

TEORIE OSOBNOSTI

Obsah:

	strana
S. Freud	2
C. G. Jung	5
A. Adler	8
K. Horneyová	11
H. A. Murray	13
H. S. Sullivan	14
E. Fromm	15
E. H. Erikson	17
behaviorismus	19
I. P. Pavlov	19
J. B. Watson	19
E. C. Tolman	20
C. L. Hull	20
B. F. Skinner	20
J. Dollard a N. Miller	21
G. A. Miller, E. Gallanter, C. H. Pribram	23
A. Bandura	23
J. B. Rotter	24
W. Stern	26
R. B. Cattell	27
H. J. Eysenck	29
Big Five	30
K. Lewin	30
D. N. Uznadze	32
G. W. Allport	33
fenomenologie a existencialismus	36
Edmund Husserl	37
tvarová psychologie	38
D. Snygg a A. W. Combs	38
C. R. Rogers	40
K. Goldstein	42
A. H. Maslow	43
V. E. Frankl	46
G. A. Kelly	48
seznam literatury	50

seznam použitých zkratk:

AA	Alfred Adler
beh.	behaviorismus
CGJ	Carl Gustav Jung
CRR	Carl Ransdom Rogers
dg.	diagnóza, diagnostika, diagnostický ...
dí	dítě
M	muž, mužský ...
neoPA	neopsychoanalýza
O	osobnost, osobnostní ...
p	psychika, psychický ...
P	psychologie, psychologický, psycholog ...
PA	psychoanalýza, psychoanalytický, psychoanalytik ...
PT	psychoterapie, psychoterapeutický, psychoterapeut ...
Q	množství
ro	rodiče, rodič ...
SF	Sigmund Freud
T	terapie, terapeut, terapeutický ...
Ž	žena, ženský ...
<>	interakce, interakční

Sigmund Freud (06.05.1856 - 23.08.1939)

• psychoanalytická teorie

Narodil se v moravském Příboře v početné židovské rodině jako nejstarší ze 7 dětí; starší, přísný otec - obchodník s vlnou; mladá, hodná matka. Jeho otec v době SF narození byl již dědou - dětem svých dětí z prvního manželství. (Kdyby SF neměl rodinné problémy, zřejmě by byla světová kultura o PA teorii okradena.) 1860 se přestěhovali do Vídně, ale SF tamní mentalita neseseděla; měl **záporný postoj k náboženství** - jeho původ viděl v obavách v raných vývojových fázích; náboženské chování považoval za blízké neurotickému. Byl úspěšným lékařem, ale nebyl přijímán svými kolegy; **nebyl schopen udržovat dlouhodobější přátelství**; výjimkou byl Wilhelm Fliess, jehož SF nazval svým alter ego; i tento vztah časem zanikl. SF trpěl rakovinou čelistí, měl srdeční problémy, kouřil 20 doutníků denně. V manželství byl oddaný a s ženou Martou měl 6 dětí (3+3, nejml. Anna). V roce 1938 po okupaci Rakouska nacisty odešel do Anglie, kde o rok později zemřel. Někt. díla: O člověku a kultuře, Totem a Tabu, Vybrané spisy, Výklad snů, Psychologie všedního života

- determinanty chování - fyziologické síly; čl. je spíš reaktivní než aktivní
- libido - p energie oživující všechny fce
- O je uzavřený systém; libido se uplatňuje uvnitř tohoto systému
- subsystémy Id, ego a superego - odlišné cíle, principy, neustále v boji mezi sebou

Tvůrcem PA je Freud, který definoval P jako **vědu o nevědomí**; největší přínos PA tkví právě v **objevení významu nevědomých motivací** v lidské p. PA se zabývá hlavně **dynamickým aspektem** O. Hlavní obsah PA teorie tvoří podle Freuda nevědomé p procesy, učení o odporu a potlačení a zdůraznění sexuality a Oidipova komplexu. Její těžiště je v modelu **motivace**. Termín psychodynamická teorie O poukazuje na to, že O je dynamickou sadou procesů, že **chování není náhodné, ale zcela determinované** (vč. parapraxí).

Tématem nevědomí se zabývali mj. i filozofové **Schopenhauer, von Hartmann a Nietzsche**.

Nevědomí je klíčovým pojmem a určujícím činitelem duševní dynamiky; jeho zdrojem jsou **potlačené (vytěsněné) p obsahy** - přání, představy nebo pocity, které by jinak vyvolaly konflikty. Princip slasti, reprezentující aktivitu pudů, je ve stálém konfliktu s principem reality, reprezentujícím realistický vztah ke skutečnosti. **Pudové založení stále bojuje s restriktivním prostředím**, které potlačuje hlavně projevy sexu a agrese, a **s morálkou**.

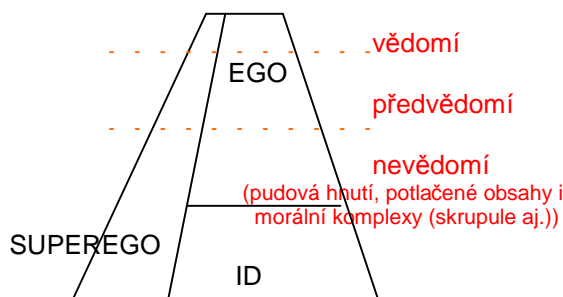
Freud pracoval jako psychiatr ve Vídni a byl žákem fr. psychiatra Charcota, u něhož studoval fenomén **hysterie**. Spolu s Breuerem došli k závěru, že tato **neuróza je reakcí na potlačené sex. tendence** (na konci 19. stol. doznívala viktoriánská pruderie). Freudova klientela trpěla i náboženskou morálkou a z ní plynoucími sex. frustracemi. Hysterie bez organického původu jsou reakcemi na p traumata. Breuer je léčil hypnózou, Freud pomocí metody volných asociací (pac. na lůžku asociuje); "**hysterikové jsou nemocní vzpomínkami**" na proběhlá traumata (pacientka s hydrofobií - vychovatelka dala napít psovi; vzpomněla si na to, řekla a mohla zase pít). Symptomy často ukazují na pokus pacienta nevědomě svůj konflikt vyřešit. (Vliv nevědomí v chování - dívka, která na nátlak rodičů měla napsat bye bye svému chlapci a chytla obrnu do pravé ruky.)

Podstatou PA jako PT je **přivést potlačené p obsahy z nevědomí do vědomí**. Tím, že si pac. uvědomí podstatu tohoto potlačení, osvobozuje se od jeho neurotizujícího vlivu.

Topický, topografický model:

- **vědomí**
- **předvědomí; cenzura**, cenzurní bariéra mezi nevědomím a předvědomím
- **nevědomí**

Model p instancí:



- **Id** - ono
 - komplex pudů, **princip slasti**, iracionální, chce okamžité uspok. svých tužeb, nestará se o ostatní
 - rezervoár p energie
 - ryzí id - kojeneček
 - **primární proces** - jím získává uspokojení; mimologické myšlení; sny podobné smísení fantazie a reality - dítě chce jíst, ale když potrava nepřichází, představuje si ji; u dospělých - v nočním snění
- **Ego** - já
 - racionálně-logické myšlení jako produkt výchovy a vzdělávání
 - **princip reality; sekundární proces** - způsob fungování ego, směřuje k opravdovému uspokojení
 - důležitá nevědomá fce - vyrovnávání napětí mezi Id a Superego (mezi pudy a morálkou) - funkce **cenury**
- **Superego** - nadjá
 - **moralizující síla** v O; osobní morálka, tj. internalizované normy z kultury a výchovy, **princip dokonalosti** - žádná slast
 - zvnitřněné zákazy, omezení a chvála - vědomá část superego obsahuje vědomě zvnitřněné zák. a pochvaly
 - vyvíjí se identifikací s rodičem stejného pohl.

(Es, Ich, Uber-Ich)

intrapersonální konflikty

- **id vs. ego** - id chce uspokojení, ego testuje realitu a neumožní to (kluk chce ukrást autíčko, ale ví o policistech, tak počká, až bude mít peníze, aby si ho radši koupil)
- **id vs. superego** - id má požadavek, superego jej považuje za neetický (kluk s autíčkem - připomeně si zákaz krást - krást je špatné)
- **ego vs. superego** - racionalita vs. dokonalost - chce se do něčeho pustit, rozumově je to etické, ale cítí vinu v důsledku předchozí, příliš moralizující výchovy (autíčko si nekoupím, děti v Africe mají hlad)

Ze základního konfliktu Id - Superego vyvstává dynamika nevědomí: Každý potlačený p obsah disponuje urč. energií, proto nezůstává pasivním, nýbrž transformuje se do přípustného myšlení a chování.

S napětím mezi Id a Superegem souvisí **sny** - symbolizují **nesplněná přání**, která se ve spánku plní; v převlečené podobě jsou proto, aby nerušily spánek. PA výklad snů je založen na **převedení manifestního obsahu snů na jejich latentní význam**. PA snáře jsou zjednodušeny na symboly M a Ž genitálií a sexuálního aktu (dlouhé předměty - penis, duté - vagina, ...)

Superego má odměňovat jedince za morální jednání pocity hrdosti a trestá jej úzkostmi za jednání nemorální - obojí předpokládá **zvnitřnění norem**. **Superego se vyvíjí v procesu identifikace s rodičem** téhož pohlaví.

Současně s tím je řešena oidipální situace tak, že incestní konflikt je překonán. **Oidipův komplex**, velmi sporný PA koncept, je **nevědomě erotická vazba na rodiče** opač. pohlaví, provázená rivalitou vůči rodiči téhož pohl.

Vývoj libida probíhá ve fázích orální, anální, falické, fázi latence a nakonec fázi genitální - jde o přesun zón, které jsou zdrojem libidinózních pocitů.

- **orální stadium** - slast v sání, polykání; zuby - centrum slasti se mění na zdroj bolesti; odstavení - konec orální slasti
- **anální stadium** - **slast z uvolnění napětí v konečníku** prostř. vyprazdňování střev; tento zdroj slasti odstraněn v průběhu návratu k čistotnosti
- **falické stadium** - zkoumá sex. orgány, má sex. fantazie; masturbace; **Oidipův a Elektřin komplex** - miluje rodiče opačného pohlaví a nenávidí druhého; chlapec má strach z vykastrování otcem - **kastrační úzkost**; dívka je frustrována, že postrádá část otcovy anatomie - **závidění penisu**; řešení v identifikaci s rodičem stejného pohl.; ovšem Elektřin komplex není podle SF nikdy zcela vyřešen
- fáze **latence** - libido je odvedeno do školní práce a zájmů; dřívější impulzy a zážitky jsou zapomínány a právě tyto zapomenuté obsahy chce PA léčba vrátit zpět do vědomí
- **genitální stadium** - puberta; autoerotické vzorce jsou pryč a jedinec je zaměřen heterosexuálně

Dvěma hlavními pudy jsou **eros a thanatos**. Pudy jsou **somatické požadavky kladené na mentální život** - psychiku; jsou **vrozené, patří k id a projevují se napětím**.

- Éros je zaměřen na **získání sexuální slasti** a pojí se s erogenními zónami
- Thanatos je **destruktivní**, řídí se principem **nirvány** - naprostého pokoje a neexistence utrpení - nalézáme ve smrti
 - projevuje se **zlostí a agresivitou, nebo masochismem** (podle toho, je-li obrácen ven nebo dovnitř); směřuje **k návratu org. do anorganického stavu**

O je jednotná entita a její subsystémy nejsou nezávislé, nýbrž propojené. PA je typická svým **energetickým pojetím p (tzv. hydraulický model)** - člověk disponuje urč. množstvím energie, která se různě přelévá > psychické procesy mají jistou vázanou energii:

- **katexe** - proudění duš. energie - libida - z místa, kde vznikla, ke zdroji uspokojení - jde-li k vnějšímu uspokojení - objektová katexe; k vnitřnímu - egokatexe
- **antikatexe** - síla působící proti katexím id, má původ v ego a superego > kde se tam bere?
 - protože id produkuje nadbytek libida, energie - ego a superego si tuto nadbytečnou energii nashromáždí; stanou se životaschopnými a mohou zadržovat katexe id

Parapraxe - chybné úkony, jako např. přeřeknutí, zapomenutí, přehmátnutí aj., **vyjadřují vnitřní konflikty**. Člověk byl např. obdarován, nelíbí se mu to, ale nemůže to říct, až to jednou při úklidu "nechtěně" shodí a rozbije.

Všechny aktivity člověka (okusování tužky, poškrábání se) **něco vyjadřují**, tj. jsou symptomatické. Jsou příkladem aktivity nevědomí, jehož neverbalizovatelné obsahy vstupují do vědomí jen částečně a maskovány.

Strukturní model osobnosti podle PA:

- podstatou O je (biologický) **pudový komplex ID - LIBIDO** - touha po smyslové slasti, sex, agrese
- Superego kontroluje chování a rozděluje **odměny a tresty**
- Id hledá slast, Ego realitu a Superego dokonalost
- Ego je vystaveno tlaku pudů a morálky; jestliže jedno z toho zesílí, ego se oslabuje a vzniká **úzkost** > **úzkost provázená napětím je motivující stav, vzniká tendence k její redukci** a té slouží OM
 - **vytěsnění** - nepřijatelná myšlenka - ego ji **netestuje podle reality, ale iracionálně vytěsní do nevědomí** - obsah zmizí, ale energie nikoli; nutné další obrany, přetahování mezi id a ego vyvolává úzkost
 - **sublimace** - libido je od sexuálního uspokojení **převáděno do společensky schvalované oblasti**
 - **regrese** - při silném ohrožení má ego tendenci **regredovat do méně stresového stadia** - kdo při stresu hodně jí > do orálního st.
 - **fixace** - dlouhodobá regrese, **ulpění v daném stadiu**; lidé typicky regredují do stadia, v němž jsou fixováni

Strach má předmět, úzkost nemá. Při úzkosti se čl. obává, že **neovládne své pudy a bude potrestán.** **Neurotická úzkost** - očekávání trestu od vnější autority; **morální úzkost** - pocity viny ze superega.

Člověk je pudová bytost, řízená nevědomými silami a jeho já je spíše jen iluze, fasáda. **Žije v konfliktu s kulturou, kterou si vytvořil jako ochranu před sebou samým, ale jejím restriktivním opatřením obětoval sexualitu** - pravzor svého štěstí. Podle PA poskytuje člověku **největší uspokojení genitální láska**. Podle Freuda byl na tom pračlověk, neznaje pudová omezení, lépe.

PA přinesla mnoho objevů; na druhé straně je kritizována za biologický redukcionismus a časté spekulace. Hlavní přínosy:

- role nevědomé motivace
- důležitost raných zážitků člověka pro další vývoj
- důležitost sexuality
- OM

SF nepovažoval PA za dokonalou teorii O, ale za část vědecké P, příspěvek k celkovému pohledu na lidskou povahu (odmítal mysticismus, náboženství aj.).

Sigmund Freud:

**dynamika, motivace, nevědomí, pudy
vědomí, předvědomí /cenzura/ nevědomí
id, ego, superego; libido, katexe, antikatexe; intrapsych. konflikty
parapraxe, strach, úzkost
vývoj O - přesouvání zóny uspokojení Erotu
Oidipův a Elektrín komplex; kastrální úzkost, závidění penisu**

Carl Gustav Jung (1875-1961)

- **analytická, komplexní teorie**

Byl Švýcar, narozen v Basileji, introvertovaný, osamělý, velmi nadaný; individualista, důkladný a pracovitý; jeho otec byl duchovním a to CGJ zajistilo pozici ve vážené společnosti. Věřil, že má tajné informace o budoucnu a že v něm existují dva rozdílní lidé. Na rozdíl od Freuda byl přijat veřejností a byl finančně nezávislý. 1907 se setkal se SF, stal se pro svůj nežidovský původ **mluvčím PA**; SF ho jmenoval svým nástupcem; 1910 se CGJ stal **prvním prezidentem Mezinárodní PA asociace**. 1913 mezi nimi klasický oidipický vztah, **1914 se rozešli** a nikdy se již nesetkali. V letech 1923-31 si v Bollingenu postavil speciální dům ve stylu středověkého hradu bez plynu a elektřiny; Jung si tam svítil olejovými lampami a štípal dříví. Působil jako univerzitní profesor a klinik, **denně si analyzoval své sny, podstupoval mučivé introspekce**; hodně cestoval a studoval exotické kultury. Kromě psychologie byl vzdělán i ve filozofii, antropologii, historii, náboženství, mytologii a astrologii. Jeho teorie je obtížně pochopitelná, protože ji prostupuje jakési tajemno znemožňující snadné porozumění.

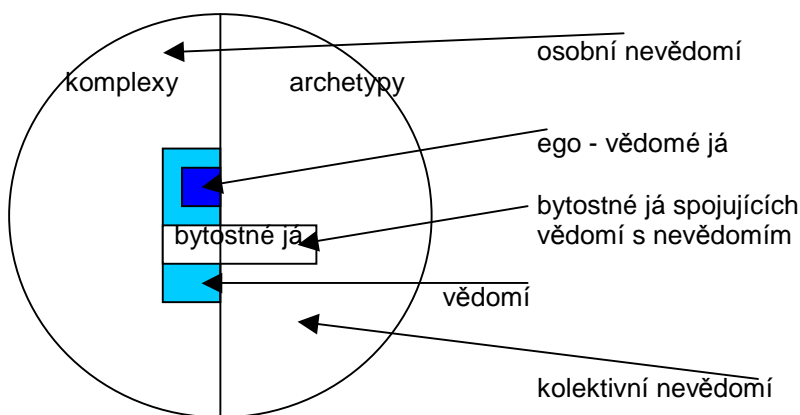
Některá díla: Analytická psychologie, její teorie a praxe, Duše moderního člověka, Člověk a duše, Výbory z díla, Vývoj osobnosti.

Jeho zákl. přínosem je **komplexní pohled** na psychiku a vývoj O, kterým inspiroval další badatele (ne způsob, kterým to sám řešil) a **typologie** O. Mnohé jeho pojmy nemohou být seriózně prozkoumány; sám CGJ byl skeptický vůči vědeckým metodám; pouze pomocí slovních asociací zkoumal komplexy a jinak hledal oporu pro své teorie ve snech, mýtech, legendách a folklóru.

O = **psýché**, je spíše **aktivní** než reaktivní a **celistvá**. Každý může **vyjádřit svou jedinečnost** vůči okolí, sex. pudy nejsou hlavními hybnými silami. CGJ kladl **důraz na minulost**, a to až do **fylogenetické** dimenze, nejen od fyzického vzniku člověka. **Ovšem lidé jsou ovlivňováni jak svými minulými zážitky, tak svými aspiracemi do budoucna**. Pro dosažení p zdraví je třeba integrovat všechny protichůdné síly v O do koherentního celku.

Nevědomí - kolektivní, osobní.

Za kritérium zralosti považoval **stupeň sebeuskutečnění** člověka - tím se řadí k fenomenologům a teoretikům já.



Duševní energii nazývá CGJ **libidem**, ovšem **bez sexuální konotace**; je to energie obecně.

Komplementárním protikladem k vědomí je nevědomí; nevědomí obsahuje neuvědomitelné obsahy, tj. obsahy nepřístupné pro ego - Ich.

kolektivní nevědomí:

- to psýché **zdědila** (instinkty a archetypy)
- společný jmenovatel všech lidí - **tam jsme všichni stejní**; nadindividuální zkušenost
- poz. i neg. zkušenosti lidských i zvířecích předků člověka; **možný zdroj moudrosti** - ne ohrožení jako SF
- **archetypy** (pojem převzat od křesťanského učence Augustina) - **praobrazy; původní modely**
 - každý obsahuje jádro představy, vzorce chování (jako každá osa krystalu v sobě nese prvotvar krystalu)
 - **predisponuje nás urč. způsobem vnímat, prožívat a reagovat**; zděděná tendence odpovídat emotivně, kognitivně a behaviorálně na urč. zážitky nebo dojmy
 - zrcadlí se ve **snech** a v umění užívaných **symbolech**
 - např. narození a smrt, hrdina, velká matka, moudrý stařec
 - osamostatněné, nezávislé entity:
 - **persona** - **veřejná tvář**; role; souvisí s principem společenského přijetí a osobní nezávislosti; **umožní jedinci uchovat si svoji individualitu při podřizování se urč. požadavkům společnosti**; maska k utváření dojmu a skrytí pravé povahy; je užitečná, ale jen pokud nenahradí vědomá rozhodnutí jedince přílišným konformismem - pak se stává povrchním a je oddělen od svých pravých citových zážitků
 - **animus a anima** - dvě modality téhož a. - **žena v mužích** (pasivita) a **muž v ženách** (asertivita) - pomáhá nám chápat a ocenit druhé pohlaví a uplatnit některé jeho znaky ve vlastním chování; nebezpečí je v tom, obrátí-li se archetyp ven a převládne - pak ztratí žena svoji ženskost, svou přizpůsobenou ženskou personu
 - **stín** - animální stránka; každý člověk nosí nátěr civilizace na zvířeti, které se v něm skrývá; **odvrácená stránka** vlastní povahy, také ovšem **zdroj vitality, spontaneity a tvořivosti** stín by měl být přijat jako součást povahy; člověk bez stínu ztrácí svoji celostnost, životnost
 - **bytosné já - self** - nejzákladnější archetyp, **jádro O**; primárním symbolem je mandala (magický kruh); zralé self nejdříve ve stř. věku, chce vytrvalost a moudrost

osobní nevědomí

- **získané, závislé na osobní historii jedince**
- vzniká ze zapomenutých, potlačených nebo **vytěsněných zážitků a myšlenek, traumatických prožitků a smyslových vtisků**, které nebyly natolik silné, aby byly vědomě registrovány
- vyjevuje se ve snech a fantaziích
- Drap.: přibližně odpovídá SF předvědomí; Mikšík - obsahy jsou přístupné vědomí

komplexy

- **v osobním nevědomí**
- **zážitky jedince, které se vymkly kontrole** a existují samostatně v temné obl. psyché
- vznikají z významných a často traumatických zážitků; obvykle jeden takový zážitek přitáhne další podobné a tím síla komplexu vzrůstá > **zážitky tvoří trsy**
- neukončené záležitosti často související se vztahy s důležitými druhými
- **některé ovládají jednání a determinují vnímání** - komplex moci - osoba vynakládající libido na aktivity spjaté s mocí; pod. osoba ovládaná matkou, otcem, penězi, sexem...
- **nerozřešený - nebezpečný, rozřešený - prospěšný**, např. nový náhled na život

Ego je vědomá mysl; zodpovídá za identitu jedince a jeho chování; jako velitel armády - velí. Samo ale nenabízí maximum, čeho člověk může dosáhnout - **katalyzátorem osobního růstu je bytostné já**. To zahrnuje vědomí i nevědomí a proto je osobností, již TAKÉ jsme. Je to základ, střed, který syntetizuje psyché a uchovává rovnováhu.

Každý má možnost uskutečnit své "**osobní povolání**" - **osvobodit se od stáda**, vyhnout se tomu být masově produkovanou "normální osobou".

vývoj O

- narozdíl od Freuda, podle něž je určující formativní vliv rané zkušenosti, považuje CGJ vývoj O jako **dynamický proces, který prostupuje celým životem jedince**
- O není statický systém, vyvíjí se a cílem je získat a rozvinout já - Selbst > proces individuace - **vývoj O k nalezení sebe sama**, sladění obsahu věd. a nevěd.
- směřuje k **realizaci celého self** - stát se **svobodnou, oddělenou a nedělitelnou bytostí**
- souvisí se vztahem ego - bytostné já; posun od materiálních k duchovním zájmům
- **první polovina života**
 - vytváří se pojetí já, diferencují se 4 hl. **fce** (myšl., cítění, čítí, intuice) a převládající **zaměření** (intro-, extraverte)
 - upřednostňováno **ego**
 - končí **přijetím masky - persony**, která **odpovídá záměrům jedince a současně požadavkům okolí**
- **druhá polovina života**
 - **sebenáhled, poznání zákl. rysů nevědomého**, vytvoření vědomého vztahu ke světonázoru; syntéza vědomého a nevědomého bytostným já
 - této části se zpravidla týká **individuace**:
 - 1) **setkání se stínem** - personifikace skrytých duš. vlastností
 - 2) **setkání se svým duchovním obrazem v podobě obrazu druhého pohl.** - anima, animus
 - 3) **poznat a osvojit "mana-osobnosti"** - M - starý mudrc jako personifikace duševního principu a Ž - magna mater jako pers. látkového principu
 - 4) **stávání se sebou samým**, sjednocení věd. a nevěd. do nového já
- ∅ archetyp já, self se stává centrem O, usměrňuje intrapsychické síly, aby jedinec měl energii pro vývoj O; **individuace ústí do seberealizace**; tohoto finálního stavu dosáhne minimum lidí - chce to vzdělání a dost volného času
- ∅ **rozvoj O probíhá zevnitř a jeho cílem je objevení zdrojů, které v nevědomí každého jedince existují odjakživa**

typologie

- **intro - a extraverte** podle zaměření já dovnitř/ven
- typy O podle převládající mohutnosti - p fce ega:
 - **myšlení** - co předmět je, racionální
 - **cítění** - hodnota předmětu, přijatelný / nepřijatelný, rac.
 - **čítí**, smyslové vnímání - smysl. zkušenost, že něco je, iracionální
 - **intuice** - skrytý význam předmětu - odkud to přichází a kam to jde, irac.
- kombinací vzniká 8 typů O
- > jedna z těchto fcí je vždy **dominantní - superiorní - a tím i vědomá**; ostatní jsou podřízené a spíše nevědomé; jsou uspořádány **komplementárně**

přesouvání duševní energie

- **vytěsnění**
 - vytěsnit lze jakoukoli myšlenku (nejen pudově založenou jako u SF)
 - nezdravé; vyt. obsah vyvolává napětí v nevědomí; **nadbytečná energie ovl. ego**
- **sublimace**
 - přesunutá energie je využita hodnotně
- **symbolizace**
 - např. pudové impulzy přesunuty do obřadního tance
 - energií nabitý pud získává zástupné uspokojení a slábně
 - **civilizace je výsledkem četných symbolizací**

Carl Gustav Jung:

komplexní pohled; psyché je aktivní a celistvá
kolektivní, osobní nevědomí; Ego, bytostné já, archetypy, komplexy
persona, stín, animus a anima, bytostné já
osobní povolání; ne stádnost: individuace > sebeuskutečnění - stát se svobodnou,
oddělenou a nedělitelnou bytostí
vývoj - celoživotní proces; první pol. ego, druhá bytostné já
typologie - intro- a extraverte; fce - rac.: myšlení, cítění, irac.: čítí, intuice

Alfred Adler (07.02.1870-25.05.1937)

- **individuální psychologie; druhá škola vídeňské psychologie**

Byl Žid, ale netrpěl kulturním odcizením jako SF; po třicítce přestoupil na protestantskou víru, jíž pokládal za kulturně otevřenější než judaismus. Druhorozené dítě, fixován spíše na otce; jako tříletému mu umřel ml. bratr vedle v posteli. Jako dítě trpěl křivici (rachitidou), nemohl si hrát s vrstevníky, ale ti jej neodmítali. Ve škole nic moc, hl. v matematice, pak se ale vzchopil, vystudoval lékařství, pracoval jako praktický a oční lékař, pak psychiatrie. Od 1902 spolupracoval se SF, byl i prezidentem PA spol., ale nikdy nepodstoupil analýzu; v PA spol. skončil 1911 na základě hlasování členů, kteří nesouhlasili s jeho názory. SF ho pak nenáviděl. Od mládí se zajímal o chudobu a soc. nespravedlnost; obdivoval Marxe a socialismus; posléze znechucen praktikami v SSSR, ale socialismus neopustil. Na pol. shromáždění se setkal s ruskou revolucionářkou Raissou Epsteinovou; vzali se; byla mnohem radikálnější než on, trpěla výkyvy nálad Adlera, který se navíc plně věnoval své kariéře. Nakonec se ale dokázali snést a vychovali tři děti. Ve 20. letech založil Adler síť dětských poraden; ve 30. letech uzavřeny kvůli politickým změnám. Hodně přednášel, 1935 přestěhoval se do USA, 1937 zemřel při přednáškovém turné v Aberdeenu ve Skotsku.

Některá díla: Člověk jaký jest - základy ind. psychologie; Umění rozumět; Psychologie dětí; Smysl života; Nadřazenost a pocit sounáležitosti

Na rozdíl od PA zdůrazňoval **začlenění člověka do společnosti**, soc. determinanty O, **schopnost čl. utvářet vl. osud.**

Název indiv. P - z lat. individuum = nedělitelný > **jednota O**, z jejíž struktury pak vyplývá konzistentní a nedělitelný individuální životní styl.

Dynamika - **čl. není ovládán vnitř. nebo vnějšími silami**, ale snaží se o něco, pohybuje se k důležitým cílům. **Veškeré chování je zaměřeno na cíl**, takže při neurózách se ptá, co člověk tím či oním sleduje (např. enurézou, krádežemi, ...).

Člověk usiluje o **překonání v dětství zakotvených pocitů méněcennosti a dosažení nadřazenosti**; toto úsilí o nadřazenost je prospěšné pouze tehdy, když je sociálně zaměřeno; sebestřednost je regrese.

Životní styl - je **tvoren systémem cílů, které si jedinec zvolil**; abychom porozuměli chování člověka, musíme znát jím zvolené jedinečné cíle. AA zdůrazňoval vědomou dimenzi; nevědomí spojoval s neurotickým chováním.

pocit sounáležitosti = cit pospolitosti = sociální cit = social interest

Sourozenecké pořadí - ukazatel budoucích postojů a vzorců chování dětí:

- **prvorozené dítě**
 - nevýhoda - musí **ustoupit ze středu** dění, když se narodí druhé
 - pokud je to příliš brzy, trpí, cvičí se k osamělosti; pokud se na to může připravit, může to být přínos
- **druhé, prostřední děti**
 - nemusejí snášet odstrčení; rodí se do vyvážené soc. situace
 - starší sourozenec je jim podnětem k většímu úsilí o úspěch
 - **závodníci** - stále spěchají, aby dohnali toho prvního
- **nejmladší děti**
 - obvykle **rozmazlovány**; špatně si vytvářejí pocit sounáležitosti
 - **spolu s nejstaršími dětmi náchylné k poruše přizpůsobení**

Praktikoval v Prátru, někt. pacienti akrobaté > všiml si, že jejich **tělesná síla často kompenzuje nějakou slabinu v organismu** > teorie **orgánové méněcennosti**.

pocity méněcennosti

- **malé dítě je slabé, závislé a trpí tím**; má vrozeně méněcenné orgány a žlázy, což zesiluje normální pocit slabosti a bezmoci až do hluboce prožívaného pocitu méněcennosti
- jejich příčina je fyziologická - slabost vlastního těla
- příliš silné poc. méněcenn. > **komplex méněcennosti** jako **přehnaný pocit slabosti a nedostatečnosti**; pak může rozvinou **komplex nadřazenosti, moci** - tendence přehánět své dovednosti (vychloubání, sarkasmy, arogance - nízké sebepřijetí řešeno ponižováním druhých)
- slabost ztotožňoval s ženskostí či nedostatkem mužnosti; překonání slabosti slouží proces zvaný **maskulinní protest**; pak označoval jako **vůli k moci** a nakonec jako **usilování o nadřazenost**
- **základní motivační činitel v celém životě**; podle AA je situace nedostatku v každém lidském projevu > pocit méněcennosti není jen pasivním prožíváním nějakého defektu, ale aktivizátorem chování pro dosažení zvolených cílů
 - jedinec ji chce přeměnit na sit. dostatku, což dosahuje usilováním o nadřazenost
 - úsilí může mít zdravou nebo nezdravou povahu
 - dítě dosahuje jednotného vzorce svého chování **do 5 let věku** - úsilí o nadřazenost začíná velmi brzy; toto jednotné zaměření tvoří celistvou O strukturu - styl života

poruchy

- **rozmazené dítě**
 - zaručené výsadní místo bez vlastního přičinění
 - zájem věnuje sobě, **neumí spolupracovat** a nechápe ani nezbytnost spolupráce
 - v dospělosti mají pocit křivdy, tyranizují - buď přímo nebo za fasádou dobré vůle
- **zanedbávané nebo nechtěné dítě**
 - neznají spolupráci ani lásku
 - život vnímají jako neg., jsou podezřívavé a nedůvěřivé

dobře přizpůsobená osoba

- vyvíjí se v dětství

- zákl. znakem je soc. cit - "vidět očima druhého, slyšet ušima dr., cítit srdcem dr."; spolupráce s druhými
- v T AA posiloval soc. cit
- zákl. práci odvádí **matka** - ona je první, komu dítě může věřit

Zdroj lidského úsilí - pocity méněcennosti; co je ale konečným cílem? Adler nejdříve myslel, že člověka ovládá agresivita, pak vůle po moci a nakonec přijal obecnější hledisko - **usilování o nadřazenost - to je zákl. motivem**, je vrozené a neoddelitelné od čl., musí být kultivováno.

individuální životní styl

- utváří **veškeré chování, kterým čl. překonává pocit méněcennosti**
- důl. rodinné prostředí - formuje živ. styl
- podle AA ovl. živ. styl i typ postavy - důraz na **psychosomatický vztah**
- **plánování života ovlivňováno nikoli především dětskými zážitky (SF), ale subjektivním očekáváním**, která bývají často nerealistická
 - **fiktivní finalismus** - mnohé cíle jsou fikcí, ale poskytují jednotný vzorec usilování a ačkoli nepřinesou očekávaný výsledek, mohou pomoci projít dospíváním a dospělosti dosáhnout uspokojivého živ. stylu (např. poctivostí dosáhnou bohatství; budu-li hodný na lidi, bude mě mít každý rád)
 - **univerzální motivační tendence**; odráží důraz na **teleologický** - k cíli orientovaný přístup k lidské motivaci
- každý čl. má před sebou tři nevyhnutelné úkoly - **práce, přátelství a láska** - jsou ve vzájemném vztahu
- živ. styl je pojem idiografický, pro každou osobu unikátní

typologie

- **panovačný typ**
 - agresivní, prosazující se, malý soc. cit; snaha o dominanci bez ohledu na blaho ostatních
- **zištný typ**
 - parazitují na světě, chtějí co nejvíc získat; nízký stupeň aktivity
- **vyhýbající se typ**
 - nemají cit pospolitosti, jsou pasivní; obava z chyb silnější než touha po úspěchu - útěk
- **sociálně užitečný typ**
 - vysoká aktivita a cit pospolitosti; zájem o ostatní a jejich blaho

Původně měl AA zato, že jedinou motivační silou je úsilí o nadřazenost, moc; po kritice své pojetí změnil - čl. je motivován soc. pobídkami; má jakýsi soc. instinkt (nesobecký); čl. má určité vrozené predispozice, ale soc. cit musí stále vyvíjen. Je **barometrem duš. zdraví**, normality a hodnoty O.

tvůrčí já - creative self

- **aktivní princip života**
- AA jím říká, že člověk má sice gen. výbavu a nějakou výchovu, ale je **pánem svého osudu**
- přirozený výsledek zdravého živ. stylu
- podílí se na sladění individuality čl. a jeho sociálním postojem
- má přispívat celkovému blahu - Adlerova vize - mít takové osobní cíle, které by byly v souladu s pokrokem lidstva; ideálem dokonalosti není jedinec, ale lidstvo jako společenství spolupráce (mesiášská horlivost AA)

AA moc nedal na empirické a testovatelné skutečnosti; spíše vymýšlel teoretické konstrukty. Usiloval o užitečnost pro ty, kteří chtějí sobě a druhým porozumět, ne o neplodné pátrání po absolutní pravdě o lidském naturelu.

AA bývá považován za **předchůdce soudobých humanistů a fenomenologů**, nejen za neoPA, protože mnohé jeho postoje se od PA radikálně liší.

Alfred Adler:

**jednota O, zaměřenost na cíl, schopnost utvářet si vl. osud
soc. podmínky formování O, cit pospolitosti
pocit méněcennosti - úsilí o nadřazenost (maskulinní protest, vůle k moci)**

**pocit méněcennosti - zákl. motivační činitel; fiktivní finalismus - univerz. motivační tendence
individuální životní styl - systém zvolených cílů
orgánová méněcennost, psychosomatický vztah
sourozenecké pořadí
práce, přátelství, láska**

Karen Horneyová (1885-1952)

• **sociokulturní teorie O**

Pocházela z vesnice nedaleko Hamburku z rodiny přísného a nevrlého otce - námořního kapitána a mladší, kultivované a inteligentní matky. Manželství rodičů bylo konfliktní. Její otec věřil v podřízenost žen mužům a Karen často kritizoval (její vzhled, inteligenci, ...), až ta začala pochybovat, že byla chtěným dítětem, postrádala v rodině lásku a snažila se doma zavděčit svým vzorným chováním. Navštěvovala klášterní školu a ve svém deníku se vyznala ze své náklonnosti k mnoha učitelům, tamtéž popisuje své pozdější erotické vztahy. Pokládala se za žensky nepřitažlivou a tak se rozhodla vyniknout na poli intelektuálním. Proti přání otce vystudovala medicínu; na univerzitě ve Freiburgu studovala od r. 1906 jako historicky první žena; pak PA výcvik. Její manželství s Oskarem Horneyem skončilo po 17 letech rozvodem, měla v něm tři dcery. Potom žila mj. 10 let s E. Frommem.

Prodělala PA výcvik a analýzu, trpěla vnitřními zmatky a depresemi. Přesídlila do USA, kde pracovala jako klinička a **učila na Chicagském PA institutu**; tohoto místa byla pro některé své antiPA názory zbavena a přestala být nakloněna i klasické PA; 1941 založila Americký institut PA. **Odmítla zejména Freudův biologismus a pansexualismus** a vyzývala k přehodnocení jeho východisek a T technik. **NeoPA je podle ní PA bez libida**. Uznávala Freudovu doktrínu determinace p procesů a nevědomé motivace; odmítala ignoranci kulturních faktorů a sexuální problémy jako příčinu neuróz, pokládala je za důsledek. **Odsoudila Freudovo pojetí ženského p**, kde ústředním tématem bylo závidění penisu.

Z pozorování rozdílů mezi americkými a evropskými neurotiky usoudila na **značný vliv kulturních faktorů na p**. Spojovala prvky klasické PA se sociálním hlediskem.

Některá díla - Neuroza a lidský růst, Neurotická osobnost naší doby, Nové cesty v psychoanalýze a Naše vnitřní konflikty.

Z PA uznávala úlohu **nevědomí, metody** a techniky, odmítla významnost bio faktorů, pansexualismus, předurčující roli dětství a strukturální dělení psychiky na id, ego a superego.

KH přisuzovala velkým význam **zážitkům v dětství, zejména v sociální oblasti**; odmítla psychosexuální stadia - **základem je vztah mezi rodiči a dítětem**. Úzkost v dětství vzniká působením dospělých, kteří jsou nepředvídatelní, panovační, příliš nároční nebo naopak shovívaví apod. Zakouší pochybnosti o tom, zda láska rodičů je skutečná a namísto rozvíjení pocitu náležitosti překonává dítě strach a prožívá pocity osamocení a bezmocnosti v potenciálně ohrožujícím světě.

Základní potřeby dítěte:

- **potřeba satisfakce**, uspokojení - základní fyziolog. potř.
- **potřeba bezpečí** - důležitější; cítit se potřebným, milovaným a chráněným před ohrožujícím světem; dítě v tomto závislé na rodičích
 - frustrace (lhostejností, nespravedlností, preferencí sourozenců, výsměchem, hyperprotektivitou aj.) > **základní postoj hostility** u dítěte, konflikt mezi závislostí na rodičích a odporem k nim; odpor bývá potlačen, ale tyto pocity se manifestují ve všech dalších vztazích

Úzkost - intenzivní pocit nejistoty (základní pojem KH).

Lidské chování je **motivováno** dvěma základními tendencemi - **získat uspokojení a bezpečí**. Konflikt mezi těmito pohnutkami je řešen **vytěsněním** jedné z nich - jakoby pak neexistuje. Tyto potlačené impulzy a potřeby pronikají později do vědomí silně zamaskované. Nevědomé vnitřní drama je zesilováno **kulturou** - ta na jedné straně stimuluje potřeby, na druhé vytváří omezení, která brání tyto potřeby uspokojit. Základem vnitřního dramatu jsou **neslučitelné nevědomé pohnutky** - je třeba je přivést do vědomí.

Horneyová se zabývala "neurotikem dnešní doby" a **etiologií neuróz** vůbec. **Neurotické poruchy jsou vzorce interpersonálního chování** (behaviour patterns), získané v rodině.

Neurotické potřeby (trendy), vyskytující se v dospělosti, jsou jen pokračováním maladaptivních postojů v dětství. Vyznačují se **nutkavostí a jsou nevědomé** - jedinec buď nechápe význam svého chování, nebo jej špatně interpretuje. **Slouží k překlenutí pocitů nejistoty a hostility** -

v tomto smyslu jsou na nich závislí všichni lidé, ovšem neurotické chování se vymyká běžným způsobům učení - **fixace na neúspěšných strategiích** a **nedostatečný zřetel k vhodnosti** té které reakce v konkrétní situaci. Neurotický charakter se vyznačuje sebeobviňováním, sebenávistí, pocity méněcennosti, sebezničujícím chováním a tzv. neurotickou skromností = paradoxní pýchou. Uvedené potřeby jsou neurotickými tehdy, stane-li se jedinec závislý na jedné z nich:

přehnaná potřeba pro

- **lásku a schválení** - být milován, citlivost na kritiku a nevlídnost
- **mít partnera** - kontrolu - závislost, strach z opuštění
- **omezení života do úzkých hranic** - pořádek, nevyžadování, "skromnost", podrobnost
- **moc** - řídit, opovrhovat slabostmi
- **využívání druhých** - a přitom mít hrůzu z toho být využíván a platit za hlupáka
- **sociální uznání** - být obdivován a uznáván
- **osobní obdiv** - vytvářet o sobě značně přehnanou představu, být ctěn a obdivován
- **osobní ambice** - být nejlepší, ať to stojí cokoli, hrůza z nezdaru
- **soběstačnost a nezávislost** - distanc od vztahů předpokládajících závazek, povinnost
- **dokonalost a nezranitelnost** - být morální, bez chyb; dokonalost, ctnost

Tyto potřeby lze seskupit do tří kategorií, resp. strategií:

- **tíhnutí k lidem**
 - povolnost, neprosazování se, závislost, přání být milován, chráněn a veden
 - "když se poddám, nemohu být poškozen"
 - vztahy s druhými jako ochrana před osamělostí a nepotřebností
 - tento postoj může maskovat agresivitu
- oddalování se, **postoj od lidí**
 - uzavřenost, nezájem o emocionální vazby, nezájem, povrchnost, sebestřednost
 - "když se stáhnou, nemůže mi být ublíženo"
 - touha po nezávislosti a soběstačnosti
- **směřování proti lidem**
 - hostilita, dominance, vykořisťování, ovládání
 - "když mám moc, nemůže mi nikdo ublížit"
 - život je boj, hledá, co se kde dá urvat; jakkoli přátelské chování je vždy prostředkem k dosažení kontroly a moci a zvýšení si prestiže nebo soc. pozice

Stejně jako neurotické potřeby i tyto **strategie slouží k minimalizaci v dětství vytvořených pocitů úzkosti**. I tady platí, že zdravý člověk uplatňuje tyto strategie střídavě a konflikt mezi nimi není prožíván. Neurotik mezi nimi nedokáže přecházet a užívá stále tutéž strategii bez ohledu na situaci.

Pohled KH na O ženy - proti závisti penisu staví "závist lůna"; ženy se často cítí ve srov. s muži méněcenné a snaží se být více maskulinní, ale je to dáno jejich ekonomickou, psychickou a politickou závislostí na mužích; v celé historii byly **ženy považovány za druhořadé občany** a od dětství jsou socializovány ve směru percipování nadřazenosti mužů.

Skoro všichni současní lidé jsou neurotičtí; typickým symptomem doby je tzv. **neurotická erotika, resp. neurotická potřeba lásky**, která je nutkavá a neuroticky vystupňovaná. Neurotik potřebuje partnera jako oporu, ujišťovatele a stálého podavače důkazů lásky.

Kromě PT zdůrazňuje KH léčení duševních problémů **svépomocí**; život sám je ozdravným procesem a pomocí může i prožité neštěstí (člověk např. objeví lidi, kteří se za něj postaví a pomůžou mu).

Karen Horneyová:

**potřeba uspokojení a bezpečí, bazální úzkost, sociální zážitky v dětství
k lidem, od nich nebo proti nim
neurózy, neurotické potřeby, neurotická erotika, fixace
osobnost ženy
léčba svépomocí**

Henry A. Murray (1893-1988)

• ego-psychologická koncepce O

Vystudoval medicínu, ale věnoval se výzkumu v obl. psychologie O. Člověka bral jako **proaktivní org. zaměřený na budoucnost**; kritizoval akademickou psychologii s tím, že je zde věnováno málo pozornosti jedinci ve vztahu k prostředí (beta situace).

Někt. díla: Explorations of personality (1938)

HAM do hlubinné koncepce přibral další teorie (fenom., kogn...); nevycházel z klinické praxe - zkoumal VŠ studenty. Spojil **provokující spekulace PA s umělými metodami akademické P.** Vycházel z pozorování více výzkumných pracovníků, jejichž údaje pak sjednocoval, důraz na chování celé O (nikoli jen prožitky), studoval **zdravé jedince**. Některé hypotézy bylo možné objektivně testovat.

Svůj systém nazývá **personologií** - zkoumá individuální O pomocí **TAT** (tematický apercepční test), který vyvinul.

"**Téma**" je celek tvořený potřebou a tlakem:

• **potřeba**

- vše, **co jedinec chce**, o co se snaží; lze ji identifikovat pomocí vzorců chování, selektivního vnímání, citů a manifestovaného uspokojení

• **tlak**

- vše, co **prostředí vyžaduje splnit** od jedince
- **alfa tlak** - objektivní okolnosti vyvolávající tlak
- **beta tlak** - subjektivní zpracování alfa tlaku - podstatné pro jednání
- ve své tematické jednotě se needs a presses vzájemně ovlivňují; fungují zpětnovazební mechanismy
- TAT - 31 tab., soc. mnohoznač. situace, do nichž jed. projikuje systém svých potřeb a tlaků

osobnost je

- **proces**, kdy je O identická se svou historií, průběhem chování
- **struktura** - organizace všech integrativních a regulativních procesů; všechny vědomé procesy jsou regulativní, ale naopak to neplatí
- jako systém se O mění, jako struktura je relativně stabilní

Id - všechny impulzy a stimuly; energie, emoce, potřeby

Ego - plánuje a organizuje chování, aktivizuje

Super-ego - interiorizované kulturní hodnoty

Ego-ideal - vytváří se na základě superega; ideální sebe-obraz, zdroj stavění si osobních cílů

HAM zdůrazňuje **význam dětství** pro rozvoj O, podobně jako SF rozlišuje 5 stadií vývoje v dětství, ale mají u něj jiný obsah. **Celý život** pak člení do období:

- **dětství, adolescence a rané dospělosti** - vývoj O a jejích struktur
- **střední dospělosti** - rozvinuté struktury uchovány a zesíleny
- **období stáří** - struktura O se vrací zpět, ztráta schopnosti vyvíjet nové struktury

Henry A. Murray:

TAT

proaktivní org. zaměřený na budoucnost

téma - potřeby a tlaky (alfa, beta)

O - proces a struktura

id, ego, superego, ego-ideal

význam dětských zážitků + celoživotní vývoj

Harry Stack Sullivan (1892-1949)

- **interpersonální teorie psychiatrie**, resp. neopsychoanalytická sociální psychologie

Pocházel ze státu New York, byl potomkem irských emigrantů a v protestantském prostředí se cítil osamocen. Jeho matka byla chronicky nespokojená a málo vřelá, otec byl skromný a sem tam Harryho pochválil. I v rané dospělosti trpěl předsudky okolí a byl izolovaný a uzavřený; blízké vztahy vytvářel těžko. Absolvoval Chicagskou lékařskou fakultu, potom sloužil v armádě.

Během studia se seznámil s klasickou PA. Měl velké porozumění pro schizoidy a schizofreniky, s nimiž dovedl citlivě pracovat. Jako psychiatr posléze léčil i neurotiky, zejména obsedantní. Je zakladatelem tzv. washingtonské psychiatrické školy a časopisu Psychiatrie. Angažoval se mj. v otázkách duševní hygieny a mezinárodních vztahů, pracoval pro UNESCO a WHO. Jako analytik byl první rodilým Američanem mezi zpravidla rakousko-německými imigranty. Hodně přednášel. Zemřel při pracovní cestě po Evropě.

Některá díla: Interpersonální teorie psychiatrie (vydali kolegové po jeho smrti), Psychiatrické interview, Koncepce moderní psychiatrie. Přednášel a psal články, ale na psaní knih neměl nadání.

Sullivan klade důraz na interpersonální chování; **osobnost** podle něho neexistuje samostatně, nýbrž **je výsledkem interpersonálních vztahů**. Ty počínají v dětství a probíhají po celý život člověka. Psychiatrie je podle S. vědou o interpersonálních vztazích. Hlavním formujícím činitelem je **kultura**. Základními potřebami jsou **potřeba uspokojení** (spíše biologická) a **potřeba bezpečí** (společenská; vyhnout se nejistotě a úzkosti). Poruchy chování vznikají při pokusech o **odstranění úzkosti**; ta vzniká zejména z konfliktu tendencí - totéž jednání uspokojí biologickou potřebu, ale jde proti potřebě bezpečí. Organismus se zbavuje úzkosti např. selektivní nepozorností (vytěšňováním určitých zážitků). Rozvoj osobnosti je podmíněn harmonií sociálních, sexuálních a kognitivních pochodů.

Kognitivní procesy se vyvíjejí ve třech stádiích:

- **prototaxické** - okamžité vnímané stavy vztažené zejména k interakci s okolím (kojení)
- **parataxické** - zážitky opatřené subjektivními významy; dítě chápe některé vztahy mezi událostmi, ale ještě ne kauzalitu
- **syntaxické** - verbálně zpracované zkušenosti; logické usuzování s využitím symbolů, jazyka a reflexe

Pro patologii má největší význam parataxické myšlení; v procesu **parataxické distorze** (podobné jako Freudův přenos) přenáší své negativní interpersonální zkušenosti z raného dětství do vztahu s T; v průběhu terapie se tyto obsahy analyzují, pacient se učí dosahovat uspokojení v interpersonálních vztazích. T se děje přestavbou osobnosti.

Zkušenosti jsou personifikovány v rámci interpers. vztahů - v procesu **personifikace** se rozlišuje mezi já a ne-já. Podle toho, jak je dítě hodnoceno okolím, se vytváří **dodatečná personifikace tzv. dobrého já, nebo špatného já**.

Pokud dítěti toužícímu po něžnosti je tato odpírána, reaguje zklamáním, tzv. **malevolentní transformací**, z níž plyne hněvivá odezva.

Za první a klíčovou interpersonální zkušenost pokládal Sullivan **kojení** (jev "**prsu v ústech**"). Kojenec vnímá matčin prs různým způsobem - snadno dostupné mléko v dostatečném množství - dobrý a uspokojující prs; dostupné, málo - dobrý, neuspokojující; žádné mléko - špatný; dost mléka, ale poskytovaného úzkostnou osobou - tzv. **zlý prs**, který v kojenci vyvolává tenzi a může mít škodlivé účinky na vývoj dítěte.

Vývoj probíhá v šesti stádiích - 1. **rané dětství** (zkušenost s prsem v ústech, vznik personifikací, prototaxický modus), 2. **vlastní dětství** (předškolní věk, dítě potřebuje kamarády, parataxické poznání, sublimace), 3. **juvenilní období** (interakce ve skupinách, pokračující socializace, syntaxické poznání), 4. **preadolescence** (potřebuje kamaráda - chum), 5. **raná adolescence** (heterosexuální zájmy, erotická přitažlivost druhých), 6. **pozdní adolescence** (vyzrání sexuálního chování, které se spojuje s potřebou intimity). Dosahuje se zralosti v oblasti sociální, sexuální i kognitivní a je vytvořen repertoár interpersonálních vztahů.

Podle Sullivana člověk směřuje ke stavu "**absolutní euforie**" (protikladem je absolutní hrůza nebo abs. tenze), ale brání mu v tom **tenze**, vyvolávaná opomenutými potřebami nebo úzkostí. Dlouhodobé opomíjení potřeb vyvolává apatii, dlouhotrvající úzkost může vést k **somnolentnímu odpoutání** (usnutí, dospělý pomocí hypnotik).

Uspokojení potřeb a interpersonální bezpečí často nelze dosáhnout najednou - z toho vznikají tenze. Pokud při pokusu o uspokojení potřeby vyvolá dítě u dospělých negativní odezvu, naučí se utíkat z nich pomocí **systemu já**, což je **dynamismus**, který pomáhá naučit se vyhýbání se zákazům a verbální techniky k okecávání. Jiným únikovým dynamismem je **sublimace** - posun ke společensky přijatelnější činnosti. **Základní motivační silou je odstranění úzkosti** - její míra závisí na druhu raných zkušeností.

Harry Stack Sullivan:

Důraz na interpersonální vztahy, vliv kultury.

Rané dětství, kojení.

Potřeba uspokojení = odstranění úzkosti a potřeba bezpečí.

Kognitivní vývoj - zkušenost prototaxické, parataxické a syntaxické.

Personifikace (já a ne-já).

Tenze, somnolentní odpoutání, malevolentní transformace, dynamismy.

Erich Fromm (23.03.1900- 18.03.1980)

- **humanistická PA , neoPA, psychosociální teorie**

Narodil se ve Frankfurtu nad Mohanem v ortodoxní židovské rodině, setkal se s antisemitskými postoji Němců a poznal i nesnášenlivost Židů. Sám sebe líčí jako neurotické, úzkostné dítě. 1. sv. válka - zdrcen lidskou destruktivitou a iracionalitou. Vedle zájmu o filozofii a sociologii se zabýval psychologií, kterou vystudoval na Heidelberské univerzitě. Zajímali ho Freud a Marx, pokusil se o syntézu jejich teorií - Marxovy myšlenky použil jako sociální rámec, do něhož integroval Freudovy psychologické prvky. Celý život se zajímal o marxistický socialismus.

Byl vycvičen v PA, seznámil se s Karen Horneyovou. Původně praktikoval klasickou PA, pak se od ní odchýlil, zejm. od její "zúžené" teorie libida. V roce 1934 emigroval do USA, učil na PA institutu, kde se opět setkal s KH. Ta se postavila proti tomu, aby na institutu učil bez lékařského vzdělání; Fromm po určitých restriktivních opatřeních vůči jeho osobě z institutu odešel a na protest proti tomu tak učinilo i několik jeho kolegů. V roce 1949 se přestěhoval do Mexika kvůli artróze své manželky, inicioval zde (1957) výzkum vlivu industrializace na mexické venkovany. V 70. letech se přesunul do Švýcarska, kde žil až do své smrti.

Některá díla: Strach ze svobody, Mít nebo být, Lidské srdce, Umění milovat, Anatomie lidské destruktivity, Člověk a PA

EF kladl důraz na **společenský kontext** lidské existence, na důležitost uvědomění si sebe samého a vlastní vnitřní hodnoty. Základním aspektem povahy je **svoboda**, ale mnozí lidé nejsou ochotni si jí užívat, čímž umožňují diktátorské systémy. Hlavním problémem společnosti je volba mezi "robotismem" a "humanistickým socialismem" - spolupráce, aktivita, odpovědnost, člověk využívá kapitálu a ne naopak. Kladl důraz na **humanistickou etiku** v protikladu k etice autoritativní a ryze subjektivní: štěstí je účastí na štěstí druhých.

Mikšík: Lidská existence je kvalitativně odlišná od živočichů; člověk není instinktivně předurčen, ale také ztratil původní spojení s přírodou. Postupně si uvědomuje **tragičnost svého osudu - přání být součástí přírody a zároveň se z ní vydělovat; proces "osvobození"** - tedy uvědomění si své oddělenosti od přírody a jiných lidí vede k pocitům osamocení, beznaděje a nicotnosti.

Lidé již dlouho usilují o stále větší individualizaci, ovšem **dnešní míra autonomie pocit'ovaná příslušníky záp. kultury byla dosažena za cenu nejistoty a pocitů osobní bezvýznamnosti.**

Konflikty - úsilí o svobodu vyvolává pocity odcizení vůči přírodě a spol.; přání mít moc nad svým životem a současně cítit blízkost a spojení s druhými.

Bojovat s pocity osamocení a bezmoci lze:

- **aktivní činností, spontánní aktivitou** - únik před těmito pomoci pomocí prožitků a pozitivní svobody (být sám sebou a neztratit přitom ze zřetele soc. realitu); práce, láska
- vytvoření **neproduktivního svazku se světem**:
 - **autoritarismus** - spojit své já s něčím mimo sebe; masochistická forma - submisivita, závislost, sebe-ponižování; sadistická forma - využívat, ovládat
 - **destruktivismus** - ničení
 - **konformita automatu** - konvence, konformita, podřizování se požadavkům a normám; být takový, jako jsou všichni ostatní

Ø jsou to **OM, které neodstraňují příčiny ani neřeší problém existence, ale činí život možným**; proniknout k nim lze PA technikami (volné asoc., výklad snů, ...)

Motivační silou nejsou sexuální pudy, ale **konflikt mezi usilováním o svobodu a bezpečnost**. existenciální potřeby člověka:

- potř. **vztaženosti, souvztažnosti** - o někoho pečovat, zodpovídat; ideální je produktivní láska
 - potř. **vynikání** (dokonalosti) - překonat pasivní animalitu a být tvůrcem vl. života
 - potř. **zakořenění** - někam náležet, stabilita
 - potř. **identity** - povědomí jednoty sebe sama, moci říct "to jsem já"; uvědomovat si, kým skutečně čl. je
 - potř. **orientačního rámce** a oddanosti - konzistentní způsob interpretování komplexnosti světa; potřeba objektu oddanosti (bůh, nějaký cíl)
- > zralost spočívá v jejich vyváženosti a integritě

Osobnost je podle EF celkem zděděných a získaných vlastností, jež jej činí jedinečným, produktem <> mezi vroz. potřebami a vlivy soc. norem a institucí. Zákl. složky jsou temperament a charakter. **Temperament** je **konstituční, vrozený**, víceméně trvalý a nemá etický význam. **Charakter** etický význam má, je **tvoreň hodnotovými volbami** jedince, které jsou ovlivňovány soc-kul. okolím.

Produktivní charakter - **obdarovávání druhých prostř. lásky a práce** ("Člověk miluje to, pro co pracuje, a pracuje pro to, co miluje."); aktivita a autentičnost, p zdraví

Neproduktivní charakter - jedinec není schopen produkovat, takže buď **dostává** od druhých, nebo od nich **bere** (vykořisťuje)

Každý jedinec má oba charaktery zastoupené v různých proporcích.

Charakterové vzorce jsou založeny na procesu

- 1) **socializace** - **vytváření poz. vztahu** k druhým; souvisí s **produkt. char.**
 - 2) **asimilace** - získávání, **přisvojování** žádoucích předmětů, souvisí ne **neprod. char.**
- Optimum spočívá ve vhodném smíšení těchto dvou procesů.

Typy neproduktivní orientace:

- **receptivní** orientace - veškeré zajištění očekáváno od **vnějších** zdrojů, chtějí být milováni, aniž by sami milovali; submisivní, lehkověrní, sentimentální
- **kořistnická** orientace - taky očekává zvnějšku, ale neváhá to získat aktivně, **loupením** (podle EF je to v podstatě kanibalismus); sami neprodukují, ale přivlastňují; agrese, arogance, egocentrismus, svádění, hrdost, sebedůvěra
- **hromadivá** orientace - **uchovávat** nashromážděný majetek, izolace od druhých, obrany proti zasahování vnějšího světa do vlastních věcí; žijí v minulosti; rigidní, podezíraví, tvrdohlaví, věrní, rezervovaní
- **tržní** (marketingová) orientace - cenu věcí určuje trh, vše se získává v procesu výměny; tržní přístup k osobnosti - podle toho, jaký **dojem** člověk činí, ne jaký je, uspěje na trhu, kde je **na prodej** stejně jako jiné zboží; oportunní (příležitostní), netaktní, bezcílní, přístupní názorům, velkomyslní, zvědaví

Zralá láska je síla, která podporuje vztaženost a uchovává identitu; vyplývá z produktivní char. orientace. Láska je aktivní silou v člověku, překonává pocit osamění a spojuje s druhými, současně člověku umožňuje být sama sebou. Podle EF spočívá terapie hlavně v **obnovení pacientovy schopnosti milovat**.

EF je nápadný zejména mírou prosazování soc. faktorů.

Erich Fromm:

PA s důrazem na společnost, svoboda, humanistická etika.

Temperament a charakter; socializace a asimilace.

Charakter produktivní a neproduktivní > receptivní, kořistnická, hromadivá a tržní orientace.

Potřeba vztaženosti, transcendence, zakořenění, identity a orientačního rámce.

Zralá láska, schopnost milovat.

Erik Homburger Erikson (1902-1982)

• psychosociální teorie, ego-teorie

Potomek dánských rodičů, narodil se v Německu. Ve svých osmašedesáti přiznal, že byl **mimomanželským dítětem** luteránské matky a Dána, kterého nikdy nepoznal. Jeho matka se pak vdala za německého židovského pediatra, který Erika adoptoval. Byla to pro něj ale medvědí služba, protože křesťanští spolužáci ho zavrhovali jako Žida a lidé ze synagogy na něm neměli rádi jeho nežidovské rysy - modré oči a světlé vlasy. Od nejranějšího dětství prožíval Erikson **krizi identity**, která se pak stala nejtípcičtějším rysem jeho osobnostní teorie.

Průměrný student, ve škole v Karlsruhe se připravoval na univerzitní studia, která ale nenastoupil; cestoval a hledal sám sebe. Pak se rozhodl pro **uměleckou** dráhu, dělal se dřevem a kreslil.

Od r. 1927 učil ve Vídni, byl v té době analyzován Annou Freudovou, oženil se s Joan Sersonovou. Po nástupu Hitlera k moci emigroval s manželkou a dvěma syny do USA. Pracoval jako PA a badatel, 1942 přijal profesorské místo na Kalifornské univerzitě, kde skončil poté, co odmítl podepsat loajalitu. Ač neměl obvyklé univerzitní vzdělání, nebyly z toho problémy, protože jeho výzkumy a spisy byly již velmi ceněny. 1950 mu vyšla kniha *Childhood and Society* a jako uznání za ni se stal mluvčím ego-psychologie.

Vedl středisko pro narušené adolescenty, přednášel na Harvardu. Znamé jsou jeho práce o indiánských kmenech Siouxů a **psychohistorické studie** o Lutherovi, Ghándím, Maximu Gorkém a Hitlerovi.

Některá díla: *Dětství a společnost* (1950), *Výzva mládí* (1965), *Dimenze nové identity* (1974), *Identita: Mládí a krize* (1968), *Náhled a odpovědnost* (1964)

Eriksonova koncepce je orientována na **vývoj ego**. EE **modifikoval PA na život moderní společnosti**, ale považoval se nikoli za SF kritika, ale jeho pokračovatele. Nezdůrazňoval pudové motivy - větší váhu má **ego**, ne id - O je racionálnější. U SF píská ego spory mezi Id a superego, u EE je ego **autonomní struktura** zajišťující soc. adaptivní vývoj.

Významným činitelem vývoje dítěte jsou nejen rodiče (SF), ale **celé soc. prostředí a kulturní kontext**. **Vývojové změny probíhají celý život**, nejen v raném dětství.

SF se domníval, že uvolní-li člověk své instinktivní puzení, čeká ho sociální vyhytnutí; naproti tomu EE se zaměřil na odhalování lidské schopnosti vítězit nad psychosoc. riziky a zkoumal přednosti, kvality ego. Každý konflikt v sobě obsahuje výzvu k řešení a je třeba poznat, jak člověk své krize zvládá a jak ho případné nevyřešení minulého konfliktu znevýhodňuje v zacházení s pozdějšími probl.

Vývoj osobnosti chápal jako **sled epigenetických stadií** od narození po stáří. Epi = na, po; geneze = vznik, vynoření; epigeneze = jeden prvek vzniká na podkladu jiného.

Souhlas s SF - struktura O, bio a sex. základy motivace a O dispozic, danost a neměnnost pořadí vývojových stadií.

Hlavním tématem vývoje je **utváření osobní identity související s vývojem ego**. Před objevením se zralého ega je třeba získat přiměřený pocit identity. Podle EE jsou různé rituály v dospívání nástroji, jimiž se identita a integrace ego potvrzuje. Ego se uplatňuje jako uvnitř mysli (PA), tak ve vztahu k soc. okolí.

Teorie "osmi věků člověka"

Vývoj ego probíhá v osmi stadiích; každé má svůj **optimální čas k vynoření** (kritické obd.) a obsahuje **psychosociální krizi**, která představuje **možnost růstu, ale zároveň i ohrožení**. Vyřešení konfliktu je předpokladem růstu, ego získává novou mohutnost, **ctnost** (virtue) - absorbuje pozitivní komponentu. Pokud člověk uhýbá před řešením konfliktu, ctnost nevzniká a převládá negativní pól krize (např. 4. stadium - snaživost vs. méněcennost; má vzniknout ctnost kompetence; pokud dítě nevyřeší konflikt, odchází do dalšího stadia bez ctnosti a s pocitem méněcennosti). Nevyřešení konfliktu oslabuje ego a způsobuje stagnaci vývoje; může se napravit **dodatečně** (> chyby nejsou nezbytně trvalé), což vyžaduje návrat až do místa negativního řešení, účinnější přístup ke konfliktu a následně vytvoření chybějící ctnosti.

Všechny krize jsou v **O v latentní formě** přítomny již od narození, ale vynoří se každá ve svůj čas. Ve vyrovnávání se s krizemi jsou kulturním prostředím způsobené rozdíly.

Redukce vývojových fází na bipolární znaky je silnou a slabou stránkou EE teorie současně - zjednodušení pomůže porozumět, ale jen tehdy, je-li adekvátně pochopeno.

Vývojová stadia:

1. důvěra vs. základní nedůvěra

- ctnost - **naděje** - podmínka žití
- kojeneček potřebuje saturovat základní bio potřeby a předvídatelné chování mateřské osoby > pocit bezpečí, důvěry v ní a posléze i v sebe

2. autonomie vs. zahanbení a pochybnosti

- ctnost - **vůle**
- dítě se učí mluvit, chodit a regulovat vyměšování - nutnost vyváženosti mezi zadržováním a pouštěním; důsledky pro mezilid. interakce - moc nebo málo zábran

3. iniciativa vs. vina

- ctnost - **účelnost**
- dítě experimentuje s novými činnostmi; přílišná potřeba úspěchu při přehlížení potřeb ostatních a sexuální fantazie mohou vyvolat pocity viny

4. snaživost vs. méněcennost

- ctnost - **kompetence**
- přechod od hry k produktivním činnostem, které vyžadují urč. dovednosti
- úspěch = radost, neúspěch = méněcennost a to i tehdy, byl-li nezvládnutý úkol pro dítě příliš obtížný

5. identita vs. zmatení rolí

- ctnost - **věrnost**, oddanost zvolené životní filozofii, svému směřování
- zde jsou si nejbližší možnosti objevit sebe sama nebo se ztratit
- sjednocují se představy mladého člověka o sobě samém; vědomí identity ego dává pocit důvěry, že jeho sebepojetí odpovídá náhledu ostatních lidí na něj

6. intimita vs. izolace

- ctnost - **láska**
- intimita je zdravým spojením vlastní identity s identitou druhého bez hrozby ztráty sebe nebo rozpuštění své identity v něm; obsahuje závazek a může být vyjádřena sexuálně
- v procesu intimity si čl. může prostř. identifikace s druhým vyjasnit vlastní identitu

7. generativita vs. stagnace

- ctnost - **pečování, konstruktivní přispění** společnosti
- člověk se zapojuje do spol., aby vytvořil něco hodnotného - potomstvo, hmotné statky, tvůrčí myšlenky, umělecká díla

8. integrita ego vs. zoufalství

- ctnost - **moudrost** jako výsledek celého vývoje jedince
- pokud se člověk ve stáří nemůže ohlédnout za svým uplynulým životem s pocitem naplnění a dobře vykonané práce, nastává zoufalství
- vztah mezi dětskou důvěrou a dospělou integritou - děti se nebudou bát života, pokud jejich rodiče budou natolik integrovaní, že se nebudou bát smrti

Za přínos EE se pov., že byl zaměřen na nepatologické osoby, celoživotní vývoj a význam dosažení identity.

Erik Erikson:

**důraz na ego - autonomní strukturu; kulturní a soc. kontext
celoživotní vývoj ega, epigenetická stadia**

**8 stadií - psychosociální krize - růst vs. ohrožení; vyřešení konfliktu > vznik ctnosti
důvěra - nedůvěra; autonomie - zahanbení; iniciativa - vina; snaživost - méněcennost
identita - zmatení rolí; intimita - izolace; generativita - stagnace; integrita - zoufalství
naděje - vůle - účelnost - kompetence - věrnost - láska - péče - moudrost**

behaviorismus - Dollard, Miller, Hull, Skinner, Pavlov

hlavní východiska behaviorismu

- jako předmět P uznává pouze pozorovatelné chování živých organismů
- veškeré chování probíhá podle jistých zákonitostí; jako **produkt objektivních determinujících činitelů** může být **naučeno nebo odnaučeno**
- prohlašuje se za vědecký a deterministický; vznikl v důsledku rozvoje pozitivistického a agnostického uvažování ve vědě a optimistickým a pragmatickým myšlením středních vrstev v USA, které sdílely názory o všemocnosti vlivů prostředí při organizaci lid. chov.
- determinismus: "svobodné" lidské reakce jsou řídké
- stoupenci PA zdůrazňovali vnitřní determinaci chov.; podle beh. si jedinec své tendence chování osvojuje v průběhu života
- **osobnost reálně neexistuje, je to pouze pojem vyvozený z vnějšího, měřitelného chování; je to akumulovaná sada naučených vzorců chování**
- postoj k terapii: "Výzkum je léčení a léčení je výzkum."
- > uplatňuje se ve výchově a poradenství proto, že nabízí technologii k dosahování změn v chování

tzv. **klasický beh.**

- Watson
- atomem chování je psych. **reflex** (převzat od Pavlova)
- to, co je psychickému imanentní, tj. subj. zpracování reality, eliminuje
- pojem osobnost odmítli a redukovali metodologii; specificky lid. p fce a zákonitosti chování redukovali na to "společné" se subhumánními <> s prostř.
- příznačné rysy:
 - **atomismus** - **podmíněný reflex** je základ, substrát, atom, obsažený ve všech formách chování
 - **experimentalismus** - vztah mezi jedincem a prostř. redukován na **S-R**, nerozlišovali mezi člověkem a živočichem
 - **umělost** - aby se exaktně odhalil vztah mezi S a R, pracuje se hlavně **v laboratoři a se zvířaty**

neobehaviorismus

- Tolman, Miller, Hull, Dollard, Pribram a Skinner
- sociálně kognitivní přístupy - Bandura a Rotter
- překonat úsilí ignorovat střední článek v reflexu - **subjekt** - vymezenou prom. mezi S a R
- $S > O > R$
- dominující znaky:
 - **synchronismus** - studování druhů, jejich specifického chování
 - **strukturnost** - studium smysluplných bloků interakčních systémů
 - **naturalismus** - hlavní metodou je zkoumání živ. v jejich přiroz. prostř.
- zákl. tezí je jednota člověka s okolní přírodou; studovat nelze jen pomocí elementů chování
- p je nástroj a výsledek adaptace

• **Ivan P. Pavlov (1849-1936)**

- materialista, odmítal duši; **všechny duš. jevy jsou výsledky hmotných procesů**
- **klasické podmiňování: spojení dvou podnětů**
 - **nepodm. podnět** - unconditioned stimulus Su **vyvolá reakci svou vlastní povahou** (maso > sliny)
 - **druhý podnět** je sám o sobě neutrální; **spojením s Su však získává podnětovou účinnost > podm. podnět** - conditioned stimulus Sc (zvuk zvonku)
 - **nepodmíněná reakce** - uncond. response Ru **je reakcí na Su**
 - **podm. reakce** - cond. response Rc **je reakcí na Sc**

• **John Broadus Watson (1878-1958)**

- vůdčí představitel klas. beh.
- v reakci na introspektivní přístupy uvedl, že **aktuální chování se má studovat a ne o něm hloubat**; buď se P přemění na přírod. vědu, nebo bude pohřbena

- původně - individ. zvláštnosti jsou dány různými zkušenostmi, jejichž vlivu byl jedinec vystaven; nitro člověka se skládá z imanentních struktur a zvyků
- později pojal člověka jako **mechanismus, jehož činnost je výsledkem půs. prostř.** (vrozené NR a získané PP způsoby reakcí)
- procesem učení a nahodilými styky s okolím se tvoří způs. odpověďového chování > **O je produktem soustavy zvyků**; vývojovým cílem je osvojit si takovou sadu zvyků, která umožňuje účinné přizpůsobení se a přežití
- **všemocnost výchovy** - ze zdravého novorozence lze učinit cokoliv

• **E. C. Tolman (1889-1959)**

- neobeh., revize klas. beh. - do vztahu S-R vložil **interv. prom.**
- v souladu s Watsonem uznává pouze objektivně testovatelné fenomény
- v obsahu a způsobu chování přisuzuje mimořádný význam jeho **cílovému zaměření** - tato zaměřenost vstupuje mezi S a R: model **S - O - R** > **chování je funkce podnětu a O, tj. zpracování situace jedincem**
- hlavní interv. prom. jsou **pudy** (drive) - **impulz pudící jedince k uspok. nějaké potřeby** > pudy způsobují, že org. tenduje v urč. situaci uč. způsobem reagovat
 - základní **pudy prvního řádu** - apetence a averze, spojeny s **fyziolog. excitací**, z níž pramení specifické fyziolog. stavy (hlad po potravě, po sexu, odpočinku, ...)
 - **pudy (puzení) druhého řádu** - **sociálně naučené**; průbojnost, družnost, ...

• **Clark L. Hull (1884-1952)**

- **základy teorie učení**, kterou dále rozpracovali Dollard a Miller
- **model $R = f(S, O)$** (Drap.: aplikoval sled S>R na lidské chování)
- **základní determinantou chování je pud - drive**; na síle puzení závisí síla (potenciál) reakce, na povaze puzení pak charakter chování
- pud je objektivně testovatelná komponenta chování
- podle něj jsou podněty účinné proto, že **redukují (vrozené) pudové potřeby** (drive) organismu > reakce jsou tedy zpevňovány prostř. redukce popudů (pudových potřeb)
- je-li redukována síla pudové potřeby, je to **odměnou** pro org., který se takto učí
- anticipačními reakcemi (předcházejícími redukcí) odpovídá org. proto, že spojení podnětu, odezvy a odměny vede k vytvoření jistých **návyků**
- zkoumal i jev odkladu zpevnění v procesu učení a analyzoval **chování jako řetězec elementárních S-R článků**
- na jeho teorii navázali i představitelé faktor. analýzy (Cattell, Guilford a Eysenck)

Burrhus Frederick Skinner (1904-1990)

- **radikální beh., operantní beh., sociální beh.**

Narodil se v Pensylvánii, vyrůstal ve stabilním a spokojeném prostředí, veden k učení a ukázněnosti, bavila ho technika. Ve škole ho udivoval nezájem některých studentů a rebeloval proti pravidelnému modlení. Chtěl být spisovatelem, ale pak vystudoval na Harvardu psychologii, prováděl výzkum nervového systému živočichů. Učil na univerzitě v Minesotě a na Harvardu, stal se jedním z frontmanů beh.

Někt. díla: Věda a lidské chování (1953), Beyond freedom and dignity, A matter of consequences.

Radikální beh. proto, že zachoval **schéma S-R** a protože se domníval, že **metody studia chování, které se užívají u zvířat, lze aplikovat i na člověka**. Odmítal O i pudy - nelze je objektivně pozorovat. Já je systém odpovědi sloužící rozlišení stimulů a rysy jsou podmínkami a okolnostmi posílení a deprivace.

Operantní beh. proto, že **vedle nepodmíněně a podmíněně reflexního chování počítá k základním typům chov. i chování operantní**. Operantní akce jsou spontánně vzniklým výsledkem aktivního pokusu o adaptaci - zpočátku jsou **náhodné** a ty, které vedou k užitečnému výsledku, se **upevňují** - **učení pokus/omyl**; Tolmanovu tezi o cílovém chování neuznával.

Soc. beh ne proto, že by řešil soc. aspekty lid. života (zajímaly ho jen bio), ale proto, že společnost vytváří určité prostředky vnější kontroly, aby modifikovala chování člověka.

O i vnitřní poznávací činnost ignoruje - **učení není uvědomělé, ale nahodilé**, BFS je **antiteoretický** - podle něho jsou všechny abstraktní teorie k ničemu.

Každý čl. je **jedinečný**, každý má jinou genetickou výbavu a jinou osobní historii, každý se chová jinak - studium O je o **nalézání jedinečného vzoru vztahů mezi chováním org. a jeho důsledky** - posilujícími vlivy.

Člověk je determinován objektivně, tj. není svobodnou bytostí iniciující vlastní aktivitu.

- člověk není autonomní bytost, je determinován vnějšími stimuly
- vnitřní události studovat, ale pouze pokud to půjde objektivně a reliabilně
- lidský org. = **black box**, nezkoumat motivy, emoce, konflikty, pudy, ...
- **funkční analýza** - přístup k **odhalování kauzality**, zákonitostí chov. - přesně zjistit vztahy mezi podmínkami prostředí a chováním org. (Pavlov: "Kontrolujte podmínky a uvidíte řád.")
- vytvořil teorii **operantního podm.** založenou na Thorndikeově teorii instrumentálního podmiňování
- org. produkuje spontánní chování, které není vyvoláváno rozlišitelnými podněty - takové prvky chov. jsou tzv. **operanty**
- **pozitivní a negativní zpevnění** > je-li operant zpevněn, roste pravděpodobnost výskytu takového chování v budoucnu; **zpevňující činitel přebírá roli podnětu** a zpevněné chování odpovídá podmíněné odezvě
- **teorie postupné aproximace**, tj. směřování k cílovému chování - **chování se postupně tvaruje tak, že se zpevňují pokroky, které jedinec činí**
- základní rozdíl mezi Pavlovou a Skinnerovou teorií: aby nevyhasla podmíněná odezva, **posiluje Pavlov podnět** (opakovaně spojuje Su a Sc), zatímco **u Skinnera se zpevňuje odezva**

B. F. Skinner:

operantní podmiňování
učení pokusem a omylem - nahodilé akce; pozitivní/neg. zpevnění
teorie postupné aproximace
black box
člověk je nesvobodný, je determinován stimuly
funkční analýza - zjišťování kauzality

John Dollard a Neal Miller

* **subjektivní behaviorismus**

John Dollard (1900-1980)

Narozen ve Wisconsinu, vystudoval na Chicagské univerzitě sociologii a ve třicátých letech začal v studovat v Berlíně na PA institutu. Pak učil na Yale antropologii, soc. a P, odkud odešel jako emeritní profesor v r. 69. Během války zkoumal chování vojáků v bitvách.

Neal E. Miller (*1909)

Pochází rovněž z Wisconsinu (Milwaukee); získal doktorát na Yale, kde spolupracoval s Dollardem a Hullem, kteří ho významně ovlivnili. Prodělal PA výcvik ve Vídni. Později učil na Yale a byl profesorem na Rockefellerově univerzitě.

Společná díla: Osobnost a PT (1950), Frustrace a agrese (+Mowrer, Doob a Sears, 1939), Sociální učení a napodobování (1941)

Teorie učení

Dollard i Miller byli **orientováni behavioristicky, ale oba prodělali též PA výcvik**, a tak se v jejich teorii prolíná PA a beh. v kontextu daného soc. prostředí ("spojit vitalitu PA, přísnost laboratoře a danosti kultury"). Jsou představiteli tzv. **subjektivního beh.** V rámci sledu S-R usilovali o vysvětlení středního článku - O (její prožívání, nevědomí, podstata, vývoj, ...).

V procesu učení "musí být učící se jedinec k odezvě **puzen - motivován** a za její provedení za přítomnosti signálu potom **odměněn** ... aby se někdo učil, musí **něco chtít, něčeho si všimnout, něco udělat a něco získat** ... těmito činiteli jsou pudová potřeba, signál, odezva a zpevnění."

pudová potřeba (pud. excitace, drive)

- **jakýkoli podnět** (též motivace), **který vyvolá odezvu**
- vnější událost, primární pudová potřeba (hlad, zima, ...) nebo sekundární potřeba (návyk na podkladě prim. potřeby)

signál (podnět, cue)

- potřeba žene k jednání, signál **určuje typ odezvy**
- modifikuje motivující sílu potřeby - ta je specifitější
- je-li hodně intenzivní, stává se potřebou a pudí jedince k činu

odezva

- vyvolávána motivační silou potřeby a směrovým působením signálu
- **podmínkou učení** je přítomnost a zpevnění odezvy
- úspěch výchovy často závisí na schopnosti vychovatele vyvolat vhodné odezvy, které poskytnou příležitost ke zpevnění
- **některé se stávají signálem** (strach - nejprve odezva na zvuk, a sám spouští sled dalších dějů)

zpevnění

- = redukce potřeby
- každá událost, která **zesiluje tendenci opakovat odezvu** proto, že výsledkem je redukce potřeby

návyk

- **výsledek zpevňování sledu** podnět (signál) > odezva
- jedinec se učí návykům prostř. zpevnění

Osobnost není vrozená - je výsledkem procesu vytváření návyků, resp. **osvojováním repertoáru sekundárních potřeb. Člověk se rodí s primárními potřebami**, které mu zpočátku umožňují přežít (bolest, hlad, ...). O je tvořena **soustavou individuálně příznačných návyků**, je **fasádou**, za níž se podle typu sockul. prostředí skrývají vrozené - primární potřeby jako její základ.

Neutrální signál po několika spojeních s primárními potřebou získá schopnost vyvolávat odezvu - tak se stane sekundární potřebou. Sek. potř. slouží k přežití v daném sockul. prostředí.

Ve vývoji O má význam **prvních 6 let**. Spolu se sekundárními potřebami se dítě seznamuje i se **sekundárním zpevněním** (úsměv, poděkování, peníze na zmrzlinu ...). Dollard a Miller doporučují zejména v prvních dvou letech dítě všemožně podporovat, zejména v situacích:

- krmení
- nácviku čistotnosti
- raných sexuálních projevů
- nácviku ovládnutí hněvu

Nevědomí se skládá z pudových potřeb, signálů a odezev, které nejsou jedincem plně chápány či uvědomovány. Dítě třeba říká "máma", ale neví přesně, o čem všem to je. Velká část soc. učení probíhá nevědomě. Dospělí neurotici např. zase nedokážou popsat své konflikty.

Neurózy jsou podle DM nevědomé konflikty, které díky rodičům má dítě naučené v raném dětství (málo podpory nebo podnětů, tresty za sexuální zvědavost, ...). **Konflikty jsou typu +-, --, ++. Nevědomé konflikty vyvolávají úzkost a podněcují vznik neuróz**. Protože jsou však neurózy naučeny, **mohou být také odnaučeny**.

behavioristé:

Pavlov - klasické podm., Su, Sc, Ru, Rc
Skinner - operantní podm., operanty, zpevnění, postupná aproximace
Hull - základy teorie učení; redukce popudu - odměna > návyky

Dollard, Miller - beh., PA výcvik
pudová potřeba, signál, odezva, zpevnění, návyk; primární & sekundární potřeby; dětství
O je soustavou návyků, není vrozená
neuróza - nevědomý konflikt
NAUČIT - ODNAUČIT

G. A. Miller (*1920), E. Gallanter (*1924), C. H. Pribram (*1919)

V souvislosti rozvojem výpočetní techniky chápou chování jako sérii aktů - pohybů a **člověka jako složitý počítač.**

- základní instance v O, které spojují S a R:
 - obraz** - všechny znalosti org. - **informační aspekt** org. chování čl.
 - plán** - proces kontrolující pořadí uskutečnění operací - **algoritmický aspekt**
- algoritmus - strategie se vytv. na **základě** testování - pokusů, co a jak dělat > **zpětná vazba** - každému působení předchází zkoušení
- zákl. jednotka chování: **T-O-T-E** (test - operate - test - exit)

Jde tu o mechanickou analogii člověk-počítač; vše je výsledkem automatických činností, ale psychika je příznačná realizací nových činností subjektivním zpracováním a vzhledem do podstaty reality.

Albert Bandura (*1925)

- sociálně-kognitivní teorie, reformovaný beh.**

Narodil se v Atlantě jako potomek ukrajinského farmáře, manuálně pracoval, vystudoval psychologii na univerzitě v lowě a dlouho působil (ještě v 1992) na Stanfordské univerzitě. Studoval soc.-kognitivní učení, jeho stěžejním dílem je "Principles of behavior modification" z 1969. Ovlivnil výv. a klinickou P; teorie agrese a vývoj sex. rolí.
Dílo - kromě zmíněného ještě Social-learning theory (1977)

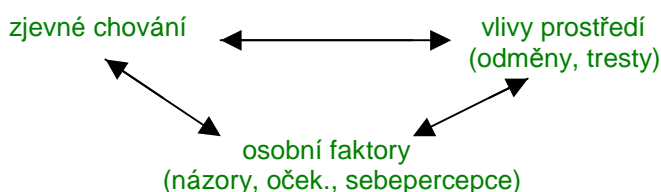
Podle AB převládají dnes psychodynamické přístupy, které považují za pramen lidského jednání soubor (často nevědomých) vnitřních procesů. Problém je v koncepci a empirii - **vnitřní determinanty jsou často vyvozovány z chování** - motiv moci byl takto odvozen z dominantního chování, impulzy k hostilitě ze zlostiného chov., ...

Kromě toho vnitřní determinanty neosvětlují celou komplexnost a různorodost odezvy čl. na životní realitu > **přesunout těžiště zkoumání od hypotetických vn. sil k vlivům prostředí.** Ale ne tak, jak to udělal radikální beh. a BFS - "vylít s vaničkou i dítě".

AB - lidé nejsou ani autonomní, ale vláčení prostředím - mají jisté **vyšší způsobilosti**, které jim umož. **předvídat a kontrolovat** to, co na ně působí.

vzájemný determinismus

- jeho vl. pojem
- příčiny chování: **kontinuální, vzájemná interakce beh., kogn. a enviroment. vlivů** - každá z těchto proměnných je s to ovlivňovat zbylé dvě
- >> lidé jsou **produkty i producenty prostředí**
- >> díky schopnosti užívat symboly můžeme myslet, tvořit a plánovat - schopnost symbolicky si představit bud. důsledky ovlivňuje současné motivátory chov.



Vedle významu vnějšího posilování uznává AB také pozorování, naslouchání a třeba četbu o chov. druhých jako formy učení - tedy získávání, udržování a modifikování chov.

>> **Nové vzory lze získat i při absenci vnějších podmínek** (anticipované důsledky - pojistím se a nebudu čekat, až se mi něco stane). AB zdůrazňuje **učení pozorováním**.

Kladl důraz na schopnost autoregulace - tyto fce mají externí původ, ale po jejich vytvoření se stávají souč. regulačního systému jedince.

Většina komplexního chov. u lidí vzniká na zákl. verbálního zprostředkování info a pozorováním chov. u jiných lidí - takto **zástupně** se učíme být kooperativní, odporní, agresivní, ... > pozorováním si tvoříme kognitivní představy, co dělat a co nedělat a jak - kdo to umí, ušetří si čas a mnoho omylů.

učení pozorováním - pomocí modelů:

- konstruktivní proces aktivního posuzování
- hl. komponenty:
 - procesy pozornosti - pozorovat, přesně vnímat
 - procesy paměti - zapamatovat i a udržet v pam. pozorované chov.
 - procesy motorické reprodukce - symbolické info z paměti přeneseny do beh. vzorů odezvy
 - procesy motivační - při očekávání posílení se realizuje pozorované - modelové chov.

Centrem AB teorie je **kognice** a s ní spjatý předpoklad racionality; džungle subj. prožitků je pro něj vědecky neakceptovatelná - byl reformovaný beh.

Albert Bandura:
zkoumat působení vlivů prostředí
vzájemná determinace kognitivní, beh. a enviroment. vlivů
čl. je produkt i producent prostředí
zástupné učení pozorováním
kognice, vyšší způsobilosti - užívání symbolů > myšlení, tvořivost, plánování

Julian B. Rotter (*1916)

• **teorie soc. učení**

Narozen v Brooklynu jako syn židovských uprchlíků, v P původně neviděl uplatnění, ale pak narazil na spisy Freuda a Adlera a začal docházet k Alderovi do Společnosti individuální P; vystudoval P a zabýval se klinickou praxí (i během 2. sv. války).

Někt. díla: Sociální učení a klinická psychologie (1954), Vývoj a aplikace soc. teorie osobnosti (1972)

Na přelomu 40. a 50. let, kdy JBR publikoval svou teorii, byly nejrozšířenější PA a fenomenologie - vadily mu vágně definované pojmy, usiloval o precizní terminologii, důraz kladl na **motivační a kognitivní faktory a soc. kontext chování**.

- Ø vysvětlit, jak se učíme <> s jinými lidmi; důraz na **naučenost základních modů chování** v soc. situacích a jejich souvislost s potřebami
- Ø schopnost myslet a anticipovat - lidské **chování je cílesměrné** - goal-oriented > chování je determinováno očekáváním budoucí odměny
- Ø integroval pojmy posilování a očekávání - ostrý kontrast k BFS radikálnímu beh.

Hlavním bodem je **předvídatelnost** toho, jak se čl. zachová; abychom byli schopni takové predikce, musím přesně analyzovat 4 zákl. proměnné:

- **potenciál chování**
 - **pravděpodobnost výskytu urč. chování v dané situaci** - vždy je víc možností a vítězí ta, která má největší potenciál chování; je ve vztahu k posilování
- **očekávání**

- subjektivní **míra pravděpodobnosti, že výsledkem chování bude posílení**; lidé upřednostňují chování v minulosti konzistentně posilované; stabilní očekávání přispívají ke stabilitě O; aspekt kognice
- nemusí být vždy realistické (vysoké nebo málo sebedůvěry - nízké)
- rozlišuje specifická očekávání, kde je málo materiálu k posouzení pravděpod. - málo relevantní pro predikci a zobecněná očekávání aplikovatelná na řadu podobných situací - relevantní pro studium O
- **hodnota posílení**
 - aspekt motivace; vyjadřuje **stupeň preference jednoho posílení před jinými**, jestliže pravděpodobnost jejich vystoupení je cca stejná (koukat na hokej nebo navštívit přátele)
 - závisí na očekávání, variiují podle situace a času, ale přesto jsou relativně stabilní
- **psychologická situace**
 - vyjadřuje, jak situaci vidí subjekt (blízké CRR) - každý čl. percipuje prostředí svým typickým způsobem bez ohledu na to, jak se to jeví ostatním
 - idea <> osoby a jejího významového prostředí

základní vzorec pro predikci chování:

potence chování = očekávání (kognice) + hodnota (motivace)

Ø **pravděpodobnost výskytu urč. chov. je funkcí proměnných očekávání a hodnoty posílení** - tyto proměnné jsou izolovatelné jen ve vysoce kontrolovaném prostředí

pro **každodenní situace** užíval obecnější vzorec, který obsahuje proměnné:

- **potřeby**
 - chování je cílově zaměřené; min. ztráty a max. zisky
 - známe-li potřeby osoby, lze lépe predikovat
 - hlavní kategorie potřeb - uznání, ochrany, dominance, nezávislosti, lásky a tělesného komfortu
- každá kategorie potřeb je složena ze 3 komponent:
 - **potenciál potřeby** - jak pravděpodobně se vyskytne chování směřující k uspokojení potřeby
 - **hodnota** - hodnota sady posílení pro urč. kategorii - uspokojení každé potřeby přináší jinou míru satisfakce
 - **svoboda pohybu** a **minimální cíl** - svoboda pohybu vyjadřuje subj. pojetou pravděpodobnost, jakou sadou chování dojde k posílení (nízká svoboda pohybu při vysoké hodnotě potřeby > frustrace); min. cíl - hladina, na níž osoba začíná vnímat posilování

obecný vzorec predikce (pro běžné živ. situace):

potenciální potřeba = (svoboda pohybu + hodnota potřeby)

Ø tedy potenciál pro výskyt urč. sady chování je určen očekávanou mírou pravděpodobnosti, že chování povede k usp. potř. a hodnotou potřeby spojené s cílem

Ø **čl. nejpravděpodobněji usiluje o dosažení cílů, od nichž čeká, že budou posíleny, a toto očekávané posílení má vysokou hodnotu**

zobecněná očekávání:

- **místo kontroly - locus of control**
 - **interní vs. externí** - jde o kontinuum, ne buď anebo
 - osoba s externím místem kontroly má za to, že její úspěchy i nezdary jsou určeny vnějšími vlivy (smůla, moc druhých, nepředvídatelné vlivy); vláčení životem
 - osoba s interním místem kontroly - ne/úspěchy determinovány jejími vl. aktivitami a schopnostmi - věří, že sama výrazně určuje svůj život
- interpersonální záruka (důvěra, společenství)

Vypracoval **škálu I-E** na měření místa kontroly - 23 otázek + 6 maskovacích otázek - např. co se má stát se stane (E) - nebo - spoléhat na náhodu se nevyplácí, proto plánuju své aktivity (I)

JBR se výrazně odlišuje od klas. beh.:

- nejvýznamnější aspekty O jsou **naučeny v sociálních kontextech**
- **lidé nejsou pasivně reagujícími org.;** osoba je s prostředím v <>

Julian B. Rotter:
kognice, motivace, sociální <>
naučenost zákl. způsobů chování
předvídatelnost chování na zákl. potenciálu chování, očekávání, hodnoty posílení
a subjektivně pojaté situaci
potřeba - potenciál potřeby, hodnota, svoboda pohybu a minimální cíl
místo kontroly - externí ... interní; škála I-E

William Stern (1871-1938)

- **personologické pojetí O**

Němec, začínal u Ebbinghause, 1916 katedra P v Hamburku, kde 1919 založil Hamburský P institut. Zabýval se diferenciatní P - studiem individ. rozdílů, psychotechnikou, **zavedl pojem IQ**, pracoval hlavně v dětské a pedagogické P. 1938 emigroval do USA, krátce profesor.

Někt. díla: Die menschliche Persönlichkeit, Allgemeine Psychologie auf personalistischer Grundlage

>> chápat osobnost nikoli jako sumu projevů a dějů, ale **komplex v aktivním vztahu se svým prostředím** - neopakovatelná individualita a složitost O

navzájem související prvky O

- **substancialita - tzv. mnohojednotnost**
 - O se skládá z částí, ale není jejich sumou, nýbrž "unitas multiplex"
 - struktura - od hlubinných vrstev tvořících svéráznost já po vnější, světu nastavované části - **jednota** vědomí a nevědomí, reálného a potenciálního
 - **identita** já trvá i přes probíhající změny
- **kauzalita, interakční cílesměrnost**
 - bytí a Č jsou nerozlučnými a základními aspekty O
 - neustále **směřuje k cíli** - "causa finalis" (teleologie)
 - **teorie konvergence** jako reakce na nativismus a empirismus > vzájemné působení světa a cílově zaměřené bytosti
- **individualita, zvláštnost O jako JÁ**
 - O je ohraničena vůči světu; je to celostný, nedělitelný útvar, který své bytí projevuje dovnitř a ven > jednota prožívání vl. existence a vybíjení aktivity in i out

Podstata, projevy, formování a rozvíjení O probíhá v dialogu se světem. WS staví na spekulativní, fil. úrovni.

model dimenzí O:

- prostorové - vnitřní i vnější prostor
- rozprostraněnost v čase - od přítomnosti směrem k min. a bud.

O se vyvíjí od stavu **neurčitosti a difúznosti ke stále bohatší a výraznější strukturovanosti** (diferenciace).

Sternův přístup je značně spekulativní, nicméně aktuálními tématy zůstávají **teorie konvergence**, nutnost pojímat O jako **celek s vlastní živ. historií** a spojování **nomotetických a idiografických** hledisek (hledání obecných zákonitostí x poznání individuálních případů).

William Stern:
neopakovatelnost a složitost O, jednota a identita
cílesměrnost
vývoj od neurčitosti diferenciací ke stále větší strukturovanosti
IQ, teorie konvergence

Raymond B. Cattell (*1905)

• rysová a faktorová teorie

Narodil se v UK ve Staffordshire, původně studoval fyziku a chemii; psychologii vystudoval na Londýnské univerzitě; přednášel a praktikoval. Byl asistentem tvůrce faktorové analýzy Charlese Spearmana. Odešel do USA, učil na Harvardu, Dukeově univerzitě a pak 30 let na Illinoiské univerzitě, spolupracoval s Thorndikem. V roce 1944 založil v Coloradu Institut pro výzkum a seberealizaci. Sestavil několik psychotestových nástrojů, z nichž nejznámější je Šestnáctifaktorový osobnostní dotazník 16PF.

Některá díla: Popis a měření O (1946), O a teorie učení (1979), O, motivační struktura a měření (1957)

Rysová a faktorová teorie O zkoumá O pomocí **analýzy a popisu vlastností chování**. Cattell usiloval o to dospět k **empiricky podložené** analýze složek osobnosti, k čemuž používal statistický postup, tzv. **faktorovou analýzu**. Jeho metodologie přináší cenné podklady pro **tvorbu osobnostních dotazníků**; je kritizována za to, že není moc použitelná při interpretaci dynamických procesů v lidském životě. RC snižuje úlohu klinického způsobu pozorování a intuice a upřednostňuje rigorózní výzkumné metody. Jeho přístup je **psychometrický**.

RC přistupuje k O popisně a základními prvky umožňujícími popis jsou **rysy - vlastnosti vyvozené z pozorovatelného chování příznačného pro danou osobu**; rys je **soubor odezev, který má v sobě cosi jednotícího**, co rysu dodává jeho zřetelnou identitu. Rysy jsou **hypotetické mentální struktury odvozené z chování, které osobu predisponují jednat shodně napříč rozmanitými okolnostmi a časem** - reflektují tedy stabilní a predikovatelnou charakteristiku osobnosti.

Klade **důraz na predikci** - jeho definice O zní: Osobnost je to, co nám umožňuje předpovědět, co daná osoba učiní v dané situaci.

$R = f(S, P)$ - specifická odpověď osoby je nespecifickou fcí situace (S) a struktury O (P).

třídění rysů

- **obecné, společné** rysy - abstrakce z konkrétního chování - zobecněné pojmy k popisu chování, které se vyskytuje u velkého Q lidí - extra-/introverze, submise, sebeúcta
- **jedinečné** rysy - sdíleny s jen malým množstvím lidí - např. zájem o vraždy malých dětí
- **povrchové** rysy (surface traits) - poznatelné pozorováním chování
 - např. neklid, nesoustředění, drbání se může dát dohromady rys neuroticismu - je tedy char. trsem zjevných elementů
- **pramenné** rysy (source traits) - zdroje, příčiny pozorovatelných vlastností chování; faktory určující konzistenci chování; našel jich 16 (seznam - Mikšík, 1998)
 - podle původu se dělí:
 - **konstituční** rysy - získány dědičností a bio a fyzilog. podmínkami existence (léky, ...)
 - rysy **utvářené prostředím** - formovány vlivy prostředí
 - základní modalitty:
 - schopnostní rysy - nakolik člověk dokáže dosahovat zvolených cílů (RC neúnavně navrhoval další třídění do podskupin ...)
 - temperamentové rysy - vrozené (konst.) nástroje O - citlivost, impulzivita, spontaneita, ...
 - dynamické rysy - motivační síly pobízející org. k činnosti - ambiciózní, usilující o moc, materiální vlastnictví, ...

Rysy lze dále dělit na rysové prvky - **pramenné rysy čili faktory**. Faktory se získávají **fakt. analýzou**, jsou to pram. rysy o urč. číselné hodnotě, která vyjadřuje jejich korelaci s jinými faktory.

Pro svoji analýzu zdrojových rysů musel RC získat velké Q povrchových proměnných - všechny možné situace, na něž lidé reagují. (Pracuje empiricky, neexperimentuje.) Tato sbírka vzorců chování se nazývá osobnostní sféra a info o ní sbíral následovně:

- **L-data** - údaje o životě
 - získávají se **ne** od zkoumané osoby, např. údaje ze školy, od soudu, o rozvodu, ...
- **Q-data** - dotazník
 - **sebeuposouzení** osoby v dotazníku (16PF), který obsahuje výroky o sobě
 - srovnává se s nezávislými L-daty a posuzuje se shoda
- **T-data** (OT-data - objective test) - objektivní testy

- vytvářejí se různé **životní situace** a pak se hodnotí jednání osoby; ty nevědí, co přesně se má hodnotit

Z Q a L-dat se získávají podobné faktorové struktury.

K faktorům získávaných zkouškou **16PF** patří inteligence, síla ego, dominance - sub., emociálnost - tvrdý realismus, napětí - uvolněnost aj. Každý rys má jinou sílu - jiný vliv na chování; v 16PF jsou řazeny sestupně podle svého významu (A až M a Q0 až Q4 - A má dimenze rezervovaný - vydávající; Q4 uvolněný - napjatý).

V chování se uplatňují dvě složky - **rysy jedince** a **znaky dané situace**; jednání pak lze vyjádřit matematicky pomocí znaků situací $s_1, s_2 \dots s_n$ a rysů $T_1, T_2 \dots T_n$ > odezva = $s_1T_1 + s_2T_2 + \dots$. Podobně jako beh. považuje RC **O za vyvozenou z chování**. Ačkoli mu jde o rysy a faktory především jako o determinanty budoucího chování, nevylučuje účinky vlivů prostředí. Sympaticky přiznává, že přesnost měření a predikce je omezená.

Dynamika O má zdroj v **dynamických rysech**, které jsou dvojí:

- **ergy** - konstituční, fyziolog. rysy - **primární potřeby, pudy**
 - sexualita, družnost, prosazení se, rodič. péče, ...
- sentimenty a postoje - rysy vztahované k prostředí
 - **sentimenty - intrapersonální, jsou to hodnoty** (vztahují se k věcem, kt. jedinec pokládá za důležité)
 - manželství, domov, náboženství, ...
 - **jáský sentiment** (sent. of self) je nejdůležitější - zahrnuje sebeuvědomění, sebehodnocení, touhu po sebevládě, uchování vlastní hodnoty, ...
 - **postoje - vnější projevy sentimentů a ergů** - tendence jednat v urč. situaci urč. způsobem

Dynamické jsou ve stálé dynamické interakci, která tvoří **dynamickou spleť**. Tato interakce, v níž jsou postoje vyjádřením sentimentů a sentimenty vyjádřením ergů, se nazývá **subsidiace**.

Např. postoje jedince k novému filmu, prezidentovu rozhodnutí a reformě zákona jsou subsidiární vůči jeho sentimentu ke své vlasti. Tento sentiment je pak výrazem (je subs. vůči) ergů ochrany, znechucení, sebeprosazení, bezpečí.

Intrapersonální konflikty vysvětluje RC v pojmech dyn. rysů.
(subsidiary - pomocný, podpůrný, vedlejší, podřízený, doplňkový, druhotný)

RC zkoumal také **podíl dědičnosti a prostředí** v utváření O rysů - k tomu užíval tzv. mnohostrannou abstraktní analýzu variace **MAVA**. Podíly u jednotliv. rysů varíují - u intel. a asertivity jsou konstituční vlivy významné, u G-faktoru (účelovost - zásadovost) minimální. **2/3 rysů - prostř., 1/3 děd.**

RC také zjistil, že **většina lid. chování je určena soc. skupinami**, a soudí, že tak, jak lze popsat jedince v termínech jeho rysů, lze popsat i soc. skupiny, s nimiž je spjatý. Syntalita - dimenze rysů pro obj. popis skupin; studoval různá náboženství, školní a vrstevnické sk. aj.

Vedle klasického a operantního podmiňování uznává RC ještě tzv. **integrační učení - harmonizovat chování, aby bylo dosaženo žádoucích cílů**.

Vývoj je výsledek zrání a učení v urč. prostředí. Sentimenty ego a superego získává dítě mezi 2. a 5. rokem; v dospívání usiluje o nezávislost a integraci své O. Zralost (25-55) let je dlouhým obdobím, v němž se toho podle RC děje nejméně. Inteligence se svým vrcholem kolem 20 let zvolna ubývá - úbytek ale nastává hlavně v oblasti přizpůsobivosti jedince, nikoli v dříve osvojených dovednostech. Na stáří se RC dívá pesimisticky; podle něho je to doba symbiózy laskavosti a agresivity; duševní nevyrovnanost přikládá RC zhoršování zdraví starého člověka.

Raymond B. Cattell:

empiricky podložená analýza a popis vlastností chování; důraz na predikci; psychometrie

faktorová analýza - 16PF

rysy = soubory odezev o jisté jednotnosti

faktory = pramenné rysy

L-, Q- a T-data

dynamické rysy - ergy (pudy) a sentimenty (hodnoty); postoje - vnější projevy

dynamika - subsidiace
MAVA - podíl děd. a prostř. v utváření rysů; soc. vlivy
integrační učení - harmonizace chování k dosahování cílů

Hans Jürgen Eysenck (*1916)

Narozen v Berlíně, matka herečka, otec zpěvák, rozvedli se, když HJE byly dva roky, dál u babičky. Kvůli nacismu do Francie, kde vystudoval P, za války v psychiatrické nemocnici léčil vojáky se stresovými reakcemi, vyučoval psychologii na řadě univerzit.

Někt. díla: Dimenze O (1982), Vědecké studium O (1952), Struktura lidské O (1965)

Stejně jako Cattell - úkolem P je predikce chov., klíčem je **faktorová analýza** - byl **empirik** > výzkum začíná hypotézou, která se potvrzuje (RC teoretik - nejdříve výzkum a vlastnosti se objeví). Klád **větší důraz na genetické vlivy**, které podle něj determinují rysy a typy primárně.

hierarchický model struktury O:

- nejvýše jsou tzv. **superryisy** neboli **typy**
 - např. extraverte, jsou **kontinuální**
 - mají **největší vliv na chov.**
- **jednotlivé rysy** - jsou zahrnuty v superrysech (sociabilita, živost, ...)
- **habituální odezvy (HR)**, které jsou odvozeny z množství
- **specifických odezev (SR)**

např. potřásání rukama, zdravení ostatních (SR) jsou habituální odezvy na pozdrav druhých; pokud koreluje s dalšími jako hovornost, společenskost > rys sociability > koreluje s aktivitou, asertivitou > superrys (typ) extraverte

nalezl dvě zákl. dimenze rysů:

- **extraverte - introverte**
- **neuroticismus (labilita) - stabilita**

> jsou ortogonální a statisticky nezávislé

> jejich kombinací vznikají 4 typy O (sang., chol., flegm., mel.) - většina lidí u středu

později koncipoval ještě jeden rys - **psychoticismus vs. síla ega**:

- vysoký skór psychot.: egocentrismus, impulzivita, necitlivost vůči druhým; obtížně vycházejí s druhými, dělají naschvály
- genetická predispozice stát se psychotickým
- také kontinuum; více u M

rozdíly v extra- introverzi:

- podle aktivace - **arousal** (EEG; spánek - panika)
- **introverti jsou vysoce vnímaví ke stimulaci, zatímco extraverzi jsou necitliví** - proto vyhledávají excitující situace

rozdíly v neurot. - stab.:

- souvisí s limb. systémem
- **vysoký neur. - rychlejší a trvalejší reakce**

∅ osoby s vysokou introverzí a neuroticismem - kandidáti na úzkostné poruchy - **fobie, obsese**, stres

∅ osoby s vys. extraverzí a neuroticismem - **psychopatcké** (antisoc.) poruchy

empiricky ověřené rozdíly mezi int. a ex:

- I - teorie, věda; E - práce s lidmi
- I - masturbace; E - více sex. partnerů
- I - vyšší stupeň VŠ vzděl., studium končí z psychiatrických důvodů; E - končí ze školských důvodů
- I - vyšší arousal ráno; E - večer
- ∅ zásadní rozdíl je v jejich citlivosti vůči stimulaci

- Corcoran 1964 - **test citrónové kapky** - 4 kapky na jazyk - introverti 2x více slin než ex. - fyziolog. rozdíl podle HJE

Hans J. Eysenck:

superrys-typ > jednotl. rys > habituální odezva > specifická odezva extra-/introverze, neuroticismus/stabilita, psychiticismus/síla ega arousal - introverti jsou více vnímaví vůči stimulaci faktorová analýza, důraz na genetické vlivy, empirik

BIG FIVE - lexikální přístup k O

Založen na předpokladu, že **nejvýzn. indiv. rozdíly jsou kódovány v přiroz. jazyce** v podobě jednotl. slov (Galton, Klages, Allport, Odbert) > jenže přiroz. jazyk má mnoho expresivních a hodnotících termínů, které jsou obtížně zachytitelné, aby měly vypovídací hodnotu.

Jedinec může být v přirozeném jazyce **popsán více způsoby** - stabilními rysy (zlostný), vnitřními stavy (vzteklý), aktivitami (řvoucí), svým vlivem na druhé (děsivý) a hodnocením společností (neakceptovatelný).

Úkolem bylo vymezit lexikonový index termínů, kt. vyjadřují **popis rysů O. Tupes a Christal** faktorovali Cattellův index a našli 5 faktorů (k nimž podle nich není co dodávat), které později **Goldberg** nazval jako **BIG FIVE: surgence, příjemnost, spolehlivost, em. stabilita, kulturnost.**

Ze slovníku se vyberou všechny termíny postihující chov. a prožívání jedince, **oddělí se rysové termíny** od termínů popis. postoje, emoce aj.; pomocí odpovědí respondentů se pak tyto odpovědi podrobí faktorové analýze (u nás M. Hřebíčková).

I. surgence (extraverze)

- povídavý, otevřený, ukvapený, sociabilní x mlčenlivý, rezervovaný, opatrný, uzavřený

II. příjemnost - agreeableness

- dobromyslný, důvěřivý, mírný, kooperativní x vznětlivý, nedůvěřivý, svéhlavý, negativistický

III. svědomitost - conscientiousness

- uspořádaný, zodpovědný, svědomitý, vytrvalý x nedbalý, nespolehlivý, nesevědomitý, nestálý

IV. emocionální stabilita - emotional stability

- vyrovnaný, soustředěný, klidný, nehypochondrický x nerv., úzkost., podrážděný, hypoch.

V. kulturnost

- kulturní, intelektuální, vyříbený, obrazotvorný x nekulturní, neuvážlivý, hrubý, jednoduchý

Kurt Lewin (1890-1947)

• teorie pole, topologická psychologie, dynamická teorie O

Pocházel z malého německého města na území dnešního Polska; rodina se pak přestěhovala do Berlína, kde Lewin absolvoval studium psychologie. Tam po službě v armádě působil spolu s Köhlerem a Wertheimerem. V roce 1932 přijel hostovat na Standfordovu univerzitu a o rok později se v USA usídlil trvale; nejdelší období tam strávil na univerzitě v Iowě. Pak působil na Massachusettském technologickém institutu MIT, kde aplikoval svoji teorii pole na sociální činnost. Předčasně úmrtí na infarkt ukončilo jeho práci po dvou letech. Paradoxem je, že ačkoliv Lewin formuloval svoji teorii původně k vysvětlení chování jednotlivce, nejvíce ovlivnil oblast skupinové dynamiky. Podle Allporta byl jedním z nejoriginálnějších psychologů 20. století.

Některá díla: Dynamická teorie osobnosti (1935), Teorie pole ve společenských vědách (1951), Principy topologické psychologie (1936), Řešení sociálních konfliktů: Vybrané spisy o skupinové dynamice (1948), Pojmové reprezentace a měření psychologických sil (1938)

KL byl vůdčí postavou celostní P - Gestaltpsychologie. Obraz světa - Gestalt - nevzniká syntézou prvků, ale naráz; obraz se vytváří v daný okamžik - ad hoc; minulá zkušenost nehraje roli, vzniká cestou vhledu.

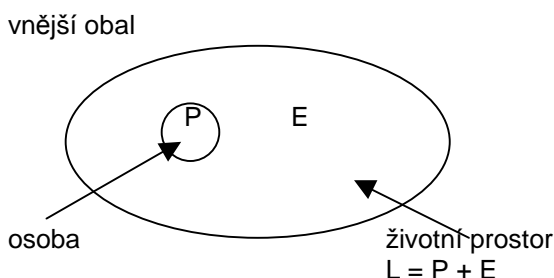
Lewinova teorie má topologickou povahu - její pojmy jsou vyjádřeny v prostorových výrazech; topologie je založena **na vztazích celku a částí**, resp. na pojmech vyjadřujících "zahrnutí v". Topologické pojmy jsou ve své podstatě matematické, ale podle KL nemůže statistika vysvětlit dynamiku O a její situaci v její konkrétní jedinečnosti. Pomocí topolog. dimenzí vysvětluje KL **závislost osoby a okolí** - spojitost intrapersonálních dějů a dějů venku.

Vývoj O probíhá v procesu diferenciaci (převzato od gestaltP) - členění celostního jevu do částí (jsme-li poprvé v nějakém městě, vnímáme ho jako celek; jak se seznamujeme s jeho částmi a předměstími, ulicemi, tvoříme si diferencovanou představu, kt. je podrobnější a přesnější).

struktura osobnosti

- kruh je **osoba - person P**
- eliptické pole - **P okolí - enviroment E**
- dohromady tvoří **životní prostor - life space L**
- mimo L je **vnější obal**, který obsahuje skutečnosti, jichž si osoba není vědoma, a tak na její chování nemají přímý vliv (např. neví, že se projednává zákon o daních; je-li přijat, platí vyšší daně a vliv už tu je)
- **$L = P + E$**

topologická struktura osobnosti:



- životní prostor obsahuje P skutečnosti, kt. určují chování osoby:

$$B = f(L), \text{ resp. } B = f(P+E)$$

> chování je fci živ. prostoru, resp. osoby a okolí

psychologické okolí

- veškerá skutečnost dostupná osobě (P) v daném čase
- podle KL principu současnosti probíhají **všechny P pochody v L v přítomnosti**, vč. minulých zkušeností a plánů do bud.
- obsahuje oblasti, které mají **hranice** o různé pružnosti a propustnosti
 - každé oblast obsahuje nějakou P skutečnost (osoba, věc, myšlenka), která v danou chvíli ovlivňuje chování P
 - každá P skutečnost má pro (P) různou hodnotu, význam; matematicky vyjádřen jako **valence**
 - druh (+ -) a síla valence objektu nebo události závisí na **aktuálním stavu potřeb** daného jedince; **valence a potřeby jsou tedy souvztažné**
 - KL pro vyjádření valence neuzívá čísel
 - např. X nechodí rád do kina, takže skutečnost "filmy" má lehce zápornou valenci; ale X může dát výrazně kladnou valenci konkrétního filmu, protože výborně ukázal Lincolnuv život - tady spolu komunikují tři oblasti L - první obsahuje osobu, která film doporučila, druhá filmy a třetí zájem o Lincolna
 - vzájemná komunikace oblastí - událost

osoba

- je diferencovaným **středem živ. prostoru**
- **vjemově pohybová oblast** - příchod info do vnitřní oblasti osoby a odchod info ven - vjemově pohyb. oblast má tedy komunikační úlohu ve vztahu osoba - okolí

- **vnitřní oblast osoby**
 - obsahuje P a soc. potřeby spolu s kom. a percepčními schopnostmi
 - buňky **centrální a periferní** - jejich obsahy podle významu (povrchní hněv - hluboký vztek); uspořádání se mění podle aktuálního stavu

Dynamika živ. prostoru

Vnitřní struktura osoby tenduje k rovnováze; tento stav je často narušován **tenzemi** - tenzi způsobuje **jakákoli potřeba**, jejím uspokojením tenze odeznívá.

Každá oblast P okolí má pro jedince význam, který je vyjádřen jako pozitivní nebo negativní valence, které jedince přitahují, resp. odpuzují.

Je-li přitažlivost velká, vyvolává v P okolí sílu, kt. je znázorněna vektorem - udává **intenzitu a směr** působení. **Vektor** osobu tlačí ve směru nějaké P skutečnosti. Pohyb k danému cíli nazývá KL **lokomocí** - může být skutečná nebo imaginární (plánování).

Vývoj O probíhá v procesech **diferenciace a integrace** - jak jedinec vyžívá, **člení se osoba a okolí do stále více oblastí** až k tzv. optimální úrovni diferenciace. Vzdůstá počet zájmů a záměrů. Aby v nich byl pořádek, nastupuje proti dif. **organizovanost**. Konečným krokem ke zralosti je proces **integrace** - urč. buňky dosáhnou vyšších tenzí a tím ovládají jiné - integrace je vlastně **hierarchií tenzí**, která se vytvořila mezi subsystémy osoby.

Regrese je podle KL situace, kdy se jedinec **vzdává překonání zábrany na cestě k cíli a volí cíl na nižší úrovni**, než kam původně směřoval.

Kurt Lewin:

vztahy celku a části - závislost osoby a okolí
 životní prostor $L = \text{osoba } P + \text{psychologické okolí } E$; kolem vnější obal
 chování je fcí životního prostoru, resp. osoby a okolí
 každá P skutečnost v E má nějakou valenci (+-) - závisí na aktuálním stavu potřeb
 osoba má vjemově pohybovou a vnitřní oblast (v ní buňky periferní a centrální)
 rovnováha vnitřní potřeby narušována tenzemi, kt. jsou způsobovány potřebami
 osoba je k určitému cíli tlačena vektorem - udává směr a sílu lokomoce
 vývoj - diferenciace, organizovanost, integrace
 regrese - volba méně náročného cíle po neúspěchu v předchozím - vyšším

Dmitrij Nikolajevič Uznadze (1887-1950)

• teorie ustanovky

Pocházel z Gruzie, P vystudoval v Lispsku; 1915 založil se svou ženou v Gruzii první ženskou střední školu; spoluzakl. Gr. univerzity - katedra P a laboratoř exp. P; ředitelem Gr. akademie věd.

Zaměřenost - p obsah <> aktualizované potřeby a situace, v níž se tato uspokojuje; ustanovka (zaměřenost) je faktor, který determinuje aktivitu O:

prostředí > subjekt (ustanovka) > chování

Prostředí nevyvolává chování přímo, ale působí na subjekt a **mění jej vyvoláním ustanovky - zaměřenosti na urč. chování**; akty chov. jsou bezprostředně podmíněny subjektem, jeho ustanovkou.

Norakidze - není možná org. p bez organizátora; přizpůsobení se bez toho, kdo se přizpůsobuje; naučení se bez změny O.

chování na základě ustanovky vzniká na dvou rovinách:

1. ustan. vzniká na zákl. aktuální potřeby a reál. situace > impulzivní chov. (i zvířata)
 2. čl. vypracuje ustanovku na úrovni objektivizace; podmíněno myšlením a vůlí
- tyto dvě úrovně se stále střídají

fixovaná ustanovka - ust., upevněná opakováním a subj. významností
 dispoziční u. - u. mající vysokou subj. hodnotu; určují svéráz, osobitost

Gordon W. Allport (1897-1967)

- **systematický eklecticismus**

Narodil se ve státě Indiana jako nejmłodší ze 4 dětí; otec lékař; na zákl. a do stf. školy už v Clevelandu; rodiče zdůrazňovali hodnotu vzdělání. Trpěl soc. izolovaností, byl dobrý ve slovech a ubohý ve sportu. Na Harvardu absolvoval ekonomii a filozofii, pak učil v Istanbulu; cestou zpět se zastavil u Freuda ve Vídni, ale PA zatím nestudoval. Na Harvardu pak získal doktorát z psychologie; oženil se; chvíli studoval v Německu a Anglii. V Evropě na něj zapůsobila tvarová P a důraz na osobní individualitu; v USA se pak cítil mimo. Vyučoval na Harvardu - vedl tam historicky první kurs o teoriích osobnosti v USA; označován jako "děkan amerického studia osobnosti". Byl váženým učitelem a badatelem, který přispěl ke studiu osobnosti, soc. P a etiky, spoluautor široce užívaných O testů. Zemřel na rakovinu dva roky po odchodu do důchodu. Některá díla: Osobnost: Psychologická interpretace (1937), Povaha předsudku (1954), Pattern and growth in personality (1961), Osobnost a společenský střet (setkání) (1960)

GA usiloval o vědeckou objektivitu, zajímal se o **společenské problémy**, zkoumal **předsudky**. Byl **humanista**, přátelil se s Rogersem, Lewinem a Gardnerem Murphym (první "bratrance jeho myšlení"). **Eklecticismus** pojímal jako výběr a sjednocení pravdivého z více teorií; jako **kavčí ekl.** označoval formu, která hromadí vzájemně nesouvisející myšlenky, jako **systematický ekl.** pak takovou formu, která z různých příspěvků tvoří jednotnou, integrovanou strukturu. Byl ovlivněn gestaltP, PA, Lewinovou teorií pole, rysovou teorií a beh.

Allportův eklecticismus - u Freuda je ústředním tématem princip slasti, u Adlera usilování o nadřazenost; Dollard a Miller mají za základní proces sled podnět-odezva, Skinner operantní podmiňování; Allportova teorie takový jednotící činitel postrádá - GA vybral urč. myšlenky a stavěl vedle sebe často opačné přístupy, mezi nimiž hledal střední cestu.

GA byl přesvědčen, že každá teorie je založena na filozofickém vztažném rámci - PA spočívá na fyzikalismu a naturalismu, personalistický postoj je spjat s idealismem, protestantskou teologií, ...

Usiloval o **poznání lidského chování a úctu k jedinci** - modely člověk-stroj neodmítal, ale nechtěl je zdůrazňovat více, než přístup empiricko-humanistický. Upřednostňoval **idiografický** přístup ke studiu O, avšak svoji teorii vyvažoval (všeobecně převládajícím) přístupem nomotetickým. **Dispoziční přístup** k O předpokládá, že nejsou dva lidé stejní; **každý jedná konzistentním a přítom odlišným způsobem, než jiný.**

Analyzoval přes 50 definic O. Odmítal O jako vyvozenou z chování: "**Osobnost je něco a dělá něco**". O je **dynamická**, nikoli statická, je třeba jí vnímat v **neustálém stávání se**; rozvíjí se po celý život a svou povahou je **psychofyzická** (= společné fungování těla a mysli). O obsahuje **determinující tendence**, které při podnětu odstartují akce, prozrazující pravou povahu jedince. Vše, co jedinec činí, označuje GA jako **charakteristické chování a myšlení**. "O je dynamická organizace těch psychofyz. systémů v jedinci, které determinují jeho char. chování a myšlení." Toto jeho pojetí spadá do koncepcí **humanistické psychologie**, k níž se v 50. letech přihlásil.

Stejně jako Fromm i GA rozlišuje **temperament jako surovinu a charakter jako zhodnocenou osobnost** (etický pojem) coby dvě stránky O (nikoli zvláštní oblasti v O). Existencialismus hlásá absolutní svobodu, determinismus naprostou nesvobodu - GA jde prostředkem - **člověk může utvářet svůj život, ale jen omezeně** - omez. - fyziolog. potřeby, dřívější zkušenosti a aktuálně působící vlivy prostředí. Existencialismem postulovanou **hnací sílu k růstu** a naplňování smyslu, touhu po individuaci a autonomii uznává.

Rys - struktura, jež činí stimuly významově konzistentními - funkčně ekvivalentními - plachý člověk - v kavárně, na plese, ve třídě je tichý, rezervovaný; naopak v základu přátelský člověk je hovorný a srdečný. Podstatou rysové teorie je to, že rovnocennost podnětů a odpovědí je sjednocena a zprostředkována rysem. **Rysy jsou zapuštěny do soc. situací** - lidé vyhledávají takovou společnost, která jim umožňuje vyjadřovat a uplatnit své rysy. **Rysy a situace jsou funkčně závislé** a ve vzájemné interakci determinují, k jaké reakci dojde.

Krátce před smrtí GA vymezil charakteristiky, tzv. "**rysy rysů**":

- jsou reálnou **součástí O**
- jsou **obecnější než zvyky** (zvyk česat se, čistit zuby, sprchovat - rys čistotnosti)
- **dynamické**, nespí a nečekají, ale motivují k chování
- lze je empiricky zjistit - **odvodit z pozorování** odpovědí jedince

- jednotlivé rysy **nejsou od sebe odděleny** - jejich hranice se trochu překrývají
- není synonymem morálního nebo soc. názoru - proto je označovat **neutrálními pojmy**
- rys lze studovat z hlediska O i jeho distribuce v rámci celé populace
- **ne všechny aktivity jedince ukazují na rys** - někdy chováním spíše než rys hýbe soc. situace

Obecné rysy - jejich pomocí lze lidi porovnávat mezi sebou; individuální dispozice - "**skutečné**" **rysy** char. danou osobnost - **oba jsou agresivní (obecný), ale každý jinak (indiv.)**. Protože GA usiloval o idiografický přístup, odmítá hledat společné rysy. Zavedl pojem **osobnostní dispozice**:

- **kardinální dispozice** - taková, která se velmi **výrazně uplatňuje** v životě jedince, její vliv lze nalézt v každém činu; **nemá každý**
- **centrální dispozice** - má každý; **nápadné, soudržné**; podle GA jsou to ty vlastnosti, které se nejčastěji uvádějí v nějakém **doporučujícím dopise** (odpovědný, přímý, ...), je jich **5-10** (Wells uvedl u sebe jen 2 - soc. řád a sex)
- **sekundární dispozice** - taky má každý; **méně významné a méně soudržné**; doplněk centrálních dispozic tam, kde to situace připouští (preferenze jídla, specifické postoje determinované situací - X nejedná nikdy submisivně kromě sit., kdy ho zastaví policista a chce ho pokutovat)

Proprium (lat. svůj vlastní): Já, **ego jsou funkcemi propria**, proprium má vysvětlit rozvíjející se zážitek "já" jedince a procesy vývoje O. Je to **pozitivní, kreativní, o vývoj usilující a vpřed se pohybující lidská podstata**, součást subjektivního zážitku (jáství - selfhood). Vývoj popsal GA v osmi fázích propria:

1. tělesné já - the sense of one's body

- počítky a pocity, které mají původ v org. (svalové a viscerální reakce)
- prostř. pocitu těla poznává kojeneček první stránku jáství - hlavně zrakem, který nejvíce pomáhá **odlišení "moje tělo" a okolí** (pokus se slinami - spolknout x vypít ze skleničky - co nám dříve připadá "naše" a přirozené, stává se nechutným a cizím)
- tělesné já je kotvou pro sebeuvědomění v celém průběhu života; většina lidí si to ale neuvědomuje, dokud nepřijde nemoc nebo bolest

2. identita já - self-identity

- závisí na **kontinuitě v čase** - např. na pamatování si myšlenek z předchozího týdne a vědomí, že patří téže osobě
- důležitým zakotvením je přechod dítěte na své **vlastní jméno** - uvědomuje si, že je touže osobou navzdory změnám ve vývoji
- dítě se snadno vzdává identity ve hře a pak se zlobí, když jej ostatní nechtějí uznat medvědem nebo letadlem

3. sebeuplatnění - self-enhancement

- podle GA je to nejnápadnější vlastnost propria (u Drapely; podle Mikšíka je nejnápadnější předchozí vlastnost); **sebeláska** může mít přední místo v povaze člověka, aniž by musela vládnout
- Mikšík - sebeúcta - self-esteem
- 2-3 roky, zkoumání okolí, **hrdost** na svůj výkon, autonomie, špatně snáší **zahanbení**

4. rozrůstání já - self-extension

- identifikací s jiným člověkem, skupinou nebo posláním se jedinec **zvětšuje rozsah své sebe-angažovanosti**; ang. v abstraktních ideálech je později znakem zralé O
- 4-6 let - dítě se vymezuje vůči druhým a zároveň se s nimi identifikuje (máma, táta, sestra, pes "patří k němu"); učí se významu pojmu "**můj**" a všechno "moje" je chráněno před okolím, zejména před jinými dětmi

5. racionální řešení - rational coping

- stránka propria, označující zdroj uvažování a zvládání problémů v jedinci
- 6-12 let; **uvědomování si vlastního uvažování, počátky introspekce**

6. sebeobraz - self-image

- obsahuje **reálné já** - jak se člověk vnímá - a **ideální já** - kým by se rád stal

- 5-6 let (Mikšík dává před ráci); dítě zná očekávání okolí, začíná **rozlišovat dobré-špatné**
- dítě zakouší hrubost a posměch od spolužáků, vrstevníci s ním zacházejí jinak, než rodiče, a dítě chce do jejich skupiny zapadnout; nevěří dosud svému hodnocení a je **velmi konformní**

7. snažení plynoucí z já - **propriate striving**

- tato stránka propria má vztah k motivaci - dosavadní snažení nevedlo ke sjednocení osobnosti, nyní se tak stává - **plánování zájmů, řešení problémů** aj.
- Mikšík - adolescence, **volba kariéry a cílů**
- podobné, jako u Eriksona objev identity já - s přibývajícím zralostí si člověk utváří **jednotné cílové zaměření, vyvíjí pravé snažení**; předtím se jeho snažení týkalo jeho vlastního já jen okrajově

8. poznávající já - **the self as knower**

- vzniká jako konečný a nevyhnutelný postulát - já je **konečnou instancí poznávání a řízení**
- vznik sebeuvědomění, hodnotové orientace a živ. filozofie, schopnost být k sobě objektivní
- **vhled a humor** - vhléd je shoda mezi tím, jak se člověk vnímá sám a tím, jak ho vnímají druhí; humor pak "schopnost člověka smát se věcem, které miluje (vč. sebe), a přitom je stále milovat"
- Mikšík - konečným stadiem propria je **sjednocená lidská schopnost sebepoznání a sebeuvědomění**

Motivace probíhá vždy v přítomnosti, ale chování, které v minulosti plnilo jistý účel, může přetrvávat a přitom je již zbytečné. GA pojem **funkční autonomie** - má negativní i pozitivní význam:

- **perseverující funkční autonomie**
 - **nesmyslná rutina**, např. závislost na společenských zvyklostech, návyk na drogy
 - mechanické chování bez vlastní hodnoty - mexičtí rolníci - pokřžovat a políbit si ruku - ale oni nevědí, proč si líbat ruku (kdysi misionáři - měli si udělat křížek překřížením palce a ukazováku a ten políbit > duchovní prospěch, ale dnes tohle nevědí)
- **z já vycházející (propriate) funkční aut.**
 - **minulému chování je dán nový význam**
 - podání rukou - dříve gesto, že nejsem ozbrojen, nyní vřelý projev přátelství

Pro pochopení a popis zralé osobnosti GA zdůrazňuje **význam sjednocené filozofie života** > hodnoty jako základní přesvědčení o tom, co je a není v životě důležité. Použil **koncept Eduarda Sprangera** - typy hodnot (1922). Zatímco Spranger je koncipoval jako typy lidí, GA je bere jako **základní hodnotové směřování člověka**; u každého jsou zastoupeny v jiném poměru:

- **teoretický**
 - GA - osoba zaměřena na **hledání pravdy, racionální, kritický, empirický** přístup k životu, **intelektuální; věda, filozofie**
 - Spranger - hodnota - **poznávání**, cíl - **poznání pravdy**, char. - individualista, teoretik, abstrakce, poznávání neosobní, neprožitkové
- **ekonomický**
 - GA - hodnotu má vše **pragmatické a užitečné; praktičnost, vydělávat peníze**
 - ES - hodnota - **užitečnost**, cíl - **obhajoba vlastní existence**, char. - hledá užitečnou hodnotu, prospěch, vše jako prostředek udržení vl. existence, hodnoty vidí ve vnějším efektu, požitku, blahobytu
- **estetický**
 - GA - hodnotou je **tvar, harmonie, měřítkem krása, dokonalost**; každá individuální impresie potěší sama o sobě
 - ES - hodnota - **krása**, cíl - **hledání harmonie**, char. - citově zal., procítuje, prožívá po svém, často odtržený od reality
- **sociální**
 - GA - hodnotou a jedinou vhodnou formou mezilid. vztahů je **láska**; teoretické, ekon. a estet. postoje vidí jako chladné a nehumánní

- ES - hodnota - **láska**, cíl - **konání dobra**, char. - zaměřen na lidi, vždy ochoten pomoci, empatický, v jeho soc. vztazích dominuje sympatie a antipatie, láska a nenávisť
- **politický**
 - GA - zájem o **moc, vliv a vůdcovství**
 - ES - hodnota - **moc**, cíl - **ovládání druhých**, char. - úsilí o moc, ovládání druhých, dominance; má rád, když jsou na něm ostatní závislí, nesnáší konkurenci, sebezduřazňování
- **náboženský**
 - GA - porozumět světu jako **sjednocenému celku**, jednotu a vyšší význam hledá v kosmu
 - ES - hodnota - **jednota**, cíl - **překračování a překonávání sebe sama**, char. - lhostejný k mater. hodnotám, zaměřen na vyšší cíle, utváření nejvyšších hodnot a pojetí smyslu života

GA pojímá **osobní zralost** jako **výsledek kontinuálního životního procesu stávání se**. Zdravá osoba - **funkčně autonomní a motivována vědomými procesy**; nezdravá - neurotická - osoba - chování ovládáno nevěd. zážitky pramenícími z dětských zážitků.

Atributy psychologicky zralého dospělého člověka:

- široké vědomí já; **aktivní**, autentická účast ego na aktivitách; **přiměřená sebeláska**
- schopnost **vroucích soc. interakcí**
- důvěrnost - **intimita** - hluboká láska nezatížená přivlastňováním nebo žárlivostí
- tolerance rozdílů (soucit), **respekt a uznání** druhým
- **jistota a sebedůvěra**, schopnost snášet vlastní nedostatky a frustrace
- vnímání **reálného stavu** věcí (ne podle vlastních přání), úsilí o relevantní a reálné cíle
- **náhled na sebe a humor**; umí se smát objektům lásky vč. sebe a přitom je stále chovat v lásce
- **sjednocená životní filozofie**; umět spojovat názory, mít **konzistentní systém hodnot**

Gordon W. Allport:

humanista, eklektik, idiografický - **dispoziční přístup**
 O je něco a dělá něco; je dynamická; produktem determ. tendencí je char. myšlení a chov.
 temperament + charakter; svoboda ano, ale omezená
 rysy sjednocují S a R; rys a situace jsou funkčně závislé
 rysy rysů; obecné rysy; "skutečné" rysy
 osobnostní dispozice - kardinální, centrální, sekundární
 proprium - lidská podstata; vývoj v 8 stupních; > konečná instance - poznávající já
 funkční autonomie
 Sprangerovy typy hodnot > teoretický, soc., ekon., estet., nábož., politický
 osobní zralost - výsledek stávání se; funkční autonomie, vědomá motivace

Fenomenologie a existencialismus

- **existencialismus - filozofické hnutí**, o které se opírá řada teorií O
- **fenomenologie - psychologický systém**, zřetelný původ ve filozofii (filozofie - základní lidské otázky - existence, bytí, poznání, vůle, etika, hodnoty, ...; psychologie - prožívání a chování)
- filozofie zkoumá problematiku na hlubší, obecnější úrovni, než P - proto jsou všechny teorie O založeny na urč. fil. předpokladech

existenciální filozofie

- první polovina 19. st., uznávána až po 1. sv. válce v Evropě a po druhé v USA
- zal. náboženský myslitel **Søren Kierkegaard** (1813-1855)
 - každý si může **svobodně volit svou pravdu** podle své subjektivní víry, ne podle náboženské instituce

- rozlišoval estetickou, etickou a náboženskou sféru, v nichž se člověk může svobodně rozhodovat
- kritizoval náboženské instituce, předběhl dobu - nepřijímán, vysmíván
- dnes je existencialismus k víře neutrální
- někteří představitelé věřící (**Paul Tillich, Rudolf Bultman, Martin Buber**) - ale svou víru vnímají jako vlastní volbu a ne jako reakci na přesvědčivé teologické argumenty
- jiní ateisté nebo agnostici (**Karl Jaspers, Martin Heidegger, Jean-Paul Sartre, Albert Camus**)
- není systémem (ten spoutává), ale filozofickým hnutím
- odmítá fil. kategorie podstaty (CO je) a existence (ŽE to je) > **existence je jedinou realitou člověka**, člověk ji nevládní, nýbrž **JE svou vlastní existencí**
- vnitřní názorová rozmanitost, avšak společné body:
 - každý člověk je ve světě - vlastnost zvaná **Dasein** (bytí zde, pobyt); má se ponořit do existence, ne ji pouze pozorovat
 - každý chce a má **svobodu tvořit svůj způsob života**, aby byl **jedinečný a opravdový** (má svobodu volby - MŮŽE)
 - svoboda nese **osamocenenost** - bližní mohou přispět radou, ale já **rozhoduji sám**, zda a jak jeho rady využiju
 - prožitek osamocenenosti je spojen s **odpovědností** - **každé, i to nejsoukromější rozhodnutí, činíme "pro svět"** - opravdovými rozhodnutí tvoříme eticky zdravou atmosféru a rozvíjíme sami sebe
 - lidská existence je ve světě otevřeném náhodnosti **křehká**; křehkost vyplývá ze samého bytí člověka; uvědomění si to = **existenciální úzkost**
 - radost ve **sdílení, naplnění** v opravdových vztazích; Buber - vztahy **Já-Ty** > mezi stejně důstojnými subjekty > sdílení
 - oboustranně degradující vztahy - **Já-ono** > k druhému přistupujeme jako **k objektu**, manipulativně
 - ve světě, v němž jsou lidé za funkční jednotky, je těžké žít opravdově

existencialismus a fenomenologie:

existencialismus - fil.(hnutí, ne systém); fenomenologie - psy.
pol. 19. stol. Sören Kierkegaard - každý svobodně volí svoji pravdu
Tillich, Bultman, Buber, Jaspers, Heidegger, Sartre, Camus
člověk JE svojí vlastní existencí
Dasein - bytí ve světě
každý má svobodu volby, může tvořit svůj život
svoboda > osamocenenost > odpovědnost (rozhodnutí činíme pro svět)
křehkost existence > existenciální úzkost
sdílení, naplnění ve vztazích
Buber - vztah Já-Ty (sdílení) x Já-ono (druhý je objekt, manipulaci)

Edmund Husserl (1848-1938)

Narodil se v Prostějově, bavila ho matematika a přírodní vědy; matematiku vystudoval ve Vídni, ale později se pod vlivem Franze Brentana přeorientoval na filozofii. Posledních 13 let působil na Freiburské univerzitě ve Schwarzwaldu. Hodně psal - 47 tis. stran tésnopisem a 12 tis. strojopisně; po jeho smrti vyšlo jeho dílo ve více než 20 svazcích.

Základní otázka - **jak souvisí objektivní skutečnost s myšlenkovým světem člověka?**

Podle EH **můžeme vnímat veškerou skutečnost** v našem okolí, vnímáme na základě subjektivní intuice a zaměření. Věci "mimo nás" prožíváme jako **fenomény** - jevy, které nám ukazují podstatu každé vnímané věci. Abychom pochopili plný význam jevů, musíme **zkoumat vědomí pozorovatele. Mezi jevy, činy a "já" pozorovatele existuje souvislost.**

Husserlova teorie poznání je **založena na intuici se značnou dávkou subjektivity.**

Edmund Husserl:

můžeme vnímat vše
věci mimo nás - fenomény
jevy, činy a já spolu souvisí

Tvarová psychologie (gestaltismus, Gestalt psychologie)

- Německo, druhá pol. 19.st. - **Wolfgang Köhler** a **Kurt Koffka**
- ovlivněna existencialismem
- **diferenciace** - vydělování tvaru (gestaltu) od pozadí > stále diferencujeme, i když si to ne vždy neuvědomujeme
- **jakýkoli předmět, který vydělíme z vnímané sestavy, se stává tvarem; ostatní pozadím**
- **diferenciace vede ke vnímání, vnímání vede k chování**
- na taneční zábavě - hoch jde do sálu, vzadu skupina dívek, všimne si vysoké černovlásky (diferencuje ji ze skupiny), uvědomuje si ji (vnímání) a požádá ji o tanec (chování)
- **rozhodnutí jsou svobodná**, protože **na úrovni diferenciace máme svobodu volby** - můžeme zvolit jakýkoli dostupný objekt; po vydělení objektu tento pozdvihujeme na úroveň tvaru > je vnímán > odezva v chování (váza - vnímáme jako celek; vydělíme čáry po stranách > dva obličej = tvar; váza = pozadí)

gestaltpsychologie:

**neustálá diferenciace > vnímání > chování
na úrovni diferenciace máme svobodu volby**

Donald Snygg (1904-1967), Arthur W. Combs (*1912)

- **fenomenologický přístup k osobnosti**

V polovině 20. st. navrhli Američané Donald Snygg (1904-1967) a Arthur W. Combs (*1912) fenomenologický přístup k osobnosti. Doposud se totiž fenomenologičtí psychologové zajímali o vnímání, učení, paměť a myšlení; o osobnost nikoliv - tohle zaplnili Snygg a Combs.

Vjemové pole - phenomenal self

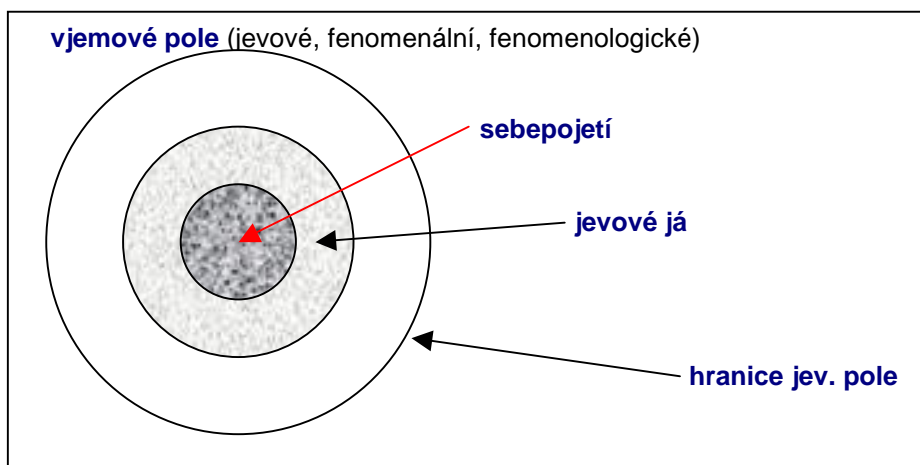
- fenomenologie **pohlíží na O ze vztažného rámce vnímání**
- chování studuje **z hlediska chovající se osoby** (nikoli z hled. vnějšího pozorování)
- proto zkoumá vjemové - fenomenologické - pole jedince > zahrnuje **vše, co a jak jedinec v daném momentě vnímá**
- je svou povahou **subjektivní**
- jevy, ač někdy nepřesné, se dotýcnému jeví jako **reálné** a jedná podle nich (větev laskavce x balvan na silnici)
- vnitřní oblast vjemového pole - tzv. vnímané - jevové já

jevové já

- způsob, **jak se člověk vnímá v urč. situaci** (roli; zaměstnanec, rodič, řidič, ...)
- **mění se podle situace**, ale není pouhým souhrnem izolovaných dojmů, nýbrž **uspořádanou soustavou - útvarem**, která všechny dojmy zahrnuje
- jeho jádrem je sebepojetí - self-concept

sebepojetí

- kolem něj je uspořádán zbytek vjemového pole
- zůstává **relativně stálé** (narozdíl od jevového já)
- slouží jako **zachycení**, jímž si jedinec symbolizuje a zjednodušuje svoji velkou složitost
- ovlivňuje zdraví - **pozitivní sebepojetí** = zdraví; **negativní** = maladaptace, D, sociopatie



proměnlivost vjemového pole

- **procesem diferenciacce vznikají nové vjemy**, kt. vstupují do fen. pole
- vjemy **povrchnější povahy zůstávají na periferii** fen. pole; **důležité vjemy vstupují dovnitř** - některé až k jevovému já
- periferní vjemy ovliv. chov. málo, hluboko pronikající chování determinují
- postupné **změny** v hodnotách a zájmech osoby jsou vysvětlovány **začleňováním nových a rušením starých vjemů** > jevové já a sebepojetí jsou odolnější, ale ne zcela imunní proti změnám

zrání a adekvátnost

- měnlivost vjemového pole je základem vývoje
- základní lidská **potřeba adekvátnosti** - motivační síla, díky níž člověk **usiluje o zralost**
- adekvátní já - uspořádané, vyvíjející se, úspěšně se vyrovnávající s nároky života
 - **pozitivní obraz o sobě** - vzdor vědomí vlastních nedostatků se tito lidé vnímají jako důstojní a hodnotní
 - **přijetí sebe a druhých** - pozitivní sebeobraz vede k sebepřijetí; dále přijetí všech zážitků, které se objeví v jejich vjemovém poli; díky přijetí dokáží sobě i druhým **odpouštět**, protože **nedokonalost a selhávání** berou jako přirozené součásti lidské povahy
 - **uvolněná otevřenost životu** - **vývoj, růst**, nikoli strnulost; vjemové pole je současně soudržné i proměnlivé
- adekvátní jedinec je dobře přizpůsobený, ale nikoli konformní; konvencím se nepodřizuje a nestará se o mínění lidí kolem

emoční problémy

- vyplývají z **rozpadu procesů diferenciacce, vnímání a sebepřijetí**; narušena je schopnost vnímat a přetvářet jevové pole
- základní **pocit inadekvátnosti**
- neurotici - narušená perspektiva; její zkreslení je úměrné vlastnímu pocitu provinilosti a bezcennosti; negativní sebeobraz

Donald Snygg a Arthur W. Combs:

chování studují z hlediska chovající se osoby a ve vztažném rámci vnímání
 vjemové pole - vše, co jedinec vnímá; subjektivní
 uvnitř - jevové já - jak se jedinec v urč. situaci vnímá
 jádro - sebepojetí - stálé, slouží jako zachycení, základna; kladné = zdraví
 v procesu diferenciacce - nové vjemy do jev. pole - povrchní a hluboko vstupující > změny
 motivační síla - potřeba adekvátnosti, úsilí o zralost
 adekvátní já - pozitivní sebeobraz, přijetí sebe i druhých, otevřenost životu
 emoční problémy - narušení procesů diferenciacce, vnímání, sebepřijetí

Carl Ransom Rogers (1902-1987)

- **teorie já, fenomenologická teorie O, self teorie**

Narodil se v Illinois bohatým a nábožensky konzervativním rodičům, kteří měli minimum sousedských kontaktů a svým šesti dětem vštěpovali spartánský životní styl spolu s protestantskou pracovní etikou. Mladý CRR (v pořadí 4. dítě) pomáhal otci na statku a nemohl vést život typický pro jeho věk. Před 20. rokem onemocněl žaludečním vředem; s následky nesprávné dg. se pak potýkal celý život. Studoval na Wisconsinské univerzitě, kde byl spokojený; v Číně se zúčastnil kongresu křesťanských studentů a seznámil se tam se svou budoucí manželkou Helen Elliotovou. V USA pak studoval teologii a získal doktorát z psychologie. Pracoval jako klinický psycholog na dětské poradenské klinice, pak učil na několika univerzitách. Celý život kombinoval klinickou praxi s výzkumem. Na protest proti vylučování dohodnutého počtu studentů psychologie se vzdal profesorského místa na Wisconsinské univerzitě; od 1964 v Kalifornii, pak v Center for the study of the person, které sám založil.

Některá díla: On becoming a person (1961), Terapie zaměřená na klienta (1951), Freedom to learn for 80's (1983), Carl Rogers on personal power (1977), Způsob bytí

Ovlivnil pomáhající profese, když vedle PA a beh. navrhl nový přístup – zaměřený **na klienta, resp. na člověka**. Středem jeho teorie O je já - self, zdůrazňující jednotu a jedinečnost každého člověka. Přihlásil se k fenomenologii a existencialismu (zejm. svoboda volby a autentické lidské vztahy). Prohlásil, že vše, co ví o osobnosti, se naučil od svých klientů > **nespoléhal na dg. nástroje, upřednostňoval info od klientů**.

Podobně jako SF získával klin. zkušenosti v práci s emočně narušenými jed.

- CRR propagoval ochranu lidské **individuality**
- kladl důraz na **existenci** (oproti esenci) a na **svobodu** - **člověk je proces, nikoli hotový výtvor**, a přestože v praxi omezen normami, potřebuje užívat své svobody
- **optimistický pohled na organismus** - je moudřejší, než vědomí > **lidské chování je dokonale racionální a postupuje uspořádaně k cíli**; naše obrany nám to ale znemožňují poznat, takže vědomě se ubíráme někam a organismicky jinam > kritizován za naivitu a nerealističnost
- lidsktví má přiroz. tendenci pohybovat se směrem k nezávislosti, soc. odpovědnosti, tvořivosti a zralosti
- proti beh., který podle CRR okrádá člověka o jeho individualitu > **lidé mají možnost volby** a mohou usilovat o tvůrčí rozdílnost namísto konformity
- důsledně fenomenolog. přístup - p realita jeví je výlučně fcí jejich subj. pojmání; obj. působící realita je interpretována reagujícím organismem - objektivní realita ne, zájem o psychickou realitu
- personolog musí analyzovat a pochopit subjektivní zážitky jed.
- chování je ovládáno tím, jak jsou působící zážitky jedincem interpretovány - nelze tvrdit, že pojetí reality jednoho čl. je lepší než pojetí reality jiného; naše aktuální chov. je ovlivněno percepcí minulých zážitků a předvídáním budoucích

základní motivace - tendence k sebeaktualizaci, realizující tendence

- obsahuje potřeby bio, bezpečí, nezávislosti, sebeřízení a naplnění prostř. interp. vztahů
- chování je motivováno přítomnými potřebami, ne minulými zážitky, které ale do urč. míry mohou motivaci ovlivnit
- sebeaktualizační tendence vede k vnitřní svobodě; úsilí o sebeaktualizaci je provázeno emocemi - schopností naslouchat sám sobě, být otevřený všem pocitům, svoboda prožívat a uvědomovat si všechny pocity
- vrozená tendence organismu aktualizovat svou kapacitu, rozvíjet, stát se tím nejlepším já, jaké vrozená povaha umožňuje
- chování není motivováno redukcí tenze, ale růstem, rozvojem
- všechny živ. zkušenosti jsou hodnoceny podle míry, jakou přispívají k realizaci

jevové pole obsahuje

- **organismus**
 - uspořádaný celek, **psychofyzický základ prožívání** (myšlení, touhy, emoce, ...)
 - příjemce prožitků, místo tendence k aktualizaci, která se projevuje prostř. potřeb - **potřeby jsou druhy fyziologické tenze**; tenze podněcují chování k jejímu zmírnění a růstu

- **já - self**

- utváří se postupně v soc. <> a obsahuje potřebu prožívat sama sebe v souladu se sebezpojetím, být kladně přijat druhými i sám sebou
 - self = sebezpojetí - organizovaný gestalt; pojetí toho, jakou osobou dotyčný jed. je
 - **vstupuje do vztahu k prožitkům**, s nimiž činí následující:
 - **symbolizuje** je (= uvědomuje si je) a přijímá je
 - **popírá** je, když svou skladbou neodpovídají já
 - **symbolizuje je zkresleně** - když jsou třeba introjekty od rodičů vnímány jako výsledek smyslového poznání
 - **nalezení pravého já** - těžké; znamená přestat se skrývat za klamy a předstírání a přiblížit se skutečnému obsahu prožívání
 - **ideální já** (chci být) a **reálné já** (jsem) > Rogers v klinické praxi používal pro zjištění podobnosti ideálního a reálného já **Q-třídění**
 - sebeúcta je dána vztahem mezi pojetím "já jsem" a "já bych chtěl být".
- ve vývoji - často podmíněný vztah - specifikace, za jakých podmínek je dítě přijato, za jakých získá pozitivní vztah > to nevede k rozvoji plně fungující O
 - bezvýhradný pozitivní vztah = respektuju tě a přijímám právě takového, jaký jsi, a právě proto, že jsi takový, jaký jsi; žádná kdyby, ale, kromě ...

Duševní zdraví spočívá ve **schopnosti asimilace (přijetí za své) všech organismických prožitků; přesně symbolizované prožitky jsou kongruentní**. Popření - subcepce - vědomé nebo nevědomé poukazuje na duševní patologii. Čím více jsou prožitky ohrožující, tím je skladba já strnulejší - intrapersonální situace je char. rozpor mezi skutečností prožívajícím organismem a sebezpojetím.

Kongruence - shoda mezi prožitky přítomnými v organismu a jejich symbolizací v já; přesná symbolizace bez zkreslení = kongruence mezi prožíváním a já. **Inkongruence** je naproti tomu **nedostatek přesné symbolizace prožívání v já > rozpor mezi prožitky a jejich vnímáním**. Zdraví = vysoká kongruence a naopak. **Kongruence O psychologa je podmínkou úspěšné PT**.

Sebezpojetí = názor člověka na sebe sama (poz., neg., zhodnocující, znehodnocující, ...), formováno rodiči. **Nepodmíněné kladné přijetí dítěte rodiči** podporuje utvář. zdravého sebezpojetí, které se váže s vysokou mírou kongruence. Péče poskytovaná bez podmínek > dítě nemusí popírat své prožitky. Pokud musí popírat, snaží se přizpůsobit okolí namísto projevování vlastního já. Podle CRR má člověk usilovat také o **bezpodmínečné kladné sebezpojetí**.

Dobry život = plné fungování osoby; je to **proces, nikoli stav bytí, směřování, ne cíl**. Směřování, které tvoří dobrý život, si organismus vybírá tehdy, má-li duševní svobodu zvolit si jakýkoli směr. Atributy dobrého života:

- rostoucí **otevřenost prožívání** - nepopírat, nezkruslovat, přijímat, člověk není defenzivní
- rostoucí **existenciální kvalita žití** - zkušenost není překrucována, člověk je účastníkem a pozorovatelem procesu prožívání, aniž by se snažil ovládat jej; já a osobnost se vynořují ze zkušenosti; žádné předsudky; flexibilita, adaptabilita
- rostoucí **důvěra v organismus** - nechat se vést vlastním organismem, ne druhými lidmi; důvěra ve své zkušenosti jako validní zdroje info pro rozhodování
- svoboda, nezávislost - pocit, že žiju, jak si přeju; není absolutní svoboda - čl. je omezen vrozenými vlohami, soc. okolím a minulými zážitky
- kreativita - produktivní nápady, plnohodnotní členové společnosti, tvořivá adaptace na měnící se podmínky
- **plnější fungování** - osoba je otevřená vůči poznatkům, realistická, společenská, žije v přítomném okamžiku a těší se z toho

CRR měl asi hned po SF největší vliv na poradenskou a T praxi.

(William Stephenson - Q-třídění: balíček asi 40 lístků, na každém jednoduché konstatování - např. jsem inteligentní, jsem agresivní, často se cítím na dně, ... Třídí se do 7 kategorií od "nejvíce mně podobné" přes "neutrální" po "nejméně podobné". Obvykle dvakrát - jednou k popisu self a pak k popisu ideálního self. Dalším opakováním se pak sleduje účinnost T.)

Carl R. Rogers:

ne dg. metody - info od klientů
individualita, svoboda, existence, člověk je proces, ne výtvar, život je směřování, ne cíl
moudrost organismu
základní motivace - tendence k sebeaktualizaci
jevové pole - organismus a já (self)
vztah self k prožitkům - symbolizace, popření, zkreslená symbolizace
duševní zdraví = asimilace všech organistických prožitků
kongruence - shoda mezi prožitky v org. a jejich symbolizací v já
zdravé sebepojetí vyž. bezpodmínečné, kladné přijetí rodiči + bezpodm. sebepřijetí
ideální a reálné já; Q-třídění
dobrý život - otevřenost světu, realističnost, důvěra v org.

Kurt Goldstein (1878-1965)

- **holistická teorie (z řec. holos - úplný, sjednocený)**

Narodil se ve Slezsku na území tehdejšího Německa, dnes PL, ve Vratislavi vystudoval medicínu, profesor neurologie na Frankfurtské univerzitě; **zajímal se o vojáky s poraněním mozku**. Po zajetí gestapem se vystěhoval do Nizozemí, pak emigroval do USA - profesor psychiatrie. Nakonec v soukromé praxi jako psychiatr a neurolog; inklinoval k fenomenologii a existencialismu.

Někt. díla: Lidská povaha ve světle psychopatologie (1963), Organismus (1939)

Hlavní body jeho teorie:

- **holistický pohled na O** - není to souhrn částí, ale nedělitelný celek; O a org. jedno jest; používal pojmu organismus
- vliv **gestaltismu** - chování je výsledkem dynamiky, kdy jedna fce se vynoří jako tvar, ostatní do pozadí
- **org. v soc. kontextu** - význam soc. prvků pro zdravou strukturu a vývoj O
- **konkrétní a abstraktní chování** - rozlišení zdravých a nezdravých činností org.

Org. funguje jako celek a má **jedinou motivační sílu - potřebu sebeaktualizace**, což je pudová tendence hýbající org. - člověk nejí, protože má hlad, ale protože se prostř. jídla aktualizuje.

Veškeré chování vysvětluje **v pojmech tvaru a pozadí** - při mluvení třeba jsou tvarem organismické fce vztahující se k řeči, ostatní jde do pozadí. **Tvar a pozadí spolu souvisí** - pokud jdeme, znamená to i nějaký pohyb rukama a hlavou - změní-li se jejich hybnost, projeví se to na chůzi > změní-li se pozadí, mění se i tvar (výkon) > **jednota O**.

Postuloval **mechanismus vyrovnávání**, který pomáhá org. podnícenému k nějaké odezvě, aby se zas vrátil do stavu relativní vyváženosti. Aktualizace neprobíhá bez překážek a konfliktů; tato **napětí vyvolávají úzkost jako nezbytnou podmínku lidské existence**. Každý člověk se nakonec se světem vyrovná - buď přijetím vnějších podmínek nebo vlastní iniciativou překonání problémů.

Při léčbě vojáků s poškozením mozku KG zjistil, že zdraví vojáci vykonávají dobře konkrétní i abstraktní úkoly; zranění mají s abstraktními potíže.

- **konkrétní chování - reakce** na vnímané
- **abstraktní chování - aktivita**, umění vybrat to podstatné a jednat způsobem přiměřeným dané situaci

Kurt Goldstein:

O je nedělitelný celek
gestaltismus - tvar, pozadí; souvisí spolu
jediná motivační síla - potř. sebeaktualizace
mechanismus vyrovnávání - každá odezva org. vede k rovnováze
konkrétní chování - reakce; abstraktní chování - aktivita

Abraham Harold Maslow (1908-1970)

Narodil se v Brooklynu jako potomek židovských přistěhovalců z Ruska (7. a nejstarší dítě); jeho deníky zachycují nešťastné mládí - osamělost, soc. izolace, napětí v rodině (otec pracovitý, ale whisky, ženy, výtržnosti; matka silně věřící, kt. ho stále děsila božím trestem za přestupky; nešel na její pohřeb, měl ji za krutou a nevzdělanou; pohrdal náboženstvím). Začal studovat práva, ale zakrátko zjistil, že to není pro něj a nastoupil studium P. Ve škole úspěšný, návaly deprese; na Wisconsinské univerzitě se dal dohromady, profesori mu (nadanému a naivnímu) věnovali péči, studoval u profesora Harlowa (chování opic); učil na Brooklyn College, časem od beh. přešel k humanistickému holismu. Pracoval u Thorndikea, stýkal se s Evropany, kteří do USA utekli před Hitlerem - Fromm, Adler, Horneyová, Wertheimer aj. Zkoumal lidskou motivaci ve vztahu k potřebám, zajímal se o hodnoty a okouzli ho kvazimystický úkaz, který nazval "vrcholný zážitek" (peak experience). Působil pak jako profesor psychologie, byl prvním prezidentem Společnosti pro humanistickou P; zemřel na infarkt.

Někt. díla: Širší rozpětí lidské povahy (1971), Motivace a osobnost (1970), K psychologii bytí (1962)

Zdůrazňoval úzké propojení filozofie a P, hlásil se k hum. koncepci v opozici vůči biologizující, "darwinské" koncepci, která byla v té době v USA dominující.

Jeho teorie má mnoho společného s **Goldsteinovou**; hlavní odlišnosti:

- postuloval **specifické potřeby jakožto motivační síly** a uspořádal je do **hierarchie**
- KG se orientoval na medicínu, AM na filozofii, kulturu
- KG pokládá mezilidské kontakty za podmínku sebeaktualizace; AM se soustředí na **intrapsychický růst** a ryzí vztahy pokládá za přirozený výsledek sebeaktualizace

Člověk se zásadně liší od jiných živočišných druhů; nejvýraznější rozdíl - unikátní potřeba seberealizace - uskutečňování toho, čím čl. může být (růstová potř. narozdíl od nedostatkových).

Svůj existenciální pohled na svět char. AHM jako holistický (celek je více než souhrn částí; živ. fce probíhají vždy směrem k celku a podstatu org. nelze kauzálně vysvětlit), funkční (oproti taxonomickému), dynamický (proti kauzálnímu a statickému) a účelový.

- preferoval **idiografické** metody pronikání do O - zjistit, jaký čl. je = přimět ho, aby to sdělil (přímo říct nebo nepřímo - kresby, sny, gesta, ...)
- cílem poznání O je porozumět jí
- **osobnostní syndrom** - ústřední pojem: strukturovaná a organizovaná **jednota O specifik, která ve svém celku determinuje chov. O - každá akce je výrazem celé integr. O**

seberealizace - čím se člověk může stát, tím se také stát musí, tj. musí být věrný své povaze

stávání se - nejdůležitější pojem hum. P - **osoba není statická, ale vždy stávající se a vždy nová**, usilující o naplnění svých možností

- někt. lidé jsou odcizeni sobě i ost., jiní se nechají vést a ztrácejí odvahu být
- přijmout odpovědnost za svou volbu a usměrňování sv. osudu
- **jediná realita je ta naše, subjektivní, jedinečná, teď a tady**
- beh. dehumanizuje; aplikovat animální přístupy ke studiu O je irelevantní (zvířata nemají ideály, hodnoty, humor, lásku, ...)
- **lidská povaha je v zásadě dobrá nebo přinejmenším neutrální** ("i když to nemusíte akceptovat, jste-li ztloučen při večerní procházce parkem"); naproti tomu PA předpokládala, že lidé jsou ovládáni irac. a nevěd. silami
 - destrukce a násilnost pramení spíše z frustrace zákl. potřeb
 - obecným znakem lidské p je tvůrčí potenciál - každému vrozený
 - důraz na p zdraví (AHM kritizoval PA SF vzniklou na zákl. studia nemocných lidí) - mentální chorobě neporozumíme, dokud neporozumíme ment. zdraví

principy motivační teorie:

- antropocentrický - čl. je integrovaný, celostně motivovaný systém
- eupsychický - zkoumat jak zdravé, tak nemocné
- klasifikační - zkoumat, co osobnost táhne, nikoli co jí postrkuje
- důležitosti nevědomé motivace - vědomé motivy se vztahují spíše k prostředkům, než cílům

Čl. je potřebujícím organismem - absence potřeby něčeho, pokud vůbec existuje, je krátká; uspokojí se jedna potřeba a vynoří se druhá; uspokojená potř. nemotivuje. Lidské chování je motivováno potřebami; jejich struktura je kontinuem od D- po B-úroveň (bytí jako vlastní existence sjednocená s veškerým vesmírem). **Na úrovni D-potřeb je jedinec motivován k redukci vzniklé tenze; sebeaktualizace je přechodem od potřeb k bytí** - metahodnotám (metapotřebám), které jsou spjaty s vrcholy lidského potenciálu. Sebeaktualizace je nikdy nekončící proces.

Hierarchické uspořádání znamená, že před vystoupením vyšší potřeby musí být uspokojeny potřeby nižší; proces je to **epigenetický** (jako u Eriksona) - jeden prvek na druhý. **Pokud tedy nejsou urč. potřeby dostatečně naplněny, nelze postoupit dále.**

1. **fyziologické potřeby** - dýchat, výživa, ... hladový člověk na jiného nemyslí; jsou nezakladnějšími a nejmocnějšími potř., protože zajišťují bio přežití čl. jako org.
2. **potřeba bezpečí a jistoty**, svobody od strachu, úzkosti; patří sem i struktura, řád, hranice, zákon; zvláště silně se projevují v raném věku; jsou to potřeby dlouhodob. přežití (preferenze výnosného zaměstnání, živ. pojistka, ...); vznikají a vyjevují se při konfrontaci s reálnými ohrož. (povodeň, požár, bouračka, vzpoura, ...)
3. **afiliční potř. - potřeba náležitosti a lásky** - touha někam patřit, mít citový vztah; osamělost bolí; milovat a být milován, sex. vztah; AHM odmítá SF (láska = sex); hledání intimních vztahů je největším strádáním současnosti, mnozí lidé se bojí zavržení a neodhalí se v int. vztazích
 - druhy lásky:
 - **D-láska** (nedostatková) - láska z potřeby něčeho, co nám chybí - sebeúcta, sex, obava z osamocení; **sobecká láska spjatá s tendencí brát, nikoli dávat**
 - **B-láska** (being - jsoucí) - vážím si druhých pro jejich odlišnost, nesnažím je měnit; B-láska existuje navzdory nedokonalosti druhých; stimuluje indiv. rozvoj
4. **potřeba úcty** - dosáhnout výkonu, prestiže, být vážen a ceněn a sám sebou kladně hodnocen; uspokojení = sebedůvěra, způsobilost, pocit užitečnosti; frustrace - méněcennost, slabost, závislost
 - **sebeúcta** - souvisí s vlastní zdatností; znát svoji hodnotu a schopnosti
 - **úcta druhých** - pověst, prestiž, uznání
5. **potřeba sebeaktualizace** - postup na **B-úroveň** - **touží se stát vším, čím se může stát**; a **čím může být, tím také musí být**; chce uskutečnit vše, na co má; věrnost své přirozenosti; na této úrovni jsou rozdíly mezi lidmi největší; dosáhnout využití všech svých možností lze až po středním věku
 - souvisí další potřeby - **potř. vědění a porozumění** - získávat poznání pro ně samo a estetické potř. (objevovat a vytvářet součinnost, krásu, lad)
 - AHM - Lincoln, Jefferson, Einstein, W. James, A. Schweitzer, Spinoza; možná Goethe, Washington, Haydn, Renoir, T. More, ...

Potřeby nejsou uspokojovány vše nebo nic - překrývají se a jedinec může být motivován více hladinami potřeb současně.

Systém je hierarchický - je třeba uspokojit nižší potřebu, zatímco vyšší je odsunuta do pozadí; jakmile je nižší uspokojena, objeví se specifický neklid a nespokojenost, mění se chování, hodnoty, zájmy...; po uspokojení další potřeby se celý proces posouvá na vyšší úroveň až po nejvyšší úroveň neuspokojení - dokud není tím, čím být může a tedy musí. Obecně platí, že **čím nižší pozici ta která potřeba zaujímá, tím větší má sílu prioritně se prosazovat.**

Funkční autonomie - jestliže bylo jednou zažito, **jak chutná uspokojení vyšších potřeb**, mohou se stát autonomními - **nezávislými na uspokojení potřeb pod sebou** - někt. kreativní lidé tvoří i přes posměch okolí a jiní si drží své hodnoty a ideály, že jsou schopni hladovět i zemřít; u některých mohou být potřeby rozházené díky jejich neobvyklé živ. historii (přednost kariéře před náležitím - rodinou, láskou).

- potřeby 1 až 4 - **nedostatkové** (deficitní)
- potřeba 5 - **růstová**, sebepřesah, nadosobní cíle - této úrovně potřeb dosáhne tak 1% lidí
 - protože mnozí lidé **neznají své možnosti**, nerozumí hodnotě seberozvoje, pochybují o svých schopnostech - **Jonášův komplex obavy z úspěchu**
 - normy a **omezení sockul. prostředí** - třeba co je maskulinní nebo femininní a co ne (chlapi nebrečí, ženy neumí řídit ...)
 - **obava z kroku do neznáma** = potřeba bezpečí - sebeaktualizace znamená riskovat, rozbít staré zvyky a otevřít se novému

- průměrný čl. vyhovuje svým potřebám: 85% fyz., 70% jistoty, 50% lásky, 40% sebeúcty, 10% seberealizace

znaky sebeaktualizujících se osob

- **účinnější percepce reality** - správné, pohotové vnímání, bez překroucení očekáváními; nezaujatost; mají rádi nejistotu, problémy a hádanky
- **akceptování sebe sama, druhých a přírody** - přijímat sebe i jiné, nepřehnaná sebekritičnost, uznávají svou animální podstatu, dobrý spánek a sex, přijímání zákl. bio pochodů - vylučování, menstruace, těhotenství
- **spontanita, přirozenost, prostota** - žádná strojenost na efekt; přijímají i hlouposti, pokud je to nutné, ale neváhají vystoupit proti institucím
- **soustředění na problém** - úkol, povinnost, **milují práci** - spíš žijí, aby pracovali, než naopak; zájem o filozofii a etiku; odmítají všednost
- **odstup a potřeba soukromí** - dokáží být sami, aniž by se cítili osamělí; váží si soukromí, které nutně potřebují - okolní lidé s neuspok. potř. lásky a náležitosti je považuje za snobské a chladné
- **nezávislost na kultuře a okolí** - autonomie a asertivita - vlastní životní styl, sebekázeň, odpovědnost, odolnost vůči frustracím
- **kontinuální svěžest chápání a vnímání** - vše je znovu nové, krásné - radost, nadšení, málokdy nuda, nekategorizují zážitky
- **vrcholné zážitky** - spouštějí se samy - po zážitku lásky, orgasmu, objevu, vhledu - mají podobu jak intenzivního vzrušení, tak relaxace
- **sociální zájem** - přes jakékoli potíže mají stále pocit spřízněnosti s lidmi
- **hluboké interspers.** vztahy - hlubší a těsnější vztahy, než je obvyklé, stylem vrána k vráně; velmi málo důvěrných přátel - chce to čas je najít a vypěstovat; něžnost k dětem
- **demokratická struktura charakteru** - bez předsudků; lidé jsou rovnocenní; jsou elitou a vybírají si k sobě zase elitu - charakteru, schopností ... nikoli barvy pleti, slávy, rodiny, ...
- **rozlišování mezi prostředky a výsledky (důsledky)** - málo zmatků, nedůslednosti a konfliktů; cit pro rozlišení mezi prostředkem a cílem; často nejdou přímočaře - cvičí si ducha
- **filozofický smysl pro humor (bez nepřátelství)** - humor nezraňuje ostatní, neútočí na jejich slabosti; filozofický humor vyvolá spíš úsměv než smích a už vůbec ne výsměch; typicky z lidské pošetilosti
- **originalita a tvořivost** - bohatá představivost, fantazie
- **odolnost vůči inkulturaci** - harmonie s kulturou, současně oddělenost od ní; jsou autonomní a přece ne nutně antisociální a nekonvenční; proti bezvýznamnostem nebojují; někdy považováni za rebely a excentrické jedince
- **sebetranscendence** - sebezpřesah - **zapomenout na sebe, být spontánní**; dominanta každého sebeaktualizujícího se jedince

Sebezpřesahující postoj je spjat s B-poznáním; je zaměřeno na existenci v nejuniverzálnějším významu a vede k "**vrcholným zážitkům**" - téměř mystické unesení, jednota s vesmírem, zapomenutí na prostor a čas.

Ti, kteří dospějí na B-úroveň, mají **B-hodnoty** - **jednota, odevzdanost, spontaneita, prostota, nenucenost, hravost, poctivost, soběstačnost.**

Nejsou ovšem dokonalí - stejně tak mohou být tvrdohlaví, popudliví, nudní, sobečtí, pyšní, zaujatí, impulzivní, úzkostní, smutní, málo tolerantní (k tlachání), šokující i urážliví.

K měření seberealizace byl vyvinut sebezposuzující test **The Personal Orientation Inventory** (Shostrom) - 2 hlavní škály a 10 podškál; první - obrácení dovnitř nebo ven; druhá - tzv. časová kompetence - poměr, jak osoba žije v přít., min. a bud. Podle řady studií reliabilní a validní.

Abraham Maslow:

**hierarchie potřeb jakožto motivačních sil
potřeby nedostatkové a jedna růstová
člověk je neustále potřebujícím org.**

**fyzilogické p., potřeba bezpečí, p. náležitosti a lásky, potřeba úcty a p. sebeaktualizace
epigenetický proces; D-potřeby > B-potřeba, resp. bytí**

**být tím, kým můžu být; kým můžu být, tím také musím být
sebepřesah, existence v jednotě s vesmírem > vrcholné zážitky
intrapersonální růst**

Viktor Emil Frankl (1905-1997)

- **logoterapie**

Narodil se ve Vídni v židovské rodině; už jako dítě sklony k introspekci, překvapoval hloubkou svých dotazů. Na stř. škole byl jeden z jeho spolužáků nalezen mrtev s Nietzscheho knihou u sebe - VEF docenil moc filozofických myšlenek a destruktivitu nihilismu. Byl v kontaktu s Freudem i Adlerem; po dokončení studia lékařství se věnoval psychiatrii; podle svých slov přestal poslouchat své učitele a naučil se naslouchat svým pacientům a učit se od nich.

Pracoval na Vídeňské klinice a v poradně pro mládež; v době velké nezaměstnanosti zjistil u klientů zajímavou věc - že totiž raději dělají zadarmo, hlavně když mají co dělat. V průběhu 2. sv. války nevyužil možnost vycestovat, zůstal s rodiči, dostal se do koncentračního tábora, kde se mu začaly rýsovat hlavní myšlenky logoterapie. Organizoval tajná setkání a přesvědčoval spoluvězně, že budou-li mít pro co žít, přežijí. Po osvobození zjistil, že jeho rodina nepřežila, nicméně opět začal pracovat a vystudoval filozofii; přednášel, psal, založil Rakouskou lékařskou společnost pro psychoterapii; dostal od vlády cenu za veřejné vzdělávání. Cestoval, přednášel; jeho američtí následovníci založili v Berkeley Logoterapeutický institut.

Některá díla: Člověk hledá smysl - úvod do logoterapie; Vůle ke smyslu, Lékařská péče o duši; ... A přesto říci životu ano; Co v mých knihách není

Logoterapie má kořeny v existencialismu, fenomenologii a holismu. VEF se postavil **proti Nietzscheho nihilismu** (život nemá smysl) i **proti Freudově "vůli ke slasti"** a **Adlerově "vůli k moci"** svým pojetím - **vůle ke smyslu**. Logoterapie je někdy nazývána **třetí školou vídeňské PT** a těsně se v ní spojuje P s fil.

VEF se zabýval člověkem jako **celkem**. Lidská povaha je trojdimenzionální: **1) fyziologická, 2) psychologická, 3) noologická (noická) dimenze** > ta se vztahuje kvůli ke smyslu. Logos - původně z řec., slovo, význam > VEF teorie O staví na **neustálém hledání smyslu** v různých situacích.

Člověk je **svobodný**, přestože není osvobozen od podmínek; **může k nim ale zaujmout jakýkoli postoj** - je na něm, zda se jim podrobí nebo nikoli. Individuální svoboda je omezena tzv. **osudovostí**; zdůrazňoval význam přítomných vjemů, ale akceptoval i vliv minulých zkušeností na současná rozhodnutí > **lidská svoboda se může rozvíjet pouze v rámci osudu**. Nepřijal fyziologický determinismus - volby jsou zapříčiněny, ale tím, kdo je provádí (Magda Arnoldová).

Opomíjení potřeb noologické dimenze působí problémy v samém jádru O; **k uspokojení noických potřeb musí člověk uplatnit svou vůli ke smyslu**. Pravá vůle ke smyslu není uspokojením jakéhosi pudu, nýbrž **výsledkem svobodného rozhodnutí**, které člověk učiní sám za sebe.

Na podporu existence vůle ke smyslu poukazuje na empirické výzkumy, které potvrdily, že člověk raději vykonává smysluplnou práci, než práci dobře placenou.

Každý o sobě rozhoduje sám a zodpovídá si za to, jak volí a realizuje svůj způsob života, svoji živ. cestu.

Hledání smyslu života je **hlavní odpovědností každého čl.**; smysl nelze do situace uměle vložit, je tam již přítomen a člověk jej musí objevit - **smysl naší existence nevynalzáme, ale objevujeme**. Situace se mění a s nimi se mění i jejich smysl, ale nikdy tam nechybí. Touha po odhalování a naplňování živ. smyslu je ústředním hybným činitelem p. **Člověk nepotřebuje stav bez napětí, ale spíš usilování a zápasení o cíl**, který je toho hoden; ne homeostáza, ale **noodynamika** - duchovní dynamika.

Smysl lze objevit vykonáním činu, prožitím hodnoty nebo utrpením.

vykonání činu

- spadá sem veškeré konání; **vše obsahuje skrytý smysl** (tesař - pohled na výrobek, poctivě vložené úsilí; uklízečka - smysl v čistotě, která čeká na dalšího hotelového hosta)

- naproti tomu čin, který je svou povahou cenný, se může stát **nesmyslným, je-li vykonáván sebestředně**, bez ohledu na druhé (umělec - maluje, co se prodává; soc. prac. - léčí si své sebevědomí)
- smysluplné lidské dílo je zacíleno za hranice vlastního já; sebetranscendence přitom nevyžaduje hrdinské činy - **každý zdánlivě bezvýznamný čin vykonaný s ohledem na druhé, se stává sebezpřesahujícím, vpravdě lidským a smysluplným** (podnětný dialog x řeč vedená za účelem sebevyjádření)

prožití hodnoty

- **opravdový lidský zážitek, který člověka obohacuje a povznáší** (z um. díla, krásy přírody, lidského výkonu, ...)
- nejhodnotnějším zážitkem je podle VEF **láska** - zvyšuje vnímavost vůči plnosti hodnot
- milenci, staří přátelé, rodiče-děti (**filie**), zduchovnělá láska člověka, který se oddal své službě (**agapé**)

utrpení

- nevyhledáváme, ale je v každém životě
- **příležitost pro nejhlubší růst - tragická triáda - utrpení, vina, smrt**
- je-li člověk vystaven situaci, z níž není úniku, má možnost **naplnit nejhlubší smysl utrpení**; nejvíc **záleží na postoji, který k utrpení zaujme** > hrdinou se stane, když své **utrpení přemění v morální vítězství**
- Edith Weiskopfová-Joelsonová - nevléčitelně nemocní a trpící v USA nedostanou šanci, aby mohli nést své utrpení hrdě (ne jako pokořující, ale jako zušlechťující), takže dotyčný je nejen nešťastný, ale ještě se stydí, že je nešťastný

osobní povolání

- každý má povolání, aby v životě vykonal nějaký úkol; **úkol každého člověka je jedinečný** stejně jako příležitost se tohoto vykonání zhostit
- všechny krátkodobé a přechodné způsoby naplňování smyslu by měly vést k **dlouhodobému živ. smyslu**, osobnímu povolání (krátkodob. - student se učí na zkoušky, znova a na další ... absoluuje ... zaměstnání, v němž může nalézt dl. smysl)

existenciální vakuum - prázdnota

- **zážitek lidí postrád. smysl** ve svém životě
- podle VEF převažující **příčina sebevražd**, hlavně majetných lidí a úspěšných studentů; též u alkoholismu, delikvence a krizí důchodců
- VEF existenciální analýza vych. z tezí, že 1) instinkty jsou dnes ochuzeny (neříkají čl., co musí dělat), 2) ztráta tradic (neříkají člověku, co má dělat) > čl. pak neví, co má dělat a tak je konformní a podléhá vůdcům
- asi pětina neuróz je podmíněna pocitem bezesmyslnosti - vzniká noogení neuróza (na rozdíl od n. psychogenní)

nedělní neuróza

- podobný jev jako ex. vakuum
- rutinní práce přes týden dává zapomenout na prázdnotu; o víkendu je ale **čas přemýšlet a tak je nesmyslnost zasahuje velkou silou**

Nevědomé je to, co není nebo nemůže být reflektováno vzhledem ke smyslu života. Logoterapie - spec. forma PT (logos zde ve významu smysl, mysl, názor) - najít alternativu ke ztracené existenciální hodnotě a nový živ. cíl, smysl života.

- **pomoci pac. najít JEHO VLASTNÍ hodnotový a světový názor**
- narozdíl od PA, jejímž cílem je kompromis mezi nároky nevědomí a požadavky reality, se v logoterapii léčí hl. duchovní dimenze

co je smyslem života

- PA - slast, Adler - de facto taky, jen to trochu rozšířil
- podle VEF je **slast P artefaktem - není cílem našich snah, ale důsledkem jejich naplnění** > člověk nechce právě slast, ale chce to, co právě chce

- **orgánem smyslu je svědomí** - intuitivní schopnost najít jednorázový a jedinečný smysl ukrývající se v každé sit.
- nad tímto smyslem stojí univerzálie smyslu - hodnoty (které lze reagovat tvořivostí, zážitkem, postojem k omezenosti vl. života)
- smysl se může naplňovat i utrpením - problémy třeba v partnerském vztahu má smysl prožít - vztah tak dozrává; utrpení má být přetvářeno (je-li to možné) nebo nesené (je-li to nutné) > existenciální analýza má naučit člověka, aby byl schopen trpět

osobnost

- je nedělitelné, jednotné individuum
- **každá osoba je absolutní novum** - duchovní existence je nepřenosná, nerozmnožitelná (z ro na dí)
- je duchovní; org. potřebuje, aby mohla jednat; organismus je nástroj o užitkové hodnotě
- je tělesně-duševně-duchovní jednotou (duch = log)
- je dynamická - existovat znamená vystupovat sama ze sebe a proti sobě samému

(Propadat psychologismu = promítat hodnoty z prostoru duchovna do prostoru duševna.)

Viktor Emil Frankl:

**člověk - jednotný, svobodný v rámci osudovosti
záleží na postojích
hledání smyslu - objevování, ne vynalézání
vykonání činu, prožití hodnoty, utrpením - tragická triáda
osobní povolání - každý jedinečné
noogenní neuróza, existenciální vakuum, nedělní neuróza**

R. Laing - hl. zdrojem úniku před odpovědností je podřídít se okolním nárokům, popření svých potřeb, své existence > ztráta kontaktu se sebou samým

Rolo May - zdrojem psychického narušení je odcizení se sobě samému; "vyléčí" se z toho (zbaví se úzkosti, naučí se komunikovat...) jen za cenu abdikace na vl. já

George Alexander Kelly (1905-1967)

- **kognitivní teorie O, teorie osobního konstruktů, konstruktová teorie**

Narodil se na farmě v Kansasu jako jediné dítě zbožných, pracovitých rodičů, kt. mu věnovali značnou péči. Původně vystudoval matematiku a fyziku, pak se začal zajímat o sociální problémy a v lowě absolvoval psychologii. Jako klinik používal freudovský přístup, který časem opustil; studoval řeč a poruchy čtení. Po válce se věnoval navrátilivším se vojákům - válka stimulovala vývoj klinické P; GAK publikoval svou teorii O.

Někt. díla: Psychologie osobních konstruktů (1955), Teorie osobnosti: Psychologie osobního konstruktů (1963)

Jako jeden z prvních personologů zdůrazňoval kognitivní procesy - osoba je vědec.

Základem je filozofie konstruktového alternativismu - lidé hledají a využívají alternativní životní a kognitivní styly:

- vše je revidovatelné, nahraditelné
- nic není svaté, absolutně správné, ... - vše vypadá jinak při pohledu z jiného úhlu
- vše ve světě interpretujeme - objektivní realita existuje, ale lidé ji percipují odl. způsobem
- konstruktová teorie se soustředí na **proces/způsob, jak lidé percipují a interpretují své zážitky** ve snaze porozumět svému P terénu

osoba = vědec

- vytváří **pracovní hypotézy o realitě**; jejich pomocí se snaží **anticipovat** a určovat běh událostí
- nejen vědci, ale všichni lidé usilují o předvídání vývoje, porozumění události; pomocí predikce snižují nejistotu, neurčitost
- podle této analogie jsou lidé orientováni spíš na budoucnost; každé chování je v podstatě anticipační

- neustálé **testování pohledu na realitu**; všechny názory jsou pomíjivé
- čl. prostředí aktivně zpracovává, než na něj jen pasivně odpovídá; úsilí o dávání smyslu všemu možnému

Teorie osobního konstruktů se zaměřuje na p procesy umožňující organizovat a porozumět událostem. **Osobní konstrukt** = šablona k pojmání a zprac. reality.

- čl. se dívá na svět skrz své modely - konstrukty; konstrukt je idea (myšlenka) využívaná ke **konstrukci a interpretaci, vysvětlování nebo predikci své zkušenosti**
- pokud daný konstrukt spolehlivě anticipuje, osoba si ho ponechá; není-li hypotetická predikce potvrzena, je revidován, případně vyřazen
- všechny konstr. jsou **bipolární a dichotomní** - jádrem lidského myšlení je percipovat bw
- aby byl formulován konstrukt, musí být přítomny min. **3 elementy (události, myšlenky) - dva podobné a třetí něčím odlišný**; vždy má dvě protikladné dimenze
- jsou produktem konkrétní osobní historie
- formální vlastnosti konstruktů:
 - **rozsah vhodnosti** - události, pro něž je k. relevantní, **aplikovatelný** (kon. dobro - zlo má široký rozsah vhodnosti; k. panenství-prostituce má užší uplatnění)
 - **ohnisko vhodnosti** - rozsah **událostí**, na něž je jed. připraven daný konstrukt aplikovat - třeba čestný vs. nečestný aplikuje někdo v obchodních vztazích, někdo z hlediska politických vztahů aj.
 - dimenze **propustnost - nepropustnost** - míra otevřenosti konstruktů novým, v němž dříve nezahrnutím info
 - typ
 - **zajištěné konstrukty** - škatulkový typ konstruktů, **rigidita** - co je dáno do jedné škatulky, nemůže být v jiné
 - **konstelační** - elementy mohou náležet i jinam, ale jejich členství je upravováno - např. toto je obchodník s auty, musí být manipulativní, nepoctivý, ...
 - **propoziční** (situační) k. - otevřen alternativám; flexibilita

osobnost je konstruktem psychologa

- O je abstrakce, kterou personolog vytváří pro potřeby pozorování p procesů a dělání závěrů
- O se skládá z org. systému konstruktů; **znát něčí O = znát, jak konstruuje osobní zkušenost**

pojem motivace není potřeba

- používá se pro vysvětlení aktivity a jejího směru
- GAK: lidé nejsou motivováni ničím jiným, než tím, že **žijí**; podle GAK pojem motivace znamená, že lidé jsou svou povahou nehybní a nečinní a jednají aktivně jen tehdy, jsou-li k tomu postrčeni nějakými vn. nebo. vn. silami
- **teorie motivace:**
 - **pohánějící (pudy, motivy, podněty)**
 - **táhnoucí (konstrukty jako potřeba, zájem, hodnota)**
- **procesy (postupy) osoby jsou psychologicky usměrňovány způsoby, jimiž anticipuje běh událostí** > základní kámen jeho teorie
 - všechno chov. vede k predikci
 - procesy osoby > čl. je dynamický org. směřující do bud. podle svých konstruktů
 - chování je rel. stabilní

důsledky tohoto postulátu pro teorii osobního konstruktů:

- **idiosynkrasie**
 - **individualita** (osobitost) a **organizace** (uspořádání) - každý člověk interpretuje události jinak, "svými očima" a má své konstrukty odlišně organizovány, přičemž tíhne k minimalizaci nepřesností
 - k. jsou uspořádány do **pyramidy** - některé jsou podřízené/nadřazené jiným, jsou ale i k. zcela nezávislé
 - uspořádání je dynamické - podle prediktivní účinnosti se jejich pozice mění
- konstruovat nebo nekonstruovat?
 - čl. musí volit, který svůj k. použije pro danou událost - volí ten k., který učiní situaci co nejvíce srozumitelnou
 - konstruktový systém je vypracován buď pro **definování nebo rozšiřování - jistota vs. spekulace**

- **cyklus C-P-C**
 - **obezřetnost - zvažování - řízení (circumspection - preemption - control)**
 - C - zvažování použitelných k.
 - P - rozhodnutí se pro nejhodnější hypotézu
 - C - směr aktivity, chování
- změna v systému konstruktů
 - jakmile přestane systém k. přesně anticipovat bud., mění se - důsledek učení
 - **zkušenost je založena na revizi k.**
- **soc. vztahy a osobní k.**
 - **lidé se sobě podobají do té míry, do jaké míry shodně konstruují své zkušenosti**
 - je to důsledek společenskosti (commonality) - pro lidi téže kultury mají události podobný P význam; setkání s jiným = "kulturní šok"; společenskosti (sociality) - soc. <> - úsilí porozumět, jak druzí vnímají realitu

REP test - Role Construct Repertory Test 1955

- **k odhadu závažných os. k.**
- má T pomoci porozumět osobním konstruktům kl. a tomu, jak uspořádává události
- nikoli tradiční psychometrie - neobsahuje žádná data pro rel. val. a stand.
- subjekt dostane seznam 20-30 definic rolí osob, které pro něho mají spec. význam (oblíbený učitel, dobrý kamarád, ...); subjekt každé přiřadí konkrétní jméno (na koho nejvíc sedí); tato jména = figury; pak vybrány 3 figury - má říct, **v čem se dva podobají a čím liší se od třetího** (bratr a otec jsou klidní na rozdíl od matky, která je hyperaktivní >> dimenze konstruktů klidný - hyperakt.)
 - opakováno asi 30x - určení, jak subjekt kategorizuje a diferencuje dané osoby
 - podle verb. obsahu může P vyslovit hypotézu, jak kl. percipuje realitu
- Listform - číslo, jméno role, její definice
- Gridform - mřížková forma - na jedné ose matice významné osoby, na druhé ose rozličná třídění

reformulace někt. tradičních pojmů v souladu s teorií os. k.:

- **úzkost** (anxiety) - neurčitý pocit nejistoty a bezmocnosti je výsledkem uvědomění si, že dostupné konstrukty nejsou vhodné pro anticipaci
- **vina** (guilt) - uvědomění si odcizení těm rolím, kterými dosahuje nejvýzn. vztahů s druhými - kdy jednal způsobem neslučitelným s vl. self-image (pod. superego, morální úzkosti SF)
- **hrozba** (threat) - při ořesu stávajících kon. vlivem novým info; např. nepřijatá myšlenka na smrt
- **nepřátelství** (hostility) - nereviduje své konstrukty, ale nutí ostatní, aby se do nich vměstnali

George Alexander Kelly: **konstruktová teorie**

**osoba = vědec; hypotézy o realitě, anticipace
osobní konstrukt – ke zprac. reality; bipolární
idiosynkrazie, C-P-C, REP test**

Použitá literatura:

- Drapela, V.J.: Přehled teorií osobnosti. Portál, Praha 1998
 Kratochvíl, S.: Základy psychoterapie. Portál, Praha 2000
 Mikšík, O.: Psychologické teorie osobnosti. Karolinum, Praha 1999
 Nakonečný, M.: Psychologie osobnosti. Academia, Praha 1998

