**3. Psychika, psychické jevy**

**Psychika**

* je nejzákladnější a nejobecnější psychologický pojem
* psyché – duše
* popis lidské osobnosti
* psychika je souhrn duševních dějů během celého lidského života
* jde o schopnost odrážet svými stavy okolní realitu a reagovat na ní (přímá reakce, pochopení okolí, vzájemné vztahy)
* shrnuje veškeré duševní obsahy a funkce člověka – tedy nejen to, co si myslíme a děláme, ale i to jakým způsobem myšlenkové informace zpracováváme, tedy samotný proces tohoto zpracování
* lidská psychika obsahuje

1. procesy – poznávací (slouží k získání a zpracování informací), emoční (emoce, city, požitky), motivační (usměrňují chování)
2. obsah – myšlenky, vzpomínky, fantazie, rychle se mění
3. stavy – dočasné, špatné, deprese, úzkost

* psychologické procesy jsou začleněny v lidských činnostech, funkci mozku, sociální aspekty (komunikace)

**Psychický jev**

* je sdělitelný (i když ne vždy uvědomovaný), popsatelný a zobecnitelný důsledek odrazu objektivní a subjektivní reality v psychice jedince
* kategorie psychické činnosti člověka, tvořící dynamickou součást komplexního psychického pohybu v rámci psychiky
* působí jako celek, je funkcí mozku
* vlivem společnosti, důležitou roli sehrává výchova
* jevy se mění a vyvíjejí
* mají určité předpoklady – biologické (vlohy dítěte, vlastnosti vyšší NS) a sociologické.

Psychologické jevy dělíme na tři skupiny dle jejich trvání:

1. psychické procesy -  součást psychické aktivity jedince, charakterizovaná relativní samostatností

* procesy poznání – nabývání znalostí o reálném světě, tak i jeho výsledek
* pozornost – je zaměřenost a soustředěnost duševní činnosti na určitý objekt nebo děj
* pamětí – je schopnost uchovávat a používat informace o předchozích zkušenostech, dělí se na senzorickou, krátkodobou, střednědobou a dlouhodobou
* emocionální

1. psychické stavy

* citové stavy – emoce
* stavy pozornosti

1. psychické vlastnosti

* schopnosti – jsou vlastnosti osobnosti (výcvik, vzdělání, zkušenosti)
* rysy osobnosti – celek individuálního člověka, zaměřeného na realizaci životních cílů a rozvinutí svých možností ve společnosti, existuje spousta definic, ale těžko by jsme hledali tu správnou, nikdo není stejný
* temperament – souhrn charakteristických nebo vrozených rysů osobnosti, které se trvale projevují způsobem reagování, jednání a prožívání
* cholerik – výbušný, agresivní, těžko ovladatelný
* sangvinik – přiměřená reakce (slabé podněty slabá reakce, silné podněty silná reakce)
* flegmatik – klidný, emočně celkem vyrovnaný
* melancholik – smutný, pesimistický
* introvert – člověk žijící svým vnitřním životem, vnímavý ke svému okolí, rozvážný, opatrný
* extrovert – člověk žijící navenek, spontánní, otevřený, povrchní, v centru dění
* charakter – struktura osobnosti, souvisí s temperamentem, podílí se na chování a jednání jedince ve společenských vazbách, vůči ostatním lidem,