

Psychologie I / Psychologie osobnosti /  
- Témata prezentací pro semináře  
/ navazují na povinnou literaturu ke zkoušce /

Zdroj: Strnadová, V.: Kurz psychologie I. 3. vyd. Gaudeamus, Hradec Králové 2009



## 1. Předmět studia psychologie – str. 9

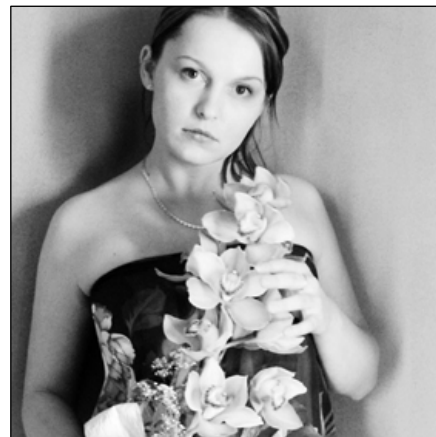
### ✧ Klíčová slova

Psyché, logos, specializované oblasti v psychologii, dimenze osobnosti, seberealizace, zásady pozitivního myšlení.

### ✧ Test k opakování

#### 1) Psychiku člověka tvoří procesy:

- a) poznávací, citové a volní
- b) poznávací a citové
- c) volní, verbální a neverbální
- d) citové a volní



#### 2) Problematiku, jak ovlivňují pohlavní hormony lidské chování, zkoumá oblast:

- a) klinická psychologie
- b) sociální psychologie
- c) biologická psychologie
- d) experimentální psychologie

#### 3) Aplikací psychologických poznatků v diagnostice a v léčbě emočních problémů se zabývá oblast:

- a) sociální psychologie
- b) klinická a poradenská psychologie
- c) biologická psychologie
- d) psychologie osobnosti

#### 4) Kognitivní dimenze osobnosti znamená:

- a) schopnost poznávání svého okolí a sebe sama
- b) hledání vyššího smyslu lidského života, vztah k vesmírnému uspořádání, vztah k Bohu
- c) umění navazovat vztahy s druhými lidmi
- d) uspořádání tělesných proporcí člověka

#### 5) Pojem „seberealizace“ se zabýval:

- a) J. B. Watson
- b) Dale Carnegie
- c) Norman Vincent Peale
- d) Abraham Maslow

#### 6) Zásadu – Projevujte úctu k názorům druhých. Nikdy neříkejte „Nemáte pravdu.“ – napsal:

- a) Abraham Maslow
- b) Dale Carnegie
- c) N. V. Peale
- d) Carl Rogers

1 a, 2 c, 3 b, 4 a, 5 d, 6 b

### ✱ **Texty k zamyšlení**

- Jak se stát „seberealizujícím“ člověkem – str. 14
- Zásady pozitivního myšlení – str. 15

## 2. Psychologické metody – str. 21

### ★ Klíčová slova

Experimentální metoda, nezávislá a závislá proměnná, multivariační experiment, měření, aritmetický průměr, korelační metoda, korelační koeficient, testy, vztahy příčiny a následku, přímé pozorování, metoda dotazování, kazuistiky.



### ★ Test k opakování

#### 1) Pojmy „závislá a nezávislá proměnná“ používáme při:

- a) součtu hodnot výsledků měření děleným počtem měření
- b) experimentální metodě
- c) určení stupně vztahu mezi dvěma proměnnými
- d) stanovení hodnověrného rozdílu mezi experimentální a kontrolní skupinou

#### 2) Experimentální a kontrolní skupina se vyskytuje při:

- a) metodě pozorování
- b) testech
- c) uspořádání pokusu
- d) metodě dotazování

#### 3) Kazuistika znamená:

- a) věda, která se zabývá shromažďováním údajů o skupině jedinců a poté vytvářením závěrů o této skupině
- b) součet hodnot výsledků měření, který pak dělíme počtem měření
- c) získání životopisu jedince k pochopení jeho současného chování
- d) určení stupně vztahu mezi dvěma proměnnými

#### 4) Korelační koeficient:

- a) určuje stupeň vztahu mezi dvěma proměnnými
- b) je stanovení hodnověrného rozdílu mezi experimentální a kontrolní skupinou
- c) je výzkumný nástroj k měření schopností, výkonů nebo jiných psychologických rysů
- d) je měřitelný rys chování pokusné osoby

#### 5) Stanovení hodnověrného rozdílu mezi experimentální a kontrolní skupinou se nazývá:

- a) signifikantní rozdíl
- b) aritmetický průměr
- c) nezávislá proměnná
- d) testování

1 b, 2 c, 3 c, 4 a, 5 a

### 3. Přístupy v psychologii a psychologické směry – str. 35

#### ✴ Klíčová slova

Historický vývoj psychologie – základní přehled v heslech. Behaviorální přístup (stimulus - response psychology), kognitivní přístup (psychologie poznávání), psychoanalytický přístup (superego, ego, id) a fenomenologický (humanistický) přístup. Podrobný rozbor jednotlivých psychologických směrů.



#### ✴ Test k opakování

##### 1) Behaviorální přístup poprvé popsal:

- a) P. Pavlov
- b) S. Freud
- c) W. Wundt
- d) J. B. Watson

##### 2) Zapamatováním, rozhodováním a řešením problémů se zabývá:

- a) behaviorismus
- b) kognitivní přístup
- c) psychoanalýza
- d) humanistická psychologie

##### 3) Myšlenky, strachy a tužby, kterých si jedinec není vědom, ale které nicméně ovlivňují jeho chování, nazýval S. Freud:

- a) superego
- b) ego
- c) id
- d) stimuly

##### 4) Osobní pohled jedince na události vyjadřuje pojem:

- a) individuální fenomenologie
- b) seberealizace
- c) stimulus – response psychology
- d) superego

##### 5) Tendence člověka k růstu a sebeuskutečnění je popsána v přístupu:

- a) humanistickém
- b) kognitivním
- c) behavioristickém
- d) psychoanalytickém

1 d, 2 b, 3 c, 4 a, 5 a

## 4. Tělesná konstituce člověka, temperament – str. 81

### ✱ Klíčová slova

Psychologické typologie, konstituční typologie, Kretschmerova typologie, typ: dysplastický, astenický či leptosomní, pyknický, atletický. Cyklothym, schizothym, ixothym. Sheldonova typologie - typ endomorfní, mezomorfní, ektomorfní. Viscerotonie, somatotonie, cerebrotonie. Genotyp, fenotyp, klasické typy temperamentu.



### ✱ Test k opakování

#### 1) Astenický typ stavby těla se vyznačuje:

- a) sklonem k tloušťce, širokým obličejem, krátkými končetinami
- b) plastickou muskulaturou, širokými rameny, kostnatým obličejem
- c) protaženým vzrůstem, úzkými rameny a boky
- d) nevýraznými proporcemi těla a obličeje

#### 2) Typ charakteru - psychomotoricky klidný, s rozvážným způsobem myšlení, citlivostí a vzrušivostí, nazýváme:

- a) ixothym
- b) cyklothym
- c) schizothym
- d) fyziognomický

#### 3) Podle W. H. Sheldona je ektomorfní typ:

- a) utvářen vnějšně – svaly, somatotonie
- b) utvářen křehce – nervy, cerebrotonie
- c) utvářen vnitřně – tukem, viscerotonie
- d) utvářen vnějšně – svaly a vnitřně – tukem, somatotonie a viscerotonie

#### 4) Pojem „genotyp“ znamená:

- a) zaměření vzrušivosti spíše navenek
- b) zaměření vzrušivosti spíše dovnitř
- c) zkušeností modifikovaný trvalejší stav vzrušivosti jedince
- d) vrozenou psychofyzickou konstituci člověka

#### 5) Melancholik se vyznačuje:

- a) veselostí, povrchním prožíváním, rychlým tempem pohybu
- b) mrzutostí, povrchním prožíváním, rychlým tempem pohybu
- c) smutkem, hlubokým prožíváním, pomalým tempem pohybu
- d) vyrovnaností, částečně hlubokým prožíváním, pomalým tempem pohybu

1 c, 2 a, 3 b, 4 d, 5 c

### ✱ Texty k zamyšlení

- Test „Jakou máte povahu?“ – str. 89

## 5. Vlohy a schopnosti, intelligence – str. 95

### ✴ Klíčová slova

Vloha, schopnost, nadání, talent, genialita. Dimenze vnímání, psychomotoriky, intelligence. Faktory vývoje schopností. Znak inteligentního chování. Podstata a měření intelligence.

### ✴ Test k opakování

#### 1) Vlohy můžeme definovat jako:

- a) možnost vytváření epochálních děl, které napomáhají vývoji lidstva
- b) nadprůměrně rozvinuté schopnosti
- c) schopnosti rozvinuté na mimořádné úrovni
- d) anatomicko-fyziologické předpoklady pro vykonávání určité činnosti

#### 2) Obratnost chápeme jako:

- a) dispozice k manuálním úkonům
- b) dispozici k praktickému použití vědomostí
- c) dispozici k pohybům celého těla
- d) dispozice k mentálním úkonům

#### 3) Dimenze vnímání se vyznačuje:

- a) rozlišováním barev, zvukovou citlivostí, smyslem pro rovnováhu
- b) motorickou rychlostí, koordinací pohybů, flexibilitou
- c) pamětí a kognitivními faktory
- d) sladěním smyslových vjemů a pohybů v přesný a rychlý úkon

#### 4) Autorem definice – „Intelligence je obecná schopnost psychického přizpůsobení se člověka novým životním podmínkám.“ – je:

- a) Spearman
- b) H. J. Eysenck
- c) W. Stern
- d) J. Piaget

#### 5) R. B. Cattell se vyjádřil o inteligenci takto:

- a) jsou dva druhy intelligence: vrozená a environmentální
- b) inteligenci můžeme rozlišit na fluenční a krystalizovanou
- c) na inteligenci má z 80 % vliv dědičnost a 20 % vlivu připadá na prostředí
- d) inteligenci můžeme měřit pomocí intelligenčních testů

1 d, 2 c, 3 a, 4 c, 5 b

### ✴ Texty k zamyšlení

- Pět hlavních oblastí emocionální intelligence – str. 107
- Věnovat se správné věci – str. 109
- Test „Jak vám to myslí?“ – str. 112



## 6. Psychické vlastnosti osobnosti – str. 119

### ✴ Klíčová slova

Vlastnost, typ, Jungova, Eysenckova, Sprangerova, Gretzova typologie. Asertivita.

### ✴ Test k opakování

**1) Skutečnost, že se vlastnosti spojují do jednoho základního trsu (faktoru), označujeme:**

- a) hierarchičnost
- b) polarita
- c) hloubka (míra)
- d) stálost (konzistence)

**2) Člověk, který usiluje o kontrolu svých citů, který nemá rád vzrušení a má tendenci spíše k pesimismu, se nazývá:**

- a) extrovert
- b) teoretický typ
- c) introvert
- d) výkonný typ

**3) Osobnostní typy temperamentu poprvé popsal:**

- a) Eysenck
- b) Herakleitos
- c) Aristoteles
- d) Hippokrates

**4) Melancholik je v Eysenckově typologii zařazen jako:**

- a) citově labilní introvert
- b) citově stabilní extrovert
- c) citově stabilní introvert
- d) citově labilní extrovert

**5) Zvýšenou dráždivost, tendenci k agresivnímu chování a častou úzkostnost zahrnujeme pod pojem:**

- a) neuroticismus
- b) labilita
- c) introverze
- d) melancholie

**6) Člověk, který je společenský, přístupný, rád vede a řídí, se nazývá:**

- a) diktátor
- b) cholerik
- c) sangvinik
- d) sociabilní typ

**7) Jedince, který oceňuje krásu a různorodost lidského života, označujeme jako:**

- a) sociabilní typ
- b) sociální typ
- c) náboženský typ
- d) estetický typ



**8) Gretzův „výkonný typ“ je:**

- a) vůdčí přátelský typ
- b) přátelský podřízený typ
- c) nepřátelský podřízený typ
- d) vůdčí nepřátelský typ

**9) Jednání, kdy přiměřeně vyjádříme vlastní emocionální stav a běžně se zapojujeme do rozhovoru, můžeme charakterizovat jako:**

- a) asertivní
- b) pasivní
- c) agresivní
- d) manipulační

**10) Orientaci na princip „já jsem O.K., ty nejsi O.K.“ vystihuje Gretzův typ:**

- a) výkonný typ
- b) byrokrata
- c) sociabilní typ
- d) diktátora

1 a, 2 c, 3 d, 4 a, 5 b, 6 c, 7 d, 8 a, 9 a, 10 d

**★ Texty k zamyšlení**

- Test „Jste extrovert nebo introvert?“ – str. 131
- Test – Dokážete řídit svůj život? – str. 135
- Asertivní práva – str. 136



## 7. City (emoce) – str. 145

### ✴ Klíčová slova

Základní charakteristiky citů, fyziologické základy citů, klasifikace vnějších projevů emocí – nálady, afekty, vášně, klasifikace citů podle vztahu k prostředí – city nižší a vyšší, psychosomatická onemocnění, význam pozitivních a negativních emocí pro život člověka, emoční analýza vlastní osobnosti.



### ✴ Test k opakování

**1) Pokud přechází jedna kvalita citu v opačnou (usedavý pláč v uvolněný smích), nazýváme tento jev:**

- a) polarita citů
- b) ambivalence citů
- c) subjektivnost citů
- d) vnější výraz

**2) Potřebný stupeň bdělosti mozkové kůry pro přicházející podněty zajišťuje:**

- a) retikulární formace
- b) endokrinní systém
- c) limbický systém
- d) vegetativní systém

**3) City, které člověk prožívá při dodržování, nebo porušování morálních principů, se nazývají:**

- a) intelektuální
- b) estetické
- c) etické
- d) sociální

**4) Pojem altruismus vyjadřuje:**

- a) schopnost vcítit se do pozice druhé osoby
- b) snahu pomoci druhému člověku
- c) upřednostnění svých zájmů na úkor ostatních
- d) citovou lhostejnost

**5) Mezi vážné stresové nemoci můžeme zařadit:**

- a) bolesti na hrudníku
- b) ischemickou chorobu srdeční
- c) poruchy spánku
- d) žaludeční nevolnost

1 b, 2 a, 3 c, 4 b, 5 b

### ✴ Texty k zamyšlení

- Přínos pozitivních a negativních emocí pro život člověka – str. 153
- Test – emoční analýza vlastní osobnosti – str. 157
- Chvála pocitů (ukázka životního příběhu) – str. 160

## 8. Sociální dimenze osobnosti – str. 165

### ★ Klíčová slova

Skupina primární, skupina vrstevníků, sekundární skupina, skupinová dynamika, struktura skupiny, sociogram, skupinové cíle, normy, minorita, majorita, jednotlivec ve skupině.

### ★ Test k opakování

#### 1) „Face to face groups“ znamená:

- a) malé skupiny, ve kterých se odehrává kontakt navzájem mezi všemi osobami
- b) první skupina, se kterou se cítíme být emocionálně spojeni
- c) přejímání skupinových způsobů chování, názorů a hodnot
- d) verbální a neverbální poselství z raného dětství

#### 2) Politické strany patří:

- a) k samostatně vytvořeným skupinám
- b) k primárním skupinám
- c) k sekundárním skupinám
- d) ke skupinám s přímým kontaktem

#### 3) Termín „dependence“ znamená:

- a) vyjádření vztahu protizávislosti vůči vedoucí autoritě
- b) propojení osobních vztahů mezi členy
- c) vyjádření vztahu závislosti vůči vedoucí autoritě
- d) zpětná vazba

#### 4) Úlohou cvičné skupiny podle „Johari – modelu“ je:

- a) zvětšit oblast veřejných obsahů chování a skutečností
- b) zvětšit oblast chování, která je pro druhé zřejmá, ale jedinec sám si ji neuvědomuje
- c) zvětšit oblast chování, kterou jedinec zná a uvědomuje si ji, ale kterou neukazuje druhým
- d) zvětšit oblast neznámých aktivit

#### 5) Pozice „omegy“ ve skupině zastává:

- a) ten, který reprezentuje skupinovou iniciativu, nese odpovědnost za skupinu
- b) většina skupiny, není zatížena rozhodováním a určováním cílů
- c) ambivalentní postoje zpátečnické síly, pro skupinu se stává protivníkem
- d) představitel se speciálními znalostmi a schopnostmi

1 a, 2 c, 3 c, 4 a, 5 c



### ★ Texty k zamyšlení

- Celý svět je divadlo... – str. 184
- Jaké role hrajete ve svém životě? – str. 185

## 9. Charakter a jeho rozvíjení u manažerů – str. 191

### ✴ Klíčová slova

Vztah mezi pojmy osobnost a charakter, dvojí užívání pojmu charakter v psychologii, definice charakteru, normativní pojetí, charakter a osud, stadia morálního vývoje dítěte, allocentrismus, utváření charakteru, prosociální chování, svědomí.

### ✴ Test k opakování

#### 1) Definici charakteru jako „zhodnocené osobnosti“ podal:

- a) H. J. Eysenck
- b) G. W. Allport
- c) H. Rempelin
- d) R. Stager

#### 2) Normativní pojetí charakteru znamená

- a) charakter je tlumení pudových impulzů z hlediska principu reality
- b) charakter je chápán jako chování souhlasné s očekáváními, která společnost na jedince klade
- c) charakter je relativní konstanta osobního citění a chtění hodnot
- d) individuální zvláštnost člověka

#### 3) Allocentrismus znamená:

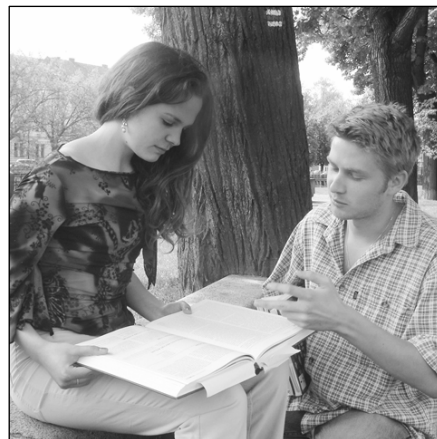
- a) ohled na blaho druhých
- b) upřednostňování svých zájmů
- c) moudrost, statečnost, spravedlivost a uměřenost
- d) jednání je určováno již zevnitřními normami

#### 4) Piagetovo heteronomní stadium morálního vývoje znamená:

- a) nevyhnutelné podmínky a vlivy v našem životě
- b) posuzování charakteru člověka podle toho, co činí, a nikoli podle toho, co říká
- c) jednání je určováno normami převzatými od druhých lidí
- d) jednání je určováno již zevnitřními normami

#### 5) Autorem citátu – „Slovy můžeš zatajit, co chceš. Skutky tě stejně prozradí“ – je:

- a) Konfucius
- b) Platón
- c) L. de la Rochefoucauld
- d) J. Piaget



1 b, 2 b, 3 a, 4 c, 5 c

### ✴ Texty k zamyšlení

- Citát – Vergilius – str. 198

Quidquid erit, superanda omnis fortuna ferendo est.  
Cokoli dá ti osud, to snášeš a zvítězíš nad tím.

- Citát - Konfucius – str. 198

Zvítězí-li v člověku přirozenost nad kulturou, stane se divochem, zvítězí-li kultura nad přirozeností, stane se učeným knihomolem. Jen tehdy, když kultura a přirozenost jsou v rovnováze, je člověk ušlechtilý a dokonalý.

- Kritická analýza lidských charakterů na základě uvedeného příběhu – str. 198

## 10. Vývoj a zrání osobnosti. Psychosociální stadia dle Eriksona – str. 203

### ✴ Klíčová slova

Psychosociální stadia, důvěra v prvním roce života, autonomie, hyperprotektivita, iniciativa, péle a kompetence, vývoj identity, intimita, generativita, krize středního věku, integrita.

### ✴ Test k opakování

#### 1) Pocit sebekontroly a dostatečnosti v druhém roce života nazýváme:

- a) iniciativa
- b) důvěra
- c) autonomie
- d) integrita

#### 2) Vytváření zdatnosti v intelektuálních, společenských a tělesných dovednostech (píle) je typické pro věk:

- a) adolescence
- b) třetí až pátý rok života
- c) střední dospělost
- d) šestý rok života až puberta

#### 3) Moratorium ve vývoji identity znamená:

- a) mladí lidé dosud nemají stabilní sebepojetí, v žádném směru nepodnikají patřičné kroky
- b) mladí lidé akceptovali bez námitek náboženské vyznání své rodiny, zaujali profesionální a ideologické pozice, neprošli žádnou krizí identity
- c) mladí lidé nemají vyřešený konflikt mezi očekáváními rodičů a svými vlastními plány
- d) mladí lidé prošli krizí identity, obdobím aktivního kladení otázek a sebeurčováním

#### 4) Období střední dospělosti, kdy jsou přehodnocovány životní cíle, se nazývá:

- a) krize středního věku
- b) hyperprotektivita
- c) generativita
- d) dosažená identita

#### 5) Výzkumy ukazují, že při intenzivní práci člověka se v jeho pozdním věku nemusí zhoršovat:

- a) tělesná zdatnost
- b) kognitivní schopnosti
- c) zrakové vnímání
- d) sluchové vnímání



1 c, 2 d, 3 c, 4 a, 5 b

### ✴ Texty k zamyšlení

- Naše osobnost se může rozvíjet po celý život – str. 212



**9) Jako psychosomatické symptomy ve stresu můžeme uvést:**

- a) nádorové onemocnění
- b) vředové onemocnění
- c) poruchy spánku, bolesti hlavy, chronická únavnost
- d) hypertenzi - vysoký krevní tlak

**10) Behaviorálně - činnostní doména našeho života je:**

- a) veškerý společenský život - schopnosti sociálního kontaktu, rodinný a sexuální život
- b) veškerý aktivní život, určovaný schopností péči o sebe, mobilitou, pracovní kapacitou
- c) životní význam, určovaný společenským postavením a názory na společnost
- d) osobní ekonomická situace, daná finančními příjmy, bytem, materiálním vlastnictvím

1 b, 2 d, 3 a, 4 c, 5 a, 6 c, 7 d, 8 b, 9 c, 10 b

**★ Texty k zamyšlení**

- „Jsem ve stresu...” – str. 224
- Test - Skóre vulnerability vůči stresu (Jak jsem vůči stresu citlivý?) – str. 225
- Psychosomatické symptomy, pojetí emocí podle Schachtera – str. 226
- Test „Žijete ve stresu?” – str. 227

## 12. Teorie stresu – str. 233

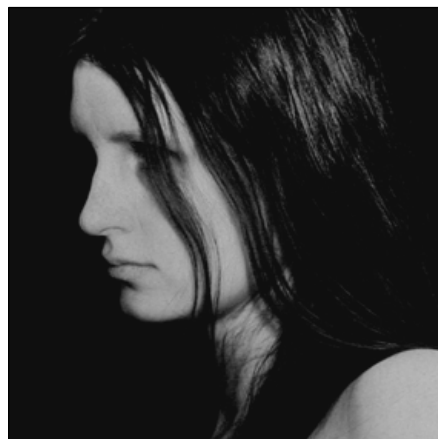
### ★ Klíčová slova

Myšlenkové hodnocení ve stresu, strategie zvládání stresu, eustres, distres, strain, rezistence, resilience, syndrom burnout, well being.

### ★ Test k opakování

#### 1) Distres je...

- a) jakýkoli čin, kterým se dávám do boje se stresem
- b) příjemný druh stresu
- c) nepříjemný druh stresu
- d) inhibice (utlumení) činnosti, která by mou vlastní situaci mohla zhoršit



#### 2) Důraz na myšlenkové zpracování stresové situace kladl autor...

- a) R. S. Lazarus
- b) H. Selye
- c) J. Bernardová
- d) J. G. Miller

#### 3) Strain znamená...

- a) reakce "boj nebo útěk"
- b) stres typu svatba, dovolená, vánoce
- c) že je nutno přijmout to, co se událo, jako hotovou věc.
- d) přepětí, přetížení, přílišné namáhání našeho organismu

#### 4) Co je to resistance?

- a) kapacita systému udržovat homeostázu (odolnost)
- b) kapacita systému využít dřívějších adaptačních procesů ke zmírnění strainu
- c) prožitek vyhoření, který vzniká po nadměrném pracovním kontaktu s lidmi
- d) zranitelnost - zvýšená citlivost k poruše organismu

#### 5) Pyramidu lidských potřeb sestavil...

- a) J. Fröberg
- b) J. Bernardová
- c) R. S. Lazarus
- d) Maslow

#### 6) Teorii stresu jako přetížení či podtížení vstupu do živého systému vytvořil...

- a) Maslow
- b) Steinberg
- c) H. Selye
- d) J. G. Miller

#### 7) Nadměrná senzorická stimulace je...

- a) zvýšená citlivost vůči poruše organismu
- b) velké množství informací ke zpracování našimi smysly
- c) adaptační proces ke zmírnění strainu
- d) prožitek vyhoření, který vzniká po nadměrném pracovním kontaktu s lidmi

#### 8) Při vysoké pozitivní aktivaci organismu se člověk cítí...

- a) energický, s pocity komfortu a dobré nálady
- b) relaxovaný a uvolněný
- c) stísněný a rozmrzlý
- d) unavený, s pocity diskomfortu



**9) Čtyři fáze volního jednání jdou v tomto pořadí...**

- a) provedení rozhodnutí, uvolnění napětí, přípravná, rozhodovací
- b) přípravná, uvolnění napětí, rozhodovací, provedení rozhodnutí
- c) provedení rozhodnutí, uvolnění napětí, přípravná, rozhodovací
- d) přípravná, rozhodovací, provedení rozhodnutí, uvolnění napětí

**10) Nejvýhodnější strategie ke zvládnutí překážky je...**

- a) kooperace
- b) agrese
- c) konstruktivní řešení metodou postupných kroků
- d) regrese

1 c, 2 a, 3 d, 4 a, 5 d, 6 b, 7 b, 8 a, 9 d, 10 c

**★ Texty k zamyšlení**

- Citát Paula Bruntona – str. 242  
To, co je dnes vepsáno do tvé mysli, bude později vepsáno do tvých skutků.
- Musíme přijmout sami sebe takové, jací jsme – str. 243
- Tlak, napětí a namáhání při stresu – str. 244
- Devatero první pomoci ve stresu – str. 245