Občanský a společenskovědní základ

přehled středoškolského učiva

MATURITY

Mgr. Klára Bartoníčková, Mgr. Ladislav Buček,
Mgr. Gabriela Michalčáková, Mgr. Jan Mochťák, Mgr. Klára Panovská,
JUDr. Ivana Rabinská, PhDr. Jiří Svoboda, JUDr. Lukáš Zapletal,
Mgr. Ing. Petr Wawrosz

CPRESS

Občanský a společenskovědní základ

–

Přehled středoškolského učiva

Mgr. Klára Bartoníčková, Mgr. Ladislav Buček,
Mgr. Gabriela Michalčáková, Mgr. Jan Mochťák, Mgr. Klára Panovská,
JUDr. Ivana Rabinská, PhDr. Jiří Svoboda, JUDr. Lukáš Zapletal,
Mgr. Ing. Petr Wawrosz

Computer Press, a. s.
2011
Brno

Občanský a společenskovědní základ – přehled středoškolského učiva

Mgr. Klára Bartoníčková, Mgr. Ladislav Buček, Mgr. Gabriela Michalčáková, Mgr. Jan Mochťák, Mgr. Klára Panovská, JUDr. Ivana Rabinská, PhDr. Jiří Svoboda, JUDr. Lukáš Zapletal, Mgr. Ing. Petr Wawrosz,

Computer Press, a. s., 2011. Dotisk prvního vydání.
Všechna práva vyhrazena.
Odpovědný redaktor: Michaela Radvanová, Eva Mrázková
Vnitřní úprava a sazba: Otakar Tofel
Jazyková korektura: Kateřina Janošková
Vydavatelství a nakladatelství Computer Press, a. s.,
Holandská 3, 639 00 Brno
http://knihy.cpress.cz

ISBN 978-80-251-2631-8
Prodejní kód: KU0047
Vydalo nakladatelství Computer Press, a. s., jako svou 3283. publikaci.

Obsah

1. Člověk jako jedinec 17

1. 1. Člověk jako osobnost 17

1. 1. 1. Determinanty lidské psychiky 18

1. 1. 2. Vývoj lidského života a psychický vývoj jedince 19
Etapy vývoje osobnosti 19
Prenatální období (cca 9 kalendářních měsíců) 19
Kojenecké období (od narození do 1 roku) 20
Batolecí období (zhruba od 1 roku do 3 let) 20
Předškolní věk (od 3 let do 6 let) 20
Mladší školní věk (od 6 let do 11 let) 20
Starší školní věk – pubescence (od 11 let do 15 let) 21
Adolescence (zhruba od 15 let do 18 až 23 let) 21
Dospělost (zhruba od 18 či 22 do 60 let) 22
Stáří (od 60 let) 23

1. 1. 3. Poruchy vývoje osobnosti 23

1. 1. 4. Vybraná pojetí vývoje osobnosti 24

1. 1. 5. Učení 25

1. 1. 6. Stres, frustrace a deprivace 28
Stres 28
Odstranění stresorů 29
Změna reakce na stresory 29
Vytvoření větší odolnosti 29
Frustrace 30
Deprivace 31

1. 2. Psychické jevy 32

1. 2. 1. Psychické procesy 32
Vnímání, představy a fantazie 32
Myšlení a řeč 34
Paměťové procesy 34
Motivace (potřeby, zájmy, ideály a hodnoty) 35

1. 2. 2. Psychické stavy 36
Pozornost 36
Emoce, city a volní jednání 36

1. 2. 3. Psychické vlastnosti (struktura osobnosti) 37
Schopnosti 38
Temperament, charakter a povahové rysy 39

1. 3. Psychologie 40

1. 3. 1. Vývoj 41

1. 3. 2. Aplikační oblasti a psychologické disciplíny 41

1. 3. 3. Psychologické teorie a směry 42
Behaviorismus 42
Psychoanalýza 42
Humanistická psychologie 43
Gestaltismus 44
Kognitivní psychologie 44
Transpersonální psychologie 44

2. Člověk a společnost 45

2. 1. Sociologie 45

2. 1. 1. Definice a funkce sociologie 45

2. 1. 2. Vývojové fáze sociologie 46
Období velkých teorií (19. stol. až počátek 20. stol.) 46
Období velkých výzkumů (meziválečné období, 20. stol.) 47
Období velkého hledání (období po 2. sv. válce, 20. stol.) 47
Hlavní paradigmata sociologie 47
Česká sociologie 48

2. 1. 3. Metody a techniky sociologického výzkumu 48

2. 2. Člověk ve společnosti 50

2. 2. 1. Socializace 50

2. 2. 2. Sociální nerovnost 51
Vymezení sociální nerovnosti 51
Moc, autorita a legitimizace nerovnosti 52

2. 2. 3. Sociální status a mobilita 53
Sociální status 53
Sociální mobilita 53

2. 2. 4. Struktura společnosti 54
Pojetí sociální struktury 54

Teorie tříd 55
Alternativní pojetí sociální struktury 55
Modely společnosti 56

2. 2. 5. Společenský vývoj 56
Sociální dynamika 56
Tradiční vs. moderní společnost 57

2. 3. Sociální útvary 58

2. 3. 1. Seskupení a skupiny 58
Definice a příklady skupin a seskupení 58
Fungování a druhy sociálních skupin 59

2. 3. 2. Rodina 60
Definice, funkce a druhy rodiny 60
Problémy současné rodiny 61

2. 3. 3. Sociální role 62

2. 4. Sociální vztahy 62

2. 4. 1. Formální a neformální vztahy 62

2. 4. 2. Konflikty 63
Definice a příčiny konfliktu 63
Zvládání konfliktu 64

2. 4. 3. Soutěž a spolupráce 64

2. 4. 4. Sociální komunikace 65
Vymezení sociální komunikace 65
Druhy komunikace 65

2. 4. 5. Sociální kontrola 67

2. 5. Kultura a civilizace 67

2. 5. 1. Kultura 67
Definice a pojetí kultury 67
Hlavní funkce kultury 68
Různost a druhy kultur 68

2. 5. 2. Víra a náboženství 69
Pojem a význam víry v životě 69
Náboženství a ateismus 69
Hlavní světová náboženství 70

2. 5. 3. Masová komunikace a kultura **71**

2. 6. Základní problémy života společnosti **72**

2. 6. 1. Sociální deviace a patologie. Vymezení sociální deviace a patologie **72**
Základní druhy sociální patologie 73

2. 6. 2. Sekty a nová náboženská hnutí **74**

2. 6. 3. Problematika intolerance a fanatismu **75**

3. Občan a demokracie **77**

3. 1. Politologie **77**

3. 1. 1. Předmět, metody a postavení v systému věd **77**

3. 1. 2. Vývoj politického myšlení **78**

3. 1. 3. České politické myšlení **79**

3. 2. Stát **79**

3. 2. 1. Pojem a znaky státu **79**

3. 2. 2. Vznik a vývoj státu **80**

3. 2. 3. Funkce státu **80**

3. 2. 4. Státní občanství **81**

3. 2. 5. Právní stát **82**

3. 2. 6. Formy státu **82**

3. 2. 7. České státní symboly **83**

3. 3. Právní základy státu **84**

3. 3. 1. Ústava a ústavní principy **84**
Vymezení, druhy a funkce ústavy 84
Dělba moci a princip brzd a rovnováh 84

3. 3. 2. Ústava ČR **85**
Český ústavní vývoj 85
Současná Ústava ČR 86

3. 3. 3. Lidská práva **87**
Pojetí lidských práv a svobod 87
Historické dokumenty k ochraně lidských práv 88
Poválečné koncepce ochrany lidských práv 88
Listina základních práv a svobod 89
Domáhání se ochrany lidských práv a svobod 90

3. 4. Principy dělby státní moci, orgány státní moci a jejich struktura **90**

3. 4. 1. Dělba moci v politickém systému ČR **90**

3. 4. 2. Hlavní subjekty státní moci v ČR (státní orgány) **91**
Zákonodárná moc (legislativa) 91
Výkonná moc (exekutiva) 92
Soudní moc (jurisdikce) 94

3. 5. Demokracie **95**

3. 5. 1. Pojem a znaky demokracie **95**
Vymezení a historický vývoj demokracie 95
Znaky demokracie 95

3. 5. 2. Druhy demokracie **96**

3. 5. 3. Přednosti a nedostatky demokracie **96**

3. 5. 4. Ohrožení demokracie **97**

3. 6. Politika a politické subjekty **98**

3. 6. 1. Pojmy politika, politický režim a systém **98**
Politika a její trojdimenzionální pojetí 98
Politický sytém a režim 99

3. 6. 2. Politická participace a politická kultura **100**
Politická kultura a veřejné mínění 100
Politická participace 101

3. 6. 3. Politický pluralismus **101**

3. 6. 4. Politické strany **102**
Pojem a funkce politických stran 102
Druhy politických stran 103
Koalice politických stran 103
Systémy politických stran 104

3. 6. 5. Politické doktríny a ideologie **104**
Pojem a funkce ideologie 104
Liberalismus 105
Konzervatismus 106
Socialismus 107
Komunismus 107
Rasismus 108
Nacionalismus 109
Fašismus, nacismus 110
Anarchismus 110
Feminismus 111
Environmentalismus 112

3. 7. Participace občanů na politickém životě **112**

3. 7. 1. Formy přímé demokracie **112**

3. 7. 2. Pojem a funkce voleb v demokratických státech **113**

3. 7. 3. Volební systémy **113**

3. 7. 4. Volby v ČR **114**
Volby do Poslanecké sněmovny Parlamentu ČR 115
Volby do Senátu Parlamentu ČR 115
Volby do Evropského parlamentu (EP) 116
Volby do zastupitelstev krajů 116
Volby do zastupitelstev obcí 116

3. 7. 5. Občanská společnost **116**
Pojem a funkce občanské společnosti 116
Postavení a funkce společenských organizací 117
Přehled společenských organizací 118

3. 8. Státní správa a samospráva **119**

3. 8. 1. Vymezení a funkce státní správy a samosprávy **119**

3. 8. 2. Orgány státní správy a samosprávy **120**
Orgány státní správy 120
Obce 121
Kraje 122
Podíl občanů na správě obce 124

4. Občan a právo **125**
Právo a jeho členění 125
Právní věda 127

4. 2. Právní řád **128**
Typy právní kultury 128

4. 2. 1 Prameny práva **129**
Platnost a účinnost zákona 131

4. 2. 2. Právní odvětví **132**

4. 3. Právní ochrana **132**

4. 3. 1. Organizace soudnictví **132**

4. 3. 2. Další orgány právní ochrany **135**

4. 4. Právní vztahy **136**

4. 4. 1. Právní skutečnosti **136**

4. 4. 2. Fyzické a právnické osoby **137**
Fyzická osoba 137
Právnická osoba 138

4. 4. 3. Vlastnictví **138**
Charakteristika vlastnického práva 138
Obsah vlastnického práva 139
Obecné omezení vlastnického práva 139
Ochrana vlastnického práva 140

4. 5. Občanské právo **141**

4. 5. 1. Občanské právo hmotné **142**
Věcná práva 142
Věcná práva k věci cizí 143
Práva závazková 143
Odpovědnost za škodu a bezdůvodné obohacení 144
Dědické právo 144

4. 5. 2. Civilní právo procesní **145**
Prameny civilního práva procesního 145
Civilní proces a jeho druhy 146
Subjekty civilního procesu 147
Zahájení řízení 147
Další průběh řízení na prvním stupni 147

4. 6. Rodinné právo **148**

4. 6. 1 Manželství **149**
Vznik manželství 149

Zánik manželství 150

4. 6. 2 Vztahy mezi rodiči a dětmi 150
Rodičovská zodpovědnost 150
Vyživovací povinnost 150

4. 6. 3 Náhradní rodinná péče 151
Svěření dítěte do péče jiné osoby než rodiče a poručenství 151
Pěstounská péče 152
Osvojení 152

4. 7. Pracovní právo 152

4. 7. 1. Zaměstnanec, zaměstnavatel, pracovněprávní vztahy 153

4. 7. 2. Založení pracovního poměru 153

4. 7. 3. Ukončení pracovního poměru 156
Dohoda o rozvázání pracovního poměru 156
Výpověď 156
Okamžité zrušení pracovního poměru 156
Zrušení pracovního poměru ve zkušební době 157
Ukončení pracovního poměru sjednaného na dobu určitou 157

4. 7. 4. Práva a povinnosti zaměstnanců a zaměstnavatelů 157

4. 8. Trestní právo 158

4. 8. 1. Trestný čin 159

4. 8. 2. Pachatel 159

4. 8. 3 . Tresty 160

4. 8. 4. Trestní řízení 160
Subjekty trestního řízení 161
Průběh trestního řízení 161

4. 9. Správní řízení 162

4. 9. 1. Správní řízení dle správního řádu 162

4. 9. 2. Přestupek 165
Sankce za přestupek 166
Napomenutí 166
Pokuta 166
Zákaz činnosti 166
Propadnutí věci 167

Řízení blokové a příkazní 167
Blokové řízení 167
Příkazní řízení 167

5. Občan a hospodářství 168

5. 1. Ekonomie a její význam pro člověka 168

5. 1. 1. Definice a vymezení ekonomie 168

5. 1. 2. Dějiny ekonomie 168

5. 1. 3. Praktický význam ekonomie 169

5. 1. 4. Hlavní ekonomické pojmy a otázky 170

5. 2. Tržní mechanismus 171

5. 2. 1. Fungování trhu a tržní subjekty 171

5. 2. 2. Poptávka a nabídka na trhu 171

5. 2. 3. Selhání trhu 173

5. 3. Podnikání 173

5. 3. 1. Vymezení a smysl podnikání 173

5. 3. 2. Srovnání zaměstnání a podnikání 174

5. 3. 3. Druhy podnikání 175
Živnosti 175
Obchodní společnosti 176
Družstvo 177

5. 4. Peníze a cenné papíry 177

5. 4. 1. Vývoj, druhy a funkce peněz 177

5. 4. 2. Cenné papíry 178
Druhy cenných papírů 178
Burzy 179

5. 4. 3. Inflace 180

5. 4. 4. Bankovní soustava 180
Centrální banka 181

Komerční banky 181

5. 4. 5. Pojištění 182

5. 4. 6. Hospodaření jedince a domácnosti 182
Rozpočet domácnosti 182
Financování potřeb 183
Spoření a investice 183
Formy placení a platební doklady 183

5. 5. Národní hospodářství a úloha státu v tržní ekonomice 184

5. 5. 1. Makroekonomické ukazatele a jejich vliv na životní úroveň občanů 184

5. 5. 2. Zásahy státu do tržní ekonomiky 185

5. 5. 3. Státní rozpočet 186
Struktura státního rozpočtu 186
Daně 187
Transfery (dávky) 188

5. 6. Člověk ve sféře práce 190

5. 6. 1. Práce a pracovní síla 190

5. 6. 2. Předpoklady pro výkon povolání 190

5. 6. 3. Odměňování za práci 191

5. 6. 4. Nezaměstnanost 192

5. 6. 5. Politika zaměstnanosti 193

6. Občan, Evropa, mezinárodní společenství a svět 194

6. 1. Mezinárodní vztahy 194

6. 2. Evropská integrace 195

6. 2. 1. Důvody a výhody ekonomické integrace 195

6. 2. 2. Podstata a průběh evropské integrace 195
Historické pokusy o integraci Evropy 195
Vznik a vývoj Evropských společenství (ES) 196
Utvoření Evropské unie a její vývoj 197
Přístupy k evropské integraci (integrační paradigmata) 198

6. 2. 3. Evropská unie – význam, cíle a struktura 199
Orgány EU 199

6. 2. 4. Dopad integrace na život občanů 200
Politiky EU a jejich dopad na každodenní život občanů 200

6. 2. 5. Česká republika jako člen EU 201
Proces přistoupení ČR k EU 201
Zastoupení ČR v orgánech EU 202
Dopady členství v EU na život občanů ČR 202

6. 3. Význam mezinárodních organizací 203

6. 3. 1. Mezinárodní dohody a organizace 203

6. 3. 2. Hlavní mezinárodní organizace a jejich funkce 204
Organizace spojených národů (OSN, United Nations, UN) 204
Rodina organizací OSN 205
Role OSN při řešení mezinárodních konfliktů 206
Organizace severoatlantické smlouvy (North Atlantic Treaty Organisation, NATO) 208
Další mezinárodní organizace 209

6. 3. 3. Zapojení ČR a EU do mezinárodních organizací 210
Motivace zapojení ČR a EU do mezinárodních organizací 210
Členství ČR v mezinárodních organizacích 211

6. 4. Postavení ČR ve světové politice a hospodářství 212

6. 5. Planetární problémy 213

6. 5. 1. Lokální, regionální a globální procesy 213

6. 5. 2. Globalizace 214
Charakteristika, příčiny a projevy globalizace 214
Dopady globalizace na demokratický stát 214
Dopady globalizace na život občanů ČR 215
Kritika globalizace 215

6. 5. 3. Přehled globálních problémů 216

6. 5. 4. Trvale udržitelný rozvoj 218
Význam a zásady trvale udržitelného rozvoje 218
Realizace zásad trvale udržitelného rozvoje v praktickém životě 219

7. Člověk v reflexi filozofie a vědy 220

7. 1. Pojem filozofie 220

7. 2. Filozofie a mýtus **222**

7. 3. Filozofie a náboženství **223**

7. 4. Věda a filozofie **224**

7. 4. 1. Pojem vědy **224**

7. 4. 2. Klasifikace vědy, redukovanost a abstraktnost vědy, vztah filozofie a vědy **226**

7. 5. Vznik filozofie **228**

7. 6. Filozofické disciplíny **229**

7. 7. Základní filozofická paradigmata **230**

7. 7. 1. Přehled základních pardigmat **230**

7. 7. 2. Současné postmoderní myšlení **231**

7. 8. Povaha skutečnosti **232**

7. 9. Filozofické problémy poznání **237**

7. 9. 1. Možné přístupy k problematice poznání **237**

7. 9. 2. Pravda a poznání **241**

7. 10. Příroda a svět **242**

7. 11. Člověk jako přírodní a kulturní bytost **244**

7. 11. 1. Člověk jako filozofický problém **244**

7. 11. 2. Filozofické pojetí dějin **247**

7. 12. Etika a její předmět **248**

7. 12. 1. Základní pojmy etiky **248**

7. 12. 2. Svoboda, vůle a svědomí **250**

Pojmy svoboda, vůle a svědomí 250

Vztah svědomí, viny a norem 253

7. 12. 3. Kořeny současné etiky **254**

7. 12. 4. Relativnost etických hodnot – dobro a spravedlnost **256**

8. Logika **259**

8. 1. Význam, vývoj a vymezení logiky **259**

8. 2. Základní termíny logiky **259**

8. 3. Výroková a predikátová logika **261**

8. 3. 1. Výroky a výrokové spojky **261**

8. 3. 2. Predikátová logika a kvantifikované výroky **263**

8. 4. Argumentace **264**

Seznam použité literatury (*Buček*) **265**

Rejstřík (*Buček, Mochťák*) **266**

1. Člověk jako jedinec

Člověk jako celek představuje složitý předmět zkoumání. Přestože má mnoho společného se zvířaty, na rozdíl od nich pracuje, účelně přetváří okolí kolem sebe, mluví, abstraktně myslí a rozvinul složitý systém společenského života (ekonomika, kultura, dějiny). Každý člověk je jedinečným individuem – jedincem reagujícím na stejné situace specifickým způsobem. Snahou člověka je nalézt individuální příčiny reakcí lidí na stejné podněty, které nás vzájemně odlišují. Podobně jako zvíře se člověk projevuje vůči svému okolí svým jedinečným způsobem, který je pozorovatelný i ostatními. Tato aktivita se nazývá **chování**. Je to vnější projev vnitřního prožívání, které není přístupné ostatním lidem. **Prožívání**, to jsou naše pocity, aktuální nálady, které ovlivňují to, jak se budeme v dané situaci chovat. Chování a prožívání existují ve vzájemné interakci. Na rozdíl od zvířat si lidé své pocity či chování dokáží uvědomit, jsou schopni ovládat průběh svých činností, dokáží si vytyčit cíle a především dokáží mluvit o tom, co prožívají, co je tíží či naopak těší. To vše jedinci umožňuje **vědomí**, které je podmínkou průběhu většiny psychických funkcí a projevu psychických vlastností. Vědomí má vždy subjektivní charakter. V oblasti vědomí lze rozlišit tři základní okruhy:

- prožívání aktuálního duševního dění,
- uvědomování prožívaného (znovuprožití prožitého – vzpomínky),
- uvědomování sebe sama (uvědomění si „Já“ – všechny obsahy vědomí jsou prožívány a hodnoceny ve vztahu k osobě jedince, jeho postojům a potřebám).

Lze rozlišit několik stavů vědomí:

- **bdělé vědomí:** stav charakteristický zvýšenou koncentrací pozornosti, jedinec je připraven reagovat na podněty z okolí a je schopen podat přesné informace o sobě i událostech v okolí,
- **ospalost:** stav charakteristický sníženou úrovní bdělosti, nepřesnosti ve vnímání (např. unavený člověk),
- **spánek:** omezení uvědomování si okolí a vnější činnosti, spánek má různá stádia (střídání REM fáze – zdají se sny, non-REM fáze), obnovování energie organismu.

Zvláštní skupinu tvoří **změněné stavy vědomí.** Mohou být vyvolány chemickými vlivy či psychologickými zásahy (např. meditace, relaxační stavy). Zvláštním psychologicky navozeným stavem je hypnóza, což je stav vědomí projevující se zvýšenou sugestibilitou (ovlivnitelností) a hyperkoncentrací pozornosti. Naše chování je však silně ovlivňováno i poznatky, které si jedinec aktuálně neuvědomuje. Tyto vědomosti byly původně obsahem vědomí, ovšem postupně se staly součástí obsahu tzv. **nevědomí**. Patří sem i zkušenosti, které si můžeme při určité snaze (vzpomínání) opět vyvolat v podobě vzpomínek.

1. 1. Člověk jako osobnost

Současná psychologie označuje pojmem „osobnost“ nositele lidské psychiky. Jinak řečeno, je to člověk jako celek po stránce duševní. Osobnost je složitě utvářena v průběhu celého života. Celý tento proces probíhá vždy za vlivu prostředí.

S pojmem „osobnost“ se však lze setkat i mimo psychologickou terminologii. Za osobnost je v naší společnosti považován takový člověk, který dokázal vykonat něco mimořádného, něco výjimečného. Psychologie se pak snaží dopátrat toho, proč se právě ten či onen jedinec stal osobností pro ostatní, jak se mu to podařilo, jaké předpoklady měl, jak je dokázal využít atd.

1. 1. 1. Determinanty lidské psychiky

Osobnost člověka se utváří v průběhu celého života a je jak produktem, tak i spolutvůrcem. Osobnost je formována **vnějšími a vnitřními vlivy**.

Vnějším činitelem je prostředí, které nás obklopuje a které lze rozdělit na přírodní (fyzikální, chemické vlivy atd.) a společenské (rodina, škola, přátelé, zaměstnavatel atd.). Společenské působení na člověka je mnohostranné vzhledem k tomu, že je členem mnoha skupin. Nejdůležitější skupinu pro člověka představuje od narození rodina (primární socializace), která jej seznamuje s okolním světem a s jeho kulturou (množství psychologů přikládá ve svých teoriích hlavní význam dětství, rodině a prostředí, ve kterém člověk vyrůstal (např. S. Freud, A. Adler, E. Erikson atd.).

Socializace je proces osvojování si kultury, postupné zvnitřňování (tzv. interiorizace) norem, postojů a hodnot dané společnosti (více viz kapitolu Člověk ve společnosti str. 50).

Tento proces se nevztahuje pouze k dětství, i když právě v tomto období lidského života je nejintenzivnější, ale provází jedince po celý život. Za nejdůležitější mechanismy socializace lze považovat:

- **Hru:** dítě se prostřednictvím hry učí nové sociální role, pravidla, činnosti atd. (např. role vůdce skupiny dětí při hře).
- **Nápodobu:** napodobování (imitování) chování jedince (např. napodobení úsměvu novorozencem atd.).
- **Ztotožňování:** identifikování se s jedincem, s jeho hodnotami, na základě kterých pozmění své chování.
- **Zpevňování:** podpora některých projevů chování a potlačování jiných (např. zákony, křesťanské desatero atd.).
- **Sugesci:** schopnost člověka přejímat nekriticky názory jiných, působení především na citovou stránku, význam sehrává individuální stav jedince a působení prostředí (např. nechat se strhnout na sportovním zápase k výtržnostem).

Vnitřními činiteli je vrozené uspořádání organismu (tzv. konstituce). Za základ osobnosti lze považovat dědičnou informaci zakódovanou v **genech**. Rozlišujeme **genotyp**, což je vrozený komplex zděděných vlastností (barva vlasů, očí, stavby a činnosti nervové soustavy – např. zděděné předpoklady k tomu být dobrým šachistou) a **fenotyp**, který se utváří zkušeností během interakce s vnějším životním prostředím a zejména s vlivy výchovy (např. rozvoj předpokladu být dobrým šachistou – přihlášení se do šachového kroužku, pravidelný trénink, šachové turnaje atd.). Je mnoho genů, které se vůbec neprojeví (tzn. neexistuje 100% záruka toho, že dítě vědce bude v dospělosti také budovat vědeckou kariéru). Uplatnění genové informace závisí na vnějším prostředí, přičemž stejné prostředí ještě nemusí být zárukou toho, že dítě sportovního manželského páru „odkojeného“ v tělocvičně nebude spíše věhlasným literátem či v horším případě „lenochem trávícím čas za pecí“. V lidském organismu lze rozeznat tři **základní regulační soustavy** mající vliv na lidské chování a prožívání:

- **Kosterně-svalová soustava:** úloha opory organismu, umožňuje pohyb, individuální podoba vytváří vnější vzhled jedince.
- **Oběhová soustava:** transport látek v těle (kyslík a další živiny), zajištění hormonální regulace celé osobnosti, hormony (biochemicky aktivní látky) jsou produktem **endokrinních žláz** (žláz s vnitřní sekrecí):
  - ➡ **štítná žláza:** ovlivnění růstu (hormon tyroxin),
  - ➡ **příštítná tělíska**: ovlivnění vzrušivosti nervové soustavy (hormon parathormon),
  - ➡ **pankreas:** ovlivnění metabolismu cukrů (hormon inzulín),

- **pohlavní žlázy:** ovlivnění rozvoje sekundárních pohlavních znaků (muži – androsteron, testosteron; ženy – estrogen, progesteron),
- **thymus:** souvisí s růstem, po pubertě zaniká,
- **nadledviny:** dvě žlázy: kůra – ovlivňuje krevní oběh, výkonnost, termoregulaci, metabolismus vody a minerálních látek (hormon kortin); dřeň – mobilizace energie k rychlé reakci (hormony adrenalin, noradrenalin),
- **hypofýza:** dvě žlázy: přední hypofýza – ovlivňuje růst těla, činnost pohlavních žláz, štítné žlázy a částečně nadledvin; zadní – ovlivňuje průběh porodu, množství vody v buňkách.

- **Nervová soustava:** prostřednictvím receptorů přijímá podněty z okolí, následně tyto informace prostřednictvím centrální nervové soustavy zpracovává a vyhodnocuje, rozděluje se na centrální nervovou soustavu – CNS (páteřní mícha, mozek) a periferní nervovou soustavu – PNS (senzoricko-motorická nervová soustava – spojení receptorů s CNS a výkonnými orgány a vegetativní nervová soustava – řízení vnitřních orgánů).

1. 1. 2. Vývoj lidského života a psychický vývoj jedince

Vývojem osobnosti se zabývá **vývojová psychologie**. Vývoj osobnosti potažmo lidské psychiky se odvíjí od genetické výbavy a prostředí, ve kterém jedinec žije. Mechanismy vývoje (ontogeneze) lidské osobnosti jsou **zrání a učení. Zráním** jsou takové změny osobnosti, které jsou určovány biologicky (např. dozrávání nervové soustavy), přičemž úroveň stavu zrání je předpokladem k rozvoji procesu učení. **Učení** se pak odvíjí od interakce (vzájemného vztahu) jedince s prostředím. Jeho výsledkem jsou změny psychických procesů a vlastností navozené vlivem zkušenosti s prostředím.

Etapy vývoje osobnosti

Život každého jedince je posloupností neopakovatelných a nezvratných proměn, mající jak **kvalitativní** (např. zapomínání, ztráta zraku a sluchu atd.), tak i **kvantitativní** rozměr (např. vypadávání vlasů, zubů atd.). Tyto proměny jsou nazývány **vývojovými změnami** a dle směru působení je dělíme na:

- **evoluční:** vývoj a zdokonalování organismu (např. růst, dozrávání nervové soustavy, zlepšování koordinace, rozvoj vztahů, získávání zkušeností a dovedností atd.),
- **involuční:** snížení fyziologických funkcí (např. zhoršování zraku, schopnost si zapamatovat atd.).

Psychologové se snaží nalézt časové úseky (vývojové etapy) periodicky se opakující v každé další generaci, pro něž jsou charakteristické určité společné vývojové znaky. Je důležité říci, že vývoj jedince jako celek probíhá v na sebe navazujících fázích. Není však přitom plynulý, nýbrž probíhá ve skocích (např. řeč). A v neposlední řadě je maximálně individuální. Od narození, přesněji řečeno od početí, dochází k neustálému narůstání složitosti struktury a funkce osobnosti. Vývoj osobnosti lze dělit například do těchto etap:

Prenatální období (cca 9 kalendářních měsíců)

Začíná početím a končí samotným porodem. Je to období velkého růstu i rozvoje všech fyziologických funkcí. Plod není ve vztahu k matce pouze tím, kdo se přizpůsobuje, ale i on sám podněcuje svou aktivitou matku ke změnám (např. polohy apod). Budoucí dítě je v celém tomto období velmi citlivé na škodliviny, které jej mohou ovlivnit do konce života. Těhotné ženy by se tak měly zcela vyvarovat stresu, alkoholu, nikotinu či jiných drog. Z fyziologického hlediska se toto období dělí na:

- **Blastemové období:** od oplodnění do první srdeční ozvy.
- **Embryonální období:** zhruba od čtvrtého týdne do čtvrtého měsíce vývoje zárodku, utváření nervového systému.

- **Fetální období** – trvá do porodu, dozrávání jednotlivých orgánů.

Kojenecké období (od narození do 1 roku)

V této lidské etapě dochází k rozvoji celé řady tělesných i psychických funkcí. Po porodu nejsou všechny kosti zcela osifikované (zkostnatělé), páteř je rovná, postupně dochází k dokončení vývoje nervových drah. Pohyby jsou spontánní a nahodilé (stejný podnět, jiný pohyb). Prvních šest až deset týdnů po porodu se označuje jako období **novorozenecké**. Dítě v tomto období prospí až 20 hodin denně. Významnou úlohu sehrávají tzv. **vrozené reflexy**. Nejvýznamnějšími reflexy jsou sací, polykací, vyměšovací a obranné, které jedinci umožňují přežít. V průběhu prvního roku dítě vysloví své první slovo. Postupně se také učí stabilitě, jejímž vyvrcholením, přes udržení se v sedu, je stoj a chůze s oporou. Svět vnímá v počátku z perspektivy své postýlky či kočárku a později na přelomu roku jej začíná díky své prvotní mobilitě objevovat samo. Nad jeho postýlku se stále sklánějí lidé, kteří se smějí, ono se snaží napodobovat jejich tvář a stejně tak i slova. Vytváří se tzv. sociální úsměv, jímž nejprve dítě reaguje na všechny lidi (mezi druhým až třetím měsícem), později (kolem osmého měsíce) tento úsměv věnuje jen blízké osobě (nejčastěji matka) a na cizí reaguje pláčem.

Batolecí období (zhruba od 1 roku do 3 let)

Oproti předešlé etapě dochází ke zpomalení somatického růstu. Naopak se výrazněji rozvíjí řeč (slovní zásoba na konci období obsahuje až 1 000 slov), pohybové schopnosti dítěte a celková koordinace. Dítě v této etapě dokáže již samo chodit. Chůze je to však nejistá a kolébavá, přičemž v počátcích je provázena mnoha pády. Prostřednictvím chůze se dítě může přemísťovat, seznamuje se tak s okolím a s předměty, kterými je obklopeno. Začíná se orientovat v čase (používání pojmu ráno – vstává a večer – jde spát). Stále je velmi vázáno na přítomnost rodiče, což se projevuje tzv. **separační úzkostí** (strach, úzkost, znepokojení dítěte při odchodu rodiče i na malou chvíli). Ke konci této etapy se objevuje tzv. **období negativismu,** kdy dítě vzdoruje vůči všemu a všem (např. odmlouvání bez racionálního zdůvodnění). V této etapě stráví dítě nejvíce času hrou. Hraje si osamoceně (individuálně), tzn. kreslení, stavba kostek atd. Lze si tak všimnout, že děti na pískovišti si spíše hrají doslova „vedle sebe“ než spolu. Oblíbeným tématem her je i napodobování dospělých či zvířat.

Předškolní věk (od 3 let do 6 let)

Toto období je ve znamení relativního zrychlení přeměny postavy. Tato tělesná „proměna“ je označována jako **první tvarová proměna postavy** – prodlužuje se trup a končetiny, zvýrazňuje se krk a pas. Nejčastější činností je stále hra. Bývá do ní zapojováno již více účastníků. Dítě se tak učí různým sociálním rolím. Často se lze u rodičů setkat s názorem, že jejich dítě si v tomto věku stále vymýšlí a lže. To se však jen snaží nahradit informace, které doposud nezískalo, nějakou svou fantazijní konstrukcí. Tyto smyšlenky nejsou nazývány odborně lží, ale **konfabulací**. Pokud je dítě vhodně stimulováno vnějším prostředím (rodinou, předškolním zařízením atd.), dochází k výraznějšímu rozvoji jeho smyslového vnímání i intelektových schopností (slovní zásoba na konci období obsahuje přes 3 000 slov). Častěji se začínají objevovat otázky typu „Proč?“, kterými se dítě snaží dopátrat vzájemných vztahů věcí. Oproti předešlému období již dítě není tolik vázáno na přítomnost některého z rodičů a snáší tak jejich krátkodobou nepřítomnost, pokud je v kolektivu jiných dětí či jiných mu známých dospělých. Začíná navštěvovat některé předškolní instituce, zájmové kroužky atd.

Mladší školní věk (od 6 let do 11 let)

Dítě doposud trávilo většinu času hrou, se kterou byla spojena velká míra volnosti. Nyní však přichází výrazná změna. Dítěti se mění celková organizace dne a tím, kdo mu ukládá největší díl povinností, je škola. Školu by měly začít navštěvovat pouze děti, které jsou již dostatečně zralé a připravené. Ty, u kterých tomu tak není,

ztrácejí sebedůvěru v důsledku neudržení tempa s ostatními. Používá se termínu **školní zralost**, který v sobě zahrnuje:

- **Tělesnou zralost:** dostatečnou fyziologickou zralost.
- **Kognitivní zralost:** schopnost myšlenkových operací (např. usuzování, vyvozování závěrů atd.) na dostatečné úrovni.
- **Citovou zralost:** schopnost sebekontroly, stability atd.
- **Sociální zralost:** schopnost jedince zapadnout do kolektivu a přijmout daná pravidla, normy atd.
- **Motivační zralost:** zaujmutí správného postoje ke škole.

Školní zátěž je přizpůsobena dítěti tak, aby nebylo brzy unaveno. Významnou úlohu v procesu učení sehrává pozornost, přičemž dítě tohoto věku ji udrží jen malou chvíli. Postupně se rozvíjí jeho myšlení od konkrétního k logickému. Z počátku převládá u dětí ve vztahu k ostatním spolužákům jakýsi egoismus, kdy si jedinec hledí především sám sebe. Později začíná rozvíjet kamarádské vztahy, a to především s dětmi stejného pohlaví. Počáteční labilita těchto vztahů s častými konflikty směřuje časem k větší stabilitě, kdy si dítě začíná uvědomovat svou sociální příslušnost.

Starší školní věk – pubescence (od 11 let do 15 let)

Starší školní věk je spojen s tzv. pubertou. Dochází ke druhé **tvarové proměně postavy** – tělesný růst, přibývání hmotnosti, změna obličeje. Pohlavní žlázy (chlapci – varlata, dívky – vaječníky) v tomto období produkují velké množství hormonů (chlapci – testosteron a androsteron, dívky – progesteron a estrogen) a v důsledku toho se rozvíjejí tzv. **sekundární pohlavní znaky** (např. růst ochlupení, změna hlasu, růst ňader atd.). Dívky dospívají do puberty dříve než chlapci, přičemž se u nich v tomto období objevuje první menstruace. Častá je citová labilita (střídání nálad), zvýšená dráždivost či snížená kontrola sebeovládání. Pro vztahy ke druhým lidem, a to především ke starší generaci, je typická kritičnost až radikalismus vůči jejich názorům (např. v současnosti názorové střety ohledně postoje k tzv. měkkým drogám, soužití homosexuálů, postavení ženy ve společnosti atd.). Proto se pro danou etapu někdy používá pojmu tzv. **období druhého negativismu**. Snahou je odlišit se (např. oblečení) či upoutat pozornost okolí i za cenu chovaní, které společnost trestá (např. vandalství, zvýšená hlučnost atd.). Průběh puberty je však značně individuální. Někdo se stáhne spíše do sebe, někdo má naopak tendence ji prožívat intenzivně v interakci se svým okolím. V současné době se poukazuje na významný jev, kterým je tzv. **sekulární akcelerace** (dlouhodobé zrychlení) tělesného vývoje. Zjistilo se, že za posledních 100 let se výrazně urychlil nástup dospívání i celkový tělesný růst. Významnou úlohu ve vztahu k pubertě sehrává rodina, přestože jedinci jsou v těchto letech bližší názory jeho přátel a vrstevníků. Zdravá a fungující rodina je do určité míry zárukou toho, že se jedinec v pubertě neuchýlí k činům, které jsou v konfliktu se společenskými normami a zákony (např. násilnictví, drogy atd.). Oproti předešlým obdobím již začíná také cíleně navazovat vztahy s opačným pohlavím. Na konci etapy pak přichází **rozhodování o profesním směřování**. Je to první důležitý mezník z hlediska profesní orientace, a je proto důležité jej náležitě zvážit třeba i za pomoci poradenských institucí (např. Úřad práce, Pedagogicko-psychologická poradna atd.).

Adolescence (zhruba od 15 let do 18 až 23 let)

Jedinec ukončil základní školní docházku a je nyní středoškolákem. Připravuje se cíleně na výkon určitého povolání (např. zedník, klempíř, prodavač atd.), či je rozhodnut pokračovat i po střední škole v dalším vzdělávání, a to studiem na vyšší odborné škole či vysoké škole. Pro některé je střední škola poslední vzdělávací institucí, po jejímž ukončení vstupují na pracovní trh. Pozice absolventů na trhu práce (tedy míra jejich nezaměstnanosti) je i přes veškerá opatření ze strany státu (např. dotace na mzdy absolventů zaměstnavateli) spíše nepříznivá. Osobnost jedince se v této etapě již stává dospělou. Objevují se trvalejší partnerské vztahy. Přestože je jedinec již fyzicky vyspělý, staví se k němu starší generace stále přezíravě

a bez výraznějšího respektu, kdy poukazuje ve srovnání se sebou na jeho nedostačující sociální zkušenosti (např. při výchově dětí, v zaměstnání atd.). Flexibilita vymezení tohoto životního stadia odpovídá tomu, kdy se jedinec zapojí po studiu zcela do pracovního procesu a kdy se pozvolna začne měnit vztah jeho ekonomické závislosti na rodičích, atd. Dřívější trend osamostatnění se v mladším věku (např. nalezení si vlastního bydlení, brzký vstup do manželství atd.) je nyní střídán fenoménem, kdy mladí lidé žijí delší dobu s rodiči i po dokončení školy (finanční náročnost celkového osamostatnění se).

Dospělost (zhruba od 18 či 22 do 60 let)

Dospělost lze členit na tři další vývojová období, kdy každé z nich je obsahově odlišným. Prvním obdobím je tzv. **raná dospělost (od 18 či 22 let do 35 let)**. Jedinec v tomto období stojí na počátku pracovní kariéry. Jako absolvent se snaží prosadit a postupně pak rozvíjí nabídnutou možnost. Zakládá rodinu a snaží se ji finančně zabezpečit. Začleňuje se do nových sociálních skupin na pracovišti i mimo rodinu. V porovnání s rokem 1993 lidé v České republice uzavírají své první manželství a stejně tak ženy rodí své první dítě ve výrazněji pozdějším věku. Český psycholog Stanislav Kratochvíl vyjmenovává čtyři typická (obecná) očekávání mužů a žen v manželství:

- **Očekávání mužů**
  - **Uvařeno, uklizeno**: manželství je pro muže zárukou snadného uspokojení základních potřeb – jídlo a útulný domov.
  - **Sex, kdykoli se mu zachce:** předpoklad snadné dostupnosti uspokojení sexuálních potřeb.
  - **Stálý obdiv:** žena by měla muže náležitě obdivovat a patřičně mu to dávat najevo.
  - **Nezatěžovat starostmi:** zbytečně muže neúkolovat, nepožadovat po něm práce v domácnosti navíc či vyřízení nějaké úřední záležitosti.
- **Očekávání žen**
  - **Posedět a popovídat:** sdílení zážitků a stejně tak empatické (empatie – vcítění) vyslechnutí toho druhého.
  - **Duševní porozumění:** otevřené sdílení svých pocitů, prožívání, názorů atd.
  - **Vycítění, co žena potřebuje:** mužovo vcítění se do ženy.
  - **Vyjadřovat lásku po celý život:** souhrn všech předešlých očekávání v dlouhodobějším časovém horizontu (např. nedávat ženě květinu jen v den jejích narozenin, ale i ve dny zcela všední atd.).

S příchodem dítěte do rodiny se objevují nové role – role matky a role otce. Jedinec byl doposud „pouze“ dítětem svého rodiče (a zůstane jím do konce života), nyní je i on rodičem. Téměř ve 100 % českých domácností odchází na mateřskou dovolenou ženy (zákon umožňuje odejít na dovolenou i mužům). V důsledku změny rodinné konstelace a dalších vlivů (úbytek romantičnosti, deziluze z reality, nevěra atd.) se mohou v některých případech objevit krize osobního rázu vedoucí až k rozchodu dvojice (první vývojová krize – nejčastěji mezi 3. až 7. rokem trvání manželství). Je nutné podotknout, že výrazné množství rozvádějících se párů, ať už v tomto či pozdějším období, má děti (ty jsou téměř vždy svěřeny do péče matky). Manželství lze zrušit rozvodem, nikoliv však rodinu, která během tohoto vztahu vznikla (povinnosti rodičů vůči dětem, častost a formy setkávání se atd.).

Druhé vývojové období se nazývá tzv. **střední dospělost (od 35 let do 45 let)**. Děti postupně dospívají a již nevyžadují tolik pozornosti, nejsou tolik závislé na rodičích jako v počátcích svého života. Ženy, které byly na mateřské, opět startují svou přerušenou pracovní kariéru. Jedinec má již kolem sebe stabilizovanou sociální síť, kterou v případě potřeby náležitě využívá (např. přátele, na které se může vždy obrátit). V tomto období přichází první znatelnější známky involuce, což vede k úbytku výkonnosti v některých oblastech. V rámci profesní dráhy si jedinec již našel svou specializaci a dále ji rozvíjí. V této etapě přichází tzv. druhá vývojová krize manželství (17 až 25 let manželství) je spojena s fakty, jako je uvědomění si nevyhnutelnosti stárnutí,

postupné osamostatňování dětí, kdy tím rodičům vzniká určitá „prázdnota“ či snaha muže „užít si“, dokud je „ještě čas a síly na to stačí“, atd.

Třetím obdobím je tzv. **pozdní (starší) dospělost (od 45 let do 60 let)**. Projevy involuce jsou čím dál znatelnější. Postupně klesá pracovní výkonnost, objevují se výraznější zdravotní problémy, trend k celkovému „usazení se“. Lze se však setkat i s lidmi, pro které jejich věk nepředstavuje žádný limit ve výkonnosti a celodenní aktivitě. Lidé i přes involuční projevy dosahují v této etapě profesního vrcholu. Ovšem v případě ztráty zaměstnání jsou uchazeči o práci tohoto věku považováni zaměstnavateli za nevýhodné z hlediska jejich přizpůsobivosti (adaptability), možné časté nemocnosti či neznalosti nových technologií atd. Lidé tohoto věku jsou tak často dlouhodobě nezaměstnanými (tj. déle než rok). S odchodem a osamostatňováním dětí zažívají rodiče pocit osamění, tzv. pocit **„prázdného hnízda“**, kdy před nimi stojí velké množství volného času. Objevuje se také nová role – role prarodiče.

Stáří (od 60 let)

Toto období lze dodatečně členit na **rané stáří (od 60 let do 75 let)** a **pravé stáří (od 75 let)**. Znatelně se již projevuje fyzické i psychické opotřebování jedince. Podobně jako v počátcích života se člověk nyní opět stává závislým na péči ostatních. Umožňuje-li zdravotní stav jedince vykonávat fyzickou činnost, pak si mnohdy po odchodu do důchodu snaží najít formu nějakého přivýdělku (např. pomocné kancelářské práce, uklízení, hlídání objektů atd.). Jedinec pak může dál rozvíjet sociální kontakty (není izolován doma) a současně to pro něj znamená významnou finanční podporu. Vyrovnávání se se stářím a pomalu přicházející smrtí je vysoce individuální záležitostí. Někteří lidé jsou stále při svých možnostech aktivní a rozvíjí sociální síť, která se nezadržitelně zmenšuje (úmrtí přátel), jiní propadají trudomyslnosti, uzavírají se do sebe a vůči okolí jsou až nepřátelští. Významným mezníkem tohoto období je smrt jednoho z partnerů a s ní zažívané pocity osamělosti. V České republice se ženy v průměru dožívají vyššího věku než muži.

1. 1. 3. Poruchy vývoje osobnosti

Již bylo řečeno, že vývoj osobnosti probíhá v na sebe navazujících celcích. V životě existují období, kdy dochází k výraznějšímu urychlení vývoje (pubescence) a kdy je potřebné nejen tělu, ale i psychice věnovat zvýšenou pozornost a péči. Lze se však setkat i s poruchami ve vývoji osobnosti, které mohou její normální vývoj opozdit, či dokonce narušit. Je možné rozlišit dva okruhy poruch, lišící se v tom, zda mají počátek v období před narozením či těsně potom (organické poškození mozku, specifické vývojové poruchy), a nebo poruchy získané již v průběhu života (sekundární poruchy intelektu). Do okruhu **poškození vzniklého před či těsně po narození** patří:

- **Poruchy vzniklé organickým poškozením mozku**
  - **Oligofrenie:** trvalé poškození intelektu (debilita, imbecilita, idiocie)
  - **Epilepsie:** záchvatovité onemocnění (některé formy epilepsie se mohou projevit později), má vliv na chování a pozornost jedince
  - **Dětská mozková obrna:** porucha hybnosti
  - **Lehká mozková dysfunkce:** narušení pozornosti a hyperaktivita dítěte
- **Specifické vývojové poruchy učení:** nejde o žádné poškození mozku či jeho onemocnění, ale o specifickou biologickou dysfunkci vážící se k dané činnosti (čtení, psaní atd.), častější u chlapců, projevuje se již v předškolním věku, existují různé druhy těchto specifických vývojových poruch učení, např.:
  - **Dyslexie:** vývojová porucha čtení
  - **Dysgrafie:** vývojová porucha psaní

- **Dysmuzie:** vývojová specifická porucha hudebních schopností
- **Dyskalkulie:** vývojová specifická porucha matematických schopností

Během života pak vznikají tzv. **sekundární poruchy intelektu**. Objevují se jednak při poškození mozku (úrazy), ale jsou také výsledkem vlivu vnějšího okolí (tzv. vlčí děti – izolovány od společnosti, týrány, socializace neproběhla tak, jak měla, atd.) [socializace viz str. 18 a 50].

1. 1. 4. Vybraná pojetí vývoje osobnosti

V psychologii se lze setkat s větším množstvím různých pojetí vývoje osobnosti. Následně uváděné teorie lze považovat za ty ústřední, mající v „krátké" historii psychologie své neoddiskutovatelné místo. První významný pohled přináší **psychoanalytické pojetí Sigmunda Freuda**. Ten na základě vztahu k **erogenním** zónám lidského těla rozdělil psychologický vývoj osobnosti jedince na **pět vývojových stadií**. V rámci každého stadia řeší jedinec konflikty mezi pudovými tendencemi (uspokojení sebe sama bez ohledu na ostatní) a působením společenského okolí (příkazy rodičů, zákony atd.).

- **Orální stadium:** pocit slasti je spojen s přijímáním potravy ústy (kolem 1 roku).
- **Anální stadium:** pocit slasti je spojen se spontánním vyprazdňováním střev (mezi 2. – 3. rokem).
- **Falické stadium:** pocit slasti je spojen s genitáliemi (zkoumání pohlavních orgánů), během tohoto stadia vzniká Oidipův či Elektřin komplex – dítě se zamilovává do rodiče opačného pohlaví (mezi 3. – 5. rokem).
- **Období latence:** psychická energie, tzv. libido, soustředěno na práci ve škole či na mimoškolní činnost (mezi 5. – 6. rokem).
- **Genitální stadium:** závěrečné vývojové stadium, probouzí se sexualita jedince, navazování „sexuálních" vztahů.

Neproběhne-li vývoj v pořádku, může člověk „uvíznout" v některém ze stadií. Důsledkem tohoto ustrnutí je určitá struktura vlastností osobnosti:

- **Osobnost orální:** má krajní sklon k optimismu či pesimismu, uznání nebo závisti, manipulativnosti či rezignace atd.
- **Osobnost anální:** má zvýšený sklon k velkorysosti či lakomství, svéhlavosti či podrobivosti, pořádkumilovnosti či nepořádnosti atd.
- **Osobnost falická:** má sklon k ješitnosti či sebezavrhování, domýšlivosti nebo pokoře, slepé odvaze či bázlivosti, promiskuitě či pohlavní zdrženlivosti atd.
- **Osobnost genitální:** vlastnosti jedince jsou rozvinuty přiměřeně.

Dalším významným přístupem je **psychosociální pojetí vývoje**, jehož tvůrcem je **Erik H. Erikson** (1902 až 1994). Ve svém pojetí vyšel z psychoanalýzy, ovšem na rozdíl od ní bere v potaz i sociálně kulturní vlivy. Život člověka dělí do 8 stadií, přičemž každé z nich znamená pro člověka nový konflikt. Směřování dalšího rozvoje je závislé na vyřešení příslušného konfliktu. Pokud by jedinec konflikt nevyřešil, doslova by „utíkal" před jeho řešením a jeho vývoj by i přes věkový postup do dalšího stadia stagnoval. Stadia:

- **Základní důvěra proti nedůvěře** (od 0 do 1 roku): dítě se v této etapě učí důvěřovat, důležité je vytvořit pro dítě pocit bezpečí (pravidelný spánek, strava atd.), klíčový je vztah k matce.
- **Autonomie proti studu a pochybnostem** (od 1 roku do 3 let): i přes stálou závislost na okolí začíná dítě zkoušet nové činnosti – chůze a mluvení, pokouší se ovládat vyměšování, počátky sebeuvědomování vůči ostatním.
- **Iniciativa proti pocitům viny** (od 3 do 6 let): dítě zkouší nové činnosti, vytváří si základní postoj k vlastní odpovědnosti za své činy.

- **Snaživost proti pocitům méněcennosti** (od 6 do 12 let): dítě se musí postupně naučit zacházet s předměty kolem sebe, úspěch ve snažení přináší radost – opak pocit méněcennosti, přechod od hry k produktivní činnosti.
- **Identita proti zmatení rolí** (od 12 do 19 let): ustavení si vlastního sebepojetí, místa a smyslu v životě v kontextu společenských rolí, které jedinec zastává a které jsou mu přisuzovány (připsány).
- **Intimita proti izolaci** (od 19 do 25 let): schopnost jedince spojit se citově s někým jiným, schopnost sdílení, dle Eriksona spojení dvou identit bez strachu, že přitom ztratím svou vlastní identitu.
- **Generativita proti stagnaci** (od 25 do 50 let): jedincův život je naplněn, pokud vytváří něco hodnotného, přispívá či pomáhá druhým.
- **Integrita proti zoufalství** (od 50 let): ohlédne-li se člověk za svým životem s pocitem dobře vykonaného díla, zažívá pocit osobního naplnění a snáze se vyrovnává s příchodem smrti, není-li však tomu tak, nastupuje zoufalství a obava z blížícího se konce.

Jean Piaget (1896–1980) rozdělil životní stadia člověka jednak z pohledu vývoje **poznávacích funkcí** (vývoj od jednoduchých poznávacích procesů ke složitějším), ale také z pohledu **morálního vývoje dítěte**. V druhém případě rozlišil dvě stadia:

- **Heteronomní jednání dítěte:** jednání je určováno normami zcela převzatými od lidí z okolí, především rodičů.
- **Autonomní jednání dítěte:** jednání podle zvnitřněných norem, které jsou i nějakým způsobem modifikovány zkušeností a přizpůsobeny dané kultuře a době.

1. 1. 5. Učení

Učení probíhá po celý život jedince a je přiřazováno k základním autoregulačním mechanismům, na jejichž základě se formuje vědomí, chování a osobnost jedince. Učení prolíná každou hru i práci. Opakem naučeného je vrozené. Učení se nejčastěji vymezuje ze dvou hledisek.

Učení v širším pojetí chápeme jako proces, ve kterém si jedinec osvojuje individuální zkušenost. Tato definice učení zahrnuje všechny situace, činnosti, zpracování a uložení informací, se kterými se jedinec setká během svého života.
Učení v užším pojetí se vztahuje k řízenému učení ve školních podmínkách či v rámci sebevýchovy a sebevzdělávání. Chápe se jako záměrné a systematické získávání vědomostí, dovedností a návyků, rozvíjení poznávacích schopností, postojů, hodnot, osobnostních vlastností a formování chování a jednání.

Učení je aktivní proces a nelze je vnímat jen jako přijímání informací. Je nutné nově nabyté informace také různě třídit, organizovat a především uvádět v praxi. Učení jako složitý psychologický jev je nadřazen paměti. Úlohou paměti je informace přijímat, podržet a znovu oživovat (vzpomínání), kdežto v rámci učení jsou obsaženy procesy poznávací, citové a volní. Prostřednictvím učení získáváme nové:

- **vědomosti:** učením osvojené poznatky (např. školní vědomosti),
- **návyky:** úkony a operace (pohybové, senzorické, mentální) prováděné takřka automaticky (např. čistění zubů – nejprve je ale nutno dítě tuto dovednost naučit),
- **dovednosti:** cvikem a učením upevněné způsoby provádění určité činnosti (např. řízení auta).

Učení lze rozlišovat na:

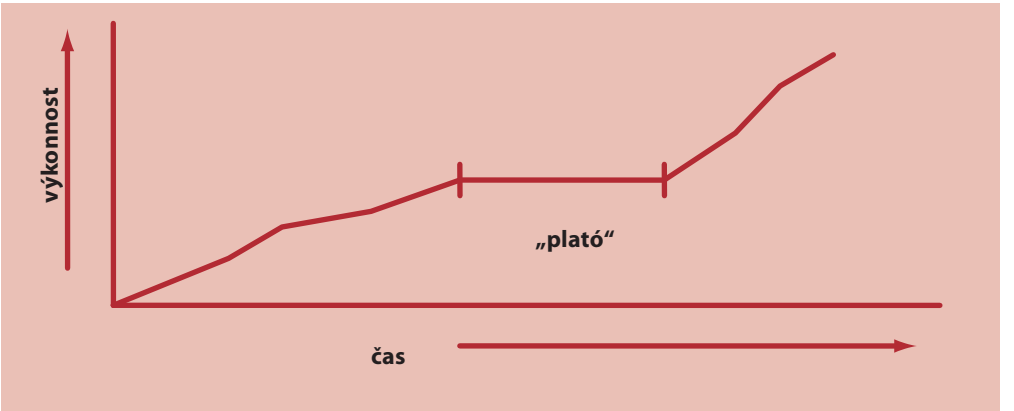
- **bezděčné učení:** probíhá neúmyslně,
- **záměrné učení:** má určitý cíl (úmysl) a z největší části probíhá ve škole (ale např. i na hřišti ve formě zdokonalování se ve sportu).

Rozlišovány jsou také obecně čtyři druhy učení, které jsou kvalitativně složitějšími spolu s přibývajícím věkem jedince. Patří sem:

- **Učení podmiňováním:** nejjednodušší druh učení na základě vytváření podmíněných reflexů, jeho možnosti jsou omezené, je předpokladem dalších vyšších forem učení, rozlišuje se na:
  - **Klasické podmiňování** (I. P. Pavlov): např. psovi je podána potrava (nepodmíněný podnět) a on začne slinit (nepodmíněná reakce), spojíme-li podání potravy se zvoněním zvonku, vytváříme podmíněný podnět, kdy pes začne slinit již při zazvonění, aniž by mu potrava byla předložena (podmíněná reakce).
  - **Instrumentální (operační) podmiňování** (B. F. Skinner): učení na základě pokus-omyl, např. dítě se učí chodit, padá a zvedá se, snaží se přitom dosáhnout na nějakou hračku, kdy pouze chůze je způsob, jak se k ní může dostat, odměnou je pak získání předmětu.
- **Senzomotorické učení** – na jeho základě získáváme předpoklady k vykonávání činností, jež jsou náročné na vnímání, pohyb a vzájemné spojení vjemů s pohyby. Výsledkem tohoto učení jsou pak senzomotorické dovednosti, které jsou velmi trvalé, obtížně vyhasínají (např. všechny druhy sportovních činností, fyzická práce, psaní na stroji, kreslení atp.). Průběh senzomotorického učení lze vyjádřit pomocí tzv. křivky učení. Vodorovný úsek tzv. fáze plató vyjadřuje dočasné zastavení úspěšnosti učení (viz str. 27), příčinou může být ztráta motivace, rušivé vlivy (nemoc, únava atd.), nedostatky v metodě (stará metoda neumožňuje postup kupředu).
- **Verbální a pojmové učení: verbální učení** tvoří předstupeň učení pojmového, kdy dochází k vytváření asociativních spojů mezi slovy. Jedinec přitom nemusí chápat význam slov. Stačí, že se vedle sebe vyskytla v daný moment na daném místě. Velkou úlohu sehrává paměť. Příkladem verbálního učení je učení se nazpaměť slovní zásoby cizího jazyka či zvládnutí základních definic a termínů námi nově studovaného oboru. Výsledky verbálního učení jsou ovlivňovány:
  - **rozsahem učebního materiálu**,
  - **povahou učebního materiálu** (míra smysluplnosti, kterou má látka pro učícího se),
  - **složitostí učebního materiálu** (subjektivní komplikovanost = obtížnější osvojení),
  - **diskriminace prvků v učebním materiálu** (čím je učivo zřetelnější, rozlišitelnější atd., tím snazší je osvojení),
  - **místo prvků v učebním materiálu** (lépe si pamatujeme začátek a konec učiva, popisky kolem grafů a obrázky atd.).

  Pojmové učení spolu s řešením problému je pokládáno za nejvyšší druhy učení u člověka, poněvadž jsou v nejtěsnějším vztahu k myšlení. Člověk poznává a prožívá svět kolem sebe z velké části prostřednictvím pojmů věcí, míst a událostí. **Pojem** vystihuje soubor podstatných vlastností množiny určitých předmětů (např. vědecké názvosloví). **Slovo** slouží k označení prvků dané množiny nebo celých množin, je nositelem pojmu. Pojmy se vytvářejí na základě aktivní myšlenkové činnosti, při vytváření pojmů se uplatňují všechny myšlenkové operace (analýza, syntéza atd.).
- **Učení řešením problémů:** je považováno za nejsložitější druh učení. Lze jej vymezit jako samostatné objevení vztahu mezi předměty, jevy, situacemi nebo pojmy. Výsledkem je pak přírůstek ve vědomostech nebo osvojení obecného postupu řešení. Rozlišuje se mezi **problémem a úkolem. Problém** je situace, ve které známe cíl, ale neznáme prostředky vedoucí k cíli. **Úkol** je situace, ve které známe cíl i prostředky vedoucí k cíli. Úkol je situace známá, opakovaná.

Významnou formou učení je tzv. **sociální učení**, které umožňuje jedinci začlenit se do společnosti. Od raného dětství je dítě formováno svým nejbližším okolím, které napodobuje (např. první úsměv novorozence). Napodobuje nejen činnost samu, ale také chování lidí. Na základě toho si vytváří vztah k předmětům kolem sebe, k práci, ke svým nejbližším apod. Postupně může dojít k identifikaci s určitým vzorem [viz Determinanty lidské psychiky – str. 18].



Obr. 1: Křivka učení

Průběh učení je ovlivňován některými významnými faktory:

- **Vzdělavatelnost (způsobilost učení, tzv. docilita):** obecná připravenost ke vzdělávacím činnostem. V širším měřítku posuzována například při vstupu do první třídy. Ovlivněná inteligencí, životními zkušenostmi, návyky a faktory sociálního prostředí jedince atd.
- **Motivace:** nejdůležitější činitel učení, řídí a vybuzuje proces učení. Mezi faktory ovlivňující motivaci řadíme: novost situace, stanovení cíle, tendence dokončit daný úkol, úspěch a neúspěch, odměna a trest atd. Výzkumy dokazují, že pozitivní motivace (forma odměn) je účinnější než motivace negativní (tresty), ale i ta má ve výchovně-vzdělávacím procesu své místo.
- **Transfer:** proces spočívající v tom, že dříve naučené formy chování (vědomostí, dovedností) ovlivňují učení se jiným (novým) formám chování. Rozlišujeme transfer:
  - Specifický: využití výsledků předcházejícího učení pro učení následující v oblasti příbuzné či totožné (např. nejprve se naučím malou násobilku a na jejím základě se učím násobilku velkou).
  - Nespecifický: jde o přenos dovedností na jinou, zdánlivě nesouvisející situaci, člověk se „učí učit se“ (např. způsob řešení problému naučený v jednom zaměstnání lze využít i při ne zcela stejném problému v zaměstnání novém – využití metody).
  - Pozitivní: objevuje se tehdy, když předcházející učení usnadňuje v některém aspektu učení následující.
  - Negativní: jestliže jedno učení znesnadňuje nebo brzdí naučení se nové dovednosti.
- **Opakování:** Opakování je podmínkou toho, chceme-li si něco dlouhodobě zapamatovat. Nejméně účinné je mechanické opakování, které nemá návaznost na praxi a jedinec si pod daným pojmem (obsahem) nic nepředstavuje. Opakování by mělo být aktivní, vést k pochopení problému a k prohloubení znalostí jedince. Důležité je připomenout, že jedinec zapomíná nejvíce po osvojení znalostí, proto se doporučuje po příchodu domů si nově probíranou školní látku znovu přečíst. Potom již zapomínání postupuje pomaleji.
- **Psychické stavy:** Výrazně ovlivňují průběh a výsledky učení. Obecně se jedná o aktuální zdatnost psychiky, která učení buďto napomáhá (tzv. stenizující stavy), nebo ji zeslabuje (tzv. astenické stavy). Významnou úlohu sehrává v procesu učení únava. Ta je velmi ovlivňována motivací, proto se u činností, které jsou pro jedince poutavé, dostavuje později. Učení je ovlivňováno také citovými stavy (nálady, citové vzrušení atd.). V neposlední řadě svou úlohu sehrává i celko-

vá připravenost k učení a předzkouškový stav. Známým jevem je tzv. tréma, což je nepříjemný pocit před podáním nějakého výkonu. Organismus v tento moment připravuje a mobilizuje všechny dostupné síly. Pokud nepřesáhne určitou hranici, napomáhá celkovému výkonu. Často se zahájením činnosti mizí, pokud tomu tak není, výrazně znemožňuje celý výkon.

- **Organizace učení:** Pokud chceme podávat plný výkon po co nejdelší dobu, je nanejvýš dobré si zcela jasně zorganizovat režim práce a odpočinku. Stejnou důležitost bychom tak měli věnovat všem třem oblastem, a to tedy učební (pracovní) činnosti, aktivnímu odpočinku (např. sport, četba atd.) a pasivnímu odpočinku (např. spánek atd.). Obsah zvolené odpočinkové aktivity by vždy měl být opakem doposud realizované činnosti (např. po sezení v kanceláři jít sportovat, po fyzické námaze šachový kroužek).

1. 1. 6. Stres, frustrace a deprivace

Život člověka nepředstavuje jen chvíle pohody, ale i situace, kdy svět kolem nás vidíme spíše v temných odstínech a nám doposud nejbližší lidé těžko nalézají to pravé slovo, kterým by nám pomohli. Požadavky na výkon člověka se neustále zvyšují. Přitom se mu však nedostává i přiměřeného ocenění za odvedenou práci. Lidé jsou zvýšeně podrážděni, dochází k narušení vztahů s druhými lidmi a dlouhodobě zažívaný stav „nepohody“ se také výrazně podepisuje na zdraví člověka.

Stres

Stres je zátěž způsobená zvyšováním požadavků na jedince (mentálních, psychických i fyzických), přičemž k řešení celé situace je jedinec nucen využít zcela mimořádných způsobů vyrovnání se s nimi.

Každý z nás si zcela jistě již prošel nějakou stresovou situací. Příčinu vzniku lze hledat v oblasti:

- **fyzické:** teplo, zima, hlad, žízeň atd. (např. práce v neodpovídajících podmínkách – ve velkém hluku atd.)
- **psychické:** starost o blízkou osobu, psychické vypětí před zkouškou, nepříjemný pocit z hádky atd.

Přestože se tímto pojmem (stres) obecně označuje především skutečnost negativní, tzv. distres, (např. příprava na maturitní zkoušku), je stres vyvoláván i pozitivní okamžiky života, tzv. eustres (např. zvládnutí maturitní zkoušky, výhra v loterii atd.). Stres patří do našeho života a nelze jej z něj nijak vyloučit. Důležité je se naučit stres zvládat do takové míry, aby on neovládal nás. Učíme-li se nebo pracujeme pod velkým náporem stresu, dochází ke změně výkonnosti v oblasti kvality i kvantity. Stres vzniká na základě podnětu, kterým je tzv. **stresor** (např. maturitní zkouška), představující náročnou životní situaci. Reakci na stres lze podle Hanse Seleye rozdělit do tří fází:

- **poplachová fáze:** setkání se s překážkou, vybuzení obranyschopnosti těla atd. (např. předem neoznámená písemná zkouška).
- **fáze rezistence:** adaptace na stres, lze rozlišit dvě reakce na stres:
  - obranná reakce typu „útok nebo útěk“ (rychlá mobilizace všech sil) – výrazně se zvýší tep srdce, třes celého těla, zvýšení svalového napětí, agresivita jedince atd. (např. snaha si ještě připomenout celou látku, nahlížení do sešitu atd.)
  - pasivní reakce – jedinec se snaží podnět stresu nevnímat (přesto, že to nejde), ztuhlost a strnulost jedince, minimální mimika, zimnice, studený pot atd. (např. neschopnost si vzpomenout na základní vzorec, poznatek atd.)

- **fáze vyčerpání** – jedinec je zcela psychicky i fyzicky vyčerpán. To, jak dlouho dokáže jedinec odolávat stresu, záleží na mnoha faktorech – zdravý životní styl, vnější prostředí atd.

Každý námi prožívaný stres, zvláště pak ten dlouhodobě nezvládaný, se odráží na našem fyzickém i psychickém zdraví. Může dojít k přímému ovlivnění centrálního nervového systému a v souvislosti s tím k rozvoji **neuróz** (duševní porucha, příčinou vzniku je stresující situace) či **psychóz** (těžká duševní choroba, ztráta kontaktu s realitou, jedinec si není vědom nemoci, deformace vnímání, prožívání, cítění i vůle). Ovlivněna je i somatická oblast. V populaci se čím dál častěji objevující tzv. **psychosomatická onemocnění** (na vznik a průběh nemoci se významnou měrou podílí psychické procesy a stavy jedince), kdy některá jsou považována za tzv. **civilizační choroby**. Patří sem například vysoký krevní tlak, infarkt myokardu, astma, žaludeční vředy, mentální anorexie a bulimie, obezita, poruchy menstruačního cyklu atd. V neposlední řadě je ovlivněn i imunitní systém organismu, kdy jedinec není schopen se včas a dostatečně bránit chorobám.

Metody zvládnutí stresu lze rozdělit do tří skupin:

- Odstranění stresorů
- Změna reakce na stresory
- Vytvoření větší odolnosti vůči zátěži

Odstranění stresorů

Důležité je si vždy kolem sebe vytvářet takové životní prostředí, ve kterém se cítíme dobře a kde si můžeme po škole, po práci atd. odpočinout. V zaměstnání i mimo ně se tak snažíme eliminovat nadměrný hluk, teplo, vibrace a další fyzikální či chemické podmínky, které svým působením vyvolávají stresovou reakci. Při dlouhodobějším fyzickém či psychickém zatížení zařazujeme více přestávek nebo obměňujeme postupy práce atd. Často řešeným problémem současnosti je náhlý nedostatek financí. Jedinou možností, jak tomuto předejít, je si vytvořit finanční rezervu. A v neposlední řadě zde existuje problém zvládání času, kdy právě neschopnost některých z nás organizovat si svůj čas zasahuje výrazně nejen do života našeho, ale i blízkého okolí (rodina, přátelé atd.).

Změna reakce na stresory

Do této skupiny patří především tzv. **relaxace**. Prostřednictvím uvolnění svalového napětí se může uvolnit i napětí psychické. Nejznámější a asi nejrozšířenější technikou je tzv. **autogenní trénink** (relaxačně-koncentrační metoda), jehož autorem je J. H. Schultz. Využívána je také **joga** (soubor cvičení) a meditace (zpomaluje srdeční rytmus, snižuje spotřebu kyslíku atd.).

Vytvoření větší odolnosti

Do této skupiny patří metody, které mají dlouhodobý účinek, ovšem vyžadují více času i vetší vůli jedince na jejich zvládnutí. Víceméně jde o vytvoření si **zdravého životního stylu,** tzn. zdravá výživa, sport, omezování alkoholu, drog, kouření atd. Základem je neustálé zvyšování fyzické kondice prostřednictvím pravidelného cvičení, vhodné stravy, střídání práce a odpočinku. Další strategií je osvojení si tzv. **vyváženého vzorce života**. Přesto, že někteří jsou zaměřeni především na práci a jiní zase na rodinu, měli by se věnovat i ostatním oblastem aktivit v přiměřené míře. Oblasti aktivit jsou přitom spolu vzájemně provázané a vzájemně se podporují:

- pracovní aktivity nám nepřináší jen peníze, ale také seberealizaci atd.
- tělesné aktivity napomáhají udržení kondice atd.
- intelektuální aktivity představují další vzdělávání se v našem oboru
- sociální aktivity rozvíjejí sociální dovednosti atd.

- kulturní aktivity rozvíjejí tvořivost jedince atd.
- duchovní aktivity dávají životu věřících lidí širší rozměr atd.
- rodinné aktivity pečují o rodinu jako o sociální jednotku.

Další významnou strategií, která je často využívána, je tzv. **sociální podpora**. V případě potřeby by každý z nás měl mít kolem sebe takové lidi, u kterých může hledat oporu (rodina, přátelé atd.). Vytvoření si takovéhoto vztahu je znakem sociálně zdravé osobnosti. V neposlední řadě pak existuje množství výcvikových programů, jejichž cílem je zvýšit sociální dovednost jedince tak, aby se dokázal stresu vyhnout či jeho dopad minimalizovat. Jedním z těchto programů je nácvik **asertivního chování**. Způsoby jednání a komunikace lze obecně rozdělit do tří skupin:

- **submisivní jednání** (pasivní jednání): jedinec se stále podřizuje žádostem nebo příkazům druhého, pasivně se přizpůsobuje,
- **agresivní jednání:** jedinec se prosazuje na úkor jiných, nebere v potaz jejich práva, požadavky apod.,
- **asertivní jednání:** jedinec dokáže jasně formulovat své požadavky, respektuje druhého, umí naslouchat, je schopen měnit názor a přistoupit na kompromis.

Každý jedinec se v rámci programu seznamuje s asertivními právy, která mu pak pomáhají v jednání s druhými. Je vždy důležité pamatovat na to, že pokud nebude respektován fakt, že všichni lidé mají stejná práva a povinnosti, změní se asertivní chování v kultivovanější formu agresivního chování! Asertivních práv je celkem deset:

- Máte právo sám posuzovat své chování, myšlenky, emoce, což je spojeno s povinností nést odpovědnost za jejich důsledky.
- Máte právo nenabízet žádné výmluvy či omluvy pro ospravedlnění vašeho chování.
- Máte právo sám posoudit, zda a nakolik jste odpovědný za problémy jiných lidí.
- Máte právo dělat chyby a nést za ně odpovědnost.
- Máte právo říci *„já nevím“*.
- Máte právo být nezávislý na dobré vůli ostatních.
- Máte právo dělat nelogická rozhodnutí.
- Máte právo říci *„já ti nerozumím“*.
- Máte právo říci *„je mi to jedno“*.

Jak dosáhnout cíle, aniž bychom se chovali agresivně, nám umožňují v rámci programu nacvičované asertivní techniky. Mezi nejznámější a nejpoužívanější patří například:

- **Technika „pokažené gramofonové desky“:** vytrvale a zcela klidně, bez pocitu zlosti, opakujeme náš požadavek.
- **Technika „otevřených dveří“:** akceptujeme kritiku tak, že ji plně či částečně přijmeme (např. „A víš, že máš úplně pravdu, i já se někdy divím, jak v tom nepořádku dokážu žít.“).
- **Selektivní ignorování:** jedinci dáváme najevo, že jeho obecnou a nekonkrétní kritiku posloucháme, pokud však kritik přejde k věci konkrétní, snažíme se navázat věcnou komunikaci.
- **Přijatelný kompromis:** cílem nácviku asertivity není člověka pokořit, ale vyřešit danou situaci tak, aby obě strany byly spokojeny. Je vždy nutné druhému pozorně naslouchat a za kritikou nevidět jen útoky na vlastní osobu!

Frustrace

Pocit **frustrace** zažíváme v situacích, kdy nelze dosáhnout vytyčeného cíle.

Jedinec musí překonávat různé překážky, přičemž uspokojení se časově neustále vzdaluje od předpokládaného naplnění. Obecně lze příčiny frustrace rozdělit do dvou kategorií:

- nedokonalost předmětu, který by uspokojení motivu umožnil (někdy je tento typ frustrace nazýván deprivace),
- existence nějaké překážky bránící v dosažení cíle.

Zdrojem frustrace tak mohou být například:

- vnější fyzické překážky (např. neupravená silnice zasypaná sněhem při jízdě autem na hory),
- překážky psychologické povahy (např. nápis „Vstup zakázán" do lehce přístupného místa),
- vyslovené zákazy (např. výroky rodičů „To nesmíš!", „Tam nepůjdeš!" atd.),
- vlastní zábrany jedince nebo jeho představa o nedostupnosti požadovaného cíle (např. malá sebedůvěra při navazování intimních vztahů atd.).

Frustrace vede ke ztrátě vnitřní rovnováhy, vyvolává negativní pocity, ohrožuje pocit vlastní hodnoty. Každý člověk má určitou míru vlastní tolerance vůči frustraci (frustrační tolerance). Se svou frustrací se snaží jedinec vyrovnat prostřednictvím tzv. mechanismů obrany ega, jejichž prostřednictvím se zbavuje negativních emocí. Mezi obranné mechanismy patří:

- **kompenzace:** nedosažitelnost jednoho cíle je kompenzována cílem dosažitelným (např. jedinec prahnoucí po vlastním velkém domě se „alespoň" realizuje při renovaci bytu),
- **racionalizace:** snaha racionálně vysvětlit neúspěch (sebeklam), někdy svalování viny na okolí atd., bagatelizace: snižování významu cíle poté, co se ho nepodařilo dosáhnout (např. výrok „ono by to stejně nefungovalo"),
- **fantazie:** cíl, kterého nelze dosáhnout, se může projevit ve fantaziích, snění atd.,
- **projekce:** vlastní frustrace z činů, jako je krádež, lež či podvádění, je připisována jiným (např. omluvy typu „vždyť všichni kradou, lžou či podvádí" atd.),
- **regrese:** obranný sestup na nižší úroveň psychického vývoje (např. žena si začne hrát s plyšovými hračkami v konfliktních situacích vyžadujících řešení),
- **agrese:** nejtypičtější reakce proti zdroji frustrace. Může mít formu fyzickou, ale může jít i o pomluvy a intriky, někdy se objevuje i autoagrese (agrese vůči sobě samému, která může od sebepoškozování vést až k sebevraždě).

Deprivace

Pojem **deprivace** lze zjednodušeně vyložit jako strádání či nedostatek něčeho, co organismus potřebuje.

Deprivaci lze rozdělit na:

- **biologickou:** nedostatek fyziologických potřeb, jako je potrava, teplo, čistota atd.,
- **motorickou:** nemožnost přiměřeného pohybu,
- **senzorickou:** nedostatek smyslových podnětů,
- **sociální:** ztráta sociálních kontaktů, nedostatečné uspokojení sociálních potřeb jedince, jinak vedoucích k vědomí vlastního „já", vlastní hodnoty identity (prostřednictvím jiných si uvědomuji sebe sama),
- **citová:** neuspokojení potřeby lásky a jistoty, může vést k poruchám ve vývoji osobnosti (např. nefunkční rodina).

První uspokojování potřeb jedince je úzce spojeno s rodinou. A právě zdravá, dobře a přirozeně fungující rodina je tou nejlepší prevencí před deprivací. Bohužel i v dnešní době se lze stále setkat s tzv. **„vlčími dětmi"**, tedy dětmi, které citově strádají (týrání) a u kterých neprobíhá socializace takovým způsobem, jakým by měla (násilná izolace).

1. 2. Psychické jevy

Psychika každého jedince se projevuje ve vztahu k okolí jako jeden celek. Přitom je však složena z jednotlivých kategorií jevů, které se vzájemně ovlivňují. Tyto kategorie lze rozlišit na:

- **Psychické procesy:** relativně krátké psychické děje, kdy jeden může být po několika vteřinách nahrazen jiným, lze je dělit na:
  - poznávací
  - paměťové
  - motivační
- **Psychické stavy:** přetrvávají déle než psychické procesy. Jedná se o celkové psychické prožívání člověka v daném okamžiku či za delší časový úsek odrážející funkční úroveň rozvoje psychických procesů (např. jedinec je v současnosti skleslý, sklíčený atd.), lze je dělit na:
  - citové stavy – nálady
  - stavy pozornosti – soustředění nebo rozptýlení
- **Psychické vlastnosti:** dlouhodobý, relativně stálý způsob reagování člověka v podobných situacích. Rozvíjejí se a mění vnějšími vlivy, zkušeností, výchovou i aktuálními stavy (např. únava), lze je dělit na:
  - schopnosti
  - temperament
  - rysy
  - charakter

Rozlišení uvedených skupin pojmů a odpovídajících jevů je relativní, ve skutečnosti to jsou jen různé aspekty jedné skutečnosti. Například radost je:

- psychický proces – radost z úspěchu ve sportovním utkání, které právě probíhá.
- psychický stav – radostná nálada z průběhu utkání, která se udrží i několik hodin.
- vlastnost – výsledkem může být kladný postoj k určitému odvětví činnosti (např. zájem o sport – sportovní fanoušek), která může charakterizovat jedince po celý život.

1. 2. 1. Psychické procesy

Prostřednictvím těchto procesů se odehrává převážná část interakce člověka s okolím, mohou trvat od desítek vteřin do několika hodin (myšlení). Dělí se na procesy:

- **poznávací** (vnímání, představy, fantazie, řeč a myšlení),
- **paměťové**,
- **motivační**.

Vnímání, představy a fantazie

Vnímání je psychický proces, jehož prostřednictvím poznáváme to, co působí na naše smyslové orgány.

Poznávání zajišťuje orientaci člověka ve vnějším i vnitřním světě. Vnímání velmi úzce souvisí s dalšími psychickými procesy (myšlení, řeč), a tak nejde jen o pouhé přijímání smyslového obrazu reality, ale i o jeho další transformaci a interpretaci! Vnímání je **výběrové** (vnímáme to, co nás zajímá, baví atd.), **bezděčné** (náhodné)

či záměrné (záměrnému cílevědomému vnímání se říká pozorování). Poznávání je nám zprostředkováváno prostřednictvím smyslových orgánů (např. oko, pokožka atd.). Každý smyslový orgán se skládá z:

- **receptoru:** spec. nervová buňka vnímající a přeměňující podněty z okolí na nervové vzruchy,
- **dostředivého nervu:** vede podráždění z receptoru do mozku,
- **mozkového centra**.

Receptory lze dělit na **vnější** (exteroreceptory), mezi které patří například zrak, sluch, čich, hmat či vnitřní (interoreceptory), mezi které patří receptory pohybu, rovnováhy, dýchání, vyměšování atd. Poznávání začíná tzv. **čitím a vnímáním** (percepcí), jehož výsledky jsou **počitky a vjemy**. Počitek je „pouhou" nezbytnou částí vjemu, je vyjádřením jedné kvality celku (např. u vjemu čerstvých jahod to jsou počitky vůně, barvy, chutě atd.), vjem je pak zobrazením předmětu nebo děje jako celku (tzn. celkový vjem jahod). Člověk většinou nemá zkušenost s jednotlivými počitky a předmět vnímá jako jeden celek (vjem). Abychom daný jev zachytili, musí působit na naše smyslové orgány určitou intenzitou, musí překonat tzv. **absolutní práh**. Podněty, které nedosahují tohoto prahu, se nazývají **podprahové**. Smyslové orgány člověka nejsou zcela dokonalé. Vnímání člověka může být z mnoha důvodů zkreslené. Příkladem mohou být různé **smyslové klamy**, kterým podléhají všichni lidé (např. horní úsečka se zdá být delší než úsečka spodní).

Zvláštními jevy jsou tzv. **iluze.** Jedná se o vjemy, které neodpovídají skutečnosti, ale vycházejí z ní (např. ve zšeřelém parku „vidíme" stát za keřem číhajícího člověka, ve skutečnosti je to jen malý stromek). Nejvýznamnější poruchou vnímání jsou **halucinace**. Na rozdíl od iluzí nemají halucinace podnět ve skutečnosti a takto nemocný člověk je přesvědčen o existenci daného jevu.

Představy jsou dalším stupněm zpracování smyslových dat. Prostřednictvím představ si lze předměty či jevy, se kterými nejsme aktuálně v kontaktu, vybavit na základě minulé zkušenosti.

Představa určitého jevu bude vždy méně jasná, živá a bude mít méně detailů atd. než vjem, který jsme původně vnímali. Představy minulých skutečností nazýváme **vzpomínkami**. Představy se nevybavují náhodně, ale díky tzv. **asociacím**. Rozeznáváme dva **asociační zákony**:

- **Zákon dotyku v prostoru a čase** – vybavíme si spíše představy vniklé do vědomí v určitém čase a místě (např. jsme zvyklí potkávat pána se psem, nyní potkáme pána bez psa, a tak si jej vybavíme atd.)
- **Zákon podobnosti a kontrastu** – vybavíme si představy podobné či naopak zcela odlišné (např. člověk kudrnatých vlasů si vybaví představu známého z kudrnatými vlasy atd.)

Podle smyslů, k jejichž funkci se vztahují, lze představy rozlišit na **zrakové**, **sluchové**, **smíšené** apod. Nejčastějšími jsou zrakové (např. představa nějaké osoby, její tváře), případně zrakově-sluchové představy (např. představy osoby a jejího hlasu).

Fantazie umožňuje člověku utvářet a dotvářet proces poznávání (např. konfabulace malých dětí) a současně se i oprostit od objektivní reality (např. povolání architektů, výzkumných pracovníků atd.).

Fantazie pracuje s kombinováním různých představ a jejich částí, a tak se vytváří představy relativně nové. Fantazie se rozlišuje na **reprodukující** (navozuje se popisem, např. na základě četby knihy si představujeme hlavního hrdinu) a **tvůrčí** (výtvor je originální, nepřevzatý).

Myšlení a řeč

Myšlení je označováno za nejvyšší poznávací proces. Na rozdíl od vnímání zpracovává i informace, které nejsou v daném okamžiku aktuální či zjevné (vnímání je omezeno jen na jevovou stránku), a může pronikat k souvislostem věcí a jevů. Myšlení je tedy zobecněné a zprostředkované poznání předmětů a jevů skutečnosti lidským mozkem.

Pod pojem myšlení jsou zahrnovány aktivity jako řešení problémů, tvoření pojmů, chápání vztahů, ale také předvídání jevů a hodnocení jejich závažnosti atd. Myšlení se realizuje prostřednictvím tzv. **myšlenkových operací:**

- **analýza** (rozkládání celku na jednotlivé části) a **syntéza** (složení částí ve smysluplný celek)
- **srovnávání** (hledání shod a rozdílů mezi jevy) a **třídění** (členění jevů na základě výsledku srovnání)
- **zobecnění** (hledání společných vlastností jevů), **abstrakce** (odhlédnutí od detailů ve prospěch celku) a **konkretizace** (opak abstrakce, důraz na detaily)
- **indukce** (na základě jednotlivého se vyvozuje obecné) a **dedukce** (opačný postup od obecného k jednotlivým úsudkům)

Lze se také setkat s různými poruchami myšlení, které mohou být původu biologického, fyzikálního, chemického či sociálního. Patří sem například změna rychlosti myšlení (zpomalené x zrychlené – překotné myšlení, myšlenkový trysk), zabíhavé myšlení (neschopnost se držet tématu, nerespektování logické návaznosti atd.), bludy (obsahově zkreslené myšlenky, jedinec je považuje za správné – paranoidní bludy atd.).

Řeč je nástrojem myšlení umožňující jedinci komunikovat s okolím, přičemž současně také významně usnadňuje proces učení.

Vztah myšlení a řeči je sice úzký, ale jedná se o dva samostatné procesy, které spolu úzce souvisejí a vzájemně se ovlivňují. Nástrojem řeči je určitý **jazyk**. Základním elementem řeči je **slovo**, které je nositelem nějakého pojmu, což je slovně vyjádřený souhrn obecných a podstatných vlastností předmětů a jevů (např. pojem „květina“ shrnuje znaky celé třídy květin – růže, tulipány, kopretiny, lilie atd.). V oblasti řeči se můžeme setkat s mnoha rozličnými poruchami. Časté jsou různé vady výslovnosti, koktavost, poruchy tempa řeči, huhňavost atd.

Paměťové procesy

Paměť je důležitou vlastností psychiky, která umožňuje jedinci určitý jev si zapamatovat, uchovat v paměti a znovu si jej vybavit.

Paměť jako proces bývá členěna do tří fází:

- **vštípení** (zapamatování) – na vštípení a zapamatování si daného jevu má vliv řada faktorů. Lépe si budeme pamatovat takový materiál, který bude mít menší rozsah a složitost, bude dobře strukturovaný, logicky uspořádaný, bude pro nás důležitým a v neposlední řadě bude vyžadovat menší úsilí naší pozornosti a koncentrace (tzn. čím méně zajímavý materiál, tím více koncentrace mu musíme věnovat).

- **uchování – zapomínání** – tam kde nedojde k zapamatování okamžitě, bez mimořádného úsilí, je nutné opakování. Obecně se doporučuje opakovat ve více časových úsecích vyplněných přestávkami. K zapamatování patří i zapomínání. Je potřeba zapomenout věci nepotřebné, zbytečné detaily, nepříjemné zážitky atd.
- **reprodukce** (vybavení si) – vybavení někdy vyžaduje značné úsilí, přičemž vybavený jev nikdy nebude přesnou kopií dřívějšího zážitku. K této fázi bývá přiřazeno ještě znovupoznání, což je vybavení určitého obsahu až při setkání s ním (např. vybavení si někoho známého až na základě jeho fotografie).

Druhy paměti lze rozlišovat z několika hledisek:

- hledisko úmyslu – paměť bezděčná (neúmyslná) x paměť záměrná (úmyslná)
- hledisko **způsobu zapamatování** – paměť logická x paměť mechanická
- hledisko trvání – paměť krátkodobá x paměť dlouhodobá

Paměť je pro člověka velice důležitá. V případě potřeby ji může různě procvičovat. Ovšem současně může být paměť postižena různými poruchami. Nejvýraznější z nich je tzv. **amnézie**, což je neschopnost vybavit si nějaký děj či jev za určitý časový úsek. Příčinou mohou být poruchy vědomí všeho druhu (např. otřes mozku), mrákotné stavy (např. otrava alkoholem, drogy atd.) či organické poškození částí mozku (po autohavárii atd.). Často se lze setkat i s tzv. **kryptomnézií**, což je porucha, kdy je jedinec přesvědčen o určité myšlence, že je jeho vlastním nápadem, ačkoliv ji získal jinde, ale již na to zapomněl.

Motivace (potřeby, zájmy, ideály a hodnoty)

Motivace určuje směr lidského jednání, jeho intenzitu a průběh.

Lidé jednají jak na základě uvědomělých motivů, tak i na základě neuvědomělých pohnutek, které si sami ani nedokáží objasnit. Cílem motivovaného jednání je dosáhnout uspokojení potřeby. Motivace je ovlivněna minulou zkušeností, která se projevuje ve způsobu představy cíle, jeho obsahu a zhodnocení míry jeho dosažitelnosti.

Motivace může být vzbuzována:

- **vnějšími podněty**, tzv. **incentivy** (pobídkami): Motivace k jídlu je vyvolána tím, že můj kamarád přede mnou obědvá pizzu (doposud jsem na jídlo ani nepomyslel).
- **vnitřními podněty**, **potřebami**: Motivace k jídlu je vyvolána mou vlastní potřebou (mám hlad).

Zdroje lidské motivace jsou velmi rozmanité a lze je rozdělit na:

- **Potřeby:** prožívaný nebo pociťovaný nedostatek či nadbytek něčeho, co je důležité pro jedince. Velice známou klasifikaci potřeb provedl A. Maslow [viz Humanistická psychologie – str. 25]. Zjednodušeně je lze dělit na:
  - ➡ základní biologické potřeby: sem náleží takové potřeby, jejichž uspokojování je pro člověka životně důležité (potřeba potravy, tekutin, vzduchu atd.),
  - ➡ společenské potřeby: mezi ně patří především potřeba společenského styku a uplatnění, potřeba bezpečí, citové odezvy atd.
- **Zájmy:** trvalejší kladný vztah člověka k určité oblasti předmětů nebo činností. Zájmy jsou velmi silným motivem a výrazně člověka aktivizují, a tím rozvíjejí jeho schopnosti.
- **Ideály:** vzory, vzorové příklady či cíle. Ideálem mohou být osoby, ale i různé ideje či myšlenky. Každý člověk má nějaké ideály, ať už v zaměstnání, či v rodinném životě. Otázkou je, do jaké míry si to uvědomuje, či nikoliv.
- **Hodnoty:** vyjádření názoru na to, co je pro jedince žádoucí, dobré a co naopak nežádoucí. Je to vlastnost, kterou jedinec přisuzuje předmětu, situaci či události ve spojitosti s uspokojováním svých

potřeb a zájmů. Hodnoty se vytvářejí a postupně diferencují v procesu socializace. Každý člověk má svou vlastní tzv. **hodnotovou orientaci**, což je určité pořadí hodnot mající zásadní vliv na vztah jedince k sobě samému a světu kolem.

1. 2. 2. Psychické stavy

Psychické jevy, které mají relativně dlouhé trvání. Představují určitý mezistupeň mezi psychickými procesy a vlastnostmi a vystihují jedince v určitém okamžiku. Psychický stav ovlivňuje psychické procesy jedince (např. jinak reaguje ve stavu klidu či stavu rozrušenosti).

Pozornost

Pozornost představuje soustředění (koncentraci) a zaměřenost psychické činnosti na vnější a vnitřní podněty, přičemž usiluje o jejich co nejpřesnější vědomé vnímání.

Pozornost je podmínkou každé vědomé činnosti. Bez vynaložené pozornosti by nebyla možná orientace člověka v prostředí, v němž žije, přičemž by rovněž nemohl regulovat své chování. Pozornost lze rozlišovat na:

- **bezděčnou:** podnět je pro jedince natolik „silným“, že je pozornost vyvolána bez zjevného úsilí (např. náhlá „fascinace“ pěknou ženou, mužem atd.),
- **záměrnou:** podnět vyžaduje volní úsilí (např. učení se na zkoušku).

Základní charakteristiky pozornosti se projevují v různých vlastnostech:

- **koncentrace:** soustředění pozornosti na určitý objekt při opomíjení ostatních podnětů,
- **tenacita:** schopnost udržet pozornost po určitou dobu (oscilace – kolísání pozornosti, přirozená vlastnost),
- **rozsah pozornosti:** je určena počtem podnětů, na které se jedinec dokáže současně soustředit (experimenty prokázaly, že lidé jsou schopni v průměru postihnout 5–9 podnětů najednou),
- **vigilita, vigilance** (bdělost)**:** schopnost zachytit podněty, které jsou slabé, nenápadné, je ovlivněna motivací, očekáváním atd.

Pozornost je ovlivnitelná **vnějšími** (např. vlastnosti podnětů, které pozornost upoutávají) i **vnitřními** faktory (např. aktuální stav jedince, aktuální potřeby a minulé emoční prožitky).

Emoce, city a volní jednání

Emoce jsou součástí prožívání osobnosti. Aktuálně souvisejí s pociťováním stavů organismu a psychiky. Základní funkcí emocí je hodnocení (libé emoce – radost, láska x nelibé emoce – smutek, strach) a regulace chování (city stenické – podněcování aktivity x city astenické – tlumení aktivity).

Někdy se odlišují emoce a city. Emoce jsou chápány jako prožitky vážící se k určité situaci, kdežto citům je přisuzován dlouhodobější charakter. Každý jedinec prožívá situaci emocionálně jinak intenzivně a jinak dlouho. Tyto rozdíly souvisí s temperamentem. Emoční stavy lze rozlišit na:

- **afekt:** krátkodobý, intenzivní a k určité situaci se vážící emoční stav (např. afekt vzteku, strachu, hanby atd.),

- **nálada:** časově delší, méně intenzivní a méně se vážící na určitou situaci. Je vyvolána podněty, které mají pro jedince určitý význam (např. dobrá známka ve škole = dobrá nálada a naopak). V psychopatologii se rozeznávají různé chorobné nálady, např. euforie (stále spokojená nálada), **deprese** (smutná nálada, pesimismus atd.), úzkost (pocit napětí, stálé obavy atd.).
- **vášeň:** dlouhodobý a intenzivní emoční stav. Patří sem například různé druhy sběratelských vášní (filatelie atd.), stejně jako vášeň milostná.

City lze rozlišit na:

- **nižší:** jsou vývojově starší, souvisí jednak s uspokojováním biologických potřeb jedince (např. emoce spojené s prožíváním hladu, bolesti atd.), ale také prostřednictvím nich reagujeme na změny v prostředí (např. údiv, hněv, radost, strach atd.)
- **vyšší:** city tzv. společenského vědomí, jsou výsledkem socializace, lze je dělit na:
  - ➡ **morální** city – zvnitřnění hodnoty dobra a morálních hodnot dané společnosti (např. smysl pro čestné jednání atd.),
  - ➡ **estetické** city – prožívání krásna (např. symetrie, rytmu atd.) je zčásti vrozené, ale musí být také pěstováno (další vzdělávání se – např. hra na hudební nástroj atd.),
  - ➡ **intelektuální** city – souvisí s hodnotami pravdy a poznání (zvídavost a radost z objevování).

Důležitou emocí v životě člověka je **strach**. Je to nepříjemný prožitek, kterým jedinec reaguje na možné nebezpečí, představované určitým předmětem (např. obava z pavouka). Nepříjemně prožívaným stavem je i **úzkost**. Jedinec na rozdíl od strachu nedokáže určit předmět, který je původcem jeho obav. Má pocit, že by měl něco dělat, ale neví co a s čím. V případě, že má jedinec strach z nějakého zvířete, předmětu či jevu natolik intenzivní, že zasahuje do každodenního života, pak se označuje jako tzv. **fobie** (např. klaustrofobie – strach z uzavřených místností, arachnofobie – strach z pavouků, agorafobie – strach z velkých prostranství atd.).

Každá smysluplná lidská činnost má svůj cíl. Postup, kterým chceme dosáhnout cíle, je určen plánem či programem. Na základě plánu vybírá jedinec ze svého repertoáru takové způsoby řešení a cesty, o kterých se domnívá, že jimi dosáhne cíle nejsnáze. Svou významnou úlohu tu sehrává minulá zkušenost. Řízení a regulace činnosti probíhá na třech různých úrovních:

- **instinktivní chování:** jedinec reaguje na základě vrozených vzorců, průběh si nemusí vůbec uvědomovat (např. jedinec sebou trhne, když si ruku poleje teplou vodou, atd.),
- **zvykové chování:** jedinec si cíl chování neuvědomuje zcela zřetelně, způsob chování je vysvětlován zvykem (např. v létě si jedinec bere automaticky sluneční brýle, přestože je venku zamračeno),
- **volní regulace chování:** vědomě řízené dodržování určitého programu k dosažení konkrétního cíle. Je to vývojově nejvyšší úroveň motivace, v níž se uplatňují významným způsobem vnitřní kontrola záměrného a aktivního jednání. Má celkem čtyři etapy:
  - ➡ **vznik pohnutky** – vzniká v interakci člověka s prostředím (např. potřeba čeho – jídla)
  - ➡ **uzavření představ cíle a výběr možných prostředků** k jeho dosažení (vyskytují-li se jiné motivy, následuje boj motivů)
  - ➡ **rozhodnutí** – přijetí záměru realizace plánu k dosažení cíle
  - ➡ **provedení** – není-li bezprostřední, hovoří se o předsevzetí.

1. 2. 3. Psychické vlastnosti (struktura osobnosti)

Pojem **struktura osobnosti** vyjadřuje relativně stálé vnitřní uspořádání osobnosti. Známe-li strukturu osobnosti jedince, lze vyvozovat, co udělá v tu či onu chvíli, jak zareaguje ve stresu atd.

Struktura osobnosti je rozčleněna na jednotlivé prvky, kterými jsou psychické vlastnosti, tvořící samostatné třídy podle svých funkcí. Dělíme je na:

- **schopnosti**
- **temperament**
- **rysy**
- **charakter**

Schopnosti

Pojem **schopnost** se v psychologii vnímá jako souhrn předpokladů pro dosahování vysokého výkonu v určitém oboru, oblasti atd.

Vrozeným základem těchto schopností jsou **vlohy**, které nám naznačují jak možnosti, tak i meze dalšího rozvoje. Tyto vlohy se po celý život nějakým způsobem vyvíjejí. Jedinci, jejichž vlohy jsou výrazně rozvinuté, jsou označováni za **nadané** (dosahují nadprůměrných výsledků v určité činnosti) či **talentované** (dosahují vysoce nadprůměrných výsledků v určité činnosti). V dětství si lze všimnout dětí, které jsou nadané například na tenis, fotbal, recitaci, modelářství atd. Setkáme-li se však s nimi za pár let, zjistíme, že tu činnost vykonává již jen pár z nich, které navíc nemusely patřit mezi nejnadanější. Schopnosti lze roztřídit například do těchto tří dimenzí (autor J. P. Guilford):

- Dimenze **vnímání**: schopnosti v oblasti vnímání, tj. rozlišování barev, zvuků, udržení pozornosti atd.
- Dimenze **psychomotoriky**: schopnosti související s anatomickými a fyziologickými vlastnostmi motoriky, tj. rychlost, smysl pro rovnováhu, obratnost, síla, koordinace pohybů atd.
- Dimenze **inteligence**: inteligence jako komplexní schopnost myšlení a zapamatování.

Za obecný základ všech schopností je považována inteligence. Představuje soubor schopností sloužící k poznávání a řešení problémů. Za nejdůležitější součásti **inteligence** jsou považovány předpoklady jako adaptace, učenlivost, schopnost chápání a samostatného myšlení, abstraktní myšlení či schopnost verbálního vyjadřování atd. Inteligence se měří pomocí tzv. **testů inteligence** (kvocient inteligence IQ zavedl William L. Stern). První IQ test sestavil roku 1905 francouzský psycholog Alfred Binet. Inteligenční kvocient (IQ) se vypočítá dle vzorce:

$$\text{IQ} = \frac{\text{mentální věk}}{\text{chronologický věk}} \times 100$$

Následně vypočítaná hodnota jedincova IQ se pak zařadí do určité škály (viz. tabulka).

140 a víc	Vysoce nadprůměrná inteligence
120 – 139	Nadprůměrná inteligence
110 – 119	Mírný nadprůměr
90 – 109	Průměrné IQ
80 – 89	Lehký podprůměr
70 – 79	Lehká debilita
Pod 69	Imbecilita až idiocie

Zjištěný inteligenční kvocient nám slouží například ke zjištění, zda se jedincova intelektová porucha dále neprohlubuje (např. demence – nevratné zhoršovaní intelektových schopností), či při zjišťování školní zralosti apod. Dosažení vysokého skóre v IQ testu není automaticky zárukou dobrého školního prospěchu či úspěšného uplatnění se v zaměstnání a v životě vůbec. Důležité je, nakolik efektivně dokáže jedinec svých intelektových schopností využít. Ze 75 % je inteligence určena dědičnými předpoklady a zbylých 25 % závisí na výchově a vzdělání. Velice významnou a v poslední době zdůrazňovanou je tzv. emoční inteligence. Tou se rozumí schopnost vcítění, orientace v emocích druhých, schopnost porozumění a současně vyvážené zvládání vlastních emocí. V neposlední řadě pak důležitou roli v životě člověka sehrává inteligence sociální, která umožňuje člověku orientovat se v sociálních vztazích a situacích. Neplatí to, že jedinec s vysokou úrovní obecné inteligenci musí vždy mít na vysoké úrovni i inteligenci emoční či sociální.

Temperament, charakter a povahové rysy

V běžném životě slovem ***„temperamentní“*** označujeme takové osoby, jejichž vnější chování je viditelně živější, stejně jako jejich mimika, gestikulace či způsob řeči, lze je označit za výrazně podnikavější a pohyblivější až nestálé.

Temperament je soubor vrozených vlastností vztahující se k citovému reagování. Určuje intenzitu prožívání dané situace i projevy chování.

Někteří lidé v závislosti na svém temperamentu reagují na určitou situaci zcela klidně, jiní ji naopak prožívají velice bouřlivě, přičemž jim tato zkušenost může zanechat i dlouhodobější „šrám“ na duši. Temperament je ovlivňován od narození (např. problémy při porodu), výchovou (rodina, škola), celkovým sociálním prostředím (přátelé, kultura) atd. Přestože si dokážeme všimnout temperamentu u jiných, sami si jej neuvědomujeme a nemůžeme jej ani ovlivňovat. Pokud nám však někdo podá informace o našem chování, můžeme účelně kontrolovat projevy svého temperamentu a zvládat tak i situace, které byly pro nás doposud více než problémové (např. nácvik stresových situací, nácvik asertivity). V souvislosti s uspořádáváním temperamentových vlastností se utvářely **typologické koncepce**. Typem je seskupení vlastností, k němuž se jedinec více či méně blíží. Nejznámější typologie vznikla již v dobách starověkého Řecka. Vypracoval ji lékař Hippokrates (5. stol. př. n. l.) a později upravil lékař Galenos (2. stol. př. n. l.). Ve své teorii vycházeli z poznatků tehdejší doby a postavili ji na míchání čtyř tělesných šťáv (krev, černá žluč, žlutá žluč, hlen) a jejich převaze v lidském těle. Na základě těchto poznatků pak stanovili čtyři temperamentové typy:

- **Sangvinik** (sanguis – krev): člověk veselý, optimistický, snadno přizpůsobivý, pohotový, nekonfliktní, společenský, čilý, citově nestálý, ale oproti cholerikovi u něj nedochází k tak výraznému emocionálnímu vyhrocení.
- **Flegmatik** (flegma – hlen): člověk klidný, někdy až lhostejný, apatický, pomalý, rozvážný, snášenlivý, přátelský, pasivní, málo iniciativní, spolehlivý.
- **Cholerik** (cholé – žluč): člověk vzteklý, často podrážděný až agresivní. Se stejnou rychlostí, s jakou se rozhněvá, se i uklidní, prosazuje se v kolektivu, má výraznou mimiku, rychle pracuje.
- **Melancholik** (melaina cholé – černá žluč): člověk, u něhož převládá ponurá, smutná nálada, je pomalý, zodpovědný, důkladný, s menším množstvím citových projevů, jeho city jsou však hluboké a trvalé.

Známou typologií je i dělení temperamentových vlastností dle Carla Gustava Junga, který rozlišuje:

- **Extroverty**: lidé společensky otevření, snadno se adaptují v novém prostředí, snadno navazují kontakt s lidmi, jsou výřeční, činorodí.
- **Introverty**: lidé, kteří jsou spíše uzavření do sebe, reagují zdrženlivě, jsou zaměřeni na svůj vlastní vnitřní svět, své myšlenky, city a prožitky.

Je nutné zmínit, že i přes existenci mnoha dalších typologických koncepcí nelze jedince jednoznačně zařadit do jedné vybrané „škatulky“. Každý člověk je směsicí mnoha vlastností a lze o něm pouze říci, že se danému typu blíží (neexistuje jednoznačně „čistý typ“).

Kdo je to ***„charakterní“*** člověk? Pro někoho to může být například člověk, který drží slovo a který nemění názor každý den či hodinu, pro jiného jím může být ten, kdo umí přiznat svou prohru, atd. Co je to pak **charakter**?

Pojem **charakter** označuje psychické vlastnosti, které souvisí s morálkou [viz morálka – str. 128 a 250] osobnosti a které se projevují v mravní stránce chování a jednání.

Charakter umožňuje řídit jednání člověka podle všeobecně přijatých společenských norem. Formuje se především působením výchovy. Je ovlivněn vlastním sebehodnocením či temperamentem. Charakter vyjadřuje vztah člověka k sobě a jiným lidem (rodina atd.), hodnotám společnosti (právní normy atd.), činnostem (zaměstnání atd.).

V běžném životě hodnotíme povahu druhých lidí například slovy přátelský, mrzout či bezstarostný. Chceme-li hodnotit povahu druhého člověka v psychologii, využijeme k popisu tzv. povahové rysy.

Povahové rysy osobnosti jsou psychické vlastnosti, které se projevují určitým způsobem jednání, chování a prožívání.

Je to způsob příznačný pro určitého člověka, který je relativně stálý v průběhu života. Při hodnocení se využívá tzv. **bipolárních škál**, tedy škál majících dva „protilehlé“ póly (např. dobrý – špatný). K nejčastěji sledovaným bipolárním vlastnostem patří:

- **Extroverze** (otevřenost) – **introverze** (uzavřenost)
- **Stabilita** – **labilita**
- **Afiliance** (potřeba lásky) – **hostilita** (nepřátelskost vůči sobě i jiným)
- **Dominance** (potřeba převahy) – **submise** (podřizování se)
- **Egocentrismus** (zaměřenost na sebe sama) – **altruismus** (nesobeckost, prospěch druhých)
- **Maskulinita** (mužnost) – **feminita** (ženskost)
- **Aktivita** – **pasivita** atd.

1. 3. Psychologie

Otázkami souvisejícími s duševním životem se lidé zabývají již od pradávna. Dle překladu z řečtiny je psychologie vědou o duši („psyché“ – duše, „logos“ – věda), v současnosti lze spíše říci, že je to „věda o psychickém životě“. Sám pojem „duše“ odkazuje k dobám před vznikem psychologie jako vědy (duše byla chápána jako složitá substance, zvláštní danost, výsledek stvoření, dle některých věčná či smrtelná, zanikající s tělem, např. Platon, Aristoteles, T. Akvinský, B. B. Spinoza atd.). Jasně definovat předmět psychologie je nesnadné vzhledem k tomu, že jedinec je sám o sobě složitě utvářen a jednotliví badatelé věnují pozornost rozličným jevům, které upřednostňují.

Psychologie zkoumá zákonitosti vzniku a vývoje psychiky, analyzuje psychické procesy a stavy, sleduje vývoje vlastností a chování člověka v závislosti na společenském a přírodním prostředí.

1. 3. 1. Vývoj

V počátcích byla psychologie (sám pojem se rozšiřuje až v 18. stol.) součástí filozofie a tato **etapa** je nazývána **předvědeckou**. Psychické jevy byly nazírány se zřetelem na souvislosti s tělem a okolním světem jako zvláštní vnitřní realita. Nelze nezmínit trojici antických filozofů Sokrates (duše má řídící úlohu pro člověka), **Platón** (tři složky duše: vegetativní, citová a rozumová) a Aristoteles (duše je formující činitel, „oživuje" jinak beztvarou hmotu), kteří svým vnímáním duše výrazně ovlivnili další myslitele. S rozvojem a uplatňováním experimentálních metod v psychologickém výzkumu se pak od konce 19. stol. hovoří o **etapě vědecké**. Za počátek této etapy je považováno založení první psychologické laboratoře v Lipsku roku 1879 **Wilhelmem Wundtem** (1832–1920). V USA zakládá první laboratoř **G. S. Hall** v roce 1883. Na počátku 20. stol. se pak postupně vyhraňovaly jednotlivé směry (behaviorismus, gestaltismus, psychoanalýza) na základě rozdílu vnímání předmětu psychologie, významu vědomí (nevědomí) pro chování člověka a přístupu k chování a prožívání jako celku či vyčleňování jednotlivých složek chování.

1. 3. 2. Aplikační oblasti a psychologické disciplíny

Spektrum oblastí, ve kterém se setkáme s vědeckou psychologií, je velké. V dnešních podmínkách se uplatňuje při výběru pracovníků, v reklamě, v soudnictví, ve školství, ve sportu atd. Při výběrovém řízení do zaměstnání se lze setkat s testy zvládnutí stresové situace, kterým vás přítomná komise (sestavená nejen z psychologů) vystaví, a následně vyhodnotí nejen, zda jste vy tím „pravým" či nikoliv pro danou pozici. V oblasti školství pomáhají pracovníci pedagogicko-psychologických poraden dětem, které mají výchovné problémy atd. V každodenním životě jedinec neustále řeší problémy nejen své, ale i lidí ve svém okolí (přátel, rodiny) – naslouchá, je oporou, snaží se najít řešení.

V současnosti existuje větší množství specifických psychologických disciplín vznikajících z potřeby člověka prohloubit své poznání o sobě samém či druhých. **Psychologické disciplíny** lze rozdělit zjednodušeně na **hlavní**, které mají nejvšeobecnější charakter, a **aplikační**, vážící se přímo k jednotlivým oblastem lidských činností. Ty vycházejí z faktu, že každá lidská činnost je také činností psychickou, protože psychika ovlivňuje činnost a současně je jí utvářena (např. úspěch či neúspěch v dosažení cíle). Za hlavní psychologické disciplíny jsou považovány:

- **Vývojová psychologie:** studuje ontogenezi (vývoj) lidské psychiky.
- **Sociální psychologie:** studuje člověka v kontextu jeho vztahů k jiným lidem i skupinám.
- **Psychopatologie:** studuje dílčí i globální odchylky od normy psychického života.
- **Obecná psychologie:** studium zákonitostí duševního života člověka.

Mezi aplikační psychologické disciplíny patří například:

- **Pedagogická psychologie:** zabývá se problematikou školní výchovy, vyučování a vzdělávání.
- **Psychologie práce:** zabývá se problematikou vlivu práce a pracovního prostředí na psychiku člověka a jeho výkonnost.
- **Klinická psychologie:** zabývá se léčbou a diagnostikou duševních nemocí.
- **Poradenská psychologie:** různé formy psychologické pomoci včetně prevence, např. manželské poradenství, poradenství pro volbu povolání atd.
- a další odvětví jako: psychologie sportu, reklamy, managementu, dopravy atd.

1. 3. 3. Psychologické teorie a směry

V současné psychologii se lze setkat s velkým množstvím názorů a koncepcí. Ty se od sebe liší jak co do zaměření zájmů, tak i výkladu jevů a způsobu uvažování. Následně uvedené směry jsou v současnosti považovány za ty nejvýznamnější.

Behaviorismus

Behaviorismus spolu s psychoanalýzou a humanistickou psychologií bývá považován za jeden ze základních proudů psychologie 20. stol. Behaviorismus považuje psychologii za **vědu o chování**. Zásadně odmítá introspektivní psychologické metody (např. výpověď o pocitech), z důvodu nemožnosti objektivního zkoumání vědomí. Chování je výsledkem vztahu **podnětu (S – stimulus)** s jednotlivou **reakcí (R – response)** organismu. To, co se děje v organismu mezi působením podnětu a reakcí, lze pouze sekundárně vyvozovat. Duševní dění je tak chápáno jako **„černá skříňka" (tzv. black box)**. V polovině 30. let se objevuje pojem intervenující proměnná pro vysvětlení dění v „černé skříňce" (při analýze chování se vedle podnětu počítá i s fyziologickými pudy, zkušeností, věkem atd.). Zakladatelem tohoto směru je **John B. Watson** (1878–1958), který sepsal roku 1912 behavioristický manifest. Mezi významné představitele dále patří **G. H. Mead** (sociální psycholog), **Ch. W. Morris** (zakladatel jedné z větví semiotického uvažování), **E. C. Tolman** (autor pojmu kognitivní mapa) a další. Směr se dále vyvíjel až do dnešních dnů a dosti se měnil. Nezastupitelnou a významnou úlohu sehrál tento směr ve zkoumání procesu učení. Postupně modifikovaný behaviorismus se označuje jako neobehaviorismus.

Psychoanalýza

Psychoanalýza se snaží jít oproti jiným směrům (viz behaviorismus) do hloubky duševních jevů pod povrch vědomí. Bývá tak označována jako hlubinná psychologie. Základním pojmem je **nevědomí** (určující činitel duševní dynamiky). Zakladatelem psychoanalýzy je rodák z Příboru **Sigmund Freud** (1856 až 1939). Vychází z předpokladu, že nevědomí je nejhlubší vrstvou osobnosti. Obsahy nevědomí jsou tvořeny zautomatizovanými návyky, nepodstatnými zážitky, ale i obsahy, které jsou neslučitelné s morálními zásadami a subjektivními hodnotami atd. Tyto obsahy jsou z vědomí vytěsňovány (především tendence sexuálního nebo destruktivního charakteru) a v návratu zpět jim brání cenzura. Vytěsněné a potlačené obsahy (tendence) se v nevědomí sdružují do **komplexů** (např. komplex méněcennosti, atd.). Freud navrhuje dva modely psychiky: topický a strukturální. **Topický model** rozlišuje tři stavy psychiky (model ledovce, kdy špičkou je vědomí, zbytek je schován pod „hladinou"):

- **vědomí:** jedinec si plně uvědomuje jak sebe, tak i své okolí
- **předvědomí:** zkušenosti, zážitky, myšlenky, které si jedinec dříve uvědomoval, ale pak je zapomněl, obsahy lze s určitým úsilím (vzpomínání) dostat zpět do vědomí
- **nevědomí:** obsahy mimo oblast uvědomování, mají však vliv na chování člověka.

Strukturální model je vrstevnatým modelem osobnosti. Osobnost je dle něj systém, ve kterém se uplatňuje duševní energie neboli tzv. **libido** (povahou sexuální). Freud v tomto systému vymezuje tři subsystémy (**Id, Ego, Superego**), které jsou řízeny vzájemně odlišnými cíli a principy, což vede k jejich neustálému konfliktu.

- **Ono (Id):** řídí se principem **slasti** (při usilování o uspokojení se neohlíží na okolí), iracionální, vychází z nevědomí, domáhá se okamžitého uspokojení (např. krádež),
- **Já (Ego):** řídí se principem **reality** (při uspokojení bere v potaz okolí, vychází z reálných možností dosáhnout cíle), vychází z vědomí, vyrovnává napětí mezi pudy (Id) a osobní morálkou (Superego),

- **Nadjá (Superego):** reprezentuje osobní morálku, omezení a zákazy, které byly zvnitřněny (normy a zákazy dané kultury), část vědomá (vědomě zvnitřněné zákazy), část nevědomá (zákazy z raného dětství).

Psychoanalýza se dále vyvíjela v klasickém Freudově odkazu či více méně odlišně jako tzv. **neopsychoanalýza**. Mezi významné představitele patřili například A. Adler, C. G. Jung či E. Fromm.

Pojetí **Alfreda Adlera** (1870–1937) se odlišovalo od jiných důrazem na začlenění lidského jedince (individua) do společnosti. Jsou přitom uplatňovány dvě tendence: k pospolitosti s druhými (sociální cítění) a k sebeuplatnění. Základním pojmem jeho teorie je **pocit méněcennosti** vycházející z fyzické slabosti a závislosti dítěte na okolí, se kterým se jedinec po celý život vyrovnává. Ukazatelem postojů a budoucího chování jedince je dle Adlera **sourozenecké pořadí**.

Další významnou postavou byl **Carl Gustav Jung** (1875–1961). Jung na rozdíl od Freuda nepřikládal ve vztahu k lidskému chování sexuálním pudům určující význam. Dle něj je osobnost složena ze čtyř subsystémů:

- **Osobní nevědomí:** nevědomí, které jedinec získává během svého života (zapomenuté, potlačené obsahy z vědomí).
- **Kolektivní nevědomí:** zděděné nevědomí po předcích, které zahrnuje i jejich zkušenosti (pro všechny společné), součástí jsou **archetypy** (persona, animus a anima, stín atd.),
- **Ego** (vědomé Já): zajišťuje osobní identitu jedince, odpovědné za chování, cítění atd.,
- **Já** (bytostné Já) : podstata, základ psychiky, spojení vědomých a nevědomých procesů osobnosti.

Erich Fromm (1900–1980) je považován za představitele psychosociální teorie. Jedince vnímal v celkové perspektivě společnosti. To, jak se přizpůsobí okolí, je záležitostí charakteru. Fromm rozlišuje dva typy charakteru:

- **produktivní charakter:** jedinec prospívá druhým (prostřednictvím lásky a práce atd.)
- **neproduktivní charakter:** sobeckost, zištnost až kořistnictví

Produktivní i neproduktivní zaměření jsou vzájemně propojeny, převládá-li celkově produktivní charakter, pak neproduktivní rysy ztrácejí na významu a naopak napomáhají růstu osobnosti. Mezi neméně významné představitele patřili dále **H. S. Sullivan** a **K. Horneyová** (dále rozvíjeli myšlenky psychoanalýzy, ale brali v úvahu i sociální faktory) či **E. H. Erikson** (osm vývojových etap člověka) a další.

Humanistická psychologie

Humanistická psychologie se **v opozici proti behaviorismu** začíná formulovat od počátku 50. let 20. stol. Mezi hlavní představitele patří **C. Rogers** (nedirektivní psychoterapie), **A. H. Maslow** (hierarchie potřeb), **G. W. Allport** a další. Staví se proti analogii lidského a zvířecího chování (podnět – reakce). Do popředí staví člověka. Zaměřuje se na snahu porozumět jedinci, na jeho duševní život, a nikoliv jen na chování jeho organismu (behaviorismus). Ústředním pojmem je **seberealizace (sebeaktualizace) člověka:** sebenaplění, sebeuskutečnění (v zaměstnání, v rodině, ve volném čase atd.). Tento pojem sehrává důležitou roli v **hierarchii potřeb**, kterou vypracoval **Abraham Harold Maslow** (1908–1970). Maslow říká, že nejprve musí být uspokojeny potřeby nižší, a až poté mohou být uspokojeny potřeby vyšší.

- Nižší potřeby:
  - ➡ Potřeba fyziologická (potřeba jídla, vzduchu, tepla atd.)
  - ➡ Potřeba bezpečí/jistoty (být v bezpečí, žít beze strachu)
- Vyšší potřeby:
  - ➡ Potřeba náležení/lásky (mít někoho, patřit někam – rodina, být milován)

- Potřeba úcty (být obdivován a uznáván, mít zdravý respekt a úctu)
- Potřeby bytí
  - Sebeaktualizace (potřeba se stále realizovat, tj. své schopnosti a záměry).

Gestaltismus

Alternativním názvem tohoto původně evropského směru je **tvarová** či **celostní psychologie**. Klade důraz na úlohu celku. Psychické jevy dle představitelů tohoto směru nelze redukovat na jednotlivé složky, které je tvoří. Jinak řečeno psychické obsahy nevznikají složením částí, ale ze zážitku jako celku. Zakladatelem tohoto směru byl **Max Wertheimer** (1880–1943), mezi další významné představitele patřili **K. Koffka, W. Köhler, F. Krüger.** Mnoho gestaltistů emigrovalo před druhou světovou válkou do USA, kde se tento směr dál šířil jako tzv. **neogestaltismus.**

Kognitivní psychologie

Směr zabývající se procesy, jako je paměť, smyslové poznání, řeč, učení, představivost, fantazie, myšlení atd. Při výzkumu spolupracuje s vědeckými oblastmi, jako je neurologie, antropologie, lingvistika či filozofie. Mezi představitele tohoto směru patří například **J. S. Brunner, K. H. Pribram, A. Paivio** atd.

Transpersonální psychologie

Zakladatelem tohoto směru je americký psychoterapeut českého původu **Stanislav Grof** (1931). Zabývá se tzv. **rozšířeným vědomím**, které přesahuje rozměr individuálního života, času i prostoru (např. zážitky z období nitroděložního vývoje). Tohoto stavu se dosahuje nejčastěji prostřednictvím halucinogenních látek nebo holotropního dýchání (rychlé povrchové dýchání vyvolávající pocit závrati a mdlobu).

2. Člověk a společnost

Poznatky z kapitoly „Člověk a společnost“ převážně spadají do výkladového rámce sociologie. Interdisciplinárně se prolínají zejména se sociální psychologií a politologií.

2. 1. Sociologie

2. 1. 1. Definice a funkce sociologie

Sociologie = společenská věda, která zkoumá chování člověka ve společnosti. Na rozdíl od psychologie se více než o vnitřní život jedince zajímá o jeho vztahy s ostatními, na úrovni skupin a institucí. Název vznikl z lat. societas = společnost + řec. logos = věda, tj. věda o společnosti, společenských jevech, strukturách, procesech, jejich vzájemných vztazích a vývoji.

Sociologie jako samostatná věda vzniká v 19. stol. Název poprvé použil **Auguste Comte** r. 1839 (původně ji nazýval sociální fyzika). Motivací pro zrod sociologie byla snaha objektivně uchopit složitou sociální realitu, která se v moderní společnosti rychle mění. V každodenním životě se řídíme individuální zkušeností (tzv. zdravým selským rozumem), který chápe veškeré dění jako samozřejmé. Až v krizových chvílích si uvědomujeme, že jde o složitou kulturně a historicky podmíněnou konstrukci.

Sociologické poznání se od běžného rozumu odlišuje několika charakteristikami:

- Je cílevědomé, systematické, soustavné.
- Snaží se o objektivní přístup bez předsudků a nezdůvodněných předpokladů (přání nebo politické názory jedince). (Hodnotově nezaujatá sociologie – M. Weber.)
- Usiluje o nadindividuální přístup, pochopení společenských a historických souvislostí (sociologická imaginace – C. W. Mills). Zohledňuje individuální motivy a přihlíží i k širším společenským silám, které způsobují tzv. nezamýšlené důsledky jednání (R. K. Merton).
  Např. čím více lidí chce vyjet z přeplněného města na víkend, tím větší zácpu způsobí, ačkoliv další hodiny na dálnici si nikdo z nich nepřál.

Vztah sociologie k dalším vědám:

- **Filozofie:** sociologie byla do 19. stol. její součástí, filozofie dodává východiska, obecný pohled na svět a člověka.
- **Kulturní antropologie:** zkoumá kulturní odlišnosti.
- **Ekonomie:** zkoumá chování lidí na trhu, řada sociologických teorií je inspirována ekonomickými pravidly směny.
- **Psychologie:** (hlavně sociální psychologie), zkoumá motivy sociálního jednání a socializace.
- **Historie:** zkoumá vývoj společenských formací a institucí.
- **Demografie:** zkoumá porodnost, urbanizaci, migraci v různých společnostech.
- **Politologie:** zkoumá zájem o moc a politickou socializaci.
- **Jazykověda:** rozbor jazyka různých skupin.
- **Matematika a statistika:** zpracování výsledků výzkumů.
- **Ekologie:** životní prostředí má přírodní a sociální složku.

Funkce sociologie:

- **Kritická:** zpochybňuje předsudky a fundamentalistické názory, že někdo ví vše a správně. Problematizuje samozřejmé vidění světa. Přispívá ke kultivaci lidského potenciálu, osvětě a vzdělávání.
- **Poznávací a praktická:** na základě výzkumu navrhuje možnosti reforem. Snaží se společenské jevy nejen popsat, ale také vysvětlit a porozumět jim [viz sociologický výzkum – str. 48]. Při využití v poradnách nebo podnicích hovoříme o terapeutické, resp. poradenské funkci.
- **Ideologická:** účelové výzkumy mohou sloužit k podpoře nebo kritice jistého společenského uspořádání.

Omezení sociologického poznání:

- Většina zjištění platí jen pro určitou společnost. Na rozdíl od přírodních zákonů platných všude na světě jsou sociální jevy ovlivňovány konkrétní kulturou, sociální strukturou, systémem institucí a proměňují se v čase. ***Např. v některých kulturách se od muže očekává, že se ujme vdovy po svém bratru, u nás by to vyvolalo přinejmenším rozpaky.***
- Přestože hlásá hodnotovou neutralitu, podléhá subjektivním vlivům a tlakům vládnoucí ideologie.
- Zjištěné zákonitosti jsou pouze pravděpodobnostní (stochastické). Neplatí na 100 % (už souvislost nad 30 % je považována za významnou).

Disciplíny sociologie – podle oborů rozlišujeme velké množství odvětvových sociologií, např.:

- Sociologie **sociální stratifikace**: rozvrstvení společnosti (nerovnost a sociální žebříček)
- Sociologie **sociální kontroly** a **deviantního chování**: co je normální, kdo to stanovuje
- Sociologie **politiky**
- Sociologie **kultury a umění**
- Sociologie **práce a volného času**
- Sociologie **pohlaví** (gender)
- Sociologie **lidských sídel** (město, venkov)

2. 1. 2. Vývojové fáze sociologie

Už před vznikem sociologie byly mnohé sociologické otázky naznačeny v pracích filozofů (**Platón, Aristotelés, Moore, Hegel** atd.), hovoříme zde o tzv. období protosociologie.

Období velkých teorií (19. stol. až počátek 20. stol.)

Snaha o vymezení sociologie vůči ostatním vědám, hledání vlastního předmětu a metody. K řadě problémů naznačených klasiky se dnes vracíme. **August Comte** (1798–1857) požadoval přísně vědecké zkoumání společnosti v duchu pozitivismu, rozlišoval sociální statiku (instituce, statusy) a dynamiku (vývoj). Reagoval na sociální změny vyvolané průmyslovou revolucí, urbanizací a Velkou francouzskou revolucí. Sociologie měla pomoci udržet řád uprostřed neustálé změny.

Anglický pozitivista **Herbert Spencer** (1820–1903) byl ovlivněn učením Charlese Darwina (evolucionismus). Společnost chápal jako vyvíjející se organismus, jehož jsou lidé orgány (organicismus), a mohou fungovat pouze v součinnosti s dalšími částmi organismu.

Karl Marx (1818–1883) vystoupil jako kritik kapitalistické společnosti. Dějiny periodizuje podle způsobu výroby na socioekonomické formace (prvobytně pospolná společnost, otrokářství, feudalismus, kapitalismus, socialismus a komunismus). Protože ve společnostech založených na nerovnosti vykořisťuje jedna třída druhou (ponechává si větší část její práce – nadhodnota), je mezi nimi napětí – **třídní konflikt**. Dodnes inspiruje jeho **teorie odcizení** – člověk se realizuje ve výrobku, se kterým pak ztrácí část sebe sama, zvlášť, když zaměstnanec vykonává netvořivou práci (pásová výroba). Odcizení

znamená absenci seberealizace. Proti pozitivismu staví dialektickou metodu [Marx, marxismus str. 55, 78, 107, 169].

Francouzský sociolog **Émille Durkheim** (1858–1917) definoval sociologii jako vědu o **sociálních faktech** (zákony, zvyklosti, jazyk). Jakkoli jsou tyto faktory tvořeny lidmi, jsou vůči jednotlivci vnější a vykonávají na něj nátlak (sociologický realismus, kvantitativní přístup). Rozpracoval metodologii, díky níž se měla sociologie přiblížit exaktním vědám. Formuloval poznatky o dělbě práce, sebevraždě nebo náboženství. Zavedl pojem **anomie** – stav, kdy neplatí normy, a hodnotu **sociologismus** = společenské jevy nelze redukovat na psychologické motivy, sociologie má vlastní předmět.

Vilfredo Pareto (1848–1923): italský ekonom, politolog a sociolog. Představitel teorie elit [viz teorie elit str. 55, 79]. Zkoumá také iracionální (nesmyslné) jednání.

Max Weber (1864–1920): německý sociolog, politolog a historik. Za předmět sociologie považuje **sociální jednání**, které musí být smysluplné (zaměřené na cíl) a orientované na druhé lidi. Každodenním jednáním neustále vytváříme společnost (sociologický nominalismus, kvalitativní přístup, inspirace interpretativní sociologie). Společenské instituce (trh, rodina, byrokracie) jsou souhrnem jednání jednotlivých aktérů – společnost pochopíme, když porozumíme jejich motivaci. Dále zkoumal racionalitu moderní společnosti a vztah mezi náboženstvím a ekonomikou (protestantská etika a duch kapitalismu). Jako metodu používal srovnání skutečnosti s tzv. **ideálními typy** (kapitalismus, protestantismus). **Georg Simmel** (1858–1918): německý sociolog, provedl rozbor řady dílčích sociologických otázek (peníze, móda) a bývá označován za předchůdce postmodernismu.

Období velkých výzkumů (meziválečné období, 20. stol.)

Především v USA mezi světovými válkami převládal vliv behaviorismu a novopozitivismu: místo spekulací, velkých univerzalistických teorií se mělo pozorovat a měřit. Došlo k rozvoji a sjednocení metod (**K. R. Popper**, **P. F. Lazarsfeld)**, proběhla řada empirických výzkumů. Jejich výsledky však zůstávaly neucelené.

Období velkého hledání (období po 2. sv. válce, 20. stol.)

Snaha integrovat výsledky výzkumů s teorií, vysvětlující jen jistou část společenské reality (**teorie středního dosahu**). Vedle sebe působí autoři pokoušející se o velké teorie]např. **T. S. Parsons** (1902– 1979) – strukturní funkcionalismus] a terénní výzkumníci. V 60. letech pod vlivem fenomenologie dochází k příklonu k **interpretativní sociologii** – není ani tak potřeba dělat velké výzkumy, jako spíše snažit se pochopit jednotlivé případy (**kvalitativní výzkum**). Dochází k řadě návratů ke klasikům (neomarxismus, neoweberiánství). Sociologie se smířila s tím, že nenajde naprostou shodu o svém předmětu a metodách – je **multiparadigmatickou vědou**. Významní současní sociologové (např. A. Giddens) proto často kombinují přístupy různých teorií.

Hlavní paradigmata sociologie

Paradigma je způsob pěstování vědy, jazyk, metody a hlavní teoretická východiska.

Konsenzuální paradigma: ve společnosti je třeba určitého konsenzu (shody) o základních pravidlech a hodnotách, aby mohla existovat. Sociologie má zkoumat, jak se konsenzus zachovává a co jej porušuje. Nebezpečí hrozí v případě, když zákonitosti této teorie využívají ti, kteří mají prospěch ze současného systému a nechtějí změnu. Navíc není schopna vysvětlit **změnu** a **konflikt**, který považuje vždy za patologický. Předchůdcem konsenzuálního paradigmatu je **A. Comte**. Hlavním sociologickým směrem je

strukturní funkcionalismus (**T. S. Parsons**) – zkoumá, jaké funkce plní daný jev z hlediska sociální struktury. Ve 40. a 50. letech se jedná o dominantní směr sociologie. O nápravu některých nedostatků této teorie se pokusil **R. K. Merton**. Zavedl pojmy **dysfunkce** (neplnění funkcí), *např. úřad se místo na pomoc klientům orientuje na udržení pracovních míst*, **nezamýšlené důsledky jednání** a rozlišil zjevné (manifestní) a skryté (latentní) funkce. *Např. armáda má zjevně bránit vlast, ale skrytě odčerpává peníze a mladé muže z ekonomiky.*

Konfliktualistické: snaží se vysvětlit **změnu** a **konflikt**. Nezajímá se o to, jakou funkci plní daná instituce, ale spíše o to, které skupině prospívá. Konflikt s cizí skupinou např. posiluje vnitřní soudržnost. Pracuje s rozdílnými zájmy skupin a pojmem **moci**. Objevuje se již u Marxe. Další představitelé: **Lewis Coser, Charles W. Mills, Ralph Dahrendorf.**

Interpretativní paradigma: snaží se porozumět tomu, jak si lidé vykládají (interpretují) fungování světa a jak to ovlivňuje jejich jednání a chování. Řadíme sem následující směry:

- **Symbolický interakcionismus:** chováme se podle toho, jak si vykládáme svět, a tento výklad se neustále proměňuje. Proto nemůžeme zkoumat společnost stejně jako přírodní vědy, ale musíme pochopit význam, který lidé přikládají svému jednání. Každý z nás se v interakci s druhými podílí na tom, jaký je „jeho“ svět i on sám. Hlavní představitelé: **Charles H. Cooley, William Thomas, George H. Mead, Herbert Blumer**.
- **Dramaturgická sociologie:** každý se před lidmi přetvařuje a snaží se vypadat co nejlépe. Přitom je společností nucen do určitých rolí. Pokud je pro něj role nepřijatelná, ale hrát ji musí, snaží se to vyjádřit svým chováním (distanc od role). Hlavní představitel: **Erwing Goffman**.
- **Etnometodologie:** klade si otázky: „Jak chápou běžní lidé svět kolem sebe? Jak je možné, že ho chápou právě takto?“ Etnometodolog se snaží pochopit „zdravý rozum“, a to tak, že se chová „nerozumně“ a narušuje samozřejmé chování lidí. Hlavní představitel: **Harold Garfinkel.**
- **Fenomenologická sociologie:** zkoumá každodenní svět běžných lidí, kteří jej považují za přirozený. Dokud nedojde k události, která toto chápání naruší, nekladou si otázku, proč je svět zrovna takový. Hlavní představitelé: **Alfred Schutz, Thomas Luckmann.**

Česká sociologie

Zakladatelem je **T. G. Masaryk** (1850–1937). Napsal studii o sebevraždě, zabýval se sociálními otázkami, smyslem českých dějin a situací Ruska. Jeho následovník **E. Beneš** (1884–1948) zkoumal sociologii politiky. Mezi další české osobnosti patří **I. A. Bláha** – představitel funkcionalismu – a **E. Chalupný,** představitel systematické sociologie. Komunisté po r. 1948 sociologii označili za buržoazní pavědu a jako takovou ji zakázali. Jisté oživení přišlo v 60. letech. Za normalizace nastal další útlum až do r. 1989, kdy se otvírá všem myšlenkovým směrům.

2. 1. 3. Metody a techniky sociologického výzkumu

Řada pravidel a metod platí pro všechny společenské vědy (psychologii, politologii a ekonomii). Výsledky průzkumů veřejného mínění pro svou práci používají politici, podnikatelé či analytici.

Úlohou výzkumu je řešení problémů:

- **teoretických** (sociologických): vysvětlení, proč společnost funguje právě takto, např. který stratifikační model je správný, nakolik vzdělání ovlivňuje výběr partnera atd.,
- **praktických** (sociálních): co daná společnost pociťuje jako problém, co nefunguje podle představ většiny obyvatel (např. nezaměstnanost, kriminalita).

Cílem výzkumu může být odhalení problému (**explorace**, **diagnostika**), jeho popis (**deskripce**), vysvětlení (**explanace**) a doporučení pro praxi (**sociotechnika**). Pro všechny účely je nutné sesbírat

správná a pravdivá data. A to kontrolovatelným způsobem, aby byly výsledky ověřitelné. Kontrola probíhá srovnáním výsledků jednotlivých výzkumů, kritickou teoretickou diskusí (**diskurzem**) a konfrontací závěrů s praxí. V sociálních vědách nespoléháme pouze na jednu metodu, snažíme se o doplňování obrazu z mnoha úhlů pohledu (zásada **komplementarity**). Správný výzkum musí přinášet nové poznatky nebo přispívat k prověřování stávajících (požadavek **heuristiky**).

Metody musí být **validní** (platné; měříme to, co skutečně měřit chceme?) a **reliabilní** (spolehlivé; při nezměněných podmínkách bychom měli vždy naměřit stejné hodnoty).

Dvě výzkumné strategie:

- **kvantitativní:** sběr hromadných dat od mnoha lidí (např. dotazníky). Výhodou je možnost zobecnění na větší populaci. S velkými agregáty lidí lze pracovat jako se soubory statistických jednotek, popsat obecné zákonitosti a vyvracet (falzifikovat) nebo potvrzovat (konfirmovat) hypotézy. Mimo zájem však stojí pochopení motivů lidí, porozumění konkrétním osobám a jejich osudům. Tento typ výzkumu poskytuje relativně málo informací o velkém množství lidí. Data se zpracovávají pomocí statistiky, hledají se korelace (souvztažnosti) mezi dvěma jevy, případně kauzální souvislosti.
- **kvalitativní:** na méně případech se snaží o důkladnější popis a pochopení, porozumění. Člověk není věc, nechová se jen na základě impulsů z okolí, ale podle své vůle a potřeb. Poskytuje velké množství informací o málo lidech. Často se využívá při explorativním výzkumu – na konkrétních příkladech se vytváří hypotéza, kterou později testujeme kvantitativními metodami. Ve výzkumu se obě výše uvedené strategie často kombinují.

Výzkum musí mít promyšlený **projekt**, který obsahuje:

- **přípravnou fázi:** upřesnění problému a otázky, výběr metod a technik
- **realizační fázi:** samotný sběr dat
- **závěrečnou fázi:** zpracování a vyhodnocení dat, publikování závěrů.

Řadu jevů ze sociální teorie nelze měřit přímo, musíme volit různé **ukazatele** (např. příjem, prestiž a moc ukazují na sociální status). Aby byly výsledky u různých respondentů srovnatelné, snaží se výzkumníci sestrojit **standardizované nástroje** (v psychologii testy IQ, v sociologii nástroje typické pro kvantitativní výzkum).

Z finančních a organizačních důvodů se šetření obvykle neprovádí na celé populaci, nýbrž jen na vzorku (výjimkou je cenzus – sčítání lidu a šetření na malých populacích). Vzorek musí být dostatečně velký (obvykle 800–2 000 respondentů) a **reprezentativní** (přesný obraz společnosti). Reprezentativnost zaručuje buď **náhodný výběr** (losování), nebo **kvótní výběr** – výběr respondentů podle věku, pohlaví, vzdělání apod. tak, aby v těchto charakteristikách byla skladba vzorku shodná se skladbou celé populace.

Základní techniky sběru dat:

- **analýza dokumentů:**
  - ➡ oficiálních (např. statistiky, zákony) i neoficiálních (např. dopisy, deníky)
  - ➡ kvantitativní (kolikrát se vyskytne výraz) i kvalitativní (jak to vypovídá o autorovi).
- **sekundární analýza:** na základě dříve sesbíraných dat se hledá odpověď na nově položenou otázku.
- **dotazník**: otázky pokládané písemnou formou, nebo je tazatel čte a zaznamenává. Lze provádět i telefonicky nebo rozesílat poštou.
- **rozhovor:** osobní styk s respondentem (standardizovaný/nestandardizovaný).
- **anketa:** několik málo otázek položených veřejnosti, kdy odpovídá, kdo chce (nereprezentativní vzorek – výsledky jsou často zkreslené).
- **pozorování:** sledování chování a jednání, hůře postihuje vnitřní pohnutky.
- **experiment:** snaží se kontrolovat všechny vlivy prostředí, pozoruje reakce na změnu nezávislých proměnných. Jeho použití v sociologii omezují etické požadavky a velký počet působících proměnných.

- **projektivní techniky:** promítnutí vnitřních představ, tužeb, skrytých emocí, kterých si zkoumaná osoba nemusí být vědoma, do situace navozené jednoduchým podnětem (např. obrázek, vyprávění, které se má dokončit, atd.).
- **analýza sociálních sítí:** zjišťujeme, jaké jsou kanály komunikace a spolupráce v jisté skupině nebo lokalitě.
- **sociometrie:** odhaluje vztahy a postavení ve skupině (**J. L. Moreno**).
- **panelové šetření:** opakované testování stálého souboru respondentů, sledování vývoje jejich preferencí (např. sledovanost TV).
- **případová studie (kazuistika):** popis jednoho případu (např. město, podnik, skupina). Na základě několika kazuistik lze zobecňovat a srovnávat.

Výzkumník by měl respektovat etická pravidla – nezneužívat data, chovat se zdvořile, nebýt vtíravý. Neetičnost výzkumníků vede k tzv. **zamoření terénu** – respondenti nechtějí spolupracovat.

2. 2. Člověk ve společnosti

2. 2. 1. Socializace

Socializace je celoživotní proces začleňování člověka do společnosti. Zejména v dětství se z biologického jedince díky vlivům prostředí stává člověk jako sociální bytost schopná žít v sociálních vztazích. Osvojuje si bohatství kultury, společenské normy a hodnoty.

Při absenci socializace se nerozvíjí sociální dovednosti (např. lidská komunikace, hygiena, orientace ve společenských vztazích), bez nichž jedinec nedokáže žít v lidské společnosti. Důkazem jsou tzv. **vlčí děti**, které vyrůstaly mimo lidskou společnost (ve smečce vlků nebo opic). Naopak sebelepší prostředí nemůže překonat biologické možnosti (fyzické, meze inteligence) – můžeme se jen snažit jim co nejvíce přiblížit. Ve vztazích s ostatními lidmi se učíme chovat ve společenských rolích (dítě, dospělý, rodič, student), tj. očekávaným způsobem vzhledem k našemu postavení ve společnosti. [viz sociální role – str. 62] Díky rolím a institucionalizovaným způsobům jednání probíhá interakce a komunikace podle ustálených vzorců, které jsou v dané kultuře všem srozumitelné, žádný aktér o nich nemusí dlouze přemýšlet. Zároveň se může spolehnout, že chování ostatních nebude nahodilé a nepředvídatelné. Předáváním kulturních norem a hodnot se socializace podílí na kontinuitě společenského vývoje.

Druhy socializace:

- **primární:** probíhá zejména v dětství, klíčovou roli v ní hrají primární skupiny, zejména rodina. [viz primární skupiny – str. 60, rodinu – str. 60] Jedinec by si měl vytvořit koncepci vlastního Já, uvědomit si své postavení ve světě a naučit se plnohodnotně žít ve společnosti.
- **sekundární:** celoživotní proces, při změně rolí se musíme přizpůsobit, „dosocializovat“ do změněných poměrů (např. při změně společenských poměrů, při nástupu do práce nebo na novou školu, při ovdovění nebo odchodu do důchodu atd.).
- **resocializace:** obnovení relativně harmonické adaptace ve vztahu ke společnosti nebo skupině. Používá se zejména tehdy, když došlo k výraznému narušení vztahu jedince a společnosti (např. kriminalita, závislosti). [viz sociální patologie – str. 73] Přeučení špatných návyků je vždy obtížnější než původní socializace. *Např. posouzení šancí na resocializaci pachatele patří mezi faktory, které ovlivňují výši jeho trestu i šance na předčasné propuštění.*

Socializace se odehrává prostřednictvím mezilidských vztahů, působením různých lidí, skupin a institucí (tzv. **činitelé socializace**: rodina, škola, vrstevnické skupiny, média). Vědomí sebe sama (**Já – Self**) se utváří podle názorů ostatních osob – vidíme se tak, jak nás vidí druzí (**Charles H. Cooley: teorie „zrcadlového já“**). Ostatní ovlivňují naši socializaci svými očekáváními (anticipací). Věří, že nějací jsme, něco (ne)dokážeme, případně nás „tlačí“ do určité role. Dodávají nám odvahu, abychom něco dokázali („Zvládneš to, jsi dobrej.“), ale také nás mohou odrazovat („Ty na to nemáš, i kdyby ses snažil sebevíc.“) či stresovat nepřiměřenými nároky.

Vedle výchovy mají velký vliv citové vazby v rodině a vzájemné chování jejích členů. Kladné, vřelé citové vztahy v rodině umožňují utvoření dobrých vztahů k ostatním lidem. Zvlášť v dospívání nabývá na významu vrstevnická skupina – dítě se odpoutává od rodiny, důležité jsou pro něj názory kamarádů, kteří jsou stejně staří. Většinou zde chybí záměrná výchova. Tyto skupiny jsou cvičným polem pro kamarádské a partnerské vztahy, ale mohou člověka také přivést k různým druhům sociální patologie.

Jedinec v socializaci nevystupuje pouze pasivně (jako objekt) a nepřejímá veškeré působení. Již od raného věku si vybírá mezi různými tlaky (rodiče, kamarádi, škola atd.) a svými reakcemi ovlivňuje prostředí (je i subjektem socializace). Prostředí se pouze nepřizpůsobuje, ale také se snaží přizpůsobit si je svým představám. S postupem dospívání je socializace stále více doprovázena **personalizací** – utvářením autonomní osobnosti, která si vybírá, jakou část kulturního bohatství (proces **akulturace**) a které společenské normy (**interiorizace**) přijme. V rámci socializace hraje nemalou roli také proces identifikace (ztotožnění) s nějakou osobou nebo skupinou (reálnou či fiktivní). Stává se nám vzorem, snažíme se mít stejné rysy jako ona. [viz referenční skupiny – str. 60]

Podoby socializace:

- **záměrné působení:** výchova v rodině, ve škole a požadavky zaměstnavatele. Využívá odměn a trestů.
- **nezáměrné působení:** televize, knihy, chování dospělých, které není výchovně směřováno, ale jedince ovlivní. Působení různých stimulů může být navzájem protichůdné. Rozporuplně působí vychovatel, jenž sám nedodržuje normy, které se snaží dítěti vštípit („káže vodu a pije víno“). Díky mechanismu nezamýšlených důsledků jednání (R. K. Merton) může záměrná výchova vést k naprosto opačným výsledkům (např. přílišná přísnost nevyvolá poslušnost, nýbrž vzdor).

Základní způsoby sociálního učení:

- **Asociace** (podmiňování): člověk se učí jednat na základě zkušeností.
- **Posilování:** je založeno na odměnách a trestech. Chválit je účinnější než trestat. Záleží také na tom, kdo a jak chválí/trestá.
- **Observace (pozorování):** nemusíme být potrestáni/pochváleni přímo my, stačí, když to vidíme u někoho jiného.
- **Napodobování:** hlavní forma učení zvířat a méně rozvinutých kultur. I my se tak učíme např. mimice, gestům, trávení volného času apod.

2. 2. 2. Sociální nerovnost

Vymezení sociální nerovnosti

Moderní demokratický stát zaručuje lidem rovnost v politickém (rovné volební právo) a v občanském (rovnost před zákonem, právo na vzdělání, práci atd.) smyslu, ale jinak se lišíme vzhledem, schopnostmi, majetkem, potřebami, ambicemi a zájmy. Vrozené schopnosti a rodinné prostředí do velké míry ovlivňují naše budoucí šance na úspěch.

Kulturní statky jsou ze své podstaty nedostatkové, protože kulturní potřeby neznají hranic, jelikožpři postupu na vyšší úroveň se zvýší i naše potřeby. Obvykle se nesrovnáváme s těmi, kteří jsou chudší a níže postavení než my, ale s těmi, kteří mají vyšší životní úroveň. Za chudé se označují lidé, kteří by ve středověku nebo i nyní v rozvojových zemích patřili k nejbohatším. Společnost se snaží tyto rozdíly kompenzovat různými formami **solidarity** (státní – systém dávek sociální podpory nebo soukromé – charita). Cílem není odstranit různost, ale pouze nepřiměřenou **sociální nerovnost**, kterou uměle vytváří sama společnost. Především by žádná skupina neměla být předem znevýhodněna, **diskriminována**, na základě vlastností, které nesouvisí s výkonem a dodržováním norem (zejména z důvodů rasy, národnosti, pohlaví, náboženského vyznání a politického přesvědčení).

V moderních společnostech, kde je více majetku, a tudíž i vyšší sociální rozdíly, je nutné dosáhnout stavu relativně spravedlivého rozdělní majetku a moci, které většina členů dané společnosti považuje za **legitimní** (spravedlivé). Jako nejspravedlivější mechanismus se jeví kombinace **rovnosti příležitostí** (právo ucházet se o atraktivní pozice) a zdůraznění **individuálního výkonu** (tzv. meritokratický princip).

Ve společnosti zaujímáme různé pozice jednak **horizontálně** (různé druhy práce), jednak vertikálně (podle kvalifikace, vedoucího postavení, moci, autority, prestiže a příjmu). Můžeme tedy rozlišovat, kdo stojí výše a kdo níže na společenském žebříčku. Vzdálenost mezi jeho jednotlivými stupni (různými pozicemi) nazýváme **sociální distance**.

Podle funkcionalistů je nerovnost užitečná, protože lidé spolu soutěží o vyšší pozice, s nimiž je spojena moc, vyšší příjem a prestiž. Ze souboje vycházejí vítězně ti nejlepší. Uzavřená společnost, která soutěži brání (např. kastovní typ, násilná nivelizace v reálném socialismu), se rozvíjí pomaleji nebo stagnuje [viz modely společnosti – str. 56] Neustálá soutěž má však i nevýhody: vedle vítězů (winners) existují poražení (loosers), kteří jsou frustrováni (individuálně – psychické problémy, kolektivně – sociální bouře). Ti, kdož jsou ve funkci, mohou využívat moc a peníze z ní plynoucí proti potenciálním konkurentům, *např. šéf dá výpověď schopnému podřízenému, jenž by v budoucnu mohl usilovat o jeho místo.* Nerovnost se pak stává dysfunkční, protože ohrožuje stabilitu systému.

Moc, autorita a legitimizace nerovnosti

Moc je možnost subjektu A přimět (za určitých okolností) subjekt B k nějakému jednání i proti vůli subjektu B. **Autorita** je moc, kterou podřízení uznávají jako oprávněnou. Sociální pozice držitele autority je společností akceptována.

Formální autorita vychází z funkce (např. nadřízený, policista), **neformální autorita** z osobnosti (uznáváme druhého pro jeho lidské kvality). Optimální je, když formální vedoucí disponuje i neformální autoritou.

Max Weber nazýval mocenské vztahy **panstvím**. Panství lze udržovat čistě mocensky, surovým donucením, ovšem většina vládců se snaží před podřízenými nějak **legitimovat**, **ospravedlnit**. Panství je pak mnohem snazší udržovat. Rozlišil tři druhy legitimity:

- **charismatická**: vzniká na základě výjimečných vlastností nositele, váže se na konkrétní osobu (**Alexandr Makedonský**, **Ježíš Kristus**). Mizí porážkou či smrtí nositele.
- **tradiční**: vzniká na základě zvyku – vždy to tak bylo (královské a šlechtické rody).
- **racionální** (**moderní**): úcta spíše k úřadu, než k jeho nositeli; důvěra, že jej zastává kvalifikovaná osoba.

2. 2. 3. Sociální status a mobilita

Sociální status

Sociální status je naše postavení na společenském žebříčku. Souhrnným způsobem vyjadřuje základní postavení člověka ve společnosti. Jeho dynamickým aspektem je sociální role, tj. požadavky a očekávané chování osoby s jistým statutem.

Složky **sociálního statusu:**

- **připsaná (askriptivní):** nezávisí na naší aktivitě, nemůžeme ji ovlivnit (rasa, pohlaví, národnost, vzhled, rodinné prostředí, šlechtický původ atd.)
- **získaná (meritokratická):** vychází z našeho výkonu (vzdělání, zaměstnání, účast na veřejném životě atd).

Klasicky se sociální status určuje pomocí tří **indikátorů**:

- **majetek** (zejména bydliště, automobil, příjem atd.)
- **moc**
- **prestiž** (úcta vztahující se k povolání nebo sociální pozici)

V minulosti sociální status přesně vypovídal o charakteristice a způsobu života. Nyní se stále častěji setkáváme s **inkonzistencí statusu**: majetek, moc a prestiž nejsou v rovnováze. *Např. lékaři, vědci a učitelé mají vysoké vzdělání i prestiž, ale nízký příjem i podíl na moci. Naopak pochybní podnikatelé nebo drogoví dealeři mají vysoké příjmy, někdy dokonce vliv na politické rozhodování, ale minimální prestiž.*

Alternativní klasifikace francouzského sociologa **Pierra Bourdieua** rozlišuje **ekonomickou** (majetek, peníze), **politicko-mocenskou** a **kulturní** (vzdělání, schopnosti, známosti) složku statusu. Velká síla v jedné složce může kompenzovat nedostatky v ostatních, kapitál se může „přelévat“, *např. peníze lze investovat do vzdělání nebo navazování známostí, vysoké vzdělání může být předpokladem pro vysoké výdělky.*

Sociální mobilita

Sociální mobilita je změna sociálního statusu. Souvisí s dalšími druhy mobility (prostorovou, profesní).

Mobilitu můžeme sledovat u jedince (intragenerační) nebo na úrovni vrstev (mezigenerační) – nakolik je sociální status dětí závislý na statusu jejich rodičů. Základní druhy sociální mobility:

- **Horizontální:** změna pozice nebo lokality, při které nedochází k výrazným změnám statusu.
- **Vertikální:**
  - ➡ **Vzestupná:** sociální status se zvyšuje (zvýšení kvalifikace, postup na vyšší pozici v zaměstnání, výhodný sňatek, dědictví atd.).
  - ➡ **Sestupná:** pokles na sociálním žebříčku (pokles na nižší pozici v zaměstnání, propuštění, uvěznění za trestný čin, špatná investice atd.).

Toto je pouze náhled elektronické knihy. Zakoupení její plné verze je možné v elektronickém obchodě společnosti eReading.