Humanistický přístup

Význam citového života

Překonáni rizika ignorování svých citů

Filmová terapie jako katarze a sebeakceptování

Hlavní otázky na seberefleksi

Dokážu aplikovat humanistický přístup?

Co ovlivňuje můj postoj k humanismu?

City jako dominantní vlastnost člověka
Duální původ citů:

patří člověku:

Přirozené

Nejsou špatné

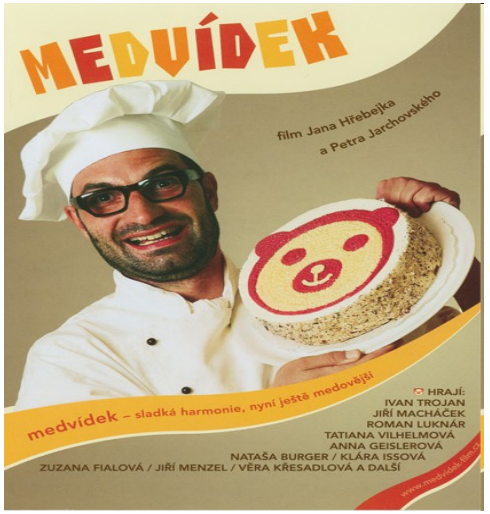
Ukazují životní směr

zdrojem je komunikace:

- s jiným
- s kulturou
- se sebou jako jiným „Já“

City jako dominantní vlastnost člověka

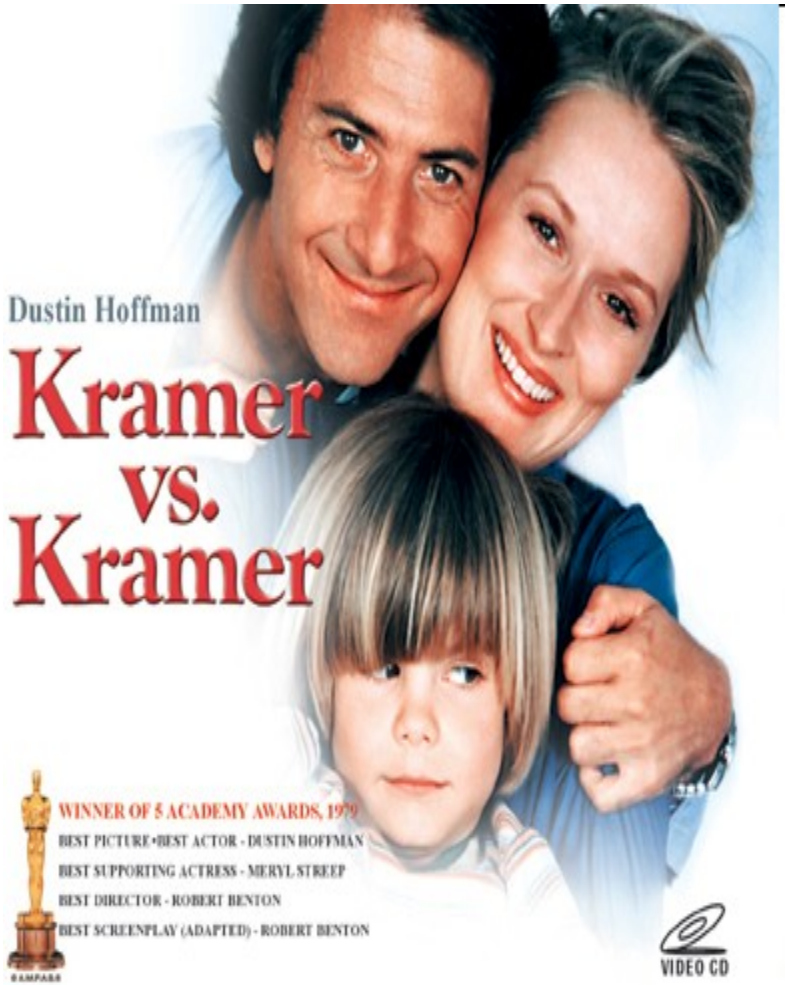
Veřejnost ohodnotí city a způsob jejich projevu. Člověk z dětství sbírá zkušenosti tlačeni na své emoce, a odporu proti toho tlaku



City vs. Sociální úlohy

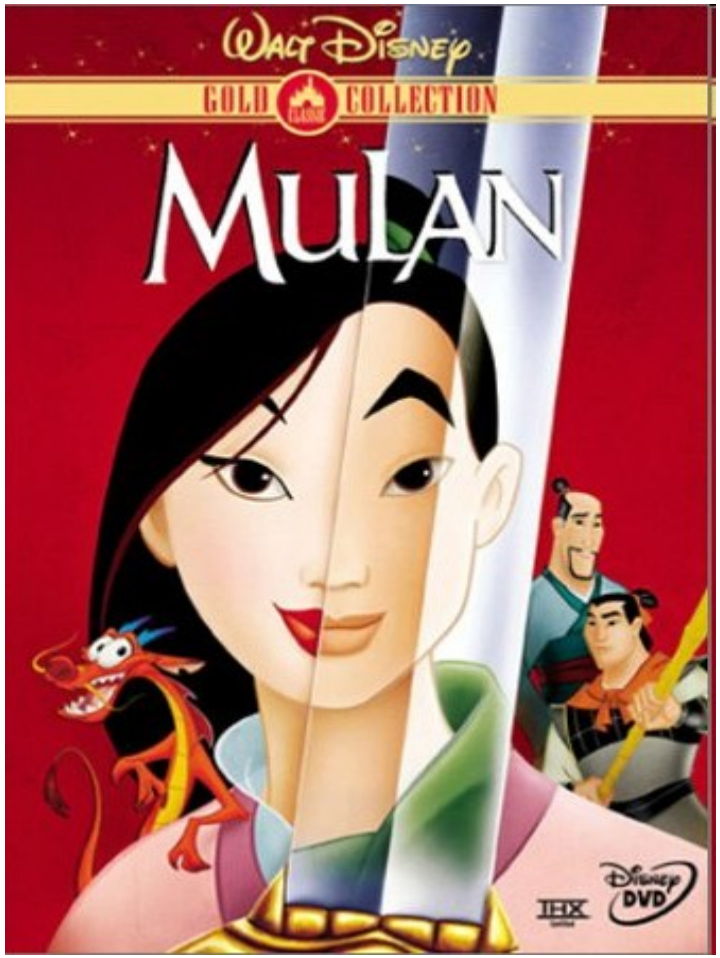
Co a kdo způsobí volný projev citů?

City vs. Sociální úlohy



- Zážitky
- Zkušenost volby priority
- Jakmile jeden z partnerů půjde cestou sebe-akceptování, zůstane druhý na rozcestí

City vs. Sociální úlohy



- Náhradní rodina (kůň, světluška, a drakon), podporující volbu jít proti veřejným předpisům

City vs. Sociální úlohy

- Vlastní rodina a možnost podívat se na svou úlohu z jiné strany: Lilo se začíná starat o Stitcha, a postupně se zlepší pochopeni mezi ní a Nani

Společnost mrtvých básníků (1989)

Otázka k úryvku:

Čím podporuje projev citů učitel?

Motto filmu

„Carpe diem. Seize the day, boys. Make your lives extraordinary“

Povolené a nepovolené city

City uskutečňují důležité funkce.

Na co potřebujeme lásku, hněv, strach a žal?

Významné vlastnosti humanistického přístupu: zákaz konstruktivních citů

Tyto city jsou definovány podle humanistického přístupu jako konstruktivní city (dávají energii, smysl pro život, zlepšují vztah a sebevědomí).

Dostává člověk zákaz hněvu, strachu, lásky a žalu, nebo ne? Jak to vypadá?

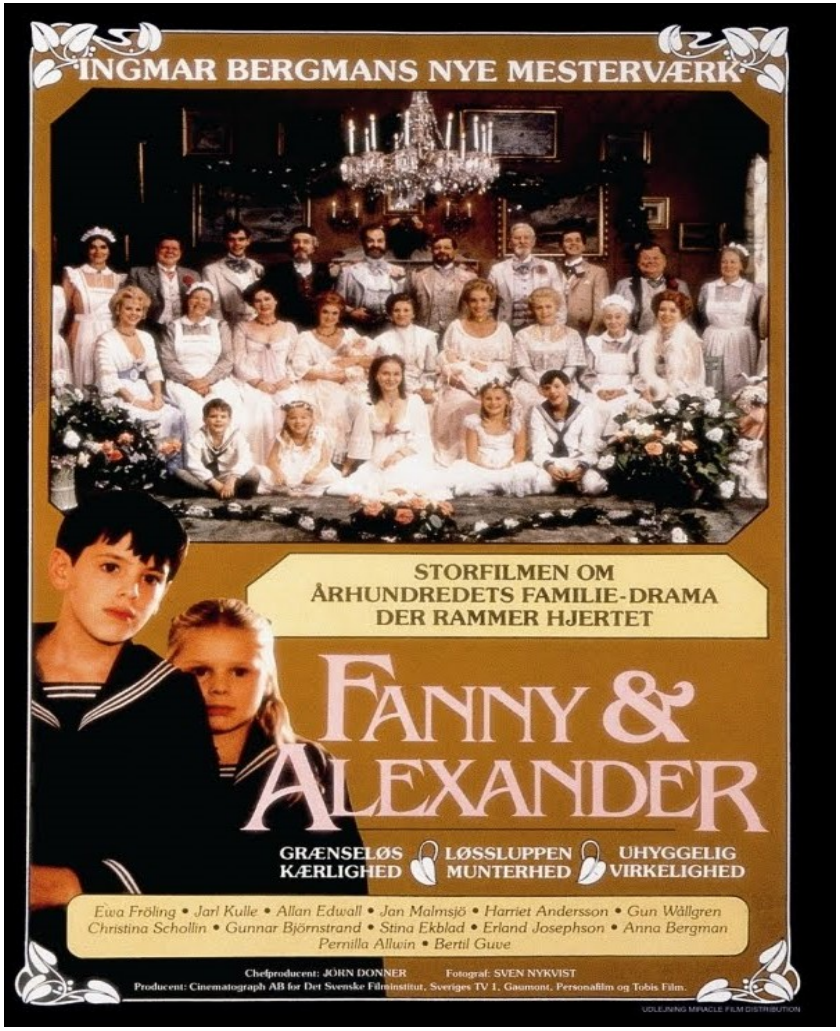
Omezení žalu

- Jsi vinný
- Jsi slabý
- Nebuď směšný
- Jsi zklamal všechny

Omezeni ????

- Jsi Ošklivý
- Jsi nevychovaný
- Nepatříš šlechtě

Ingmar Bergman jako uplatňující humanistický přístup



- Příběh přes postup citů
- Různé projevy stejných citů
- Akceptování citů i přes veřejný zákaz
- Důsledný popis uspořádání veřejného života oproti volnému projevu citů

Otázky k úryvku

Ve jakém významu využívají postavy ponětí *laská*?

Jaké city můžeme sledovat v průběhu úryvku?

Jaké umělecké prostředky se využívají za účelem prokázání citů postav?

Definice destruktivního pocitu

- „onemocnělý“ konstruktivní pocit
- vyčerpají člověka, fungují jako cyklus od sebeponižování až k ponižování jiného člověka a zpátky.
- člověk otrávený destruktivními pocity začíná manipulovat – využívá komunikaci pro své osobní cíly a necítí za to zodpovědnost.

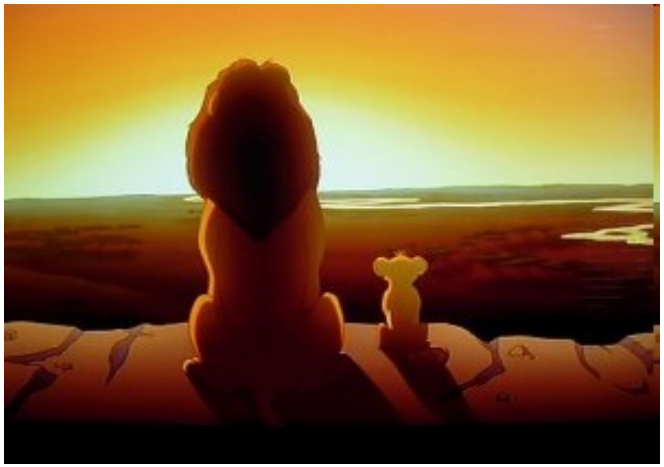
Konstruktivní a destruktivní city

(Everett Shostromm)

Konstruktivní	***Destruktivní***
Láska	Vina
Hněv	Nenávist
Strach	Frustrace (neklidnost)
Žal	Ztráta

Láska vs. vina

- Účelem lásky je akceptování, pochopeni, soucit, balance mezi důvěrností a respektováním hranic.
- Vina: člověk střídá sebeobviňování a obvinování jiného („Zkazil jsem ti život – Zkazil jsi můj život“)



- Pocit viny překáží Simbovi vypracovat identitu s otcem

Projevy viny:

Sebebičování, akceptování problémů jiných lidé jako svých vlastních, ignorování svých problémů včetně zdraví, snaha uskutečnit nějaký nemožný úkol (extra cíl).

Hněv vs. nenávist

- **Hněv** je zaměřen na projev nespokojenosti a obhajobu svých hranic a práv v případu jejich porušení.
- **Nenávist**: důsledné odmítnutí a snaha zbavit se toho

- *Sitkom* (F.Ozon): Otec má sen, že na své narozeniny postřílí celou rodinu

Projevy nenávisti

- nepřímé projevovaní nespokojenosti (nepřímo na toho, kdo je zdrojem hněvu, ale i na jiného člověka, věc, zvíře)
- toxický humor
- odmítnuti pozitivního fyzického kontaktu
- iracionální fyzická agrese, sebepoškozování.
- přísné nepropustné hranice, omezení vlivu jiných lidí (kvůli obavě z podlehnutí a porážky)
- Mimořádný výbuch toho všeho i mimo racionální důvody.

Strach vs. frustrace

- **Strach** podporuje adekvátní ohodnocení svých možnosti, akceptování slabých stránek a dokonce nemožnost kontrolovat a předpokládat všechno, strach funguje jako zdroj spontánního chování
- **Frustrace** má jako základ intenci kontrolovat všechno, snahu vyškrtnout jakoukoliv náhodu

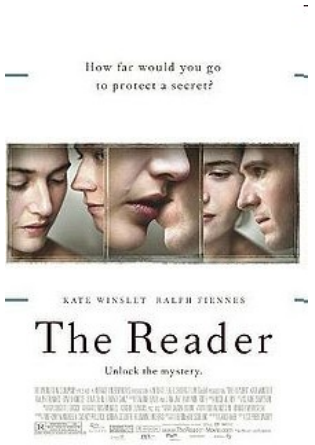
Blesk McQueen odmítá pomoc jiných a chce všechno kontrolovat

Projevy neklidnosti

- podceňování jiných lidí (jiný nemá schopnost něco udělat samostatně a potřebuje důslednou kontrolu)
- okultismus, víra v magii
- přísnost, zaměření na hygienu
- náboženský fanatismus

Žal vs. ztráta

- **Žal** přináší samostatnost a nezávislost, akceptování toho, že zaplacením za lásku a soucit je ztráta tohoto citu
- **Ztráta**: bolestivá soustředěnost na „kdyby“: co by bylo, kdyby se ta událost nestala



- Damiel (*Himmel uber Berlin*) se chce zbavit své nesmrtelnosti a stát se člověkem, aby měl možnost milovat
- Michael naopak ztratí navždycky schopnost milovat po nepřekonání případu s Hannou

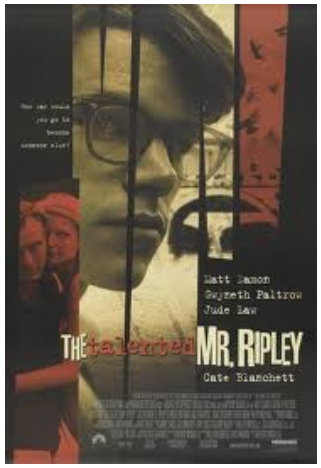
Projevy ztráty

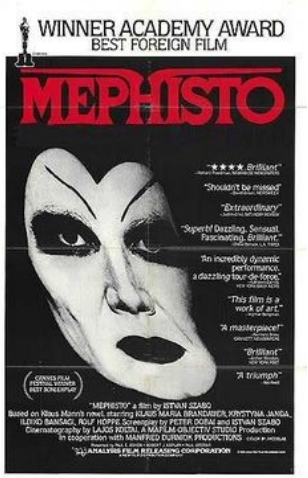
- člověk ignoruje projevy pocitů a myslí na potrestání sebe i jiných.
- efekt „ať je všem hůře i přesto, že mi nebude lépe“
- závislosti na látkách

Co nabízí humanistický přístup v kultuře a v pomáhající práci

- Odlišování přání a tužeb od potřeb
- Akceptování citů jako zdroje smyslu pro život
- Práce s pocity: chápat a analyzovat
- Únik od veřejnosti a zahájení své komunity

Odlišování přáni a tuh od potřeb a předpisů





- Svědomí jako odvaha akceptovat svůj výběr
  Filmy o svědomí a jeho ztrátě, totožnost mezi bezcitností a krutostí

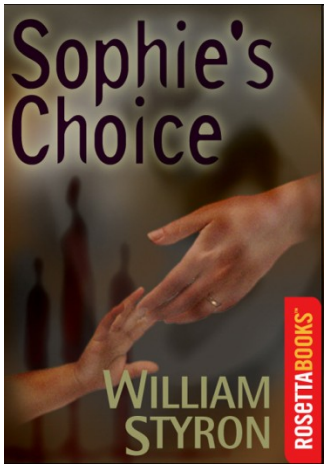
Kdo je opravdový zločinec?

?

Moc vs. Člověk

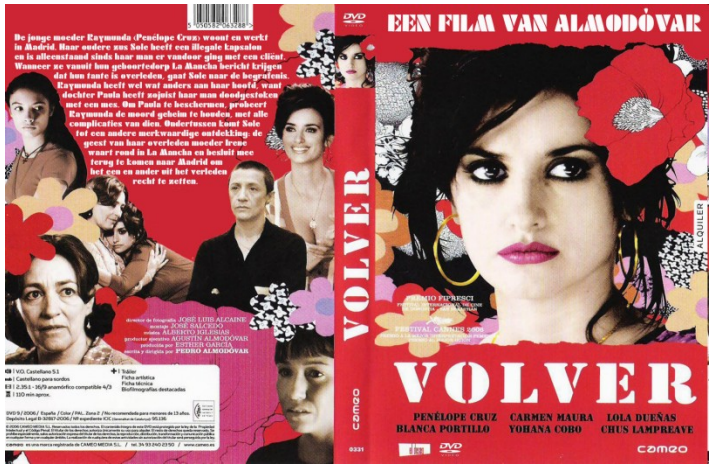
Filmy o lidech padlých na sociální dno, kteří probouzí soucit

- Rubová stránka člověka a její akceptování jako praxe pro sebevědomí
- Lidé, kteří nedokázali dosáhnout úspěchu, ale mají své city

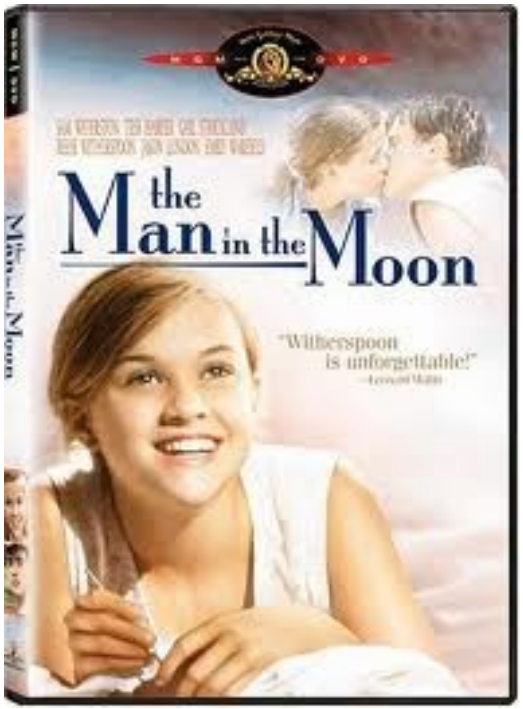


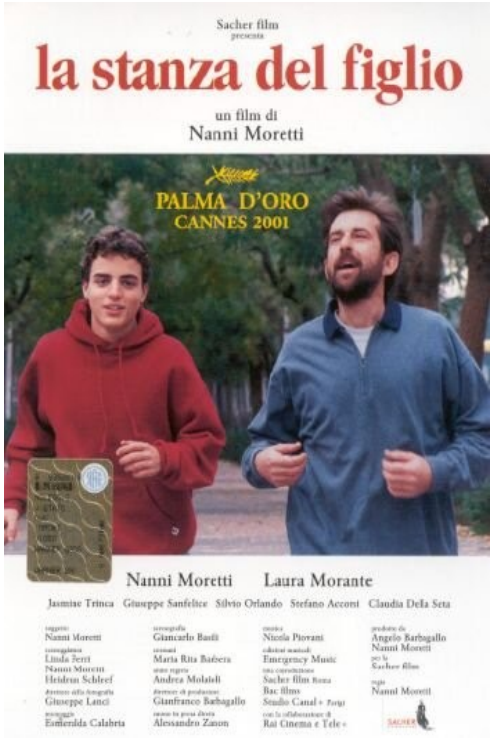
„Já“ koncepce jako sociální pojem

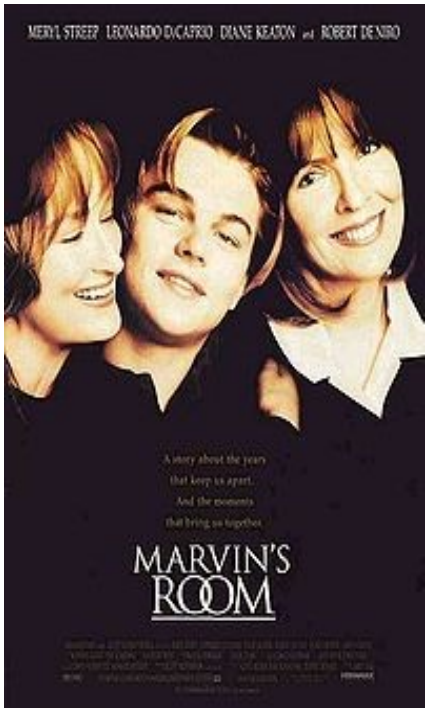
Akceptováni jiného
díky přechodnému
plnění úlohy jiného
člověka



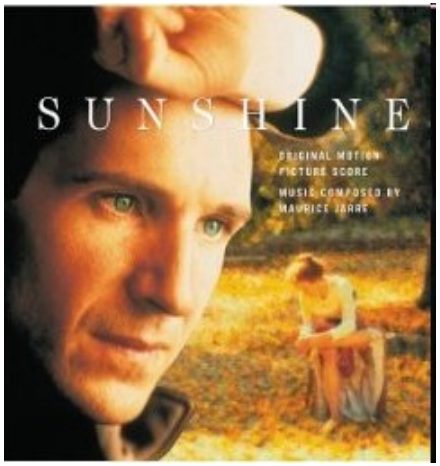
Filmy o smíru a odpuštění

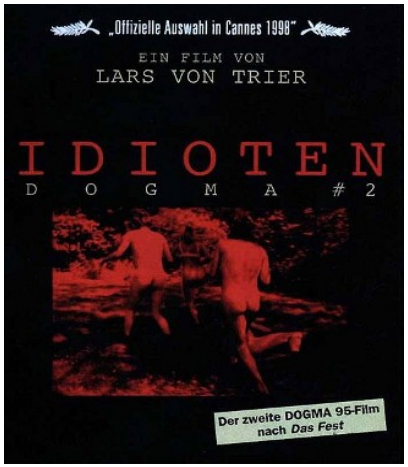


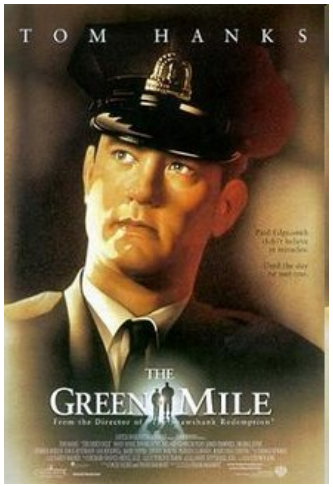


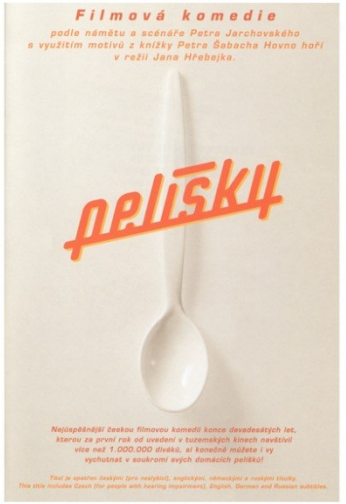


Akceptování citů jako zdroje smyslu pro život



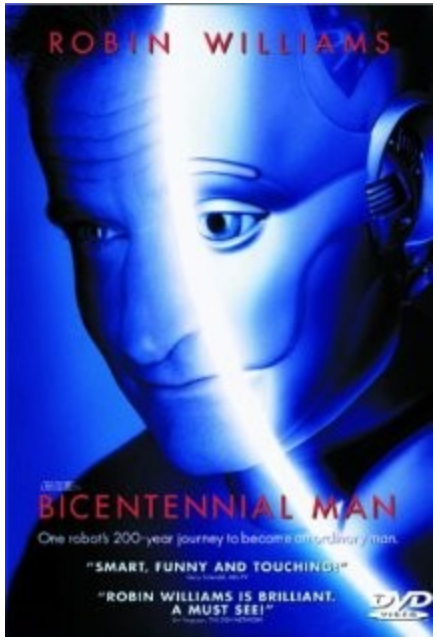


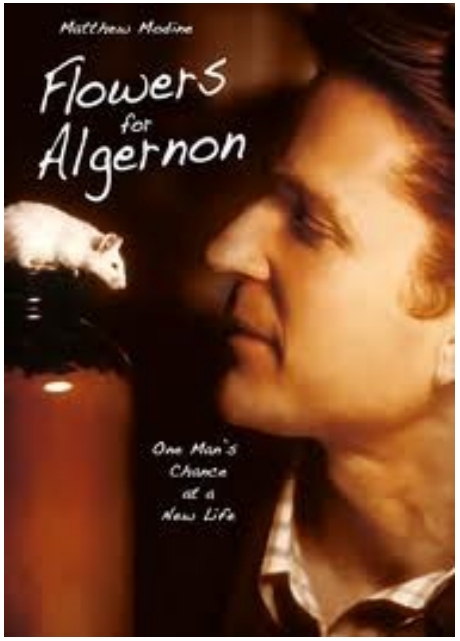




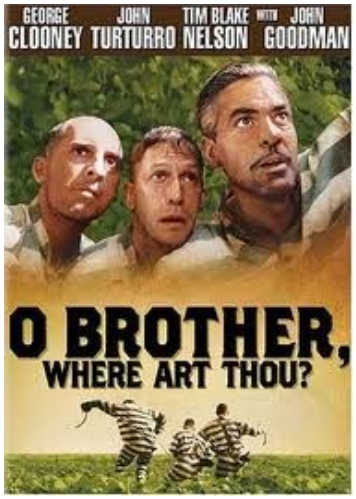
- Proces životu je nejdůležitější věc v porovnání se všemi úspěchy

Vyrovnání procesu a výsledku, pochybování v úloze úspěchu





Únik od veřejnosti a zahájení své komunity



- humanistické komedie

Domácí úkol 3,

Sheridan College "Electropolis" (2009) příklad humanistického přístupu

http://www.youtube.com/watch?v=8FYoIwYkoWY&feature=related

Klíčová otázka: Podporuje nebo kritizuje humanistický přístup?

Otázky k filmu

Co symbolizují klíčové protiklady filmu:

- Světlé barvy vs. Šedost
- Tančeni vs. Určitý pochyb (jen přes ulici)
- Žijící jednotlivci vs. Mechanistické věci
- Velké město vs. Skladka mimo města