

MO2 - Poznávací psychické procesy

- umožňují se člověku orientovat ve svém okolí, vnímat, myslet, mluvit, posuzovat, hodnotit věci

Vnímání – základ poznávání vnějšího i vnitřního světa

- = proces, jehož prostřednictvím poznáváme to, co zrovna v daném okamžiku působí na naše smyslové orgány
- vnímání je **výběrové** – každý si volí co vnímá
- **zrakové, sluchové, čichové, chuťové, hmatové, vnímání pohybu a stavu vnitřních orgánů**
- 3 procesy vnímání: **recepce** (schopnost přijímat podněty smysly), **percepce** (uvědomování si podnětů), **apercepce** (vnímání za využití předchozí zkušenosti)
- výsledkem vnímání jsou 2 druhy zážitků:
 - o **vjem** je obrazem předmětu jako celku, tedy výsledek vnímání (kniha)
 - o **počitek** je obrazem jednotlivého znaku vnímaného předmětu (barva)
počítky se obvykle u člověka nevyskytují izolovaně, jsou součástí vjemů
- vnímání **senzorické** (pomocí smyslů) x **syntetické** (vjemy ve větším celku – vnímání předmětu jeho změn, pohybu a vztahů)
- může dojít ke zkreslení či poruchám: **smyslový klam, iluze, halucinace**

Představivost

- schopnost vědomí vytvářet představy, tj. smyslové obrazy něčeho, co aktuálně nevnímáme nebo oživovat minulé zážitky
- **představa** = schopnost vybavit si podnět, který v daném okamžiku nepůsobí na smyslové orgány.
- představy jsou vybavovány na základě různých asociací (zákon dotyku a času, podobnosti, novosti)
- funkce: představy umožňují přesun **do minulosti** (vzpomínky) i do **budoucnosti** (plánování, snění, mentální stav očekávání), **nástroj myšlení a paměti**
- **Dělení:**
- podle obsahu
 - o **konkrétní** (můj pes Azor) x **abstraktní** (pes)
- podle podnětu
 - o **paměťové/vzpomínkové** – znovu vybavení události z minulosti, reprodukce již dříve vnímané skutečnosti
 - o **fantazijní** – přetvoření paměťových představ na nové
 - **fantazie** – psych. proces vytváření nových představ
 - **rekonstrukční fantazie** – vytvoření nové představy na základě slovního popisu nebo schématického znázornění
 - **tvůrčí fantazie** – vytvoření nové představy, která je originální

Paměť

- soubor procesů, které umožňují osvojení informací, jejich uchování a vybavení

- **základní procesy paměti:**

- **kódování** (vznik paměťové stopy) – **bezděčné**(spontánní) **X úmyslné**
- **uchování** (přebývání informací v paměti)
- **vybavení** (znovupoznání a reprodukce uchované informace)

- časem dochází k procesu

zapomínání – největší část osvojených informací zapomínáme téměř bezprostředně po zapamatování

– **Ebbinghausova křivka**

zapomínání

- **Dělení:**

- podle uchování obsahu

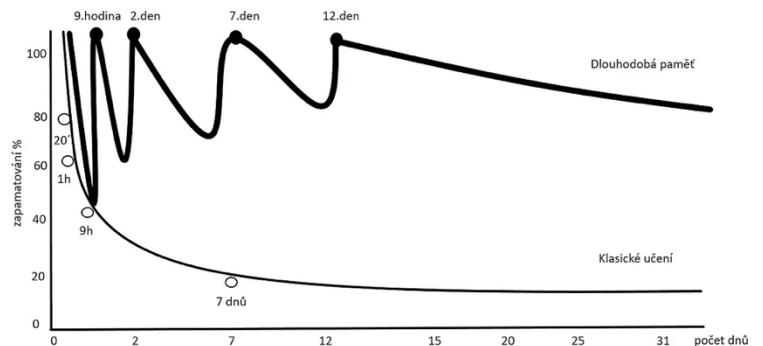
- o **krátkodobá paměť** – zapamatování informací po dobu několika sekund max minut, zachycuje aktuálně působící podněty
- o **dlouhodobá paměť** – uchování informací delší dobu (i celý život – psaní)

- podle způsobu ukládání do paměti (učení)

- o **mechanická** – založená na memorování (pamatování tel. čísel, slovíček...)
- o **logická** – založena na utřídění informací a na jejich pochopení, vznikají síťová schémata (souvislosti, vztahy mezi věcmi) – odolnější proti zapomínání

- druhy vnímání – **paměť zraková, sluchová, pohybová**

- **poruchy paměti:** **hypomnézie** (snížená výkonnost paměti), **hypermnézie** (zvýšená), **amnézie** (ztráta paměti)



Myšlení

- člověk se v procesu poznání snaží poznávat vztahy a souvislosti, rozlišovat podstatné od nepodstatného – to mu umožňuje vyšší forma poznání, tj. myšlení
- mentální manipulace s různými informacemi (s vjemy, představami, symboly, znaky), které slouží k porozumění jejich podstaty a k analýze souvislostí

= **proces řešení problémů**, kdy zachází s vjemy a představami – dochází při něm ke zpracování a využívání informací

- **formy myšlení: Aristoteles**

- o **pojmem** – základní, vystižení obecných znaků jevu, význam pojmu je definice
- o **soud** – vztah mezi jevy nebo jejich znaky
- o **úsudek** – sděluje vztah mezi více soudy

- **myšlenkové operace**

- o **analýza a syntéza** – myšlenkové rozdělení celku na části a vystižení jejich
- o vzájemných vztahů a opětovné sjednocování (prolínání)
- o **abstrakce** – postup, kdy vyčleňujeme podstatné a obecné vlastnosti předmětů a jevů **konkretizace**, kdy odhalujeme to, co je pro předmět či jev jedinečné

- **indukce** – myšlenkové vyvozování obecného tvrzení z jednotlivých případů (z konkrétních k obecnému)
- **dedukce** – proces postupující od obecného ke konkrétnímu tvrzení, jedinečnému
- **generalizace (zobecňování)** - vydělení znaků společných pro jednotlivé jevy
- **srovnávání, třídění (klasifikace)** - srovnávání – zjišťování podobností nebo odlišností, třídění – na základě podobnosti rozdělujeme do skupin
- **druhy:**
 - **konkrétní myšlení (názorné)** – problém řešen pomocí názorných představ
 - **Abstraktní (teoretické) myšlení** – problém řešen s využitím abstraktních představ – řešení teoretických úkolů
- podle směru řešení problému
 - **konvergentní (sbíhavé) myšlení** – směřuje k jednomu cíli, jeden způsob řešení
 - **divergentní (rozbíhavé) myšlení** – hledá několik různých řešení – tvůrčí postup

Řeč

- je **nástrojem myšlení**, který umožňuje komunikaci mezi lidmi, vyjadřuje myšlenky a umožňuje je sdílet s dalšími lidmi
- specificky lidská záležitost
- nástrojem řeči je **jazyk** – kognitivní a komunikační kód – užívá symboly, které jsou systematicky, dle určitých pravidel uspořádány – prostředek vyjadřování obsahu vědomí
- dvě složky řeči **receptivní** (porozumění) a **expresivní** (vyjadřování)
- dva druhy řeči:
 - **vnitřní** – komunikace sama se sebou – plánování činnosti, vybavení emoce
 - **vnější** – komunikace se svým okolím
 - **mluvená, psaná a mimoslovní (neverbální) řeč**

Učení

- proces při kterém získáváme, osvojujeme a pozměňujeme, upevňujeme nové zkušenosti a tím se přizpůsobujeme novým situacím
- záměrné i nežádoucí
- rozdělení:
 - **senzomotorické (smyslově pohybové)** – učení se kreslit, číst
 - **vědomostní** – osvojování poznatků
 - **intelektové** – osvojování řešení problémů či úloh
 - **sociální** – učení sociálním dovednostem (žít s lidmi), formuje motivy a charakter
- **efektivita učení:** závisí na vnějších podmínkách, momentálním psychickém stavu jedince, na metodě
- **druhy učení:**

- **1. opakováním**
 - nejjednodušší způsob – cvičení, při kterém se efektu dosahuje pouhým opakováním určité aktivity, pouhé verbální mechanické memorování nebo opakování stále stejné pohybové aktivity
- **2. senzomotorické** (smyslově pohybové)
 - rozvoj pohybové stránky a názorné poznávání – u člověka se opírá např. o slovní instrukci
 - fáze: 1. **seznamovací** (ukázka vzoru, cviku), 2. **procvičovací**, 3. **aplikace** (využívání)
- **3. podmiňování**
- proces, kdy je určitá reakce vyvolána novým podmíněným podnětem
 - **klasické podmiňování** – jde o spojení vnějších podnětů – dvě události následující za sebou nezávisle na aktivitě jedince
 - **I. P. Pavlov** – Rus 20. léta – pokus se psy – rozsvícení světla a krmení
 - nutné opakování, aby nevyhasl spoj
 - **operantní podmiňování** – spojení určité reakce s. jejími důsledky
 - chování je upevňováno **odměnou či trestem**
 - **E. L. Thorndike** – zákon efektivity – činnost vedoucí k úspěchu je opakována (pokus s kočkami)
- **4. kognitivní**
- **významná lidská forma učení** – zahrnuje získávání informací, poznávání. a porozumění vztahů i obecnějších pravidel
- využívají se předchozí znalosti, zkušenosti, dovednosti a přístupy v procesu učení
- je spojené s kognitivními mechanismy mozku
- **vizualizace x verbalizace** pojmů
- **5. sociální učení**
 - osvojování sociálních dovedností, učení se sociální interakcí, formování charakteru
 - učení **nápodobou** (imitací) - jedinec přejímá hotové vzorce chování, které pozoruje u jiného člověka
 - učení **sociálním zpevňováním** –odměny (pochvaly) a tresty (odmítnutí)
 - **identifikací** – ztotožnění s osobou se kterou má člověk kladný vztah
- **SQ4R** – Metoda učení, jednotlivé fáze učení:
 - **Survey** (prozkoumání), **Question** (otázka), **Read** (čtení), **Reflect** (přemýšlení), **Recite** (hlasité opakování), **Review** (rekapitulace).

Emoce

- Psychické jevy, které hodnotí to, co poznáváme a co děláme
- jsou subjektivní, spontánní, aktuální, polaritní
- Dělení:
 - **1. Dle úrovně:**
 - **Nižší:** tělesné, podmíněny biologickými potřebami-hlad, žízeň, zima, horko

- **Vyšší:** podmíněny sociálně (estetické – hodnocení krásy, morální – hodnocení druhých, intelektuální – radost z poznání)

- 2, Dle průběhu:

- **Afekt:** velmi výrazný, silný projev (vztek, strach, bouřlivá radost), prudké vzplanutí citový výbuch
- **Nálada:** déle trvající citový stav (optimistická veselá, smutná, pesimistická ovlivňuje veškeré naše jednání)