

Člověk, myšlení a inteligence

Karel Kostka

Obsah

1. Úvod – Člověk, myšlení a inteligence	4
1.1. Míra kreativity člověka závisí na jeho intelektu	
1.2. Projekce	
1.3. Lidský mozek	
1.4. Pohled do hloubi našich duší	
2. Inteligence	5
2.1. Inteligence je sexy?	
2.2. Proč k nejlepším nápadům dospějeme tehdy, když zrovna nemyslíme?	
2.3. Čím těžší mozek, tím větší inteligence?	
2.4. Dnešní doba nás vede nás k tomu, abychom mozky nenamáhali	
3. IQ, úspěch a tvořivost	
3.1. Odhady IQ některých největších světových géníů	
3.2. Lze si zvýšit IQ? ANO!	
3.3. Co je to emoční inteligence?	
3.4. Paměť není jen úložištěm informací, ale je i zdrojem představivosti	
3.5. Zásady pro vlastní rozvoj kreativity	
4. Závěr – kreativní myšlení je podmíněno silnou osobností.....	14
Seznam použité literatury	16

1. Úvod – Člověk, myšlení a inteligence

1.1. *Míra kreativity člověka závisí na jeho intelektu*

Každý z lidí se rodí s odlišnou intelektovou výbavou. Podle dat shromážděvaných společnostmi Mensa, sdružující nadprůměrně nadané jedince s IQ nad 130 však vyplývá, že kreativita roste s výší IQ, avšak tento růst není přímo úměrný. Jestliže koeficient IQ jsme schopni měřit velmi přesně, pak kreativita je obtížně měřitelnou vlastností člověka.

Mám na starosti testování IQ pro veřejnost a školy ve Zlínském kraji, dlouhodobě v Mense pracuji a otestoval jsem již celou řadu velmi zajímavých lidí.

Na rozdíl od oficiálních závěrů si ovšem myslím, že nejvyšší míru kreativity vykazují jedinci s IQ od 110 do 140, mimo uvedený parametr jde o velmi proměnlivý a obtížně klasifikovatelný stav. Co je nepopiratelné – kreativita člověka závisí na způsobu jeho myšlení, na činnosti jeho mozku a na intelektu, kterým byl obdařen.

V této přednášce bych se v této souvislosti chtěl zaměřit na způsob, jakým vnímáme svět kolem nás a na to, jak pracuje mozek, jak tento svět analyzuje, případně jak ovlivňuje naše myšlení a konání.

1.2. *Projekce*

Pod pojmem projekce si představujeme spíše promítání filmu než nějaký proces probíhající v našem myšlení, ale já mám projekci na mysli právě cosi, co se odehrává uvnitř našeho mozku v době, když přemýšlíme.

Představme si někoho, koho velmi dobře známe, a pokusme se charakterizovat tohoto konkrétního člověka z hlediska jeho duševních a fyzických vlastností.

Zjistíme, že pozornost věnujeme nejen sledovanému člověku, ale pravděpodobně ho srovnáváme sami se sebou. My totiž nehodnotíme jeho, ale přes něj srovnáváme a posuzujeme především sami sebe.

Ve zdánlivých drobnostech však narážíme na spoustu problémů. Při posuzování člověka podléháme celé řadě vlivů a mnohé vidíme zkresleně. Řekneme si „*stačí si dát pozor a nezkrusovat, a jsme v pohodě*“. Ale tak snadné to není.

Může se například stát, že jsme o posuzovaném člověku slyšeli, že je lhář, a přestože sami nemáme ani jediný důvod považovat ho za lháře, díky haló efektu nám pořád něco našeptává – pozor, je to lhář! Že šlo jenom o pomluvu? To není podstatné, už staří Čechové tradovali vlastně docela zavádějící tvrzení, že „*na každém šprochu pravdy trochu*.“

Ale vraťme se k tomu, že jiné srovnáváme se sebou. Říká se tomu opravdu projekce – prostě jiné lidi hodnotíme prostřednictvím svých vlastních názorů, pocitů, stanovisek, charakteristik, vlastností apod. Promítáme si je přes vidinu, kterou vidíme sami sebe.

Jsme pečliví? Automaticky předpokládáme jistou míru pečlivosti, námi považovanou za obvyklou, i u ostatních. A od té se odrážíme. Nepořádník jednoho člověka osočí, že je úzkoprsý hnidopich a nechutný pečlivec, a toho samého člověka úzkostlivý pořádku milovník označí za neskutečného bordeláře.

Jak tedy postupovat, abychom dokázali „přečíst“ co nejlépe jiného člověka, neučili se číst jenom sami v sobě a byli schopni co nejobektivnějšího pohledu?

Vyjděme z faktu, že každý živý organismus, tedy i člověk, je pouze relativně stálým a neměnným souborem fyzických a duševních charakteristik. Není přímo chameleonem, ale dokáže mít celou řadu tváří.

Podívejme se nejdříve na fyzické charakteristiky: Malý, střední, vysoký – dávejme pozor a nepodléhejme pocitu, že kdo je menší než my, je malý, a kdo je větší, je vysoký. Tady nás

projekce může splést už na začátku. Říkali jsme si, že nehodnotíme prostřednictvím sebe, ale snažíme se vycházet od průměru ve společnosti. Muž malého vzrůstu v Evropě měří do sto šedesáti centimetrů, muž vysokého vzrůstu nad sto devadesát centimetrů. Že to bude za padesát let jinak? Nevadí. Hodnotíme teď. Podsaditý, dlouhonohý? Opět použijeme obecná srovnání. A pokračujeme: vlasy, tvář, uši, krk, šíje, paže, hrud', břicho, záda, boky ...

Až donutíme mozek každou fyzickou charakteristiku vědomě vyhodnotit, pak teprve začneme vyvozovat. Třeba taková tvář. Nestranným pohledem jsme si řekli: kulatá, opálená, lehce podmračená s ostrými rysy.

Co vyvodit? Máme zatím jenom obecnou a snad jakž takž objektivní charakteristiku – ano, teprve teď nastává správný čas pro naše „já“. Nebojme se pustit trochu svého „já“ do celého procesu posuzování, teď už můžeme.

Kulatá tvář je nám příjemná, sympatická a přitažlivá, ostré rysy jí dávají určitou přísnost, ale současně i osobitost, opálení je skoro svůdné a ta nepatrná podmračenost v sobě skrývá tajemnost a nedostupnost ...

A tak si projdeme celého člověka nejdříve vždy očima nezaujatého pozorovatele - kousek po kousku, a potom znovu přimíchejme své vlastní emoce a posuzujeme prostřednictvím sebe všechno, pro co jsme dokázali najít více či méně objektivní kritéria.

Nemysleme si ovšem nikdy, že pravda je všechno to, co za pravdu považujeme.

Jsme závislí na schopnosti svých smyslů vnímat podněty, tedy všechno to, co vidíme, slyšíme, cítíme, nahmatáme, ochutnáme... My lidé jsme bytosti velice omylné. Stačí třeba jenom to, že se nacházíme v jisté z normálu se vymykající situaci, a nejednou nám mozek, to myslící zařízení v nás, doslova vypoví službu a my přijímáme zcela nepochopitelná rozhodnutí a nečekané závěry. Stačí, když se zamilujeme, a co bylo dosud šedivé, je najednou báječně barevné...

Mohli bychom pokračovat dál, ale učinme jednoduchý závěr: Základním činitelem, který nám umožňuje prostřednictvím projekce vnímat svět, je cosi tak nesmírně záhadné a tajemné, až nám to bere dech. Tomu tajemnému orgánu říkáme mozek. Lidský mozek, v kterém se odehrává celý náš život.

1.3. Lidský mozek

Mozek je nejúžasnějším a nejsložitějším orgánem našeho těla. Skládá se z více než sta miliard buněk – neuronů, které jsou propojeny biliony spojů (synapsí).

Jeden neuron dokáže v jednom okamžiku komunikovat s miliony jiných neuronů, vysílat, přijímat a zpracovávat informace. Každý neuron má pro svoji podporu k dispozici několik desítek gliálních buněk, které udržují jeho strukturu a také ho vyživují.

I ten nejdokonalejší počítač je oproti mozku nekonečně jednoduchý, velmi primitivní a pracuje na úplně jiném základě, i když na první pohled nám může činnost počítače a mozku připadat velice podobná.

Věda sice krůček po krůčku odkrývá tajemství, která mozek skrývá, ale do odhalení jeho podstaty má stále daleko. Co nám tedy zbývá, chceme-li pochopit, jak mozek pracuje, jak myslí a jak řídí naše životy?

Z hlediska komunikace zapomeňme pro tentokrát na neurologii a uskrovněme se. Pokusme se pracovat s tím, co máme k dispozici z hlediska psychologického. Zabývejme se jeho vnějšími projevy, tedy tím, co vidíme, slyšíme...

Zabývejme se lidskou myslí i jejími důsledky - prožíváním, chováním, jednáním, komunikací a z toho vyplývající kreativitou. Zdá se to být snadné, ale pozor.

O nesnadnosti takového počínání svědčí v nadsázce tradovaná poučka: Nezdá se ti něco na tvé psychice v pořádku? Navštiv deset psychologů a dozvíš se deset úplně jiných názorů a vysvětlení.

Každý máme svůj mozek a je jenom na nás, jak ho naučíme pracovat a vnímat svět kolem. Buďme přiměřeně kritičtí, protože zejména v případech, kdy odhalíme co je špatně, nacházíme motivaci hledat zlepšení.

Často si při sledování jiných lidí uvědomujeme, že někteří lidé myslí tak, že ti, kteří nemyslí, se nemají za co stydět.

Zamysleme se společně nad tím, jak pracují naše mozky.

Dlouhá desetiletí se lidé navzájem přesvědčují o tom, že se od zvířat liší nejen tím, jak vypadají, ale především tím, jak myslí. Už na základní škole nám paní učitelka kdysi dávno vysvětlovala, že zvířata nemyslí, ale chovají se pudově a rozhodují se většinou na základě instinktů. Měla pravdu jen zčásti. I zvířata myslí, pouze rozsah a hloubka jejich myšlení není s člověkem většinou srovnatelná.

Proč říkám většinou? Protože i řada lidí myslí a jedná převážně na základě svých pudů a instinktů a produkt mozku, vědomé myšlení, užívají jenom sporadicky.

Lidský mozek je ve většině psychologických publikací popisován jako orgán, který řídí lidské jednání a konání prakticky neustále. Člověk je považován za bytost, která, ať už dělá a vykonává cokoli, vše promyšleně rozvažuje a optimalizuje. Mozek člověka, na rozdíl od zvířat, zjednodušeně řečeno, zpravidla vyvíjí plnou činnost neustále a do jisté míry potlačuje to, co je v nás pudové. Dokonce i řadu instinktů vytlačil až kdesi na okraj našeho rozhodovacího procesu. Podvědomě docházíme k závěru, že mozek je nesmírně pracovitým tělesným ústrojím.

Jenomže tak tomu není. Lidský mozek je velice lenivý orgán, a kdykoliv má možnost, nebo kdykoliv mu to umožníme, hned si dá pauzičku. Díky neustálému nutkání ulehčit si práci mozek prostě každou chvíli snižuje „obrátky“ a snaží se převádět naši činnost z činnosti přísně sledované a řízené do činnosti zautomatizované. Neznamená to, že by se v průběhu dne náš mozek vypínal, on se jenom přepíná do co nejúspornějšího režimu, aby nás ponechal v jakémsi povrchním způsobu rozhodování, které je snadné, nestojí prakticky žádné úsilí, a přitom věci fungují tak, jak mají.

Jistě to známe. Za den uskutečníme stovky akcí, které se dějí jako by samy od sebe. Například vstaneme a vyčistíme si zuby. Pak se oblékneme, nasnídáme, sbalíme si tašku do práce, vezmeme klíče od auta a tak dále.

Následně si sedneme do auta a najednou se náš mozek probudí. Všechno, co jsme dosud dělali, jsme vykonávali jako roboti, a mozek v záchvatu sebezpytování se jakoby z ničeho nic zeptá: „Máš vyčištěné zuby?“ A my si nemůžeme vzpomenout, protože to čištění zubů mozek téměř neřídil, a proto si ho ani nezapsal pečlivě do paměti. Nebo si večer zapneme televizi a sledujeme ji. Večerníček, zprávy, film, další zprávy, publicistický pořad, další film.

Pak si druhý den chceme vzpomenout, co to jenom včera v televizi běželo a ejhle, nejsme si jistí, a když už si vzpomeneme, pak nevíme, zda to bylo včera nebo předečím...

Co z uvedeného vyplývá? Poměrně snadný závěr. Není-li mozek aktivizován, nenutíme-li ho aktivně pracovat, hned si s radostí zdřímne. Vidím to i na sobě. Kdyby mne nehnal čas, kdoví, jestli bych dal tuto postupovou práci vůbec dohromady. Nyní, když mám na její napsání pár dní, mi mozek sice nadává a vzpouzí se, třeba teď je dvě hodiny po půlnoci a já strašně rád spím už od deseti večer. Ale sedím u počítače

a píšu, protože už je nejvyšší čas, abych svůj závazek, než mne povinnosti odvedou do zahraničí, splnil. Mozek se pořád vzpouzí mojí vůli, našeptává mi „jak by se teď krásně spalo“, ale já mu povolím nesmím.

„Až to dopíšeš, kamaráde, pak si spi. Teď ne. Neměl jsi nechávat práci na poslední chvíli“, upozorňuje ho vůle, ale mozek se dohaduje dál – „vždycky nakonec všechno stihneme“, a

vůle mu hned odpovídá „no právě, tentokrát už je zase chvíli před tím bodem označovaným jako těsně na konec a proto nediskutuj a myslí“.

Jedna věc, vyplývající z několika výzkumů lidského chování, je velice zajímavá.

Uvedu alespoň jeden příklad takového výzkumu. Vědci vybrali dvě zhruba stejně intelektuálně vyrovnané skupiny vysokoškolských studentů a nechali je dvě hodiny diskutovat.

Jedna skupina diskutovala na všemožná témata s profesorem, druhá skupina diskutovala se zapáleným fanouškem fotbalového týmu, který patřil k tvrdému jádru místních chuligánů a s bídou nedávno dokončil málo náročný učební obor. Ihned po dvou hodinách jednotliví členové obou skupin dostali za úkol napsat poměrně náročný všeobecný vědomostní test, který neměl s obsahem diskuze nic společného. Výsledky byly takové: skupina diskutující s profesorem dosáhla téměř dvojnásobně lepšího hodnocení.

Za čtrnáct dnů se akce zopakovala, jenom u diskutujících se skupiny prohodily. Ta, která diskutovala s profesorem, vedla tentokrát debatu s fanouškem a naopak. Pak ihned obě skupiny dostaly všeobecný test, samozřejmě jiný než posledně. Tentokrát bylo hodnocení mnohem lepší u skupiny, která posledně prohrála. Opět tedy zvítězila skupina diskutující s profesorem. Vyplývá z průzkumu něco? Jistěže.

Profesor u svých posluchačů mnohem více aktivizoval jejich duševní činnost, dá se říci, že mozky posluchačů neměly možnost vydechnout a odpočinout si. Aby profesorovi v diskuzi stačily, musely tvrdě pracovat – hledat v paměti, vyvozovat, srovnávat, poměřovat, odhadovat, prostě přemýšlet. A vysoký výkon jim zůstal ještě i nějakou dobu po ukončení diskuze. Kdežto při diskuzi s člověkem, který intelektuálně nedosahoval úrovně posluchačů, mozky ihned vycítily příležitost. Tady se dá odpočívat!

Stačí poloviční výkon. A hned šly s výkonem dolů. A nižší výkon samozřejmě vydržel i nějakou chvíli po ukončené diskuzi.

Vrátím-li se na začátek tohoto zamyšlení, nezbývá mi než dojít k následujícímu závěru. Chceme-li intelektuálně růst, zdokonalovat své myšlení, podávat vysoké duševní výkony a vykazovat vysokou míru kreativity, pak se pohybujeme v prostředí, které nás k tomu bude vybízet. Komunikujme s lidmi, kteří nás vyburcují k přemýšlení, a jenom v nezbytně nutném rozsahu spolupracujme s lidmi, kteří umožní našim mozům oddychovat a spát. Nebudeme-li mít kolem sebe dostatek komunikačních partnerů na úrovni, ale jenom samých myšlenkových povalečů, i náš mozek se stane povalečem. Ono je snadné, a dokonce mnohdy i přitažlivé, žít jenom pudově a instinktivně. Život i tak jde prostě dál. Ale je to život stejně chudobný a zbytečný jako životy těch, kteří celý život stráví na ulici, aniž by se donutili cokoli pro změnu svého postavení udělat.

Samozřejmě. I našemu mozku povolme občas povalování. Na dovolené, při relaxačním sportu apod.

Zajímá nás, v čem například spočívá podstata vysokoškolského studia? Že v tom, jaká kvanta učiva musí do svých pamětí studenti zapisovat? Ale kdeže. Většina z nich se nadře spousty látky a pouček akorát na zkoušku a pak je v klidu zapomene. Podstata vysokoškolského studia je v něčem jiném. Je v tom, že studenti musí několik let svůj mozek prostě trápit chodem na vysoké otáčky, musí ho před zkouškami i přetěžovat, a musí komunikovat v prostředí, které vyžaduje vysokou pozornost i vysoké soustředění.

Nic víc.

Proč jsem na začátku tohoto zamyšlení použil příměr mezi lidmi a zvířaty? Odpověď je prostá. Zvířata neumí komunikovat na tak bohaté úrovni jako lidé, nemají možnost ani potřebu rozvíjet své myšlení, stačí jim opravdu žít na úrovni zautomatizovaných činností, prokládaných tu a tam i rozhodováním, které ovšem obvykle podléhá pudům a instinktům mnohem více než je tomu u lidí.

Lidé mají obrovské možnosti k rozvoji svého duševního potenciálu.

Musí ovšem chtít, musí mít vytvořeny podmínky a musí mít možnost komunikovat. Mozek, který je nucen komunikovat s vyspělým partnerem, nekrní, ale roste. Hledejme si tedy ke komunikaci především takové partnery, kteří povedou naše mozky k usilovné práci, a současně my sami zkusme být takovými, kteří budou motivovat jiné mozky k rozvoji a růstu. Takový přístup podmiňuje bohatost a košatost myšlení a s ním spojenou kreativitu.

1.4. Pohled do hloubi našich duší

Náš mozek nejen myslí. On má úžasnou schopnost ukládat do své paměti všechny znalosti a zkušenosti, dokonce i pocity, které jsou s nimi spojeny.

Schopnost vzpomenout si nám dává základní předpoklad k tomu, abychom mohli následně přicházet se svými úsudky a rozhodnutími, abychom se přizpůsobovali současnému světu a mohli do jisté míry předvídat jeho budoucnost.

Mozek umí i další věc. Dokáže zapomínat, proto mu musíme některé věci vícekrát připomínat.

Zapomínání je přirozené a přesto, že nás občas trápí, je i zdravé. Zapomínání není bezdůvodné, ale chrání nás před zahlcením, zbavuje nás stresu z nešťastných či nepříjemných zážitků, odděluje podstatné od nepodstatného a podobně. Kapacita naší paměti má své hranice, nicméně my s těmi hranicemi můžeme volně pohybovat. Proč to říkám?

Protože zapamatování je přímo závislé na kvalitě našeho vnímání.

Jestli chceme z textu, který nyní sledujeme, opravdu něco mít, zabraňme všemožným interferencím, tj. rušivým vlivům, pusťme si naopak něco, s čím se náš mozek bude cítit dobře, třeba tichou hudbu nebo si lehněme do písku na mořské pláži... Každý máme jinou představu o tom, kde a jak nám to „nejlépe myslí“.

V této otázce se nemůžeme nikdy shodnout, protože naše mysl je subjektivní, stejně jako je subjektivní i naše paměť.

A to nejdůležitější na závěr.

Ve chvíli, kdy se pro nás četba jakéhokoli textu stane pasivním jevem, odložme jej.

Pasivita omezí, někdy dokonce i zablokuje, naši schopnost ukládat si zajímavé informace do paměti, a pak vlastně jenom utrácíme čas. Nic si do paměti nezapisujeme, a proto ani nezvyšujeme a nezkvalitňujeme potenciál pro naše budoucí rozhodování.

Četba by měla být pokaždé aktivní duševní činností, jenom tak z ní můžeme mít radost a užitek, a taky radost a užitek šířit mezi ostatní lidi.

Život si nelze představit bez vzájemných mezilidských styků, bez komunikace, která je základním prostředkem pro sdělování informací a i čtení je formou komunikace.

Člověk chce najít své místo v lidské společnosti, chce mít přátele, získat lásku, dosáhnout určitého postavení v zaměstnání, založit rodinu, vychovávat děti, pomáhat druhým, chce být úspěšný ve všem, co považuje za důležité.

Chceme být úspěšní?

Pak se nesmíme bát, ale projevme naplno svoji osobnost. Bude-li to osobnost reaktivní, zajímavá a plná myšlenek, získáme ve společnosti mnohem lepší postavení než ti, kteří se krčí někde v rohu.

2. Inteligence

2.1. Inteligence je sexy?

O lidském myšlení, jeho úrovni a jeho projevech existuje bezpočet studií a knih, nicméně není a nebylo na Zemi člověka, který by dokázal přesně vysvětlit, co to myšlení ve skutečnosti je. Jeho podstatu neznáme, dokážeme pouze za jeho vnějšími projevy vyvozovat a hledat

souvislosti. Umíme diagnostikovat poruchy myšlení, umíme popsat mimořádné a geniální schopnosti některých jedinců, zvládneme neurologicky rozebrat mozek do detailů, ale tu zatracenou energii, nazývanou myšlením, tu přesně pochopit neumíme, i když se najde dost vykladačů tvářících se, jako by podstatu myšlení dokonale znali.

Čím vším jenom mozek disponuje, kolik funkcí zvládá, jak nás dokáže potrápít a kde nás umí dovést! Co všechno nám umožňuje prožívat a v čem nám dělá život tu nádherným a jindy k uzoufání nepříjemným či bolestným!

Nevíme, kde jsou hranice mozkové kapacity a výkonnosti a zřejmě nikdy se těchto hranic nebudeme schopni dopočítat, protože mozek je nevypočitatelný a tím se zásadně liší od počítačů, i když by se mohlo zdát, že mozek a počítač mají mnoho společného.

Dokážeme měřit určité úzce vymezené veličiny, jako třeba již zmíněnou výši inteligence prostřednictvím testů IQ, blížíme se k stanovení metodiky schopné měřit emoční inteligenci (EQ), ale ve vztahu k pochopení myšlení jako celku jsou to skutečně jenom střípky, z nichž nelze ani v nejmenším složit mozaiku, která by nám prozradila pochopení zvláštního fenoménu, jímž myšlení bezesporu je, fenoménu, který se vymyká běžnému pohledu na materiální svět kolem nás třeba jenom tím, jak iracionální jsou mnohdy jeho soudy, ač máme pocit, že nic racionálnějšího než mozek vlastně neexistuje.

Není paradoxní třeba to, že mozek pracuje tím rychleji a úsporněji, čím více ho namáháme? Není úžasné, že mozek pracuje nepřetržitě i tehdy, když spíme, a byl by schopen produkovat myšlení nekonečně dlouho, kdyby jeho materiální základna nepodléhala stárnutí a krev jej bez ustání zásobovala kyslíkem?

U slůvka produkovat se na chvíli zastavme. Nic na světě netrpí nadprodukcí tolik, jako mozek. I když bychom to u některých lidí důrazně odmítli, každý mozek, a to i u těch mentálně nejzaostalejších lidí, nesmírně plýtvá myšlenkami, z nichž ovšem drtivá většina hned po jejich vzniku zapadá a mizí.

Má-li mozek čas a prostor, trpí nezkrtnou vášní trousit jednu myšlenku za druhou. V této souvislosti je třeba znovu zopakovat, že přes zmíněnou nadprodukcí je mozek neobyčejně líným orgánem a když může, hned si hledá cestičku, jak pracovat co nejjednodušším a nejméně namáhavým způsobem.

Přes zmíněnou nadprodukcí odhadujeme, že mozkovou kapacitu umíme využívat maximálně z 2 -5%. Jak by asi svět vypadal, kdybychom dokázali více?

Říká se, že Achilovou patou hlupáka je hlava, ale ona se může stát Achilovou patou třeba i mimořádně nadaného člověka, pokud nechá svůj mozek zahálet. Celá řada lidí si v mládí přeje, aby se stali v něčem nejlepšími, ale po čase se smíří s tím, že pouze nechtějí být nejhorskými. A stejně jako takoví lidé se chová i mozek. Abychom ho z letargie, kdy produkuje pouze ranec povrchních hloupostí, přinutíme k opravdové práci a k hlubším myšlenkovým pochodům, máme jediný nástroj – vůli.

Lze oponovat, že existuje řada jiných prostředků, LSD počínaje a elektrošoky konče, ale pouze vůle, jejíž užití často bolí více než jakákoli fyzická námaha, podpoří akceleraci výkonu mozku tak říkajíc v čisté a zdravé podobě.

Nikdo z nás nedisponuje vševědoucím mozkiem, stejně jako nikdo z nás nemá mozek úplně neschopný. I mozek toho nejhlupejšího člověka je schopen ukládat enormní počet dat, otázkou samozřejmě zůstává, jak s nimi poté naloží.

Celá řada paradoxů nám ukazuje, jak ošemetné je kohokoli soudit a ukazovat prstem: Tenhle je hlupák, tenhle je génius. Dokonce i mentálně postižení lidé jsou občas schopni výkonů, nad nimiž zůstává zdravý rozum stát. Například v psychologii často přetřásaný příklad jednovaječných dvojčat Georgie a Charlese, jejichž IQ se pohybuje kolem hodnoty 55. Nenaučili se nikdy ani primitivní matematiku, postarat se o sebe byl pro ně vždy nedostižný úkol, nicméně jejich schopnost okamžitě při vyslovení jakéhokoliv data určit den, o který šlo, je neuvěřitelná. Proč? Protože to dokáží osmdesát tisíc let pozpátku, stejně jako dokáží bez

počítání ihned odpovědět, vysypeme-li před nimi na stůl hromádku sirek, kolik těch sirek je. Ale i „běžní lidé“ občas vybočí z řady a projeví netušené schopnosti. Malý Američan Orlando Serrell utrpěl v roce 1979 při baseballu vážné zranění hlavy. Po bezvědomí se probрал, a od té chvíle se s jeho mozkem stala zvláštní věc. S absolutní přesností si pamatuje úplně všechno, co jeho smysly zprostředkovávaly o něm samém i o jeho okolí. Je schopen popsat každou vteřinu svého života, kde byl, co dělal, kdo tam byl, co měl na sobě, co říkal, jaké bylo počasí atd. A nejde o jedinou výjimku. Američanka Jill Price (43) si rovněž pamatuje každičkový okamžik svého života. Že takovým lidem závidíme? Nezávidíme, protože oni se sice velmi lehce učí, ale současně velmi trpí.

Epizodická paměť, u které přestane pracovat funkce, která „maže“ všechno, co není podstatné, co nás trápí, co nám působí duševní bolest, se totiž stává v takovém případě mučícím nástrojem, před nímž nelze utéci. Na nic zlého nelze zapomenout, pořád se v hlavě i to nejhorší, co člověk zažil, vrací v „čerstvosti“ podobě a duševně rozvrací osobnost. Čas zde přestává být lékařem, ale stává se brutálním bachařem, jenž člověka nekompromisně opakovaně trestá a trápí.

Ale pojďme od frustrujících poznámek k příjemnějším záležitostem.

Normální zdravý mozek nám umožňuje vnímat a analyzovat svět kolem nás v jeho trojrozměrné podobě, díky němu se rozhodujeme a kreativně řešíme problémy, díky němu prožíváme, nejen přežíváme, naši biologickou a duševní existenci.

Úroveň inteligence dává naší osobnosti specifický rozměr. Například mnoho žen považuje u mužů inteligenci za mnohem více sexy atribut, než bohatství, oblečení či fyzickou krásu. Proto se neposmívejme ženám, které v reálném životě vysloví větu o sexy mozku. Ony to tak opravdu cítit mohou.

Čím se liší lidé s vyšší inteligencí od ostatních?

Pomineme-li emoční inteligenci a zaměříme-li se na inteligenční kvocient, vyjadřující schopnost mozku poprat se s řešením logických souvislostí a rychlým řešením variant, dojdeme k následujícímu závěru: Člověk, u něhož byla naměřena vyšší hodnota IQ, vidí oproti běžné populaci v pozitivním smyslu slova širší škálu mezistupňů mezi dvěma krajními polohami ANO x NE (černá x bílá), je schopen intuitivního až automatického přístupu k řešení drobných záležitostí a netradičního rozhodování při řešení zásadních problémů, aniž by dlouze přemítal. Má také vyšší schopnost analýzy a následného zobecnění, ostřejší vnímavost k „vidění příležitostí“, vzrůstající předpoklady k empatii, flexibilitě a kreativitě, menší tendence k falešným očekáváním a méně sklonů k určitým typům iracionality. Má na svůj věk širokou slovní zásobu a zpravidla vyspělý verbální projev, i když často s konfliktním podtextem. Má neuvěřitelnou paměť a ohromnou míru energie.

Lidé s vysokým IQ jsou rádi ve vedení, zpravidla bývají přirozenou autoritou, jsou schopni přenášet své vědomosti a dovednosti do nových situací a zvládat je, a to třeba i v nejkřivějších variantách velmi kreativně a novátorsky.

Na druhé straně v negativním smyslu slova řada lidí s vyšším IQ odmítá práci nebo pracuje nedbale, sní v průběhu dne a pohrdá okolím, bývá panovačná, odmítá se podřídit, je netolerantní k nedokonalosti vůči sobě i vůči ostatním, odmítá spolupráci, nechce kooperovat a ve vyšší míře, než je tomu u běžné populace, vykazuje znaky poruchy myšlení a chování.

Pokud se zdá, že některá negativa a pozitiva u lidí s vyšším IQ jsou v přímém rozporu, je tomu skutečně tak. Znamená to jediné. Obecný pohled populace na lidi s vyšším a velmi vysokým IQ je sám o sobě velmi rozporuplný a svým způsobem kopíruje tradovanou lidovou moudrost, která upozorňuje, že na určitý psychologický problém má deset psychologů zpravidla deset odlišných názorů, jak jsem již jednou v této práci poznamenal. Jak by se tedy mohly sjednotit pohledy lidí, kteří posuzují psychologické a sociologické záležitosti jenom tak z plezíru?

Berme proto negativa i pozitiva lidí s vysokým IQ s rezervou, protože v žádném případě neznamenají pravidlo a u určitých jednotlivců mohou být dokonce v přímém rozporu.

Nicméně, kdo by nechtěl svůj mozek a jeho potenciál rozvíjet, kdo by nechtěl zvýšit své intelektuální a rozhodovací schopnosti, projevující se navenek mírou kreativity a úspěšnosti? Po mnoho let se tvrdě obhajovala teze, že to, co vyjadřuje výsledek IQ testů, tedy inteligenční kvocient, je jednou provždy vrozené a stálé a nelze s tím hnout.

Dnes docházíme k názoru, že tomu tak úplně není. Do jisté míry lze na rozvoji intelektových schopností zapracovat. Čím? Uvedme ve zkratce alespoň stručný výčet možností a doporučení: Namáhejme mozek! Čím více ho budeme trápit, tím více jej budeme rozvíjet. Zásobujme mozek prostřednictvím krve vyššími dávkami kyslíku – sportujme, hýbejme se, buďme fyzicky aktivní, sedavým způsobem života snižujeme mozkovou aktivitu. Redukujme negativní stres a vyvarujme se otupení z toxinů. Vzdělávejme se, pusťme se do tvůrčí činnosti, plánujme, pišme, skládejme hudbu, malujme, čtěme. Vyvarujme se pouze pasivní konzumace vjemů na gauči či v křesle při sledování televize, nemysleme negativně, neutíkejme od kritických situací, snažme se cvičit paměť, pozornost a postřeh.

Mozek se velice rád učí, jenom je potřeba ho k aktivní činnosti přinutit. Situace je obdobná, jako když se rozhodujeme jít třeba na hodinu tenisu. Nechce se nám, doma je klid a pohoda, ale když se vhodně namotivujeme a na tenis vyrazíme, najednou zjistíme, že pohyb na kurtě je fajn a po zápase jsme sami se sebou spokojeni, máme dobrý pocit a často i průzračnější, jakoby očištěné myšlení.

Mozek začne práce bavit v případě, když je na ní něco zajímavého a nového, jinak otupí. Ale kolikrát mu stačí jenom málo - nabídnout k procvičování zajímavý úkol, on se na něj vrhne a nechá se strhnout k činnosti, aniž by si uvědomoval, že se tím rozvíjí, nikoli opotřebovává.

A když už o tom uvažujeme, co takhle závěrem tohoto textu umožnit našim mozkům trochu si pohrát? Úkol je docela jednoduchý. Přečtěme co nejrychleji následující text. Uvidíme, jak nám čtení půjde a pak svůj mozek pochvalme. Za co? No přece za to, jak bravurně sám automaticky opravil chyby v textu, aniž by nás na ně výrazně upozornil. Než by nad chybami přemýšlel, raději je přeletí, jako by nebyly. Ale podruhé přečtěme text pomaleji a pořetí úplně pomaličku.

Čím budeme číst pomaleji, tím víc začne mozek situaci analyzovat a od automatismu přejde na pozornější chod. Prostě - ponoři se do práce:

V zámku pod kopcem žila babička. Vždycky řkala: Dobá hosodyňka pro píрко i přes plot skčí! Dědček zase říkával: Kdo inému jámu kpá, sám do ní pdá. Oba měli pravdu, ale co je prvda? Abslutní pravda nexistuje, všehno je relativní. Postřehnme často tak málo z skutečnosti! Ale bďme vděčn i za t málo!

2.2. Proč k nejlepším nápadům dospějeme tehdy, když zrovna nemyslíme?

- Protože mozek pracuje nepřetržitě. Tehdy, kdy si to neuvědomujeme, pracuje bez rušivých vlivů
- Čím více mozek namáháme, tím pracuje rychleji a úsporněji
- Mozkovou kapacitu využíváme jen z 2-5 %, každý můžeme dokázat násobky našich současných výkonů
- V 1,5 kg rosolovitého orgánu je sídlo našeho intelektu a naší inteligence

2.3. Čím těžší mozek, tím větší inteligence?

- Věda mozek kupodivu označuje za zdroj inteligence teprve od 17. století
- Ještě déle přetrvávala falešná domněnka, že míra inteligence je přímo úměrná velikosti mozku

Zatímco mozek ruského prozaika I. S. Turgeneva vážil 2000 g, francouzský spisovatel Anatol France si vystačil jen s 1017 g.

2.4. ***Dnešní doba nás vede k tomu, abychom mozky nenamáhali.***

- **Kalkulačky, počítače, automaty, to vše svádí k lenivosti v myšlení**
- **Výjimečně dnes řešíme krajní situace, kdy je mozek nucen zvýšit výkon**
- **Sedavé zaměstnání tlumí aktivitu, chybí pohyb a tělesná aktivita, která stimuluje**
- **Pracovní zatížení – je-li monotónní, vede k otupělosti**

3. IQ, úspěch a tvořivost

Jestliže budeme na všem, co děláme a co zamýšlíme dosáhnout, hledat výhradně jenom chyby a nedostatky, stane se pro nás všechno jenom zdrojem negací, stresů, depresí a špatné nálady, ať už jde o práci, rodinu, koníčky, ať už jde o celý náš život.

Budeme-li navíc o svých negacích, stresech a špatné náladě neustále mluvit, budeme-li své problémy pořád s někým probírat, naše okolí se od nás postupně odvrátí, protože za negativní, stresující a špatnou náladu šířící zdroj bude považovat nikoliv námi popisovanou věc, ale nás. Staneme se pro své okolí příkladem neúspěchu a lidé budou od nás utíkat, protože podvědomě vědí, že neúspěch je nakažlivý.

Svět je vyspělejší a modernější, pokrok je stále výraznější, a za lidské bytosti, především za jejich rozum a myšlení, přebírají mnohé úkoly vyspělé technologie.

Nač počítat, když vše hravě zvládne kalkulačka?

Nač se učit pravopis, když textový editor v počítači napsaný text přečte, zkontroluje, posoudí a opraví?

Nač se zdokonalovat v technice kresby, když stačí nápad a počítač ho graficky precizně zpracuje?

Jako by stále méně místa v našich životech zaujímal tvořivé myšlení a kreativita, ale více a více místa zabírala strnulá znalost technologie a obsluhy toho či onoho zařízení.

Pamatujme si důležitou věc. Veškeré vymoženosti, mám na mysli především technické vymoženosti, jsou vypočitatelné a až na výjimky se vypočitatelně chovají.

3.1. Odhady IQ některých největších světových génů

Zdroj: Mensa international, social test history

Jméno	Národnost	obor	IQ
Johann Wolfgang von Goethe (1749-1832)	Německo	básník, spisovatel	210
Emanuel Swedenborg (1688-1777)	Švédsko	vědec, teolog a spisovatel	205
Gottfried Wilhelm von Leibniz (1646-1716)	Německo	filozof a matematik	205
Blaise Pascal (1623-1662)	Francie	matematik, fyzik, teolog	195
Bobby Fischer (1943-...)	USA	šachista	187
Galileo Galilei (1564-1642)	Itálie	fyzik, astronom, filozof	185
René Descartes (1596-1650)	Francie	filozof, matematik	180
Immanuel Kant (1724-1804)	Německo	filozof	175
Charles Darwin (1809-1882)	Anglie	přírodovědec	165
Wolfgang Amadeus Mozart (1756-1791)	Rakousko	skladatel	165
George Eliotová (1819-1880)	Anglie	spisovatelka	160
Mikuláš Koperník (1473-1543)	Polsko	astronom	160
Rembrant van Rijn (1606-1669)	Nizozemsko	malíř, rytec	155

3.2 Lze si zvýšit IQ? ANO!

Pro úplnost ještě jednou ve stručnosti schematicky uvádím, čím můžeme podporovat rozvoj svého IQ:

- Namáhejme mozek! Čím více ho budeme trápit, tím bude pracovat rychleji a úsporněji
- Zásobujme mozek prostřednictvím krve vyššími dávkami kyslíku – sportujme, hýbejme se, buďme fyzicky aktivní. Sedavý způsob života snižuje mozkovou aktivitu.

- Redukujeme negativní stres
- Vyvarujeme se otupení z toxinů
- Vzděláváme se
- Pustíme se do tvůrčí činnosti, plánujme, pišme, skládejme hudbu, malujeme
- Vyvarujeme se pouze pasivní konzumace vjemů (televize, film)
- Nemysleme negativně, neutíkejme od kritických situací
- Cvičme paměť

3.3. Co je to emoční inteligence?

- Hitem 21. století se stává emoční inteligence rámcově vyjadřovaná emočním kvociem (EQ).
- Zejména jde o schopnosti konkrétní osoby rozpoznávat vlastní emoce:
 - uvědomovat si je právě v okamžiku, kdy nastanou
 - zvládat je, motivovat svoje jednání, vcítit se do jiných lidí
 - rozeznávat jejich emoce (empatie)
 - zvládat mezilidské vztahy.

3.4. Paměť není jen úložištěm informací, ale je i zdrojem představitosti

- Hybnou silou paměti je zájem
- Pamatujeme si tím více, čím více smyslů do sledování věci či události zapojíme
- Opakování je pracné, ale přináší výsledky, ještě lepší výsledky má hledání a nacházení logických souvislostí

3.5. Zásady pro vlastní rozvoj kreativity

Když jsem psal práci o stresu, uvedl jsem, že v průběhu mého života jsem prošel určitou genezí, v rámci které jsem si vytvořil určité spektrum technik, kterými se snažím stresu buď předcházet, nebo měnit jeho zdánlivě negativní vlivy na pozitivní. Dodávám k tomu nyní poznatek, že obdobným způsobem si vytvářím i techniky k podpoře vlastní kreativity. Souvisí s tím životní filozofie, kterou se řídím a jejíž podstatu výstižně shrnul jeden z nejvýznamnějších světových učitelů psychologie, komunikace a kreativního přístupu k životu, Dale Carnegie: „*Každý den prožívám tak, jako by to byl můj první a zároveň poslední den na tomto světě.*“ (Carnegie, D.: Jak se zbavit starosti a začít žít, nakladatelství Pavel Dobrovský – BETA 2009, str. 266)

Od roku 1989 působím na vedoucích pracovních pozicích, a ať už jako ředitel střední školy a gymnázia, nebo jako prezident středně velké vzdělávací společnosti se sídlem v Londýně či jako přednášející na vysokých školách, jsem si ověřil, že stačí několik zásad, které člověk respektuje a uplatňuje a prostřednictvím kterých si vytváří svůj osobitý pracovní a řídicí styl, který ho charakterizuje a v kterém je specifický podíl osobní kreativity.

Nejde v žádném případě o nějaký soupis taxativně a přesně daných a dodržovaných pravidel, ale skutečně jenom o nástin zásad, které postupně v průběhu života vykrystalizují do rámce, jež člověk považuje za vlastní a jímž se řídí.

Vedle zmíněného rámce bych rád zmínil ještě jednu důležitou věc, kterou vedle zmíněného rámce považuji za podstatnou: Hojně a velmi často se nechávám vést intuicí, protože přemíra schémat, vzorců a předpisů člověka svazuje, omezuje

a zpomaluje. V té souvislosti chci poznamenat, že v mnoha případech je podle mého soudu kvalifikovaný odhad a orientace na pozitiva mnohem efektivnějším, kreativnějším a racionálnějším nástrojem řízení než přesný výpočet či vyčerpávající logické operace zahrnující veškeré parametry vlivů, jež mají co dočinění s řešenou záležitostí. Jednak je člověk rychlejší než konkurence, jednak předchází stresu ze zahlcení informacemi. Práce by neměla člověka vysilovat, rozčilovat a ničit, ale měla by ho naplňovat a stát se jeho pozitivní součástí.

Smyslem života není být šťastný. Smyslem života je něco znamenat, být produktivní, uzpůsobit jej tak, aby to bylo něco výjimečného, že vůbec žiju. Dosáhnout štěstí ve starodávné vznešené verzi znamená rozvinout všechny své schopnosti. Dosáhnou ho ti, kdož využijí naplno talent, kterým je Bůh nebo náhoda nebo osud obdařil...

Leo Rosten (Novák, T., Capponi, V.,: Sám sobě psychologem, 3., doplněné vydání, Grada Publishing, a.s., str. 12)

Přidávám ještě stručný výčet svých zásad, kterými se řídím. Tyto zásady jsou nejen zábranou proti stresu, ale i podhoubím, z kterého se snažím rozvíjet svoji kreativitu:

Jakýkoli problém, který se objeví, beru jako výzvu; nenechávám se vyvádět z míry změnami, považuji život za neustálou adaptaci na měnící se podmínky a okolnosti; při řešení problému si představím nejhorší možnou alternativu, a když se s ní ztotožním, vždy už může být výsledek pouze lepší; rozhoduji se hned, nikdy rozhodnutí neodkládám a neodsunuji; nenechávám se jako vedoucí organizace vtahovat do drobnějších operativních problémů, ale hájím si prostor pro stanovování a naplňování především zásadních cílů a vizí; jsem nekonfliktním typem člověka, sázím na otevřenou přímou komunikaci s kolegy a v případě konfliktů mezi podřízenými se snažím aktivně zastávat roli mediátora; pracuji vždy, pokud je to možné, v pohodlné

a ergonomicky zdravé pozici, nepřeháním to s pořádkem na pracovním stole, určitá míra nepořádku, případně chaosu, mě uklidňuje, odstraňuje také upjatost, svázanost

a trému; zásadně nepoužívám metodu příkazů a zákazů, ale snažím se pozitivní energií, entuziasmem a vizionářstvím nadchnout a strhnout své spolupracovníky; téměř nikdy nevypracovávám podrobné strategie pro obchodní jednání, vedení porad či itineráře svých přednášek, které by mne svazovaly, ale řídím se generalizující představou a vždy reaguji až na konkrétní situaci; za spolupracovníky si pečlivě vybírám takové osoby, které mají vždy na prvním místě vynikající lidské kvality, až

na druhém místě hodnotím jejich odbornou znalost a erudici; vytvářím si systém oporných aktivit, tj. činností, s nimiž si vím rady a k nimž se uchyluji, když se něco nedaří podle mých představ; co nemůžu žádným způsobem ovlivnit a změnit, přijímám s pokorou a klidně, nijak zásadně po celý život neměním životní styl; neúspěch není katastrofa, považuji ho za přirozenou součást života a práce, současně také za podstatný motivační aspekt možného budoucího úspěchu.

4. Závěr – kreativní myšlení je podmíněno silnou osobností

Řada lidí si plete kreativitu s podbízivostí a odvozuje ji z faktu, že vychází vstříc svému okolí, harmonizuje ho a svůj přínos společnosti spatřuje v pouhém uspokojování potřeb jiných. Úsilí cokoli dělat však nepředstavuje kreativitu, ta totiž spočívá v netradičním, neopakovatelném, novátorském a osobitém přístupu člověka k řešení problémů, zvládnání výzev, stanovování cílů, znamená také jisté vizionářství

i velkou míru inovativnosti ve všem, do čeho se člověk opouští.

Kreativní člověk musí počítat s tím, že ho mohou velmi často zejména konzervativní lidé odsoudit. Snaha vyhovět všem je ovšem přesně tím, co v nás jakoukoli kreativitu postupně ubije a co stlačí naši potencionální možnost stát se úspěšným člověkem minimalizuje.

Dovoluji si na závěr přednášky uvést zkráceně malý příběh na konec, který je stručným přepisem jedné arménské pohádky a hezky doplňuje a symbolizuje má předchozí tvrzení:

Matka s malou dcerkou kráčely po silnici a tu u nich zastavil obchodník s koňmi. Ničíte si zdraví dlouhou chůzí, neskrblete a kupte si koně.

Matka nechtěla, aby ji lidé označovali jako skrblíka. Vydala většinu svých peněz za koně a posadila své dítě na jeho hřbet. Sama vzala koně za ohlávku a kráčela vedle něho. Míjeli je chodci a říkali: „Co je to za rozum, mladá se veze a stará musí pěšky!“

Matka v žádném případě nechtěla, aby dcerku lidé pomlouvali, dala ji tedy na zem, sama si pak sedla na koně. Cesta ubíhala dál a míjeli další chodce. Ti hned: „To jsou poměry. Stará si hová na koni a nechá malou běžet po svých!“

Matka nechtěla, aby ji lidé osočovali. Slezla z koně a dál šla s dcerou společně vedle něho. Potkali je další lidé a smáli se: „Co je to za dvě hlupačky. Mají koně a jdou pěšky!“

Matka nechtěla, aby je lidé považovali za hloupé, vzala tedy dceru, posadila ji nahoru na hřbet koně a sedla si za ni. Cesta ubíhala a kolem šli další lidi. Ti hned říkali: „Nemají slitování s tím zvířetem. Jsou tak necitlivé a kruté, vždyť ho strhají!“

Matka nechtěla, aby si lidé mysleli, že nemají srdce. Za svoje poslední peníze koupila vůz a postavila na něj koně. Pak vůz s koněm usilovně táhla společně s dcerou. Cesta ubíhala a potkávali je další lidé a ti si ťukali na čelo: „Bláznivé ženské. Kůň má vozit, ne se vézt!“

Poučení?

At' uděláme cokoli, vždy se najdou lidé, kteří nás odsoudí.

Není větší marnosti než snažit se vyhovět každému. Jsme-li přesvědčeni o tom, že to, co děláme, děláme dobře, nenechme si to protivenstvím jiných lidí znechutit, zkazit a vzít.

Seznam použité literatury

Barney, S.: Mozek a myšlení, Trice press, 2009

Carnegie, D.: Jak se zbavit starosti a začít žít, nakladatelství Pavel Dobrovský – BETA 2009

Coleman, R., Barrie, G: 525 způsobů, jak se stát lepším manažerem, Management Press, 1997

Covey, S.: 7 návyků skutečně efektivních lidí, Management Press, 2010

David, A.: Mít vše hotovo, Jan Melvil Publishing, 2008

Zandl, D.: Life management, Grada, 2006

Keřkovský, Vykypl,.: Strategické řízení, C. H. Beck, 2006

Kohoutek, R.: Základy pedagogické psychologie. Akademické nakladatelství s.r.o., v Brně 1996

Mallya, T.: Základy strategického řízení a rozhodování, Grada 2007

Pacovský, P.: Člověk a čas – Time management IV. generace, Time Expert, 2000

Plamínek, J.: Tajemství úspěchu, Grada, 2010

Tracy, B.: Snězte tu žábu, ANAG, 2007

ИСТОМИН, А. Л.: *Исследование операций в управлении ВУЗом*. Синтег, 2008

СОРОКИНА, Н. Д.: *Управление новациями в вузах*. Реабилитация, 2009

РЕЗНИК С. Д, ВДОВИНА О.: *Преподаватель вуза: технологии и организация деятельности*. Инфра-М, 2010

Kontaktní údaje:

PaedDr. Karel Kostka

**Ústav pedagogiky a sociálních studií
PdF Univerzity Palackého v Olomouci
Žižkovo nám. 5
771 40 Olomouc**

Tel.: +420 603 259 095

cubeca@seznam.cz