

Historie pojmu emoce

Tradiční západní myšlení pohlíželo na emoce jako na narušitele duševní aktivity, které musí být kontrolovány. V prvním století před naším letopočtem napsal PUBLILIUS SYRUS in MAYER & SALOVEY (1990): "Ovládněte své pocity, než ovládnou oni vás". Mnohem později, v psychologii, definoval emoce YOUNG in MAYER & SALOVEY (1990) jako "náhlé pomatení jedince jako takového". V těchto přístupech jsou "nevinné" emoce nahlíženy jako "celková ztráta mozkové kontroly" a neobsahují žádné "stopy vědomých záměrů" (MAYER & SALOVEY, 1990).

Druhá tradice se dívá na emoce jako na uspořádané odezvy, protože flexibilně zaměřují rozumové aktivity a následné jednání. Spíše než aby tedy byly emoce charakterizovány jako chaotické, náhodné a do určité míry zmatené, LEEPER in MAYER & SALOVEY (1990) připomíná, že emoce jsou primární motivační síly; které "působí, vyvolávají, podporují a zaměřují jednání". Celkově lze emoce označit za primární lidské motivy (IZARD & BUECHLER in MAYER & SALOVEY, 1990).

Definice pojmu emoce

- **Etymologicky má tedy slovo emoce blízko k pojmu motivace. Oba pojmy mluví o akci, stavu, jenž je opakem zklidnění, ztišení. Akce má vztah k nějakým cílům: motivace je akce směřující k dosažení cíle, zatímco emoce je akce, jež je důsledkem situací, které dosažení cíle buď ohrožují, nebo vylepšují.**
- **Z hlediska své struktury mají emoce komponentu zážitkovou (citovou), která je klíčová, protože se konstituuje v jednotě s poznáváním významu situace, a dále komponentu behaviorální (výrazovou představující chování a jednání) a somatickou (zejména viscerální)**

EMOCE ... *DEFINICE*

- E. VYJADŘUJÍ SUBJEKTIVNÍ VZTAH ČLOVĚKA K JEHO VLASTNÍM PROJEVŮM I K JEJÍM A SITUACÍM Z JEHO OKOLÍ.
- E. JSOU PSYCHICKÉ JEVIŠTĚ, KTERÉ MAJÍ HODNOTÍCÍ VÝZNAM, A PROTO JIMI VYJADŘUJEME, ZDA JE NÁM NĚCO PŘÍJEMNÉ ČI NEPŘÍJEMNÉ, SVŮJ KLADNÝ ČI ZÁPORNÝ POSTOJ, USPOKOJENÍ ČI NEUSPOKOJENÍ.
- E. PROVÁZEJÍ VŠECHNY PSYCHICKÉ PROJEVY ČLOVĚKA

AFEKTIVITA VS EMOTIVITA

- **AFEKTIVITA** – pohotovost k emočním reakcím, jde o individuálně specifické emoční projevy
- **EMOTIVITA** – celková dlouhodobá emoční charakteristika jedince
- *Ne všichni autoři toto rozdělení dodržují*

SLOŽKY EMOCÍ

- **subjektivní prožitek emoce**
- **vnitřní tělesné reakce, zvláště ty, na nichž se podílí autonomní nervový systém**
- **kognitivní hodnocení nebo přesvědčení, že se odehrává pozitivní nebo negativní událost**
- **výraz obličeje**
- **reakce na emoci**
- **tendence jednání**

DIMENZE CITOVÉHO PROŽÍVÁNÍ

příjemnost - **nepříjemnost**
(libost - *nelibost)*

napětí - **uvolnění**

vzrušení - **uklidnění**

znaky emocí

- emoce jsou maximálně subjektivní (z osobního pohledu) záležitostí - dva totožné podněty mohou u různých jedinců vyvolat různé emoce (například nepříjetí na školu může u jednoho jedince vyvolat lítost a smutek, u druhého naopak vztek a zlobu)
- slovy jsou těžko vyjádřitelné
- jsou univerzální, tzn. že doprovázejí všechny druhy duševní činnosti
- jsou aktualizovány konkrétní situací v daném okamžiku
- jsou neopakovatelné - vjem, který v nás emoci vyvolal si můžeme znovu „přehrát“ (vybavit) ve vědomí, ale stejné city nikoliv, ty se s prožitým obsahem mění
- jsou podmíněné, setrvačné – například, když učitel znepríjemní žákovi nějaký předmět, může se prožívání nepříjemných citů objevovat v tomto předmětu i poté, kdy ho učí jiný učitel
- většina emocí jsou polární (protilehlé), například láska x nenávisť, radost x smutek
- jsou smíšené (ambivalentní), například láska v nás vyvolává pocit radosti a štěstí, ale i strach o milovanou osobu, žárlivost a jiné
- vnímáme je ve dvou protipólech - příjemné x nepříjemné
- jsou obtížné přístupné nestrannému (objektivnímu) rozboru (analýze)

ROZDĚLENÍ EMOCÍ

podle polarity:

*kladné a záporné
libé a nelibé
stenické a astenické*

podle kvality:

*nižší (individuální, tělesné)
vyšší (sociální, etické, estetické)*

podle intenzity a trvání:

*afekty
nálady*

podle struktury a obsahu:

(paratymie, fobie aj).

Univerzální emoce

- EKMAN zjistil, že existuje univerzální výraz čtyř následujících emocí: strachu, hněvu, smutku, radosti. Specifický obličejový projev těchto čtyř emocí rozlišují lidé ve všech světových kulturách stejně - včetně negramotných národů - neovlivněných masovými médii. Jde o emoce univerzální.

VROZENÉ EMOCE JAKO REAKCE NA OBECNĚ ŽIVOTNĚ VÝZNAMNÉ SITUACE

(M. Nakonečný 2004)

- radostreakce na zisk
- smutek reakce na ztrátu
- starost reakce na nejistotu
- hněv reakce na překážku
- strach reakce na ohrožení
- hnus reakce na škodlivé

LIMBICKÝ SYSTÉM

- **PODLE NYNĚJŠÍCH NÁZORŮ JE L.S. ODPOVĚDNÝ ZA VZNIK EMOCÍ A TĚCH PRVKŮ CHOVÁNÍ, KTERÉ EMOCE PROVÁZEJÍ, ZA VEGETATIVNÍ DOPROVOD EMOCÍ A SOUČASNĚ SE PODÍLÍ NA FYZIOLOGICKÝCH A BEHAVIORÁLNÍCH MECHANISMECH HOMEOSTÁZY.**
- **FUNKCÍ L.S. JE INTERAKCE INFORMACÍ ZE ZEVNÍHO SVĚTA (ZPROSTŘEDKOVANÁ MOZKOVOU KŮROU) S MECHANISMY ŘÍZENÍ VNITŘNÍHO PROSTŘEDÍ (PŘES HYPOTALAMUS A MOZKOVÝ KMEN.**
- **PŘESTOŽE L.S. TVOŘÍ FUNKČNÍ CELEK, NĚKTERÉ JEHO ČÁSTI MAJÍ SPECIFICKÉ FUNKCE.**

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ

W.B.CANNON (1929), P. BARD (1934) TEORIE

TALAMICKÁ TEORIE

ZDROJEM EMOCÍ JE TALAMUS (ČI VLASTNĚ HYPOTALAMUS), JENŽ KONCENTRUJE AFERENTNÍ PODRÁŽDĚNÍ A PODLE SITUACE VYSÍLÁ DESCENDENTNÍ VÝBOJE, ZPROSTŘEDKOVANÉ SYMPATIKO-NADLEDVINKOVÝM (ADRENALIN) A TAKÉ VAGO-INZULINOVÝM SYSTÉMEM (ACETYLCHOLIN, INZULIN). KONEČNÝM CÍLEM PO PROBĚHLÉ REAKCI JE VYROVNÁNÍ VNITŘNÍHO PROSTŘEDÍ (HOMEOSTÁZA). KŮRA MOZKOVÁ JE INFORMOVÁNA Z DIENCEFALA, COŽ UMOŽŇUJE PROŽITEL EMOCE, POPŘÍPADĚ JEJÍ OVLÁDÁNÍ.

FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ **LANGE – JAMESOVA (1884) TEORIE**

***„MÁME STRACH, PROTOŽE UTÍKÁME, JSME SMUTNI
PROTOŽE PLÁČEME“***

**CITY JSOU DOPROVÁZENY TĚLESNÝMI ZMĚNAMI,
ALE TYTO TĚLESNÉ ZMĚNY ZDE BYLY POJATY
NIKOLI JAKO DŮSLEDEK, NÝBRŽ JAKO PŘÍČINA
EMOCÍ.**

NAKONEČNÝ, 2000

PERIFERNÍ ZNAKY EMOCÍ

NEPODLÉHAJÍ VOLNÍ KONTROLE

KOŽNĚ-GALVANICKÉ REFLEXY (změny ve vodivosti kůže, související s pocením)

KREVNÍ TLAK A ZMĚNY OBJEMU ČÁSTÍ TĚLA (sympatetická část autonomní, vegetativní NS)

ELEKTROKARDIOGRAM A ČINNOST SRDCE (změny rytmu srdeční činnosti)

RESPIRACE (změny v dýchání)

PUPILÁRNÍ REFLEX (rozšiřování a zužování zornice oka)

SALIVÁRNÍ SEKRECE (vylučování slin)

PILOMOTORICKÉ REFLEXY (zduřování kožních oblastí)

DERMOGRAFIE

SVALOVÉ NAPĚTÍ

TREMOR

MRKACÍ REFLEX A POHYBY OČÍ

POCENÍ KŮŽE

VISCERÁLNÍ PROJEVY EMOCÍ

NEPODLÉHAJÍ VOLNÍ KONTROLE

- **TÝKAJÍ SE ZMĚN V ÚTROBÁCH A TKÁNÍCH A SOUVISÍ S ČINNOSTÍ AUTONOMNÍ (VEGETATIVNÍ) NERVOVÉ SOUSTAVY, KTERÁ JE ŘÍZENA HYPOTALAMEM.**
- **VISCERÁLNÍ REAKCE SE VZTAHUJÍ K VNITŘÍM ORGÁNŮM, JAKO JSOU SRDCE, PLÍCE, ŽALUDEK, CÉVY ATD.**
- **VISCERÁLNÍ ODPOVĚDI ORGANISMU NA EMOCIOGENNÍ PODNĚT JSOU FUNKCÍ VZTAHŮ MEZI SYMPATICKOU A PARASYMPATICKOU ČÁSTÍ AUTONOMNÍ NS, PŘIČEMŽ FUNKCE SYMPATIKU JE PŘEDEVŠÍM AKTIVAČNÍ (KATABOLICKÁ), KDEŽTO FUNKCE PARASYMPATIKU SPOČÍVÁ VE VYTVÁŘENÍ REZERV (FUNKCE ANABOLICKÁ).**

Vlastností citů (podle ŠTEFANOVIČ, J. 1974):

Citlivosti či citové dráždivosti, vnímavosti (senzitivity). Vyjadřuje skutečnost, jak lehce vznikají u člověka nové city, resp. jak lehce se city dávají do pohybu.

Citovost. Označuje se jí stupeň rozvoje, šířka, bohatství nebo chudost citového života.

Citová labilita/stabilita. Vyjadřuje rychlost střídání citů v čase, jakož i míru ovlivňování jednání a chování člověka jeho city.

Intenzita citů. Označuje se jí hloubka, resp. mělkost, síla prožívaného citu.

Citová zralost. Označujeme jí míru rozumového (resp. rozumného) základu prožívaných citů a míru rovnováhy mezi rozumovou a citovou složkou v psychice.

Citová ovlivnitelnost neboli sugestibilita. Jak lehce člověk podléhá citové nákaze či jak snadno lze u něho vyvolávat a měnit city.

Citová zranitelnost. Míra citové odolnosti, zejména vůči podnětům, které vyvolávají záporné, nepříjemné city. Mluví se zde také někdy o přecitlivělosti.

Stupeň citové ovladatelnosti. Označujeme tak míru řízení, ovládnutí citového života.

Výrazovost citů, tj. jak se city projevují navenek v mimice, gestice, řeči atp.

Citový optimismus nebo pesimismus. Vyjadřuje tendenci k prožívání stenických (posilujících) nebo astenických (oslabujících) citů.

Afekt

chápeme jako rychle vznikající citové vzplanutí, které je prudké, silné a poměrně krátkodobé. Bývá doprovázeno výraznými změnami v chování a změnami fyziologickými. Po afektu nastává vyčerpání. Člověk se může v afektu dopustit nerozvážených činů. Jako příklad můžeme uvést afekt vzteku, hanby, strachu atd.

NÁLADA

je relativně trvalý citový stav, který ovlivňuje a pod-barvuje psychické ladění osobnosti a vytváří kulisu pro aktuální psychické dění.

U nálad můžeme rozlišovat:

- intenzitu
- délku trvání
- vztah k podnětům, které náladu vyvolaly
- možnosti změny, přerušení nálady
- vliv nálady na ostatní duševní dění

V psychopatologii rozeznáváme různé chorobné nálady, z nichž nejčastější (podle V. VONDRÁČKA, 1970) jsou:

euforie (spokojená, blažená nálada, s kladným emočním přízvukem bez výraznějšího ovlivnění aktivity)

manická nálada (veselá, bývá zvýšená dynamogenie, zvýšené tempo řeči i jednání, promptní a výrazné reakce na všechny zevní podněty)

expanzivní nálada (v popředí je zvýšené sebevědomí se vzrůstem aktivity, stálé zasahování do okolí)

exaltovaná, extatická nálada (subjektivně vystupňované prožívání pocitu nadšení, štěstí, akti-vita může být zvýšena jednostranně, reakce na podněty nesouvisející s emočně nabitými před-stavami mohou být utlumeny)

apatie - lhostejnost (potlačení emoční reaktivity, což jedinec hodnotí vět-šinou nepříznivě, bývá snížena dynamogenie i celková aktivita)

depresivní nálada (smutná, s výrazným přízvukem nelibým, s pesimistickým pohledem až životní negací, s výrazným útlumem aktivity i dynamogenie)

úzkostná, anxiózní nálada (emoční přízvuk nelibý, převažuje pocit napětí, bývají obavy, očekávání neštěstí bezprostředně hrozícího, současně zvýšení aktivity různého stupně ve směru těchto dominujících myšlenek, současně s inhibicí (útlumem) aktivity ostatní)

dráždivá nálada (se zvýšenou pohotovostí k emocím vzteku a k agresivním reakcím)

bezradná nálada (v popředí je prožitek neschopnosti vyznat se v situaci, emoční přízvuk je nelibý)

morózní nálada (nevrlá, bývají depresivní a zlostné reakce bez zvýšení aktivity)

rezonantní nálada (reaguje se zlobnými afekty)

temperament

- vyjadřuje dynamické vlastnosti osobnosti, tedy dynamiku celého chování a prožívání. Dynamikou chování a prožívání se rozumí zejména tempo průběhu a střídání psychických procesů, stavů, činností a jednání, a jejich intenzita, tedy konkrétně takové vlastnosti, jako je např. citová vzrušivost, snadnost střídání citů, impulsivnost či naopak pomalost a pasivita.
- Temperament je určován vrozenými vlastnostmi nervové soustavy a můžeme tedy říci, že má vrozený základ. Na základě výchovného působení je však možno naučit jedince temperamentové projevy ovládat a kontrolovat. Temperamentové vlastnosti jsou též překrývány vlastnostmi charakteru.

TEMPERAMENT

- psychologické charakteristiky osobnosti, jež jsou vrozené (dědičné), můžeme u nich identifikovat biologický základ a týkají se formální (průběhové, dynamické, týkající stylu chování), nikoli obsahové stránky chování a prožívání. (Blatný 2003)
- Temperament jsou ty složky osobnosti, jež jsou dědičné, vztahují se k emocionalitě, jsou vývojově stabilní a neovlivnitelné sociokulturním prostředím (Cloninger).

Hippokratova (5. až 4. stol před Kr.) koncepce temperamentu

- **SANGVINIK**, který je chápán jako čilý, veselý, společenský, ale také může být nestálý a lehkomyšlný.
- **CHOLERIK**, který se vyznačuje zvýšenou dráždivostí, rychlým vzestupem aktivity, konfliktností, zbrklostí, ale rovněž rychlým uklidněním a neodkladností v řešení daných úkolů.
- **FLEGMATIK** je rozvážný, pomalý, netečný, nenechá se snadno vzrušit ani uspěchat, podává zpravidla spolehlivý výkon.
- **MELANCHOLIK** se vyznačuje přecitlivělostí, sklonem k smutnému citovému ladění, slabostí v reagování a malou vnější aktivitou, což však umožňuje schopnost vcítění a jemného reagování.
- *Vidíme tedy, že každý typ temperamentu má určité kladné i záporné vlastnosti.*
- *Tato koncepce má již jen cenu historickou.*

Charakter

představuje souhrn těch vlastností osobnosti, jež se projevují v společensko-mravní stránce chování a jednání člověka. M. NAKONEČNÝ (1993) upozorňuje, že musíme rozlišovat dvojí užívání pojmu charakter v psychologii:

- **1.** v čistě psychologickém smyslu vyjadřuje "individuální zvláštnosti člověka",
- **2.** ve smyslu "morálního charakteru" vyjadřuje pohotovost člověka jednat podle určitých etických principů.

G. Allport: charakter je "zhodnocená osobnost".

Charakter je nejvyšším regulátorem lidského jednání a jeho vyhraněnost, pevnost a uvědomělost je výrazem **zralé osobnosti**.

Charakter člověka se formuje pod vlivem společenských vztahů a praktické činnosti a zejména působením výchovy, event. sebevýchovy. Nejbližší laické označení pro charakter nacházíme v termínu "povaha".

Charakter

Pojem charakter má blízko ke kategorii osobnost.

- V charakteru se projevují zvnitřněné (interiorizované) hodnoty jedince, které vyjadřují jeho **vztah**
- **k lidem a společnosti,**
- **vztah k práci (event. k učení či hře) a**
- **vztah k sobě samému.**

V charakteru nás zajímá především obsah, který je souhrnem dobrých i špatných vlastností posuzovaných podle mravního kritéria.

- *Jako příklad charakterových vlastností můžeme uvést třeba obětavost, snášenlivost nebo sobeckost a závistivost (vztah k lidem), pečlivost a pořádnost či nedbalost a lenost (vztah k práci) a konečně jako příklad charakterových vlastností (ve vztahu k sobě samému) to může být zodpovědnost a svědomitost jako kladné vlastnosti a např. neupřímnost a domýšlivost jako vlastnosti záporné.*

VŮLE

je definována jako schopnost rozhodnout se pro určitý cíl společně s uvědoměním si tohoto cíle a s aktivací prostředků k jeho dosažení.

- *VOLNÍ JEDNÁNÍ představuje uvědomovanou a úmyslnou činnost člověka, směřující k dosažení vytčeného cíle*
- VOLNÍ AKT se skládá zpravidla ze třech fází:
 1. Příprava volního jednání, jeho motivace.
 2. Fáze rozhodování charakterizovaná výběrem cíle a stanovením plánu činnosti. Zde se odehrává tzv. boj motivů.
 3. Rozhodnutí a uskutečnění tohoto rozhodnutí, tedy dosažení cíle. Tady člověk často naráží na vnější či vnitřní překážky, které musí překonávat.

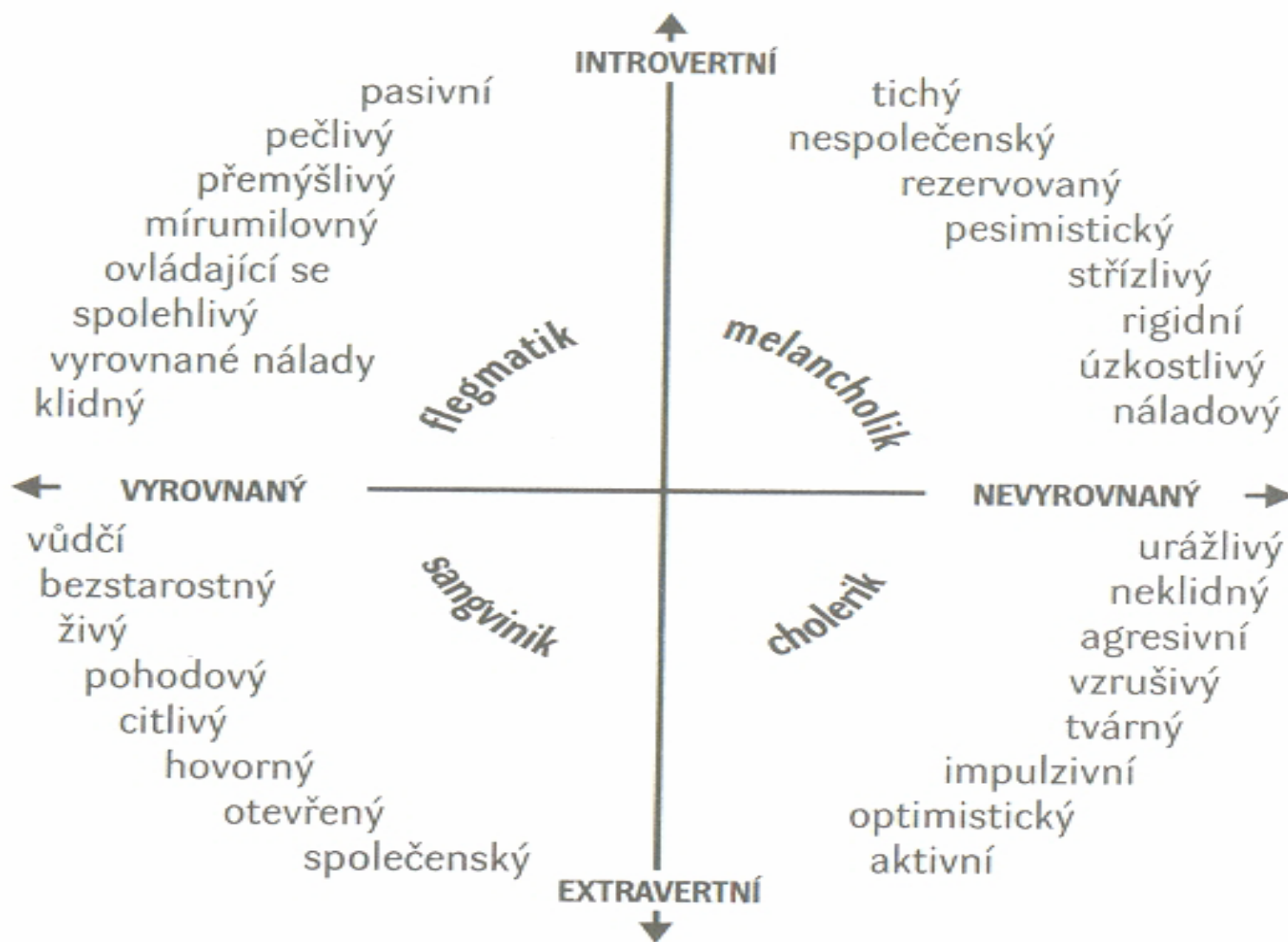
Vůle je vrcholem seberegulace osobnosti člověka.

FRUSTRACE (*zmaření, z lat. slova frustra = marně*). Je to psychický stav a chování člověka, které nastává v důsledku blokování možnosti uspokojit potřeby nebo dosáhnout vytčeného cíle. Blokování se chápe jako střetnutí s překážkou

NEJČASTĚJŠÍ REAKCE NA FRUSTRACI:

- ***Agrese***. Je to nejpřirozenější reakce na frustraci, i když společensky málo přijatelná. Agrese může být zaměřena buď na objekt, který frustraci vyvolává (**extrapunitivní reakce**), nebo na sebe sama ("mohu za to já sám") (**intrapunitivní reakce**). Agrese nemusí být přirozeně pouze fyzická, ale může být i slovní (nadávání, vyhrožování apod.).
- ***Racionalizace***. Nemožnost dosažení cíle je rozumově zdůvodňována.
- ***Bagatelizace***. Hodnota cíle je zlehčována.
- ***Fantazie***. Dosažení frustrovaného cíle je přeneseno do fantazie a imaginace.
- ***Regrese***. Frustrovaný člověk vykazuje chování typické pro nižší vývojový stupeň (např. dospělý se chová jako dítě).
- ***Represe***. Potlačení frustrovaného přání.

Eysenckův systém dvou základních faktorů osobnosti



KONFLIKT

- **1. Konflikt mezi dvěma pozitivními cíli.** Jde o typ konfliktu přitažlivost - přitažlivost (apetence - apetence). (*Např. rozhodují se, mám-li jít večer do kina nebo do divadla.*)
- **2. Konflikt mezi dvěma negativními cíli.** Jde o konflikt odpudivost - odpudivost (averze - averze). (*Např. zaplatit-li pokutu nebo jít do vězení.*)
- **3. Konflikt spočívající v současné přitažlivosti a odpudivosti cíle.** Konflikt apetence - averze vyvolává stav ambivalence. (*Např. pořídit si drahé auto a současně se bát, že mi ho někdo ukradne.*)

PSYCHOLOGIE POZNÁVÁNÍ

Poznávání začíná **čítím a vnímáním (percepce)**, jehož výsledkem jsou počítky a vjemy. Čítí a vnímání jsou psychické procesy, kterými poznáváme to, co právě nyní působí na naše smyslové orgány. **Vjem** je zobrazením celého předmětu nebo děje, který působí momentálně na naše smysly (např. vjem jablka), kdežto **počitek** je jakýmsi "elementem" vjemu, neboť je vyjádřením jedné kvality zpracované jedním určitým smyslem (např. u vjemu jablka to jsou počítky určité vůně, kulatosti, barvy, hmotnosti, chutě atd.). Člověk zpravidla nemá s jednotlivými počítky zkušenosti, neboť vnímá svět jako celky - vjemy, které jsou již určitými zákonitými komplexy počítků.

PSYCHOLOGIE POZNÁVÁNÍ

- Dalším stupněm zpracování smyslových dat v poznávání skutečnosti jsou **představy**. Jsou to více - méně zřetelné obrazy skutečnosti, kterou člověk zachytil dříve, a ukazují již určité aktivní zvládnutí informací, které vstoupily do psychiky člověka receptory.
- Představy, přestože patří spolu s počitky a vjemy k smyslovému pozná-vání světa a podobně jako počitky a vjemy jsou názorné, vznikají analyticko-syntetickou činností mozku a od obou uve-dených fenoménů se liší. Představy jsou ob-vyk-le méně jasné, méně živé, mají méně detailů, jsou útržkové (říkáme, že jsou fragmentárnější) a nejsou stále tak jako např. vjem, který můžeme ve vědomí udržet tak dlouho, jak dlouho necháme příslušný podnět působit na naše receptory

PSYCHOLOGIE POZNÁVÁNÍ

- Za předpokladu správné funkce čítí, vnímání, představivost i pozornosti a paměti jsou informace přijaté do psychiky zpracovávány nejvyšším poznávacím procesem, a to myšlením, které je typické pro člověka. Myšlení je zobecněné a zprostředkované poznání předmětů a jevů skutečnosti lidským mozkem. Myšlení umožňuje odhalovat jevy a souvislosti mezi nimi, které smyslové poznání nemůže postihnout, umožňuje předvídání (anticipaci) jevů a hodnocení jejich závažnosti. Myšlení se opírá o zobecněné poznatky a překračuje hranice bezprostředního poznávání. **Zobecnění umožňuje řeč, a proto označujeme řeč za nástroj myšlení.** Základním elementem řeči je slovo, které je nositelem **pojmu**, což je slovně vyjádřený souhrn obecných a podstatných vlastností předmětů a jevů (pojem "strom" shrnuje všechny obecné znaky celé třídy stromů, tedy topolů, borovic, jabloní atd.). Jednotlivé pojmy můžeme srovnávat a nacházet mezi nimi vztahy a takovéto srovnávání pojmů nazýváme **soudy** (např. strom je zelený). Můžeme mezi sebou srovnávat i soudy a potom docházíme k **úsudkům**, tj. když z několika soudů vyvozujeme soud nový. Myšlení se realizuje prostřednictvím myšlenkových operací, z nichž se nejčastěji uvádějí:
 - *analýza a syntéza*
 - *srovnávání*
 - *generalizace (zobecňování) a klasifikace (třídění)*
 - *abstrakce (vydělování podstatných znaků) a konkretizace.*

PAMĚŤ

FÁZE PAMĚTI:

1. VŠTÍPIVOST zapamatování na krátký čas
půl hodiny až hodinu
2. FIXACE (UPEVNĚNÍ) stopy se mění pod
různými vlivy
3. KONZERVACE stopa už je stabilní,
uchovává se na delší čas
4. REPRODUKCE (VYBAVOVÁNÍ), event.
Znovupoznání, reminiscence atd.

TŘI ZÁKLADNÍ SLOŽKY PAMĚTI

- **VŠTÍPIVOST (RECEPCE)** JE POHOTOVOST PAMĚTI PŘIJÍMAT NOVÉ INFORMACE. ZÁVISÍ NA POZORNOSTI, STAVU VĚDOMÍ A FAKTORECH, KTERÉ MOHOU TYTO FUNKCE OVLIVŇOVAT (NAPŘ. ÚNAVA, NEVYSPÁNÍ ATD.) VŠTÍPIVOST JE NEJVYŠŠÍ V DĚTSTVÍ, SE STÁRNUTÍM KLESÁ, KDYŽ PO DOBU DOSPĚLOSTI BYLA NA USTÁLENÉ HLADINĚ.
- **ÚCHOVNOST (RETENCE)** PAMĚTI JE SCHOPNOST UCHOVAT VŠTÍPENÝ MATERIÁL PO ROZLIČNĚ DLOUHÝ ČASOVÝ ÚSEK. ZÁVISÍ NA SCHOPNOSTI SPOJOVAT VŠTÍPENÝ MATERIÁL S JINÝMI VZTAHY A ASOCIACEMI, I NA MOTIVACI K PODRŽENÍ ZÁŽITKŮ. BÝVÁ I VE VYŠŠÍM VĚKU ZACHOVÁNA
- **VÝBAVNOST (REPRODUKCE)** PAMĚTI JE SCHOPNOST VYBAVIT, AKTIVNĚ REKONSTRUOVAT MINULÉ ZÁŽITKY. ZÁVISÍ NA POHOTOVOSTI ASOCIACÍ A VOLNÍCH PROCESSECH. ZHORŠUJÍ JI VEDLEJŠÍ ASOCIACE, NAPĚTÍ, PORUCHY KONCENTRACE POZORNOSTI. PROTO SNADNO PSYCHOGENNĚ SELHÁVÁ.

PAMĚŤ

ENGRAM

paměťová stopa

- *SELHÁNÍ SE MŮŽE TÝKAT*
 - obsahu paměti
 - lokalizace engramu

PAMĚŤ

PRACOVNÍ PAMĚŤ (working memory) je to pojem v současnosti používaný pro **krátkodobou paměť** (short-term memory).

Tento druh paměti lze přirovnat k tabulce, na niž se napíše záznam, který se po několika desítkách sekund smaže, aby uvolnil místo pro záznam další.

DEKLARATIVNÍ PAMĚŤ

*SKLÁDÁ SE Tedy SE SLOV, SCÉN,
SYMBOLŮ, ALE TAKÉ PŘÍBĚHŮ A
UDÁLOSTÍ.*

JE ZÁVISLÁ NA FUNKCI
NEOKORTEXU, HIPOKAMPU A
PŘILEHLÝCH STRUKTUR, NAPŘ.
DIENCEFALICKÝCH (TALAMUS,
MAMILÁRNÍ TĚLÍSKA).

DEKLARATIVNÍ PAMĚŤ

JE TO PAMĚŤ PRO FAKTA A UDÁLOSTI

SÉMANTICKÁ PAMĚŤ → *FAKTA*

EPIZODICKÁ PAMĚŤ → *UDÁLOSTI*

OBSAHY SÉMANTICKÉ PAMĚTI NEJSOU NA KONTEXTU ZÁVISLÉ

OBSAHY EPIZODICKÉ PAMĚTI CHARAKTERIZUJE VZTAH KE KONTEXTU

*Mám s někým schůzku **na Špilberku** **v sobotu ve tři hodiny odpoledne před**
vinárnou*

NEDEKLARATIVNÍ PAMĚŤ

- **ZAHRNUJE NEUVĚDOMĚLÉ ZKUŠENOSTI (NAPŘ. MOTORICKÉ SOUHYBY), KTERÉ OVLIVŇUJÍ CHOVÁNÍ. K JEJÍMU VYTVOŘENÍ A VYVOLÁNÍ NENÍ ZAPOTŘEBÍ VĚDOMÉHO ÚSILÍ. NEZÁVISÍ NA FUNKCI HIPOKAMPU, ALE JINÝCH STRUKTUR: KŮŘE MOZKOVÉ, STRIATU, MOZEČKU A AMYGDALÉ.**

KVANTITATIVNÍ PORUCHY PAMĚTI

- **HYPOMNÉZIE**
- **AMNÉZIE**
- **HYPERMNÉZIE**

AMNÉZIE

- **AMNÉZIE JE PORUCHA DEKLARATIVNÍ PAMĚTI, KTERÁ SE MŮŽE TÝKAT EPIZODICKÉ A SÉMANTICKÉ PAMĚTI SPOLEČNĚ NEBO ZVLÁŠŤ**
- KROMĚ TOHO SE MŮŽE TÝKAT UDÁLOSTÍ, KTERÉ PROBĚHLY PŘED DOBOU VZNIKU AMNÉZIE, TJ. **RETROGRÁDNÍ AMNÉZIE**, ALE I UDÁLOSTÍ, KTERÉ SE ODEHRAJÍ PO DOBĚ VZNIKU AMNÉZIE, TJ. **ANTEROGRÁDNÍ**, TAKÉ **ORTOGRÁDNÍ NEBO PROGRÁDNÍ AMNÉZIE**

RIBOTŮV ZÁKON

**VYJADŘUJE VZTAH MEZI PRACOVNÍ
(KRÁTKODOBOU) A DLOUHODOBOU PAMĚTÍ**

**Z PAMĚTI SE NEJDŘÍVE VYTRÁCEJÍ VZPOMÍNKY
NA NEJNOVĚJŠÍ UDÁLOSTI, TEPRVE POTOM
STARŠÍ VZPOMÍNKY**

IMPRINTING

(VTIŠTĚNÍ, RAŽENÍ)

Pod pojem *imprinting* shrnujeme učební procesy *vázané na citlivou fázi ontogeneze chování a vedoucí k dlouhotrvajícím, často ireverzibilním změnám v chování*. Na učení závislé vtištění se nemůže uplatňovat v libovolném časovém úseku ontogenetického vývoje, ale pouze v druhově specifickém pevně stanoveném a fylogeneticky předem naprogramovaném časovém úseku, tedy v *tzv. citlivé nebo kritické fázi*. Podkladem procesu vtištění je proto vždy časově ohraničená dispozice k učení. Velká část vtišťovacích procesů probíhá *již v časném mládí*.

D. Franck, 1996

Pozornost

představuje soustředění psychické činnosti na vnější nebo vnitřní podněty, jež směřuje k jejich co nejpřesnějšímu vědomému vnímání. Pozornost znamená určité vyostřené vědomí a je podmínkou každé vědomé činnosti. Na úroveň pozornosti můžeme usuzovat z vnějšího chování (příslušná mimika, zaujetí určité polohy těla atd.). Podle způsobu upoutání můžeme rozlišovat pozornost bezděčnou (je vyvolána zvláštností podnětu a bez volního úsilí) a záměrnou (vyžaduje volní úsilí). V činnosti (v práci, učení, hře) je pozornost velmi důležitá a činnost by bez ní prakticky nemohla probíhat.

vlastnosti pozornosti

Pozornost je velmi dobře vymezena svými vlastnostmi, z nichž uvedme:

- ***koncentraci***, soustředění pozornosti k určitému objektu při opomíjení jiných podnětů
- ***kapacitu***, rozsah pozornosti
- ***tenacitu***, vytrvalost, stálost pozornosti (opakem je unavitelnost)
- ***iritabilitu***, dráždivost (jak snadno lze pozornost vzbudit)
- ***intenzitu*** (stupeň soustředění, koncentrace)
- ***oscilaci***, kolísání intenzity pozornosti
- ***vigilitu, vigilanci*** (bdělost), pravděpodobnost detekce občasných signálů nebo signálů blízkých percepčnímu prahu
- ***flexibilitu***, přenášení, přepojování pozornosti (aktivní, vědomé přemísťování pozornosti z jednoho objektu na další)
- ***roztržitost***, tedy neschopnost přenášet nebo soustředit pozornost na to, co je třeba, což může mít dvě příčiny
 - **a)** neschopnost soustředit se na delší dobu vůbec
 - **b)** přílišná soustředěnost na jeden předmět nebo činnost