



Tento produkt je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.

Číslo projektu	CZ.1.07/1.1.04/01.0036
Název projektu	Elearning na střední zdravotnické škole
Název příjemce	Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická Emanuela Pöttinga, Olomouc

Psychologie jako věda

Distanční text

1 Celkový obraz

O modulu

Modul je určen žákům 2. ročníku, doplňuje výuku psychologie.

Může sloužit i žákům jiných ročníků k zopakování učiva, vysvětlení pojmů či přípravě k maturitě.

Získané informace využije žák i v jiných odborných předmětech např. v ošetrovatelství, ošetřování nemocných.

Jedná se o úvodní vstup do studia psychologie, na který bude navazovat nejdříve obecná psychologie, psychologie osobnosti a dále speciální disciplíny jako např. zdravotnická psychologie, sociální či vývojová psychologie.

Znalost psychologie je nezbytná pro práci ve zdravotnictví, pomáhá zdravotnickým pracovníkům jednak po stránce profesní - jak porozumět nemocným a pomáhá i jim samotným zvládat náročné povolání.

Modul je doplněn cvičením, kontrolními otázkami i autotesty.

Pomůcky a nástroje

PC + internet, dataprojektor, doporučená literatura.

Sebezkušenostní a zážitkové metody práce, projekce do praxe a běžných životních situací pro přiblížení žákům.

Pravidla a konvence

Tučné písmo a podtržení zdůrazňuje důležitost pojmu a informace.

2 Obsah

1. Celkový obraz	2
2. Obsah	3
3. Předmět psychologie	4
3.2 Psychologie jako věda	4
3.3 Význam psychologie v praxi	5
3.4 Autotest	6
4. Odvětví psychologie	7
4.2 Základní obory psychologie a jejich náplň	7
4.3 Autotest	8
5. Psychologické výzkumné metody a techniky	9
5.2 Metody psychologie	9
5.3 Autotest	12
6. Seznam správných odpovědí na autotesty	13
7. Rejstřík	14

3 Předmět psychologie

Popis lekce:

Lekce je úvodem do předmětu, seznamuje žáky se základními pojmy a vysvětluje význam tohoto oboru pro jejich budoucí povolání.

Délka lekce:

45 minut

Klíčová slova:

psychologie, psychika

Motivace:

Tato lekce vysvětluje žákům proč je studium psychologie důležité pro práci ve zdravotnictví, ale poukazuje na její význam i v běžném životě.

3.1 Psychologie jako věda

Psychologie je věda o člověku, zkoumá chování člověka, jeho duševní činnost.

Zkoumá psychiku a její působení na život člověka, na jeho činnosti a celkový vývoj. Zkoumá projevy psychiky v průběhu celého života člověka.

Lidská psychikaje souhrn psychických jevů, které jsou funkcí mozku, formují se ve společnosti, zvláště působením výchovy a umožňují člověku poznávat svět a působit ne něj.

Samostatným vědním oborem se psychologie stala až ve druhé polovině 19. století, ale již v dávných dobách si lidé vytvářeli určitý obraz o člověku a jeho projevech. Byl rozšířen názor, že člověk se skládá ze dvou částí – těla a duše. Tělo podléhá přírodním zákonům – rodí se, vyvíjí a umírá, ale duše je podle těchto názorů nesmrtelná, nehmotná, žije dál i po smrti těla. Tyto názory jsou dosud zachovány v některých náboženstvích. Lékaři, přírodovědci, někteří filozofové na základě pozorování změn v chování nemocných lidí, lidí po úraze hlavy nebo po požití některých toxických látek rozvíjely názor, že duševní činnost není projevem nehmotné duše, ale funkcí mozku. Tento názor se stal základem pro vědecký výzkum v psychologii.

Projevy a funkce psychiky

Psychika se projevuje ve všech činnostech, které člověk vykonává, v jeho chování, v reakcích na různé situace. Dává obraz o schopnostech člověka, jeho charakteru, temperamentu, vůli, citových prožitcích. Projevuje se ve vztahu člověka k okolí – k jiným lidem, zvířatům, přírodě.

Psychika má tyto funkce:

Informačně orientační

- poskytuje člověku informace o tom, co se děje v okolním prostředí i uvnitř jeho těla, umožňuje mu porozumět situaci, ve které se nachází. (např. teplota okolního prostředí, hluk,

počasí, nemoc člověka, únava, napětí, strach apod.)

Regulační

- umožňuje člověku řídit své pohyby a účelně se rozhodovat při řešení aktuální situace, přizpůsobit činnost podmínkám (např. reakce při řízení auta, změna trasy při objevení překážky, volba vhodného oblečení dle počasí apod.)

Adaptační –

- dává člověku možnost přizpůsobit se situaci, vyrovnat se se změněnými podmínkami, adaptovat se na ně. (např. adaptace na nemoc, na dopravní kolaps při cestě do zaměstnání apod.)

Psychika člověka se v průběhu života značně mění a formuje, ovlivňuje ji prostředí, ve kterém člověk žije, výchova i vzdělání. Příznivé podmínky rozvoji psychiky napomáhají, nepříznivé podmínky mohou vývoj zpomalit a narušit. Lidská psychika umožňuje člověku poznávat svět a působit na něj.

3.2 Význam psychologie v praxi

Psychologie je vědní obor, který má široké uplatnění v praxi. Zejména ve zdravotnictví, školství, v ekonomice a v podnikání, ve sportu, v reklamě, v dopravě, v politice, umění.

Psychologie v praxi

Ve školství pomáhá psychologie žákům úspěšně zvládnout učivo a vypořádat se studijními potížemi, zvládat neúspěch, posilovat vůli a motivaci. Učitelům naznačuje, jak a kde hledat účinné postupy při výuce a výchově žáků, jak pracovat s problémovými žáky, seznamuje se zásadami psychohygieny u učitelů, informuje jak předcházet syndromu vyhoření apod.

V ekonomice a podnikání pomáhá při výběru pracovníků pro různé druhy činnosti, při organizaci a efektivitě práce.

Ve zdravotnictví pomáhá lékařům a zdravotnickým pracovníkům lépe porozumět nemocným, jejichž psychika je změněna nemocí, strachem, bolestí. Informuje zdravotníky jak jednat s nemocným dítětem a jejich rodiči, jak přistupovat k těžce nemocným. Učí zdravotnický personál jak ovlivnit chování nemocného, jak ho přesvědčit o nutnosti dodržování léčebného režimu, jak získat nemocného ke spolupráci při léčení a rehabilitaci.

Psychologie také pomáhá zdravotnickým pracovníkům porozumět lépe sobě samému, lépe zvládat velikou duševní zátěž při náročném povolání, neboť všichni zdravotničtí pracovníci jsou velmi často vystaveni náročným situacím, denně se setkávají s bolestí, s utrpením, s nevyléčitelnými chorobami, se smrtí apod. Znalost psychologie pomůže zdravotníkům předcházet nežádoucí profesionální deformaci, pomůže jim udržet pozitivní vztah ke zvolené profesi.

Psychologické poznatky tedy zkvalitňují a usnadňují práci všech pracovníků ve zdravotnictví, proto jsou součástí přípravy na toto náročné povolání.

Obecně lze říci, že psychologie pomáhá při poznávání lidí, při působení na lidi, při uspořádání věcí a podmínek, ve kterých žijeme a pracujeme. Pomáhá porozumět lépe sobě samému a lidem kolem nás, osvojit si lépe způsob učení a naučit se účelně odpočívat a čerpat nové síly.

Proto také mnoho lidí hledá v psychologii pomoc k řešení životních problémů, ke zlepšení svých

osobních vztahů, ke zdokonalení způsobu studia, k rozvinutí svých schopností a charakterových vlastností apod.

3.3 Autotest

1. Psychologie jako věda zkoumá v tom nejširším pohledu:
 - a. vrozené a získané vlastnosti člověka
 - b. prožívání, chování a regulaci chování člověka
 - c. vrůstání člověka do společnosti a přizpůsobení se společnosti
2. Psychologie se zabývá psychikou člověka a lidská psychika je:
 - a. projevem funkce mozku
 - b. nahodilým obrazem minulých zkušeností
 - c. neprojevuje se v činnosti člověka
3. Samostatným vědním oborem se stala psychologie:
 - a. v 18. století
 - b. v 19. století
 - c. ve 20. století
4. Z nabízených možností vyberte, jaké funkce nemá psychika:
 - a. regulační
 - b. aplikační

4 Odvětví psychologie

Popis lekce:

Psychologie má celou řadu podoborů, náplň práce se v jednotlivých oborech mnohdy překrývá, některé obory se zabývají více teoretickými výzkumy a jiné více řeší praktické problémy.

Délka lekce:

45 minut

Klíčová slova:

ontogenetická psychologie, patopsychologie, zdravotnická psychologie, sociální psychologie, obecná psychologie

Motivace:

Žák bude znát základní odvětví psychologie a jejich náplň. Získá tak přehled o jednotlivých oborech a možnosti využití těchto oborů pro budoucí povolání i běžný život.

4.1 Základní obory psychologie a jejich náplň

Psychologie jako vědní obor má svou teorii, zákony, výzkum, metody. Má řadu odvětví, která se zabývají obecně platnými zákonitostmi, ale i řadu oborů, které se zabývají aplikací teoretických poznatků v praxi.

Obecná psychologie – zabývá se základními teoretickými otázkami lidské psychiky, zkoumá a vysvětluje vznik a vývoj psychiky a lidského vědomí, popisuje psychické procesy, stavy a vlastnosti.

Ontogenetická – vývojová psychologie – zkoumá psychický vývoj člověka v průběhu jeho života od narození až do dospělosti a stárí.

Sociální psychologie – věnuje se především vlivu skupin a sociálního prostředí na jednotlivce, sleduje spolupráci a komunikaci lidí ve skupinách, věnuje se problematice sociálního učení a procesu socializace člověka.

Zdravotnická psychologie – zabývá se psychickými změnami jedince v nemoci, adaptací a reakcí člověka na nemoc, změnami chování v nemoci, psychologickými otázkami diagnostiky, léčení a prevence různých nemocí. Dále také osobností zdravotnického pracovníka, vztahy nemocných a zdravotníků, profesionální deformací.

Patopsychologie – zkoumá abnormality v duševním životě člověka, zaměřuje se především na diagnostiku a léčení duševních poruch, na poruchy chování, na problémy lidí trpících závislostí. Úzce spolupracuje s psychiatrií.

Pedagogická psychologie – zabývá se problematikou výchovně vzdělávacího procesu, pomáhá

učitelům při jejich práci, zaměřuje se i na vytváření příznivého školního prostředí.

Poradenská psychologie – uplatňuje se především v poradnách pro děti a mládež, v poradnách pro manželství a rodinu, ve speciálních pedagogických a výchovných centrech. Zabývá se řešením problémů v rodinách při výchově dětí a dospívajících, problémy s učením a chováním.

Psychologie práce (průmyslová psychologie) – zabývá se vztahy na pracovišti, zvyšováním motivace k práci, vlivem pracovních podmínek na psychiku, propagací výrobků apod.

Náplň práce se v jednotlivých oborech mnohdy překrývá, psychologie spolupracuje i s dalšími vědními obory, hlavně s biologií, antropologií, v medicíně zejména s neurologií a psychiatrií.

V praxi se uplatňuje i psychologie sportu, reklamy, psychologie vojenská, soudní apod.

Příklad

Často se setkáváme s pojmem **psychoterapie**. Psychoterapie znamená ovlivňování a léčení některých duševních procesů a reakcí pomocí psychologických prostředků. Zaměřuje se především na povzbuzování nemocného, podporování vůle, nácvik sebeovládání, relaxace apod. Psychoterapii provádějí psychiatři, psychologové a speciálně proškolení zdravotničtí pracovníci a lékaři.

4.2 Autotest

5. Mezi odvětví psychologie patří i zdravotnická psychologie, která se zabývá:
 - a. psychickými změnami v nemoci
 - b. řešením problémů v rodině
 - c. léčením duševních chorob
6. Sociální psychologie zkoumá:
 - a. ontogenetický vývoj jedince
 - b. osobnost a její strukturu
 - c. sociální skupiny
7. Psychické změny od narození až do smrti zkoumá:
 - a. vývojová psychologie
 - b. pedagogická psychologie
 - c. poradenská psychologie

5 Psychologické výzkumné metody a techniky

Popis lekce:

Lekce seznamuje žáky s nejčastěji používanými výzkumnými technikami a způsoby jejich vedení.

Délka lekce:

45 minut

Klíčová slova:

pozorování, rozhovor, dotazníky, testy

Motivace:

Žák využije tyto techniky ve své praxi k získání informací o nemocném. Dokáže se vyvarovat chyb při vedení rozhovoru nebo při pozorování, tak aby efektivita těchto metod byla pro jeho práci co nejvyšší.

5.1 Metody psychologie

Jako jiné vědní obory, tak i psychologie využívá řadu výzkumných metod a technik k získávání cenných informací. Nejčastěji jsou využívány metody pozorování, rozhovoru, dotazníků, testů a rozboru výsledků činností.

Pozorování - extrospekce

Metoda pozorování je pro zdravotnické pracovníky hodně důležitá. **Pozorování** může být prováděno buď systematicky, připraveně, záměrně nebo nahodile, příležitostně, neplánovaně. Podle toho rozdělujeme pozorování na:

Příležitostné – náhodné pozorování – je to pozorování všeho co se děje kolem nás. Cvičíme-li se v takovém pozorování pravidelně, usnadní nám to později značně práci u lůžka nemocného, budeme schopni postřehnout změny v chování nemocného, posoudit vývoj choroby a budeme na něj včas reagovat.

Záměrné – systematické pozorování – má předem určený cíl, tedy co chceme pozorovat a jak to budeme zaznamenávat např. barvu kůže, kvalitu dýchání, stav vědomí, množství přijatých tekutin apod. Způsob záznamu musí být předem domluven, musí být prováděn všemi pracovníky stejně, aby výsledky mohly být využity i při střídání pracovníků. Všechna naše systematická pozorování jsou velmi důležitá pro lékaře, výsledky pozorování pomáhají stanovit diagnózu nebo posoudit vývoj choroby.

Dále pozorování můžeme rozdělovat na:

Celkové (globální) – pozorujeme projevy v celé situaci.

Částečné – pozorování je zaměřeno na určitý projev či funkci nemocného.

Krátkodobé – je časově ohraničeno

Dlouhodobé – trvá např. celou dobu hospitalizace nemocného.

Individuální x skupinové

Přirozené x navozené

Obsahové zaměření pozorování:

Řeč klienta – co říká, jak to říká, nonverbální prvky v řeči.

Vztah k věcem, vztah k sobě (podceňování, arogance, přecitlivělost)

Celkové chování a vystupování, jednání s druhými lidmi, spolupacienty, zdravotnickým personálem

Tělesné změny – bledost, otok, deformace končetiny, defekty na kůži apod.

Psychické změny – náladovost, plačtivost, apatie, strach.

Fáze pozorování

1.vytyčení cíle, co chci pozorovat, proč a jakým způsobem

2.vlastní pozorování a záznam zjištěných údajů

3.rozbor zjištěných údajů

4.celkové zjištění, nález

Rozhovor

Rozhovor – interview – záměrný dialog

Metoda rozhovoru usnadňuje nejen navázat kontakt s nemocným a lépe porozumět jeho chování, ale slouží také k získání mnoha důležitých informací. Rozhovor může být individuální nebo skupinový, standardizovaný, nestandardizovaný (volný) nebo diagnostický, terapeutický, anamnestický či pedagogický. Ve zdravotnictví rozhovorem nejčastěji zjišťujeme anamnestické údaje – o rodině, o dřívějším zdravotním stavu, o návycích, sociální situaci, o současném onemocnění apod.

Podmínky úspěšného rozhovoru:

8. navození vztahu důvěry a spolupráce, zajistit příjemné a klidné prostředí při vedení rozhovoru
9. klást předem promyšlené, účelné a vhodné otázky, otázky jasně a jednoduše formulovat
10. rozhovor směřovat k jádru tématu, pozor na odklon od tématu
11. nepromítat do rozhovoru vlastní očekávání a předpoklady, vyvarovat se sympatiím a antipatiím, nevyvozovat ukvapené závěry
12. záznam rozhovoru, vyhodnocení

Nejčastější chyby při vedení rozhovoru u zdravotnických pracovníků:

1. netrpělivost, spěch

2. nevhodné prostředí, přítomnost dalšího pacienta, nediskrétnost
3. nejasná formulace otázek, používání odborných, latinských výrazů, nepřipravenost otázek
4. nadměrné usměrňování a opravování nemocného, autoritativnost

Testy, dotazníky a další metody

Dotazník

Je to metoda, při níž se zkoumané osobě předkládá písemně řada nejrůznějších otázek jimiž můžeme zjistit za krátký čas velké množství informací např. anamnestické informace, zájmy, názory, vědomosti apod. Otázky v dotazníku musí být srozumitelné, jednoznačně formulované a jazykově správné.

V dotazníku se používají buď otázky s volnou odpovědí (např. Jak trávíte svůj volný čas?) nebo otázky s výběrem možnosti odpovědi ano-ne-nevím, a nebo se nabízí několik možností a tázaný si z nich vybere tu, s níž nejvíce souhlasí.

Zpracování kvalitního dotazníku a jeho vyhodnocení je záležitostí zkušeného psychologa nebo sociologa.

Testy

Obsahují sestavu určitých úkolů, jimiž se měří některé výkony a schopnosti testované osoby. Umožňují získat v krátké době mnoho údajů, testování může být individuální nebo skupinové. Každý test má určité normy, testy vyhodnocují k tomu vyškolení odborníci, nejčastěji psychologové.

Příklady testů – test školní zralosti, test rozumových schopností, test paměti. Zvláštní skupinou testů jsou tzv. projekční testy – test mraků či neurčitých skvrn do kterých zkoumaná osoba promítá své duševní stavy, obavy, myšlenky, představy. Hodnotí se zachycení celku nebo části, obsahová představa (zvíře, člověk, předmět) apod. Projekční testy se užívají v sociální psychologii k zjišťování příčin změněného chování dítěte, ke zjišťování rodinných vztahů.

Experiment

Experiment laboratorní - touto metodou se zkoumají duševní jevy v záměrně vytvořených situacích a podmínkách. Používají se speciální laboratoře vybaveny přístroji, pomocí nichž lze sledovat různé reakce člověka v předem připravených situacích.

Experiment přirozený – jedná se o výzkum mimo laboratoř, v přirozených podmínkách (škola, zdravotnické zařízení), často s využitím videotechniky.

Sociometrie

Výzkumná metoda, která zkoumá vztahy ve skupině, postavení jedinců ve skupině.

Rozbor výsledků činností

Metoda využívá výsledky lidské činnosti např. kresby, písma, ruční práce, modelování ke zkoumání duševního stavu a změn v psychice.

Obecné metodologické zásady v psychodiagnostice

- žádná z metod není nejlepší
- nikdy nepoužíváme jen jednu metodu, vždy skupinu metod s odlišnými přístupy (pozorování + rozhovor + test)
- snažíme se vyvarovat HALO EFEKTU – efektu prvního dojmu

Příklad

V 9.A došlo opakovaně ke konfliktům mezi jednotlivými skupinkami žáků. Třídní učitel se snažil zjistit, kdo je původcem všech sporů v kolektivu. Zamyslete se nad možností využití psychologických metod v tomto případě.

5.2 Autotest

13. Metoda, při níž se zkoumané osobě předkládá písemně řada nejrůznějších otázek se nazývá?
- a. experiment
 - b. dotazník
 - c. test
14. Metoda ke zjišťování vztahů a pozic ve skupině se nazývá?
- a. životopis
 - b. experiment
 - c. sociometrie
15. Zvláštní skupinou testů jsou tzv. projekční testy. V nich předpokládáme u zkoumané osoby že:
- a. přiřadí barvy k určeným zvukům
 - b. promítne do odpovědi své duševní stavy, myšlenky...
 - c. projeví své inteligenční schopnosti
16. Sledujeme-li nemocné dítě při ranní vizitě hovoříme o pozorování:
- a. krátkodobém
 - b. částečném

6 Seznam správných odpovědí na autotesty

1) b; 2) a; 3) b; 4) b; 5) a; 6) c; 7) a; 8) b; 9) c; 10) b; 11) a

7 Rejstřík

Experiment	11
Lidská psychika	4
Metoda pozorování	9
Projekční testy	11
psychologie	4
Rozhovor	10