

## 5. Determinácia ľudskej psychiky

Ľudská psychika je determinovaná faktormi:

- a) biologickými
- b) sociálnymi (faktormi prostredia)
- c) psychickými (vedomými a nevedomými)

### 1. Biologické činitele (determinanty) psychiky

Biologická determinácia zabezpečuje vnútornú a vonkajšiu homeostázu (všetky procesy sú v rovnováhe). Základným funkčným prejavom je reflex.

K biologickým činiteľom psychiky zaraďujeme tie, ktoré vychádzajú z organizmu. Sú to:

- činnosť a vlastnosti nervovej sústavy
- činnosť žliaz s vnútornou sekréciou
- celkový a momentálny telesný stav a rast organizmu
- biologické potreby a pudy
- dedičnosť
- vzťah telesných a duševných vlastností

#### 1.1. Činnosť a vlastnosti nervovej sústavy

Základnou stavebnou a funkčnou jednotkou je nervová bunka - neurón, ktorá sa skladá:

- telo
- dendrity: krátke dostredivé výbežky; privádzajú vzruchy do tela bunky
- neurity (axón): dlhšie nervové vlákna, ktorých úlohou je prenášať podráždenie z jednej bunky na druhú

Nervové bunky sú navzájom spojené tzv. **synapsiami**, kde dochádza k prenosu vzruchov.

Nervovú sústavu považujeme funkčne za najvyšší a najzložitejší orgán. Psychické procesy priamo závisia od toho, či mozog a celá nervová sústava normálne pracuje. Nervovú sústavu človeka delíme na:

- vegetatívnu (útrobnú),
- periférnu (obvodovú),
- centrálnu (mozgovo-miechovú).

**Vegetatívna nervová sústava** riadi a zabezpečuje činnosť vnútorných orgánov a žliaz s vnútornou sekréciou. Pracuje viac-menej nezávisle – autonómne od vôle človeka. Má dôležitú úlohu pri citových stavoch človeka (emóciách), na udržiavaní biologickej homeostázy (rovnováhy), na vyvolávaní biologických potrieb a vonkajších prejavov duševného života (červenanie sa, blednutie, potenie a pod.)

**Periférna nervová sústava** sa skladá z receptorov, dostredivého (aferentného) a odstredivého (eferentného) nervstva, ktorými sa ústredie spája so zmyslovými orgánmi (receptormi) a výkonnými orgánmi – efektormi (svaly, žľazy).

**Centrálna nervová sústava (CNS)** sa skladá z miechy, predĺženej miechy a mozgu. Najvyššie časti nervovej sústavy – mozgová kôra a podkôrie vykonávajú aj najzložitejšie formy nervovej činnosti. Základné nervové procesy sú vzruch a útlm. **Vzruch** je aktívny nervový proces, ktorý vzniká podráždením nervovej bunky, ktoré vzniklo premenou energie pôsobiaceho podnetu a vyvoláva činnosť v orgánoch, v ktorých vzruch nastal. **Útlm** je tiež aktívny nervový proces, ale s opačným pôsobením ako vzruch. Spôsobuje zníženie, až zastavenie činnosti príslušných orgánov.

Základným mechanizmom a najjednoduchším prejavom činnosti nervovej sústavy je **reflex**. Reflex je zákonitá reakcia organizmu na určitý vonkajší alebo vnútorný podnet. Prostredníctvom reflexov sa organizmus prispôbuje prostrediu. Pospájaním, zret'azením nepodmiienených reflexov vzniká inštinkt (napr. materinský inštinkt).

Mozog sa skladá:

**Zadný mozog:** tu sa nachádza **mozoček**- riadi rovnováhu a jemné svalové pohyby (prsty pri písaní)

**Stredný mozog** – centrum zraku a sluchu, pohyb ušnic u zvierat, pohyby očných gúl

**Medzimozog** – reguluje telesnú teplotu, ústredie pre pohlavnú činnosť, sídlo citového života, ovplyvňuje žľazy s vnútornou sekréciou, je to podkôrové ústredie nižších emócií

**Predný mozog** – najdôležitejšia časť mozgu. Skladá sa z dvoch mozgových pologúl (hemisfér), z ktorých každá inervuje (riadi) opačnú časť tela. Je zbrázdená závitmi, čím sa zväčšuje jej povrch.

Predný mozog pokrýva súvislá vrstva (2-5 mm hrubá) šedej hmoty, zvaná mozgová kôra, ktorá sa skladá z asi 12 miliárd neurónov. V mozgovej kôre sa nervový vzruch mení na psychický proces (pocit, vnem, predstavu). Keby nebolo mozgovej kôry, nebol by náš psychický život. Je to sídlo vedomia. Priemerná hmotnosť mozgu je cca 1,4-1,5 kg.

### Činnosť nervovej sústavy:

Základnými nervovými procesmi sú:

- **vzruch:** vyvoláva činnosť, fyzikálno – chemický proces, vzniká premenou energie pôsobiaceho podnetu v receptore
- **útlm:** spôsobuje zníženie, až zastavenie činnosti príslušných orgánov

Oba procesy sa striedajú, pričom sa uplatňujú základné zákony:

1. Zákon iradiácie – vzruch a útlm sa po vzniku šíria do okolia
2. Zákon koncentrácie – vzruch aj útlm sa po svojom rozšírení vracajú späť do východiska
3. Zákon vzájomnej indukcie – vznik jedného nervového procesu vyvoláva vo svojom okolí vznik druhého nervového procesu

Činnosť nervovej sústavy sa uskutočňuje na základe reflexu (zákonitá odpoveď na vonkajší alebo vnútorný podnet) :

**a) nepodmiienené reflexy (vrodené):** prebiehajú automaticky bez účasti vedomia (žmurkanie, vylučovanie slín, sací reflex, reakcia na kyslé, reflex chôdze, ktorý mizne 24 hodín po narodení)

**b) podmienený reflex:** odpovede, ktoré organizmus nadobudol počas života na základe skúsenosti, čím je organizmus zložitejší, tým väčší význam majú podmienené reflexy. Podmienkou utvorenia podmienených reflexov je tzv. **posilňovanie** podnetu (opakovanie, pochvala, odmena). Ak sa podmienené reflexy neposilňujú, dochádza k tzv. **vyhasínaniu** reflexov.

## 1.2 Žľazy s vnútornou sekréciou

Vylučujú hormóny priamo do krvi a tým sa dostávajú do celého organizmu. Zvýšená alebo znížená činnosť niektorej žľazy alebo ich predčasná alebo oneskorená funkcia, sa prejavia nielen v telesnej oblasti (biochemické zmeny v organizme a fyziologické zmeny v mozgovej činnosti), ale aj v oblasti duševného života (najmä poruchy intelektu a citov).

**Podmozgová žľaza (hypofýza)** – nachádza sa pod medzimizgom. Je s ním spojená tenkou stopkou. Vylučuje hormóny, ktoré regulujú činnosť iných žliaz s vnútorným vylučovaním, rast a produkciu materinského mlieka.

**Šuškovité teliesko (epifýza)** – nachádza sa na zadnej strane medzimizgu. Hormóny, ktoré vylučuje ovplyvňujú vývin pohlavných žliaz.

**Štítna žľaza (thyreáza)** – nachádza sa na krku pod štítnou chrupkou. Hormóny štítnej žľazy obsahujú jód. Ovpływujú telesný a duševný vývin človeka a rýchlosť látkovej premeny. Pri nedostatočnej činnosti dochádza k poruchám vzrastu a ku kreténizmu.

**Prištítne telieska** – sú uložené na zadnej strane štítnej žľazy. Hormóny regulujú množstvo vápnika a fosforu v organizme.

**Nadobličky** – sa nachádzajú na hornom okraji obličiek. Hormóny, ktoré vylučuje kôra ovplyvňujú látkovú premenu, ovplyvňujú napätie látkového svalstva v stenách ciev, rýchlosť tepu a hladinu soli v tele.

**Detská žľaza (thymus)** – je žľaza s vnútorným vylučovaním úplne vyvinutá len v detstve. Nachádza sa v hrudníku pred priedušnicou, nad srdcom. Hormóny ovplyvňujú obranné schopnosti organizmu.

**Podžalúdková žľaza (pankreas)** – je uložená pod žalúdkom v ohybe dvanástnika. Produkuje hormón – inzulín, ktorý ovplyvňuje premenu cukrov.

**Ženské pohlavné žľazy** – vaječníky sú uložené v panvovej dutine, **mužské pohlavné žľazy** – semenníky sa nachádzajú v miešku. Hormóny pohlavných žliaz ovplyvňujú pohlavný vývoj, pôsobia na vznik druhotných pohlavných znakov. U žien niektoré hormóny riadia menštruačný cyklus.

## 1.3 Celkový telesný stav a rast organizmu

Na psychiku významne vplýva:

- a) **zdravotný stav** ( akútne a chronická choroba, telesné defekty )
- b) **stavba tela** ( váha, výška, telesná konštrukcia )
- c) **úroveň zrelosti organizmu** ( vek )

## 1.4 Biologické potreby a pudy

Potrebu vymedzujeme ako uvedomenie si nedostatku alebo nadbytku niečoho v organizme. Uvedomenie si napr. nedostatku vody v organizme signalizuje potrebu napiť sa. A opačne prebytok vody vyvolá potrebu močenia. To je princíp homeostázy. Pud je vrodeneá hnacia sila aktivizujúca organizmus do činnosti určitým smerom ( napr. materinský pud). Biologické potreby od narodenia ovplyvňujú psychický stav človeka, a to najmä emocionálne, pretože vyvolávajú pocit príjemnosti, resp. nepríjemnosti, spokojnosti alebo nespokojnosti. Súvisia s existenciou človeka. Patrí sem potreba dýchania, tepla, potravy, vody, vyprázdňovania a iné.

## 1.5 Dedičnosť

Úroveň psychických procesov, psychické stavy a vlastnosti osobnosti sa priamo nededia. Dedičnosťou získané predpoklady psychického vývinu sa nazývajú **vlohy** alebo dispozície. Vlohy sú anatomicko-fyziologické osobitosti telesného organizmu (napr. celková stavba tela, sila, odolnosť), centrálného nervového systému (napr. jeho sila, pohyblivosť a vyrovnanosť procesov vzruchu a útlmu) a zmyslových orgánov (napr. absolútny sluch, farboslposť). Na ich základe sa rozvíjajú schopnosti. Hotové môžeme dediť niektoré telesné znaky (farba očí).

Pojem **zdedené**: to, čo výlučne získam po predkoch

**vrodené**: zahŕňa zdedené vlohy, druhové predpoklady, hotové formy správania, inštinkty, pudy a vplyvy počas vnútromaternicového vývinu.

## 1.6 Vzťah telesných a duševných vlastností

- navzájom sa ovplyvňujú
- na základe konštitúcie vypracoval Kretschmer typológiu osobnosti s typickými duševnými vlastnosťami: (typ piknický, atletický, astenický)
- **frenológia**: vzťah medzi tvarom lebky a duševnými vlastnosťami
- **fyziognomika**: vzťah medzi črtami tváre a duševnými vlastnosťami

## 2. Sociálne činitele (determinanty) psychiky

Ludská psychika má sociálny (spoločenský) ráz, je sociálne determinovaná. Pri jej charakterizovaní musíme brať do úvahy sociálne prostredie, v ktorom človek žije a vyvíja sa. Pod sociálnym prostredím rozumieme:

- a) spoločenstvo ľudí
- b) spoločenské normy, ktorými sa ľudia riadia v danom prostredí
- c) výtvary ľudskej kultúry a civilizácie, s ktorými človek prichádza do styku v priebehu svojho života

**Socializácia** je začleňovanie sa do spoločnosti, premena biologickej bytosti na sociálnu, vplyvom sociálneho prostredia .

Druhy sociálneho prostredia:

- **formálne**: má svoje ciele, štruktúra je určovaná zvonka, človek do nich nevstupuje dobrovoľne, je do nich pridelený (rodina, škola, pracovný kolektív, masovo-komunikačné prostriedky, spoločenské a politické organizácie)
- **neformálne**: pôsobia náhodne, vplyvy sú menej kontrolovateľné, človek si ich volí spontánne. Vznikajú tým, že človek rozširuje svoje kontakty s inými ľuďmi. Pôsobia kladne aj záporne (partie, hnutia, sekty)

### 2.1 Druhy sociálnej interakcie

**Vzťahy jednotlivec – jednotlivec** (napr. matka – dieťa, muž – žena). Tento druh vzťahov sa vyznačuje špeciálnym citovým zafarbením, ktoré uľahčuje a znásobuje intenzitu sociálneho vplyvu. Tieto vzťahy majú pri vývine osobnosti základný význam. Primárny význam sa pripisuje vzťahu matka – dieťa, ktorým sa sociálne vzťahy dieťaťa začínajú a ďalej rozširujú.

**Vzťahy jednotlivec – spoločenské skupiny**. Človek je vždy členom nejakých sociálnych skupín (rodina, školská trieda, národ). Z príslušnosti človeka k sociálnym skupinám vyplývajú pre neho isté práva aj povinnosti. Na jeho správanie sa v rozličných skupinách kladú špeciálne požiadavky, podľa

ktorých sa spoločensky aj psychicky vôbec utvára jeho osobnosť, resp. utvára ho skupina. Primárny vplyv sociálneho správania sprostredkováva človeku práve rodina, do ktorej sa ako dieťa narodí. Rodinná výchova sprostredkováva dieťaťu zoznámenie sa s tým, čo súborne označujeme ako kultúrne vzorce, t.j. normy správania, ale i myslenia a cítenia, normy, ktoré vystupujú ako tradície, obyčaje, mravy, zákony a tabu. Práve toto vrastanie jednotlivca do spoločenských skupín nazývame socializáciou (zospoločenšovaním). Ak uvažujeme o socializácii, nevyhnutne musíme brať do úvahy ďalšiu podmienku socializácie a tou je **adjustácia** (schopnosť prispôbiť sa sociálnemu prostrediu).

**Vzťahy spoločenské skupiny – jednotlivec.** Tieto vzťahy označujú miesto, pozíciu jednotlivca v spoločenskej skupine (podriadený – nadradený, učiteľ – žiak). U dospelého človeka pozícia spravidla vyplýva z jeho povolania a spoločenského postavenia (lekár – sekundár, lekár – primár, lekár – riaditeľ nemocnice). Ak má človek v sociálnej skupine istú pozíciu, okolie od neho očakáva, že sa bude správať s prihliadnutím na túto pozíciu. Toto očakávané správanie nazývame **sociálna rola**. Každá rola významne poznačuje psychiku, prežívanie aj správanie človeka. Rola je jedným z najsilnejších faktorov sociálnej determinácie psychiky človeka. Rola je schéma potrieb a cieľov, názorov a citov, postojov, hodnôt a činností, ktoré by mali charakterizovať príslušníka istej spoločenskej skupiny. Proces socializácie človeka znamená vlastne osvojovanie, preberanie rozličných spoločenských a špecifických rolí. Spoločenské roly majú relatívne dlhodobejší ráz, špecifické roly trvajú spravidla krátko.

**Vzťahy spoločenské skupiny – spoločenské skupiny.** Tento druh sociálnych vzťahov vytvára v psychike jednotlivca popri individuálnom vedomí novú zložku – **kolektívne vedomie** (napr. národné, etnické, spoločenskej vrstvy, profesionálneho zaradenia a pod.)

## 2.2 Spoločenské normy

- upravujú vzájomné vzťahy v danom spoločenskom prostredí. Vyvíjajú sa s vývinom kultúry a vyjadrujú úroveň spoločenského vedomia (morálky, práva a pod.). Súhrn noriem, ktoré sú typické pre určité sociálne vedomie, sa nazýva **kultúrny vzorec**.

Spoločenské normy sú stelesnené v nasledujúcich zložkách:

- a) **spoločenské zvyky:** určujú, čo sa v danej spoločnosti patrí a čo nepatrí
- b) **mravné obyčaje:** vymedzujú, čo je v danej spoločnosti morálne a čo nemorálne
- c) **zákony:** vymedzujú prípustnosť a neprípustnosť a určujú prípadný trest
- d) **tabu:** určuje, čo je v danej spoločnosti najviac v rozpore so spoločenskou morálkou a vedomím. Sú to najsilnejšie sankcionované normy.

## 3. Psychická regulácia správania

- jej rozpracovaniu sa venoval Sigmund Freud

- tvorí najvyššiu úroveň regulácie správania človeka ako biopsychosociálnej jednotky organizmu

- psychická regulácia je dvojaká. Prvá je **nevedomá** – súvisí najmä s biologickou determináciou správania. Sem patria vrodené reflexy, pudy, inštinkty, vrodené individuálne vlohy pre vývin psychiky, vrodené defekty, ale aj zautomatizované úkony, návyky. Druhá je **vedomá** regulácia správania. Je to uvedomelá

existencia človeka. Prejavuje sa stupňom duševného vývinu a duševným zdravím. Človek k nemu dospieva vo svojom individuálnom vývine.

#### **4. Vlčie deti**

Všetky deti, ktoré nemali kontakt s ľuďmi vo veku 2-5 rokov, stávajú sa mentálne i sociálne zvieratami – takými istými, ako sú ich lesní ochrancovia.

Nijaké neskoršie výchovné metódy nemôžu túto skutočnosť zmeniť. Vychovávateľom sa podarí maximálne dosiahnuť to, že lesné deti sa naučia chodiť vzpriamene, po dvoch nohách a používať zopár slov. Potvrďuje to aj doktorka Anna Ludovicová z Ríma, ktorá preskúmala 47 takýchto prípadov. Ani v najlepších prípadoch sa tieto deti nikdy nestali skutočnými ľuďmi. Do konca svojho života mali ťažkosti s dorozumievaním sa, len s problémami sa pohybovali vzpriamene a ich rozumová úroveň neprekročila úroveň 3 až 4-ročného dieťaťa. To, pravda, nemení nič na skutočnosti, že zvieratá sú schopné postarať sa o ľudské mláďa a pomôcť mu. Avšak ľudské vlastnosti môže človek získať len v ľudskej spoločnosti. Premena biologickej bytosti na bytosť sociálnu sa volá **socializácia**.

Zdroje: Poznámky

Košč M. – Základy psychológie

Štefanovič J. – Psychológia pre gymnáziá