



Funded by  
the European Union

# Podpora AKTIVNÍHO a odpovědného občanství ve školách



Faktory ovlivňující naše vnímání a jednání

## Toolkit

### I. Metodika pro učitele (list pro učitele)

#### MODUL 2 Perspektivy náhledu



GYMNÁZIUM  
JOSEFA RESSELA

Sukromna základna  
škola  
Felix



Slovakia



odpo  
vědná  
společ  
nost



Learnable



www.ecece.org

WSB University

*Podpora Evropské komise pro produkci této publikace nepředstavuje souhlas s obsahem, který odráží pouze názory autorů, a Komise nenes odpovědnost za jakékoli použití informací v ní obsažených.*

Tato metodika byla vytvořena v rámci projektu ACTIVE financovaného z programu Erasmus+  
Organizace odpovědná za zpracování materiálu: Odpovědná společnost, z.s.  
Vytvořeno ve spolupráci s partnery projektu



Tato práce podléhá licenci [Creative Commons Attribution- ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

**Autorství:** Odpovědná společnost, z.s.

autoři: Mareš, Matěj a spol.

*Přeloženo a editováno z anglického originálu*

Verze 1.1

květen 2023

## Faktory ovlivňující naše vnímání a jednání

### "POZNEJTE SEBE A POROZUMÍTE OSTATNÍM."

To, jak vnímáme svět kolem nás a jak jednáme, je ovlivněno našimi hodnotami, postoji, přesvědčením o něčem, naší vírou, společenskými normami a naší osobností. Kromě dalších faktorů, jako je naše postavení v určité situaci (jsme učitel nebo student, manažer nebo technik...) a fyzické a genetické predispozice atd.

**V zásadě jednáme spíše na základě naší interpretace světa kolem nás (naše racionální a emocionální reakce), než abychom reagovali na svět samotný.**

Pokud je způsob, jakým vnímáme svět kolem nás a naše rozhodnutí, ovlivněn faktory, kterých si nejsme vědomi, jak bychom se mohli vědomě a zodpovědně rozhodovat? Porozumět sobě i ostatním je tedy důležité, protože chceme mít svobodu v rozhodování, které činíme, aby **naše rozhodnutí směřovala k naplnění našich základních lidských potřeb**, abychom měli radostný a naplňující život (další vysvětlení viz Empatická komunikace níže).

**Odpovědné rozhodování** je, jak bychom ho definovali, rozhodnutí, které je založeno na relevantních dostupných informacích (**rozhodnutí založené na důkazech nebo informované rozhodnutí**) a rozhodnutí, které **vede k naplnění našich potřeb** (viz níže). Rozhodnutím (v kontextu této Metodiky) rozumíme vlastně každé „rozhodnutí“, které stojí za tím, že něco děláme: jednáme, interpretujeme data nebo určitým způsobem (externě i interně) reagujeme na situaci. **V tomto smyslu nemusí být „rozhodnutí“ zcela nebo vůbec racionální.** Protože racionalita je pouze jednou složkou našeho rozhodování, a pokud bychom omezili pojem „rozhodnutí“ pouze na racionální rozhodování, neměli bychom nakonec žádné rozhodnutí, které by takovou definici skutečně naplňovalo.

**Naše vnímání a interpretace informací je ovlivněna nevědomými aspekty, které zkreslují způsob již samotného sběru a přístupu k důkazům (evidenci), na kterých zakládáme své rozhodování.** Tyto podvědomé aspekty vnímání samozřejmě ovlivňují již samotné pochopení daného problému či tématu. Jak I říkáme „jak daný problem vnímáme“, tedy jak jak daný problem nahlížíme. V Modulu 1 jsme zdůraznili, že jsme všichni náchylní k manipulativním technikám používaných při šíření dezinformací a fake-news a že tyto techniky jsou o to účinnější účinné, čím více si sami neuvědomujeme naše hodnoty a sociální normy, kterým jsme vystaveni a ovlivněni.

**Vnímání** (z latiny *perceptio* 'shromažďování, porozumění') je organizace, identifikace a interpretace smyslových informací za účelem pochopení prezentovaných informací nebo prostředí.<sup>1</sup>

Naše vnímání může být zkreslené mnoha způsoby. To v podstatě znamená, že „to, co vidíme, nemusí být to, co vidíme“. Existuje mnoho aspektů, které ovlivňují naše vnímání (naše zkušenosti, osobnost, lidské bytí - , naše přesvědčení, hodnoty ad.).

**PŘÍKLAD** Vezměte si například, jak odlišně bude vnímat stejnou ulici architekt ve srovnání s automobilovým nadšencem. Co by každý z nich viděl a jaké dojmy by na ně působily, když by procházeli nějakou ulicí ve městě? Všimněte si, že oba by byli ve stejné ulici, a i když se snaží vidět a vnímat ulici tak jak ve skutečnosti je, jejich vnímání té stejné ulice bude zcela odlišné. Tento příklad nám ukazuje, že naše vnímání je zkresleno našimi zkušenostmi a motivací. Tedy, že **vidíme – vnímáme z nějaké perspektivy.**

<sup>1</sup> Definice z Schacter, Daniel (2011). *Psychologie*. Hodnota Vydavatelé. ISBN 9781429237192 (převzato z Wikipedia.org).

V Modulu 1 jsme ukázali, že **různí aktéři mají různé motivace** (např. pro šíření konspiračních teorií). Tyto motivace samozřejmě ovlivňují i naše chování jako takové. Pochopení těchto motivací a základních faktorů, které za nimi leží, nám pomůže zorientovat se a porozumět různým názorům (úhlům pohledu) a případně i protichůdným informacím při našem shromažďování důkazů a jejich vyhodnocení. Z tohoto důvodu se v tomto modulu zaměřujeme na faktory, které ovlivňují náš (a kohokoli jiného) přístup k informacím a rozhodování, a to včasně našich předsudků a předpokladů vůči zkoumanému tématu.

**DŮLEŽITÉ** Témata v tomto modulu by mohla být rozšířena do několika vědních oblastí (psychologie, neurovědy, sociální psychologie), a proto nemůžeme pokrýt všechna témata a všechny aspekty prezentovaných témat. Cílem je především **inspirovat vás jako učitele** představením některých vybraných témat a konceptů, které můžete využít při své každodenní práci se studenty. Doporučujeme vám proto, abyste případně sami dále prozkoumali jakékoli téma, které vás osloví nebo jej budete považovat za užitečné.

**DŮLEŽITÉ** Předem bychom rádi poukázali na to, že témata, kterými se budeme v tomto Modulu zabývat, mohou být komplikovaná **pro někoho**, kdo je pevně zakořeněn v jakémkoli světovém názoru nebo víře, kterou považuje za jedinou správnou nebo možnou. Netvrdíme ani, že to, co je prezentováno, je pravda vytesaná do kamene. Naopak, berte uvedené spíše jako inspiraci, jak lze k těmto složitým a komplikovaným problémům přistupovat a nahlížet je. V tomto smyslu jsme otevření jakékoli diskusi o prezentovaných tématech a konceptech.

**Srdečně vás nyní zveme, abyste si dopřáli otevřenost a vůli zkoumat a případně i zpochybňovat „své vlastní pravdy“**

**... pojďme se inspirovat...**

### 1.1.1. Normy, hodnoty a přesvědčení

To, jak se s jakýmkoli problémem vypořádáme, je vědomě či nevědomě ovlivněno mnoha faktory na základě našich **predispozic a zkušeností**. Tyto faktory utvářejí hodnoty, přesvědčení a postoje. Také jednáme ve specifickém prostředí s určitými normami a společenskými strukturami.

Protože by se dalo vést nespočet debat o tom, co je čím ovlivněno a co se pod jednotlivými termíny skrývá, nechceme a nepotřebujeme pro naše účely jít do detailů a akademické debaty. Nastavíme základní použitelný rámec a také poskytneme praktické nástroje, které lze použít v reálných komunikačních situacích (viz níže).

**Normy** jsou uznávané standardy a způsoby chování nebo provádění věcí, které jsou vzájemně **sdíleny členy sociální skupiny** jako standardy (“normy”) chování. Norma je konkrétní a specifikuje určité věci, které je třeba udělat (nebo se jim vyvarovat). Normy odkazují a jsou (někdy zdánlivě) odůvodněny základními sdílenými hodnotami. Normy se týkají chování a **postojů, které jsou považovány za „normální“ nebo obecně akceptovatelné**. Normy mohou být kodifikovány (např. právními předpisy) nebo nekodifikovány. Podstatné je, že jsou akceptovány nebo přímo vyžadovány příslušnou skupinou.

Je důležité si také všimnout, že **každý vnímá nastavené normy jinak** (asi bychom česky řekli “po svém”) a toto vnímání může, ale také nemusí reflektovat to, co příslušníci dané skupiny (většiny) skutečně dělají nebo očekávají. Dochází pak ke konfliktu, jak při vnímání samotných norem, tak ve způsobu jejich uvádění do praxe. A **také máme na výběr**, zda se budeme chovat „podle“ těchto vnímaných norem (někdo vědomně normy respektovat nechce nebo je přímo chce “bojkotovat”).



**Normy tedy nepředstavují samostatně platná/daná pravidla, jak se všichni chováme nebo bychom se "měli chovat", ale jsou individuálně vnímaným rámcem, ve kterém jednáme jako jednotlivci.**

Problémem při komunikaci a pro vzájemné porozumění často bývá to, že témata které řešíme (zejména názory nebo activity ostatních lidí) **posuzujeme optikou určité (naší!) normy, jako by to bylo univerzálně platné kritérium pravdy a správnosti. Z normi se tak stává způsob určování toho, co je pravdivé, toho co je správné a co nesprávné.** V těchto případech zapomínáme na to, že norma je zvykovým pravidlem, není ničím absolutně platným. A jako taková v sobě nemá a priori „dobro“ (i když bychom to tak mohli vidět). Neříkáme, že normy nejsou důležité pro fungování společnosti. Ale budme otevření k posouzení, zda nám normy, které následujeme, prosazujeme nebo chceme zavést, skutečně dobře slouží.

**DŮLEŽITÉ** Protože naším cílem je činit zodpovědná rozhodnutí, měli bychom hledat nejlepší možnou volbu pro naše jednání, a to v souladu s našimi potřebami a účelem jednání. Pokud norma neslouží nám nebo svému účelu, budme otevření ji změnit. Nehovoříme zde o nějaké anarchii a rušení norem jako takových (každá společnost je organizována podle sdílených norem), ale **vytváření prostoru pro diskusi a hledáním nejlepších řešení pro aktuální otázky (postup závisí na situaci a dané normě).**

**Hodnoty** lze chápat různě (můžeme říci na různých úrovních). Hodnoty jsou asi nejčastěji definovány jako to „*co považujeme v životě za důležité*“ nebo „*na čem nám záleží*“. Tato definice může (podle našeho názoru) dobře posloužit organizaci, jako je soukromá společnost, která může definovat své základní „hodnoty“. Ale na osobní úrovni je taková definice docela zavádějící, protože poukazuje spíše na touhy nebo „artefakty“ reprezentující status ve společnosti, nebo dokonce předměty (na předmětech mám také často záleží).

**X Touhy nejsou hodnoty.** Nelze tedy souhlasit s tím, že něco (jak je to prezentováno v definicích na internetu) jako „bohatství“ nebo „založení pevného manželství“ by mělo být chápáno jako něčí hodnota. Spíše bychom tyto nazvali nebo označili jako touhy.

**Jak tedy definovat hodnoty?** Nejprve se zeptejme, **co se skrývá za výše zmíněnými „touhami“:**

- Za touhou po bohatství bychom mohli vidět mnoho různých potřeb jako je: bezpečí, přežití, pohodlí, důstojnost, svobodu a volbu, ohleduplnost, respekt atd.
- Za touhou po „založení pevného manželství“ jsme mohli vidět mnoho různých potřeb jako je: emoční bezpečí, stabilita, jistota, respekt, harmonie, reciprocita, podpora, důvěra, pohodlí atd.

Vidíme, že **pojem „hodnoty“ může být docela zavádějící a ošemetný.** V zásadě se dá říci, že něco pro nás má hodnotu (je žádoucí a dobré investovat do toho své úsilí – čas, peníze...). Takto bychom mohli říci, že naše auto má pro nás hodnotu, ale to není to, co zde hledáme (to bychom nazvali touhou nikoli skutečnou naší vnitřní hodnotou)... Můžeme jít trochu dále a například říci, že „vzdělání má pro nás hodnotu“. V tomto případě bychom také raději hledali motivace, protože ty se mohou u člověka lišit (pro jednoho to může být způsob získání lepších vyhlídek na práci, pro jiného touha po znalostech).

S ohledem na výše uvedené proto navrhuje chápat **hodnoty jako základní lidské potřeby.** Účelem je najít základní příčinu nebo okolnost, díky které se jako lidská bytost skutečně cítíme naplněni (šťastnými). V tomto ohledu **by nám hodnoty (naše skutečné potřeby) mohly posloužit jako nejlepší vůdčí princip pro náš život** (více vysvětlení viz kapitola Empatická komunikace níže).



Obvykle, když mluvíme o hodnotách, odkazujeme na něco, co představuje nebo vyjadřuje naše potřeby nebo to čeho si nejvíce vážíme<sup>2</sup>. Například „nejvíc si váží své rodiny“, nebo „postavení v zaměstnání“ atd. Jazyk se používá určitým způsobem, a tak to je. Ale pro hlubší porozumění je dobré pochopit, že tyto „hodnoty“ „jen“ reprezentují a vyjadřují naše potřeby v konkrétním společenském a kulturním kontextu.

**Přesvědčení/víra** (z *anglického Believe*) je podle Cambridge English Dictionary definováno jako „myslet si, že něco je pravdivé, správné nebo skutečné“. Dodali bychom bez důkazů. Toto je pravý význam slova „věřit“: **Věřit znamená, že jsem předvedčen o něčem, o čem nevím (nebo nemohu vědět), zda je to pravda nebo ne.** Věřit je spojeno s **formulací a nastavením předpokladů, které nemohou být (nebo v zásadě nejsou) předmětem dalšího zkoumání** – nelze je ani dále nijak zpochybňovat nebo o nich diskutovat.

Běžně se slovo „věřit“ používá také v situacích jako: „Věřím tomuto člověku/odborníkovi“, nebo bych mohl dokonce říci: „Věřím, že zítra zase vyjde slunce“ (nemohu si být jistý ani to skutečně dokázat, protože se tak ještě nestalo). Ale pro tyto okolnosti bychom raději použili termín jako „**důvěra**“, protože tato tvrzení ve skutečnosti nezakládáme pouze na „víře“ bez jakýchkoli **důkazů nebo zkušeností**. Někomu můžu důvěřovat, protože ho známe a už se ukázal jako spolehlivý, nebo víme, že všechny znalosti, které máme o sluneční soustavě, dávají téměř 100% šanci, že zítra vyjde slunce, i když to nemůžeme dokázat.

Nechceme být hnidopiši ve slovíčkaření a je pravděpodobně běžné/normální ve výše uvedených situacích používat výraz „věřit“. Měli bychom však chápat skutečný význam a **rozdíl mezi „věřit“ (bez jakýchkoli důkazů nebo zkušeností) a „důvěřovat nebo soudit“ na základě nějakých důkazů nebo zkušeností, které mohou takový úsudek podpořit.** **Rozdíl je v tom, že u „věřit“ nemá smysl se ptát na přesvědčivost důkazů, protože je to prostě víra.** Takže i když používáme/uslyšíme termín „věřit“, měli bychom být schopni rozpoznat, že se jedná o názor nebo úsudek, který je možné dále prozkoumat a vyhodnotit z hlediska přesvědčivosti důkazů.

### 1.1.2. Postoj, motivace, zvyky a pohled na svět

**Postoj** (z *anglického Attitude*) je naše tendence hodnotit nějaký symbol, předmět nebo aspekt našeho světa příznivým nebo nepříznivým způsobem. Postoj lze definovat jako **pocit nebo sklon upřednostňovat předměty, osoby a situace nebo být proti nim.** Může být také do určité míry definován jako stav mysli nebo pocitu vůči něčemu nebo někomu. Existuje mnoho definic pojmu postoj a pojem postoj se také běžně používá poměrně volně pro sběr vlastních názorů, předsudků a sentimentů.

Podstatné je, že si svého vlastního postoje můžeme být vědomi nebo tento **postoj (k něčemu) může být nevědomý,** ale i tak ovlivňuje naše chování.

**Motivace je konkrétní touha jednat za účelem naplnění určitého cíle.** Je podmíněna souborem faktorů mix faktorů, jako jsou výše uvedené hodnoty, normy, postoje, osobnost (viz níže) a také naše zkušenosti a aktuální situace. Toto vše ovlivňuje naši motivaci dělat to, co děláme a jak to děláme. Motivace je konkrétním projevem naší osobnosti, hodnot, norem a postojů ke skutečnosti. V tomto smyslu je motivace úzce spojena s naší touhou něco mít nebo něčeho dosáhnout. „**Jsem motivován**

<sup>22</sup> Pozn.: v angličtině je pojem hodnota „value“ shodný s pojmem vážit si/cenit si něčeho (např. „he most value his family“)





něco dělat, protože chci něčeho „dosáhnout“<sup>\*</sup>“. Motivace může být vědomá (uvědomuji si, čeho chci dosáhnout) nebo nevědomá (nemám vědomně stanovený ani formulovaný cíl).

**\*Dosáhnout něčeho** nemusí být materiální povahy nebo sloužit k dosažení určitého cíle (úspěchu). Například někdo je motivován jít běhat jen čistě pro radost z pohybu, a ne nutně, aby vyhrál závod nebo uběhl maraton pod 3 hodiny. Stále však vidíme, že motivace pochází z touhy „dosáhnout“ potěšení (dostat se do stavu potěšení nebo dobrého pocitu při nebo po běhu). V tomto případě může být motivace i nevědomá (nemusím si to uvědomovat, a ale dělám to proto, že mi to přináší potěšení).

**Návyky/zvyky** (z *anglického Habits*) jsou také velmi důležitými předpoklady našeho chování. Návyky jsou **to, co děláme, protože jsme na to zvyklí**. Ve smyslu „děláme to, co děláme“. Je to něco, co děláme pravidelně a často si to neuvědomujeme, protože to bereme jako samozřejmost. Návyky mohou být velmi silné a může být obtížné je změnit nebo se jich zbavit. Existuje spousta motivačních knih, jak změnit a nastavit „správné“ návyky, aby vám dobře sloužily. Na jedné straně můžeme vidět, že návyky nám mohou v životě pomoci a zjednodušují nám život (např.: každé ráno neřeším, zda si vyčistit zuby, prostě to dělám...). Na druhou stranu je ale naším cílem jednat zodpovědně (a k prospěchu sobě samým), měli bychom také vidět, že **zvyky ve skutečnosti popírají možnost volby a jednání ze svobodné vůle**. Kdybychom vše dělali na základě zvyků, byli bychom jako automatický stroj. Odpovězme si tak na otázku, zda chceme být automatickým strojem, nebo lidskou bytostí s volbou jednat.

**Světónázor** (z *anglického World view*) by se dal definovat jako „komplexní pojetí či chápání světa z konkrétního úhlu pohledu“<sup>3</sup> (hlediska). Světónázor je to, **jak vnímáme, konceptualizujeme a chápeme svět kolem nás a své místo v něm**. Souvisí s naším chápáním a znalostmi, interpretací jevů a normami a hodnotami, které zastáváme. Vzniká iterativním procesem, kdy nelze říci, zda jsou normy základem světového názoru nebo zda je světónázor základem pro stanovení norem. Protože jeden ovlivňuje druhého navzájem (tzv. iterace). Na základě svého světónázoru se lidé rozhodují, co je správné a co špatné, co by se mělo a co nemělo, a činí normativní a někdy i moralizující soudy (viz také níže Empatická komunikace). Specifický a především neměnný (a nevědomý) pohled na svět je často případem zaujatého a předpojatého (biased) vnímání a rozhodování.

**SHRNUTÍ (jak to uplatnit při výuce)** Naše jednání a to jak přistupujeme k informacím je ovlivněno naším vnímáním dané situace (percepce) a ta je sama ovlivněna kombinací faktorů, jako jsou hodnoty, naše přesvědčení, tomu čemu věříme, našimi návyky a světónázorem (viz výše). Měli bychom nejprve porozumět sami sobě, abychom dokázali porozumět i druhým a mohli vidět a porozumět, co stojí za jejich volbami, rozhodnutími a činy.

<sup>3</sup> Převzato z : [www.merriam-webster.com/dictionary/worldview](http://www.merriam-webster.com/dictionary/worldview)