# Sociální psychologie - sociologie

- primární zkoumání vztahů – již ze starověku, **Genesis, starozákonní knihy Mojžíšovy**

přinášejí první informace o sociálním vývoji člověka

**Sociální psychologie je věda o chování, prožívání a zkušenostech jednotlivce ve společnosti.**

Sociální - z lat. socius – druh, společný, nebo někdo kdo je s někým v kontaktu.

SP je věda o sociální interakci a je to vědecké studium zkušenosti a chování individuí ve vztahu k sociálně stimulujícím situacím.

**Vztah k jiným oborům:**

- k obecné psychologii, k psychologii osobnosti

- k sociologii; na rozdíl od sociologie (kterou definujeme jako vědu studující zákonitosti vývoje a fungování sociálních systémů) sociální psychologie se primárně nezaměřuje na sociální jevy a skupiny, ale zajímají ji spíše jednotlivé osobnosti lidí v sociálních vztazích.

**Předmětem zájmu soc. psychologa bude konkrétní jedinec v sociálních podmínkách (nezaměstnaný, ne nezaměstnanost).**

**1. Metody sociální psychologie.**

Výzkumná metoda je nástroj systematického poznávání.

1. **metody pozorování - základní způsob**

- přirozené – volné (není předem dán předmět zkoumání)

- navozené – řízené

- celostní nebo speciální

- se zaměřením na jednotlivce nebo celou skupinu

- krátkodobé a dlouhodobé pozorování, nepozorované pozorování,

1. **metody explorační**

- rozhovor, interview, dotazníkové metody

- sociální anamnéza

- psychologické testy

1. **metoda měření postojů**

- metoda sémantického diferenciálu; škála bipolárních adjektiv

1. **metoda – experiment –** záměrně navozený děj nebo také způsob a prostředek poznání

a současně metoda poznání; předpokladem je nějaká teorie nebo zákon a

experimentovat lze buď v reálných podmínkách, nebo v laboratořích

1. **sociometrické metody** – zkoumají např. emocionální strukturu nějaké

skupiny a umožňují vhled do oblasti skupinové struktury a dynamiky skupiny

1. **metody odvozené** – techniky hraní role

**Socializace. Činitelé, podmínky a formy, zákony, výsledky.**

Socializace (proces sociálního učení) – ontogenetický proces, během něhož jedinec vrůstá do společnosti, osvojuje si její poznatky, zvyky, postoje, normy, atd….

Osvojuje si kulturu a internalizuje (zvnitřňuje) hodnoty a způsoby nahlížení světa, převládající ve skupině a ve společnosti.

Výchozí skutečností na straně jedince je geneze „ já“ (vývoj prochází vývojem, tělové já do 2.5 roku, pak se vyvíjí „ sociální já „ znamená vědomí jedinečnosti a vědomí kontinuálního vývoje).

Současně s procesem socializace probíhá i jeho individualizace, podmíněná sociálními interakcemi – vztahy, komunikací – a zráním psychických struktur jedince.

**Učení je využití životních zkušeností.**

**Činitelé socializace:** - sociální učení (získávání nových vzorců chování) je upevňováno:

- sociálním odměňováním (sociální odměňování - posílení)

- eliminace negativních způsobů chování (sociální trestání)

Soc.učení probíhá vždy během interakce.

Odměna vede ke zpevnění sociálního jednání. Trest vede ……?

**Zákon učení napodobováním** – jestliže jedinec pozoruje způsob chování a je k tomu také motivován, pak si tento způsob jednání a chování osvojuje.

**Zákon sociálním zpevňováním** – zákon sociálního odměňování (to, co je odměňováno, je upevňováno)

- zákon o sociálním trestání (sociální trest vede ke třem

reakcím: - buď tlumí tento způsob chování,

- nemusí mít zjevné účinky,

- nebo vede k úniku, k předstírání, a nebo dokonce k negativistickému zesílení způsobu chování

**Zákon učení sociální anticipací** (pokud skupina se silným vlivem na jedince projevuje očekávání určitého způsobu chování a jedinec si toho všimne, pak se chová tímto způsobem či si takový způsob chování osvojí).

**Zákon observačního (zástupného) učení** (jedinec si osvojuje způsoby chování a jednání, které jsou odměňovány a trestány u modelu).

**Zákon učení identifikací** (vývojově nejvyšší forma sociálního učení; jedinec si při něm osvojuje způsoby chování, normy, cíle, hodnoty, které chápe jako podstatné znaky svého modelu.

**Socializace je celoživotní proces, který souvisí se změnami sociální role jedince.**

**Dynamika lidského chování. Motivace.**

# Motivace

V mezilidských vztazích, při kontaktu s mladými lidmi i s dospělými, si všímáme toho, že každý se chová poněkud odlišně; k určité činnosti přistupuje s větším či menším zájmem, radost a uspokojení pociťuje při působení nestejných podnětů. Každé chování či jednání člověka je motivováno.

Motivací rozumíme souhrn činitelů, který jedince podněcuje, podporuje, aktivizuje, nebo naopak utlumuje a brzdí.

Motiv - je příčinnou činnosti a jednání člověka- má cíl, směr, intenzitu, trvalost

Mezi zákl.motivy řadíme: - potřeby, zájmy, návyky, cíle, přání, hodnoty, postoje, emoce

###### Potřeba

- motivace vystupuje jako interpsychický proces, který vyúsťuje v motivační stav označovaný jako potřeba

* vyjadřuje nějaký nedostatek subjektu ve dvojím smyslu:
* je to nějaký nedostatek organismu (fyziologické potřeby, které prožíváme jako hlad či únavu)
* nějaký nedostatek v podmínkách lidské existence (existenční jistota opora, uznání, láska atd.)
* rozlišuje se na **biogenní** (nedostatky těla) a **sociogenní** (ty, které člověk prožívá jako sociální bytost, cílem je sociální rovnováha jedince)

**MASLOW – teorie potřeb - pyramida potřeb**

**1.**fyziologické potřeby

2.bezpečí

3.láska

4.uznání

5.seberealizace

**MOTIVACE**

1. biologické základy M – vychází z biol.potřeb
2. kulturní a sociální základy M – podléhá vlivům kultury

###### Substituce motivů

* například nadměrná konzumace jídla nemusí být vždy motivována hladem, může to být i reakce na stres atd.

###### Komplexy

* zvláštní motivační činitelé, kteří se vytváří jako důsledek různých, obvykle negativních zkušeností a které mají vliv na chování, jehož cílem je kompenzace daného komplexu
* nejznámější je komplex méněcennosti

###### Principy, které vyjadřují fce.M:

1. princip psych. **rovnováhy** (motivované chování směřuje k dosažení vnitřní psych.rovnováhy, rovnováhu narušují neg.emoce, jejich společ.jmenovatelem je úzkost)
2. princip **hedonismu**

* chování člověka směřuje k vyhledávání slasti a vyhýbání se strasti

**Poruchy dynamiky sociálního chování. Konflikt, frustrace, psychická deprivace, stres, důsledky, způsoby vyrovnávání.**

**Dynamika je narušována situacemi, vyvolanými nedostatkem nebo nadbytkem vnějších či vnitřních podnětů z biologického, sociálního ….?**

Frustrace, konflikt, deprivace a stres

**Poruchy dynamiky psychosociálního chování:**

- konflikt (srážka) – střet dvou nebo více rovnocenně intenzivních a aktuálních podnětů, které působí na jedince:

- 1. konflikt dvou kladných sil – apetence X apetence (vybrat si ze dvou příjemných možností)

- 2. -;- dvou negat.sil – averse X averse (vybrat si ze dvou zel to menší)

- 3. -;- jedné kladné a jedné záporné síly - apetence X averze

Řešení konfliktu probíhá na vědomé úrovni na základě rozhodnutí jedné z jednajících stran. Vědomé potlačení jedné z tendencí nebo vytěsnění tendence z myšlení, aby se došlo ke kompromisu (náhradnímu řešení), které se podobá původnímu cíli.

**Reakce na konflikt:**

- reakce introkunitivní ( sebetrestající – jedinec obrací reakci proti sobě – depresivní

onemocnění, poruchy osobnosti, psychosomatické poruchy, autoagresivní choroby, poruchy příjmu potravy - sebepoškozování; tělo je ničeno i vlastními obrannými silami)

- reakce extrainitivní (zaměřená ven, vzteká se, křičí, dupe….)

- reakce imunitivní (netrestající reakce, jedinec dokáže bagatelizovat a eliminovat podmínky konfliktní situace a zaměřit se na jiný druh činnosti).

**Frustrace** (mařiti – činiti bezvýsledným) – překážka při uspokojování konkrétní potřeby, blokování při dosažení cíle, k němuž je jedinec nějak motivován.

Reakce na frustraci může být agresivní (hněv, zlost, nenávist), úniková (neklid, strach, úzkost), regresivní (úpadek na nižší vývojovou úroveň chování a reagování) a depresivní (rezignace, apatie, pocit bezvýchodnosti).

**Psychická deprivace je dlouhodobý stav frustrace, který je charakterizovaný krajním** **nedostatkem něčeho, co je nezbytné pro uspokojování potřeby:**

- senzorická deprivace (dlouho v tmavé černé místnosti, mozek začne halucinovat)

- psychická deprivace (v dětství nejsou uspokojovány psych. potřeby dítěte, nedostatek lásky, významná porucha morálního a citového života dítěte). **Absence lásky u dítěte do jednoho**

**roku je naprosto neoddiskutovatelný fakt s ohledem na citový vývoj dítěte!!!**

**Psychický stres:** zátěž, břímě, tíseň, tlak

- kromě nepříznivých účinků, kdy je překročena mez individuální tolerance, může mít i

příznivé dopady. Je-li člověk vystaven stresu jsou u něj 3 stadia:

- poplach ( tělo se připravuje na boj nebo útěk, zvýšení krevního tlaku)

- rezistence ( adaptace organismu na stres)

- vyčerpání ( schopnost organismu čelit stresu je vyčerpána)

- onemocnění

**Stres přijde až tehdy, kdy si vyhodnotíme, že se s nastalou situací nedokážeme vypořádat.**

Dvě základní strategie zvládání stresu: 1.zaměřené na emoce a 2.jiné na problém( kognitivní

- poznávací strategie)

Důsledky stresu jsou krátkodobé a dlouhodobé ( kumulování podnětů vede k nemocem srdce a oběhového ústrojí, sekundární diabetes, ztráta imunity, nádory, ale hlavně duševní choroby).

Základní reakce na stres: útok, útěk

**Osobnost v sociálním začlenění. Sociální normy, prostředí, obyčeje, zákony, tabu.**

Sociální normy

* -         pravidla, požadavky kladené společností
* -         jsou psané (zákony) a nepsané (slušné chování)
* -         skupiny norem:

a) zvyky, obyčeje – nepsané normy, jsou nejméně sankciovány (pozdravení, nevhodné oblečení)

b) zákony – psané, za nesplnění jsou postihy, zajišťují fungování společnosti (např. proti krádežím, podvodům)

c) tabu – nezveřejňovaná pravidla, přísné zákazy (incest, antropofágie – lidožroutství)

**Skupina a pojem skupina**

Člověk nežije ve společnosti osamoceně, nýbrž v závislosti na jiných osobách, k nimž si vytváří vztahy a pouta, která utvářejí jeho život a psychiku. Příkladem toho je život dítěte, který se odehrává v prostředí rodiny. Později je člověk členem jiných skupin (třída, kroužek, pracoviště ap.). Skupinová příslušnost ho provází celý život. Uplatňuje se v jeho chování, vynořuje se v jeho citech i obsahu myšlení, a to i tehdy, když si to neuvědomuje a je prostorově vzdálen od přímého skupinového působení.

„*Skupina je sociální formace, která se skládá z určitého množství osob, které jsou vůči sobě ve vzájemných, více nebo méně vymezených, pozicích a rolích a která má vlastní systém hodnot a norem, regulujících chování jednotlivých členů alespoň v záležitostech pro skupinu důležitých.“*

Do takto vymezených skupin je možno začlenit skupinu přátel, oddělení v továrně, školní třídu apod. „*Skupina je sdružení dvou a více lidí, kteří mají společné cíle, vytvářejí společné normy a vzájemnou závislost sociálních rolí.“*

**Klasifikace skupin**

Skupiny můžeme třídit na základě různých hledisek. Podle velikosti je dělíme na **velké**

a **malé**. Z hlediska psychologie považujeme za malou skupinu o počtu do 30 – 40 osob.

Podstatnými znaky malých skupin jsou:

a) společný cíl

b) jejich členové jsou spojeni trvalejšími svazky

c) vzájemně se znají

d) komunikují tváří v tvář

e) vytvářejí společné normy, závazné pro chování členů

f) vzájemná závislost sociálních rolí, která podmiňuje organizaci skupinového života, dělbu úkolů a činností, která odpovídá tradicím a normám skupiny a je předpokladem dosahování společných cílů.

Jiným způsobem je dělení na **primární** a **sekundární** skupiny.

Primární skupinou rozumíme takové sdružení osob, které se vyznačuje intimním spojením osob tváří v tvář a spoluprací. Typickou primární skupinou je rodina (nemusí být).

Sekundární skupiny se vyznačují náhodnými vztahy, nikoliv trvalostí pout a jsou spíše důsledkem nějakého zájmu.

**Neformální** skupina představuje síť sociálních vztahů, jejichž formy a funkce nejsou do detailů předpisovány nějakou společnou normou. Vazby mezi členy neformálních skupin jsou přirozeným výrazem citů a potřeb. **Formální** skupiny jsou organizovány (institucemi) a mají shora danou strukturu. Je potřeba si uvědomit, že ve formální skupině může vzniknout skupina neformální, nebo z formální skupiny může časem vzniknout skupina neformální.

Další kategorií malých skupin tvoří **členské** a **referenční** (vztažné). Referenční skupiny jsou takové, které vyvolávají touhu určitých jedinců po příslušnosti k této skupině. Skupinová vztažnost se tedy nemusí krýt se skupinovou příslušností. Členská skupina je pak skupinou, které je jedinec členem.

Referenční skupiny mohou být pozitivní (to jsou ty, kterých chce být jedinec členem)

a negativní (kterých členem nechce být).

**Společenská pozice, status, role.**

**Sociální role**

-         souhrn očekávání společnosti, jak se má člověk v určité společenské pozici chovat, od člověka nelze v určité pozici očekávat chování přiměřené jiné pozici  
Neslučitelnost role - když se od jednotlivce v určité pozici očekává někdy až protikladné chování - člen neuskutečňuje svou roli podle přesných pravidel a norem, ale vnáší do ní prvky své osobnosti. Hrajeme několik rolí současně v životě a měli bychom je umět vhodně spojovat.

-         sociální role mohou být krátkodobé (omezená doba) a dlouhodobé

* -         mohou také být nucené (děti, žena) a volitelné (zaměstnání)
* sociální pozice – vyjadřuje místo, které jednotlivec objektivně zaujímá ve společnosti
* distanc rolí – nepřijetí role (nejsme povinni vše přijmout)
* falešná role (např. úspěšný podnikatel, ale podvodník)
* konflikt rolí (např. žena – role matky a zároveň pracovní role v zaměstnání)
* -         role jsou podmíněny historicky – kastovní rozdíly, kulturní rozdíly
* -         role nejsou absolutně závazné
* -         role jsou společensky vytvářeny a kontrolovány

**Sociální pozice -** je to místo, které má jedinec v rámci svého společenského okruhu  
- tato pozice záleží na věku, vzdělání, pohlaví, prestiži

**Sociální status**

* -         hodnocení pozice, společenská vážnost – prestiž
* -         sociální status se dělí na vrozený, získaný a připsaný

a) vrozený (muž a žena)

b) získaný (student gymnázia vs. student na základní škole)

c) připsaný – přidělený společností (lékař vs. popelář, politik ÚV vs. kotelník)

* symboly (např. dáma – důstojnost, krása, pěkné šaty; skaut – vyjadřování, slušnost; podnikový ředitel – auto, mobil, doutník, obydlí)

**Přitažlivost, přátelství, láska.**

* **interpersonální přitažlivost a přátelství** jsou závislé na sociální blízkosti, což souvisí s frekvencí vzájemných kontaktů, navozuje pocity důvěrnosti a spolehlivosti vztahu a vytváří tak jeho základ. V rámci přátelství se protiklady přitahují, vhodně se doplňují, ale může dojít i k napětí.

**- podstata lásky** - každý muž nebo žena mají ve svém vědomí obsaženo vědomí reprezentace; pokud se setkají s osobou, která tomu odpovídá, nastane moment přitažlivosti.

- zamilovanost – oddanost- péče - blízkost

**Sociální komunikace. Vymezení, formy, struktura a dynamika komunikace.**

### Sociální komunikace

sdělování (přenos informací či výměna významů) v rámci společenského kontaktu

### Prvky sociálně komunikačního systému:

#### komunikační záměr - záměr (intence) komunikátora

#### komunikátor - odesílatel (transmitter, source, zdroj, původce, vysílající osoba) informace

#### komunikant - příjemce (recipient, receiver, destination, audience, adresát, uživatel, posluchač, divák) informace

#### komuniké (sdělení, zpráva, message) - věcný (informační) obsah sdělení

#### médium - zprostředkující činitel, prostředek

#### informační bariéra - překážka uspokojování informačních potřeb (není totožná s informačním šumem, ale má podobné důsledky)

### Typy sociální komunikace

#### a) přímá (bezprostřední) - nepřímá (zprostředkovaná komunikačními médii)

#### b) jednostranná (jen směrem k příjemci) - oboustranná (v obou směrech, s výměnou rolí komunikátor - komunikant)

#### c) verbální - neverbální

Signály mají povahu slovní (mluvená nebo psaná řeč) nebo neslovní (gesta, mimika, pantomimika)

#### d) formální - neformální (bez předem stanovených pravidel)

#### e) “na blízko” (bez přenosu v prostoru) - “na dálku”, telekomunikace (s přenosem v prostoru)

#### f) intrapersonální - interpersonální - skupinová - masová

#### g) adresní - neadresní

příjemce je - není komunikátorovi osobně znám