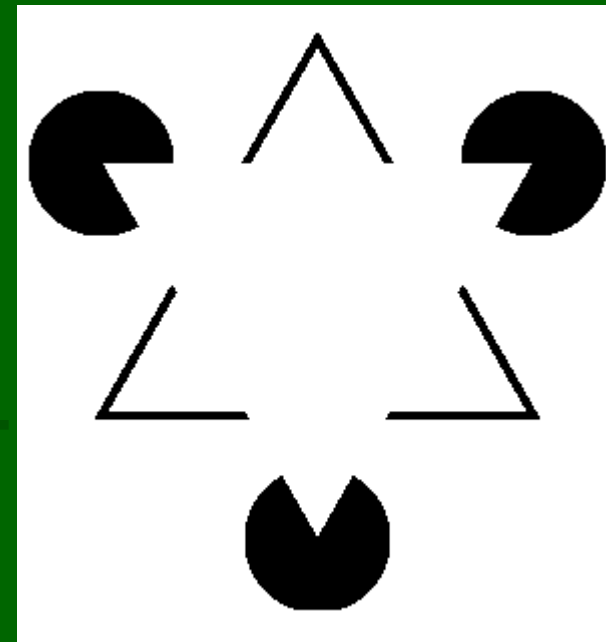
○ X ○ X ○ X ○

○ X ○ X ○ X ○

○ X ○ X ○ X ○

Vnímání-gestalt zákony

- c/ zákon dobrého tvaru



Poruchy vnímání

- Nepatické poruchy vnímání (jsou normální):
 - • Smyslové klamy
 - • Eidetismus (zejména u dětí)
 - • Pareidolie (dotváření obrázků)
 - • Synestezie (barevné slyšení)

- Pareidolie. Co vidíte na obrázku?



Poruchy vnímání

- Patické (chorobné) poruchy vnímání
- • **Iluze**-deformované vjemy způsobené reálným podnětem. Mohou se vyskytnout i při únavě.
- Sluchové, iluze řeči (šum listí je rozhovor), zrakové iluze....
- **Halucinace**-chorobné vjemy bez jakéhokoliv reálného podkladu. Jsou nevývratné. Vždy svědčí o poruše duševního zdraví! Sluchové halucinace-hlasy
- Zrakové-postavy, zvířata
- Chuťové, pachové
- Intrapsychické –odnímání myšlenek

Pozornost

- 1. Pozornost-aktivní zaměření našeho vědomí.
- Předpokladem je bdělost a jasnost vědomí.
- 2. Pozornost-zaměřenost a soustředění duševní činnosti na určitý objekt nebo děj, např. poslouchání na rozdíl od prostého slyšení.
- 3. Pozornost je proces, jehož fcí je vpouštět do vědomí pouze omezený počet informací a tak ho chránit před zahlcením velkým množstvím podnětů.

Pozornost-vlastnosti

- Vlastnosti pozornosti (vybrané):
- **Selektivita**-výběrovost-schopnost zaměřit pozornost na významné vnější či vnitřní podněty
- **Koncentrace**-soustředěnost –vyčlenění omezeného počtu psychických obsahů, kterými se současně zabýváme.
- **Distribuce**-rozdělování-pozornosti mezi několik objektů. 2 nebo 3 aktivity pouze v případě, že jsou zautomatizované.
- **Stálost** – čas, jaký jsme schopni se soustředěně sledovat jediný objekt (do cca 5 sekund).

Pozornost-vlastnosti

- Fenomén koktejl párty-selektivita pozornosti-vnímme to, čo se nás

Pozornost

- Poruchy pozornosti:
- **Hypoprosexie** - snížení buď všech složek pozornosti, nebo jen některých.
- Aprosexie – úplná neschopnost se soustředit (např. těžké psychózy)
- **Hyperprosexie**
- **ADHD**

Paměť

- Psychický proces, který nám dává pocit kontinuity, na kterém závisí naše pojetí já (jáství).
- Slouží k uchování a znovuvybavování veškerých informací.

Paměť

- Stadia paměti
- a/ kódování
- Uložení do paměti
- b/ uchovávání
- Skladování v paměti
- c/vybavování
- Znovuvyvolání informace z paměti
- Paměť může selhávat v jakémkoliv svém stadiu

Paměť

- Druhy paměti
- -existují různá členění, toto je jedno z nich:
- a/ krátkodobá paměť-pouze cca v sekundách
- b/ dlouhodobá-po delší období, minuty, roky
- Poruchy dle druhu paměti-někteří lidé si nepamatují krátkodobé informace, jiní si nepamatují informace na dlouhodobé časové období.

Paměť

- Druhy paměti pro různé druhy informací:
- a/explicitní paměť-paměť pro údaje, zejména osobní
- b/ implicitní paměť-paměť pro dovednosti
- c/konstruktivní paměť-paměť, ve které využíváme obecné znalosti k přikrášlení toho, co si ukládáme do paměti

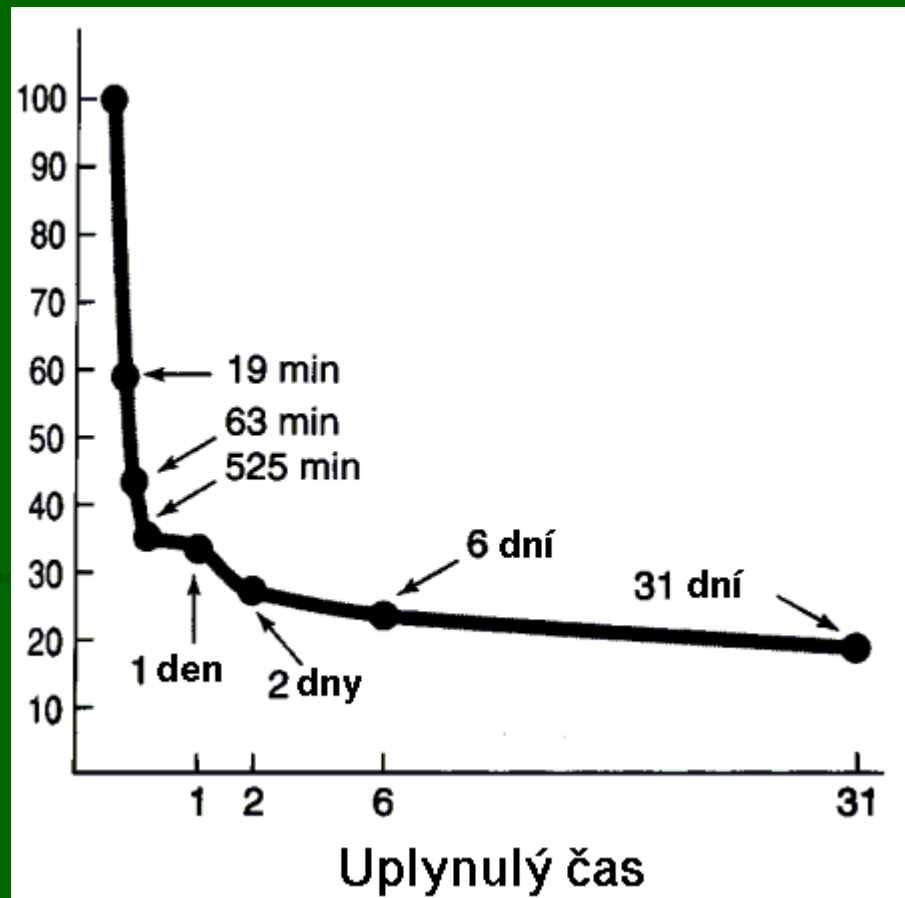
Paměť-zajímavost k uchovávání do paměti

- Krátkodobá paměť je limitována-7-+2
- Co to znamená?
- Magická Ebbinghausova konstanta, magické číslo 7
- Maximální rozsah paměti subjektu.
- *Vyzkoušíme*

Paměť-křivka zapomínání

- Výbavnost-pokles výbavnosti jako fce času
- Ebbinghaus-učil se 13 slabik, poté se testoval v intervalu od 20 minut do 31 dnů.
- Graf ukazuje míru snadnosti znovunaučení se jako fce času.
- Mnoho se zapomíná zpočátku, pak se poté se rychlost zapomínání snižuje.
- Jedná se o křivku pro slovní materiál, který spolu nesouvisí.

Paměť-křivka zapomínání



Paměť'-mnemotechnické pomůcky

- Pokud se potřebujeme naučit nesouvisející položky, vytvoříme si mezi nimi spojení, která dávají smysl (v období kódování)
- Vytváření představ (metoda loci, místa)-
- Např. vejce slanina mléko pivo- vejce na hlavních dveřích, slanina visí z lampy v hale, mléko teče z kohoutku v kuchyni, pivo z kohoutku v koupelně-při vybavování si procházíme svoji představu domu.

Paměť-mnemotechnické pomůcky

- Metoda klíčových slov-pro cizí jazyk-
např. car-kára (auto),
- BFLMPSVZ-befeleme pes se veze
- VUPIM-vnímání, učení, paměť,
imaginace, myšlení
- Tabulka periodických prvků v chemii

Myšlení

- Myšlení zahrnuje mnoho duševních aktivit
- Jedinečnost lidského rodu je ve schopnosti vytvářet myšlenky a sdělovat je druhým
- Myšlení-řeč mysli (může být tak pojímáno)

Myšlení

- Propozicionální myšlení-verbální myšlení (proud vět, který slyšíme v mysli)
- Imaginativní myšlení-co v mysli vidíme
- Motorické myšlení (má vztah k posloupnosti pohybů v mysli)
- Důraz se klade na porpozicionální myšlení

Myšlení

- Kategorizace-využití myšlení v třídění objektů
- Usuzování-organizace myšlenek k tvorbě závěrů
- Řeč-sdělování myšlenek
- Řešení problémů-myšlení v činnosti

Obecná psychologie-

myšlení

- Jean Piaget - švýcarský psycholog
- Zaměřil se na interakci zrání dítěte a prostředí.
- Piaget pojímá dítě jako zkoumajícího vědce, který provádí experimenty s okolním světem. Dítě si na základě těchto miniexperimentů vytváří „teorie“, tzv. schémata.
- Akomodace a asimilace.

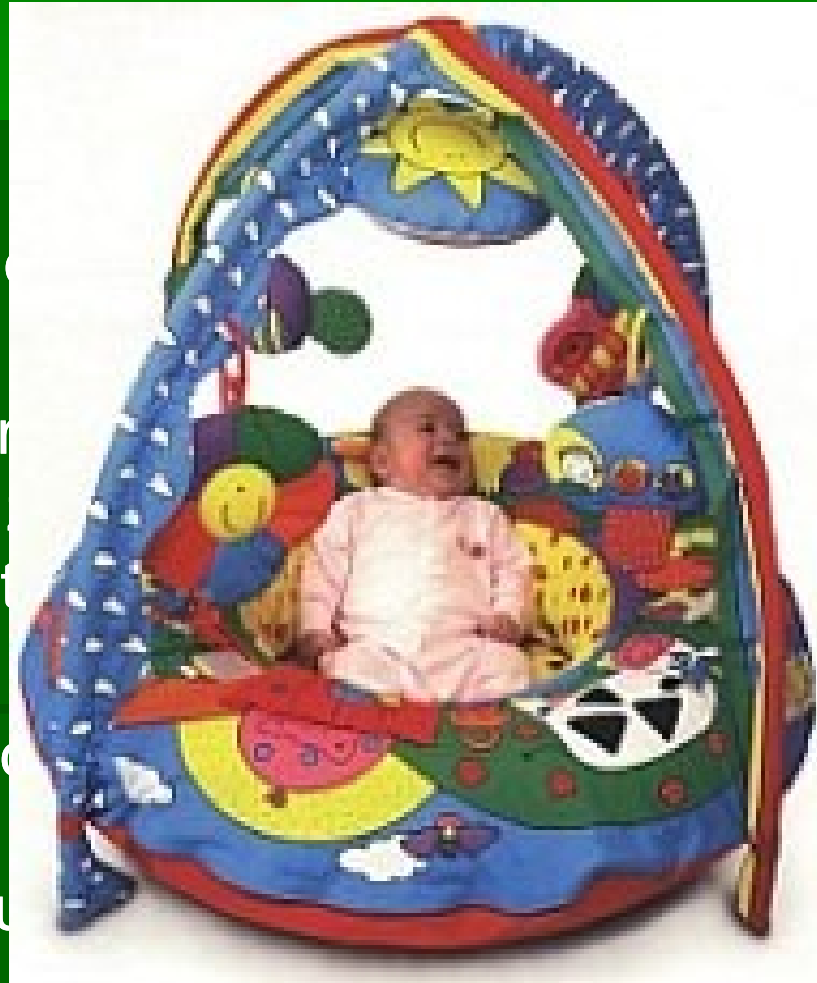


Obecná psychologie- myšlení

- 1/ **Senzomotorické stádium (0-2 roky)**
The sensorimotor stage
- Děti objevují vztahy mezi svými aktivitami a důsledky těchto aktivit. Začínají jednat záměrně. Kolem roku a půl se vytváří schopnost mentální reprezentace (schopnost udržet obraz v mysli po určitou

Obecná psychologie- myšlení

- Důležitým objevem tohoto stádia je stálejší vztah k objektu.
- Jestliže ukryjeme hračku za zástěnu, dítě ví, že hračka stále za zástěnou je.
- Dítě je tedy schopno udržet „mentální reprezentaci objektu“.



Obecná psychologie- myšlení

- 2/ Předoperační stádium (2-7 let)

Preoperational stage

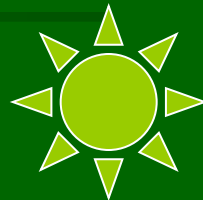
- Děti začínají používat řeč. Slova jsou symboly. Slova jako symboly mohou reprezentovat věci nebo skupiny věcí. Jeden objekt může reprezentovat (symbolizovat) druhý. Schopnost využívat symboly dokazuje nejen řeč, ale i např. hra dítěte-kamínky jsou bonbóny, hromádka z písku je hrad, hůl je koník. Třídí předměty podle jednoho rysu (například podle barvy, podle tvaru...).

Obecná psychologie- myšlení

- Dítě ještě nechápe určitá pravidla, nebo-li operace, proto se stadium nazývá předoperační. Není schopno se věnovat více než 1 aspektu situace současně.
- Současně se u dítěte vyvíjí porozumění časové ose-minulosti a budoucnosti.
- Např. když plačícímu dítěti řekneme, že maminka přijde brzy, je schopno se uklidnit.

Obecná psychologie- myšlení

- V tomto stadiu je dítě silně egocentrické, tj. je schopno nahlížet věci z jednoho úhlu pohledu-svého vlastního.
- Piaget posadil dítě ke stolu a ukázal mu model hor.



Obecná psychologie- myšlení

- Konzervace-deficit konzervace-dítě např. v tomto stadiu nedokáže pochopit stálost objemu tekutin-pokud mu dáme širokou krátkou sklenici s mlékem a toto mléko začneme přelévat do vysoké úzké sklenice, dítě si myslí, že je v úzké sklenici více mléka. Nedovede se koncentrovat na více než jeden aspekt situace (výšku sklenice). Schopnost překročit tuto úroveň znamená obrovský pokrok v kognitivním vývoji! (cca v 7 roce).


Obecná psychologie- myšlení

- Stadium konkrétních operací (7-12 let)
Concrete operations stage
- Operace=logická operace či princip, které používáme k řešení problémů.
- V tomto stadiu dítě nevyužívá symbolů pouze jako mentálních reprezentací, ale umí manipulovat s těmito symboly logicky. *To je obrovská dovednost, výrazný mezník ve vývoji!*
- Děti jsou schopny používat abstraktní pojmy, ale pouze ve vztahu ke konkrétním, smysly vnímatelným objektům.

Obecná psychologie- myšlení

- Toto stadium začíná tím, že dítě je schopno konzervace a to množství, délky a objemu.
- Jak otestovat dítě, zda je schopno konzervace?
- Dejte 7letému dítěti řadu 5 kostek, potom je zamíchejte. Dítě ve stadiu konkrétních operací bude vědět, že kostek musí být stále stejné množství, bez ohledu na rozmístění kostek.

Obecná psychologie- myšlení

- Další možnost jak otestovat konzervaci-
přelijte limonádu z nízké
široké sklenice do
vysoké úzké sklenice.
Pokud dítě bude tvrdit,
že limonády je po přelití
stále stejně, je  radiu
konkrétních op
(doporučuji netestovat
vlastní děti.



Obecná psychologie- myšlení

- Kolem osmého roku se ve stadiu konkrétních operací začíná dítě chápat zachování hmoty- pokud vezmete kouli plastelíny a rozdělíte ji v 10 kousků, dítě bude vědět, že množství platelíny musí být stejné lze z ní opět vytvořit stejně velkou kouli.
- V 10 roce života schopnost konzervace vrcholí- dítě chápe zachování plochy.
- Rozvíjí se schopnost klasifikace a řazení objektů (je to základ aritmetiky).

Obecná psychologie- myšlení

- Otestujte svoji schopnost konzervace. Odpovězte na otázku: Co je těžší, milion tun olova nebo milion tun peří?

Obecná psychologie- myšlení

- Odpověď: Mnoho lidí se soustředí naslovo olovo nebo na slovo peří. Ignorují fakt, že oboje váží milion tun.

Obecná psychologie- myšlení

- Stadium formálních operací (12 let a výše) *Formal operation stage*
- Kolem 12 roku věku vstupuje dítě do stylu myšlení dospělých. Je schopno uvažovat na hypotetické rovině.
- Tohoto stádia nedosahnou všichni dospělí, dokonce i ti, co ho dosahnou, tuto schopnos nevyužívají neustále.

Obecná psychologie- myšlení

- Test stadia formálních operací: kyvadlo a závaží.
- Zvažování všech možností-zjišťování následků každé hypotézy a potvrzení či vyvrácení platnosti těchto následků-je podkladem procesu formálního myšlení.