

## 5. Sebesystém, vztah k vlastnímu já

**Petr Macek**

**In: Výrost, J., Slaměník, I. (Eds.) (2007). Sociální psychologie. Praha: Grada**

Sebeuvědomění, zážitek sebe sama a vztah k vlastnímu já jsou unikátní charakteristiky lidské psychiky, které dávají lidskému životu zásadní rozměr a subjektivní smysl. Psychologie a sociální psychologie se pojmu já nemůže v žádném případě vyhnout, je předmětem jejího zájmu od konce 19. stol. Nebývalý rozmach prožila zv. psychologie jáství (self psychology) zejména v posledních čtyřiceti letech. Pojem já se stal velmi důležitým propojovacím článkem mezi sociální psychologií, vývojovou psychologií a psychologií osobnosti. V rámci sociální psychologie se rapidně rozvíjí především v rámci sociálněkognitivního paradigmatu.

Velký zájem o psychologii jáství však současně vedl ke vzniku nepřehledného množství konstruktů, které vyjadřují různé aspekty reflexe vlastního já. Náš výklad může být proto jen výběrový, zaměřujeme se pouze na nejrozšířenější pojmy a teorie, které se k psychologii já v současnosti vztahují. Nejdříve popíšeme specifičnost jáské zkušenosti. Dále krátce naznačíme, jaké jsou její možné reprezentace. Následně pojednáme diferencovaně o sebesystému, o jeho kognitivní, emocionální a konativní složce.

### 5. 1 Specifičnost jáské zkušenosti

Výchozí pojem pro tuto kapitolu nazveme prozatím jáskou zkušeností. Ta může mít řadu nejrůznějších podob. Je to např. pohled na vlastní obraz v zrcadle, může to být pozorování sebe sama na videozáznamu. Patří sem i zážitek vlastního studu či pýchy na sebe sama. Může to být i pocit velké blízkosti (souznění) s druhým člověkem, stejně tak pocit vlastní kompetence či naopak vědomí vlastního handicapu.

Vědomí vlastního já je přítomné v každém jednání, kde záměrně o něco usilujeme a kde zapojujeme vůli. Jáská zkušenost je také zážitek vlastní jedinečnosti a neopakovatelnosti, podobně jako potřeba někam a k někomu patřit. Vztah k sobě samému má také rozměr vlastní minulosti, přítomnosti a budoucnosti. Vztahuje se také k tomu, co chci, co mohu, co se ode mě očekává a kdo bych si třeba nikdy nepřál být.

### 5. 1. 1 Subjektivnost a jedinečnost

Svoje já si uvědomujeme vždy bezprostředně a pouze v jedinečné podobě. Tato subjektivní unikátnost je jedním ze základních atributů jáství. Je to zkušenost neopakovatelná, nepřenositelná a nesdělitelná. „Všichni máme intuici, že každý z nás má já, že každý z nás si je něčeho vědom či že je nějak inteligentní; není však vůbec snadné vyjádřit, co já (nebo vědomí či inteligence) je, či co dělá“, podotýkají v této souvislosti J. F. Kihlstrom a N. Cantorová (1984, s. 2). O já druhých lidí se můžeme dozvědět vždy jen něco, vždy jen zprostředkovaně, v podstatě ne jinak než na základě jejich konkrétní výpovědi o sobě samém (Říčan, 1970).

Základem jáské zkušenosti je obvykle nějaký pocit, který člověk identifikuje jako nedílnou součást sebe. V okamžiku jeho uvědomění ho zpravidla konfrontuje (bezděčně či záměrně) se svojí dřívější zkušeností. Tím se vědomí vlastního já rozšiřuje a nabývá nových kvalit. Problém vzniká, má-li být tato jáská zkušenost nějak explicitně vyjádřena, třeba formou sdělení druhým lidem. I při upřímné snaze sdělit vše zažívá člověk často pocit, že to, co sděluje o sobě druhým, je silně zjednodušené, neúplné či o něco ochuzené.

Další problém vzniká, zamýšlíme-li se nad tím, co je v naší jáské zkušenosti stálé a co proměnlivé. To, co si ze sebe uvědomujeme a co vztahujeme aktivně k zážitku sebe jako nositele a aktéra jáské zkušenosti, je odlišné v různých situacích. Jiné vlastnosti máme na zřeteli, když např. řešíme nějaký důležitý osobní problém a jinou stránku sebe sama nabízíme v situaci, kdy třeba anonymně odpovídáme v dotazníku na otázku, kdo a jací vlastně jsme.

Od těchto běžných subjektivních zkušeností se pak odvíjí úvaha, čeho se vlastně psychologická a sociálněpsychologická analýza jáství týká a čeho se týkat může. Budeme-li v následujícím textu usilovat o bližší charakteristiku některých aspektů vztahu k sobě samému, bude to vždy prostřednictvím hypotetických konstruktů popisujících nějaký aspekt jáské zkušenosti.

### 5. 1. 2 Dvojakost jáství

Dualita sebereflexe je vyjádřena v jednoduché větě: „Já jsem si vědom sám sebe“. Na jedné straně stojí tzv. podmětné já, tedy ten, kdo si uvědomuje sám sebe (já jako činitel, já jako poznávající - „knower“, „I“). Jinak řečeno, v já je zakotven subjekt činnosti a prožívání - jsem to „já“, kdo si je vědom sám sebe. Druhým modem duality je naše já jako předmět či objekt

vlastního poznávání („known“), představa o sobě samém (o vlastním vzhledu, vlastnostech, statusu apod.) a hodnocení sebe sama. Pro komplexní označení této zkušenosti používá angličtina termín self a jeho složení z „I“ a „Me“ pochází již od W. Jamese (1890).

Sociálněpsychologický pohled na problematiku jáství je tradičně zaměřen na zkoumání já jako objektu, i když zejména v posledních dvou desetiletích narůstá počet prací, které se snaží do teoretických modelů a empirických výzkumů zakomponovat oba výše zmíněné aspekty jáství.

## 5. 2 Já jako subjekt činnosti, poznávání a prožívání

Studium já jako subjektu zahrnuje zkoumání intrapersonálních aktivit a procesů, které utvářejí a organizují obsahy vztahované k já. Protože jsou vždy vázány na konkrétní obsah vědomí, je velmi nesnadné popsat a hodnotit je samostatně. Také je obtížné rozlišit, které procesy jsou relevantní pouze sebereflexi a které jsou obecnější povahy.

### 5. 2. 1 Základní charakteristiky činného já

Podle W. Damona a D. Harta (1988) je základním atributem já jako subjektu to, že jde o činitele a nositele vůle (agency and volition), a že je to psychická kvalita, která zajišťuje spojitost (continuity) a zvláštnost či unikátnost (distinctness) osobní zkušenosti (viz též A. Oosterwegel, 1992). K. Balcar hovoří o činném já jako o zvláštním tvaru, ve kterém „jsou integračními ději duševna... různé prožitkové obsahy a síly uspořádávány tak, jak se vyskytnou. Bez nich patrný není; za normálních podmínek zaujímá však „prožitková“ látka tento tvar se značnou stálostí - alespoň základního, jednotícího půdorysu.“ (Balcar, 1983, s. 155).

Já jako subjekt je spojováno s okamžikem přítomnosti (H. Markus, E. Wurf, 1987) a s přítomností vědomí (Balcar, 1983). V tom okamžiku nejde oddělit od aktuálních kognitivních procesů, jako je pozornost a paměť, vnímání a myšlení či komplexnějších procesů, jakými je volní akt či hodnocení. Tyto procesy jsou nutné pro existenci činného já, na druhé straně činné já svou přítomností ve vědomí ovlivňuje poznávání a prožívání jak vnějšího světa, tak vnitřní, intrapsychické stránky člověka.

### 5. 2. 2 Selektivní vědomí a pozornost

Vypůjčme si pro ilustraci příklad, který uvádějí S. Brehmová, S. Kassin a S. Fein (2005). Představte si, že jste se ocitli na večírku. Místností se nese šum tiché konverzace, cinkot skleniček a náladová hudba. Právě jste se s někým seznámili a nezávazně s ním konverzujete. Uprostřed hovoru se najednou zarazíte, protože si uvědomíte, že na opačném konci místnosti někdo vyslovil vaše jméno... Právě jste si zažili „**coctail party phenomenon**“ - schopnost uvědomit si a postřehnout osobně relevantní podněty v komplexním prostředí (Moray, 1959, cit. dle Brehm, Kassin, Fein, 2005). Pro kognitivní psychology je to indikace, že lidé jsou v percepce výběroví. Sociální psycholog k tomu dodá, že to, co se týká vlastního já, není jen obyčejný podnět, ale je v daném prostředí a v danou chvíli vnímán jako ten nejdůležitější v celém sociálním prostředí. To, co se projevilo jako citlivý detektor sociálního prostředí, bylo právě naše činné já.

Činné já není jen detektorem sebe-relevantních podnětů, ale je i aktivním iniciátorem nezaměřené pozornosti. Podle některých autorů (např. S. Duval, R. A. Wicklund, 1972; Ch. S. Carver, M. F. Scheier, 1981; Ch. S. Carver, 2003) není příliš běžné, že lidé zaměřují pozornost na sebe sama, ale je jistě řada situací, které je k tomu podněcují (např. pohled do zrcadla, shlédnutí videozáznamu s vlastní osobou, nová role vedoucího či třeba novopečeného otce). Najdeme zde i velké interindividuální rozdíly - pro některé lidi je vědomá sebereflexe celkem běžným stavem (ale třeba jen v některých situacích), u jiných je naproti tomu spíše výjimečná. Rozvedeme-li tuto myšlenku podrobněji (viz 5. 3. 2), bude znamenat konec umělé izolace činného já jako aktivátora naší pozornosti. Nezbytnou se ukáže vazba na konkrétní obsah sebereflexe a rovněž na sociální kontext, ve kterém se odehrává.

### 5. 2. 3 Souvztažnost činného já a paměti

Činné já je provázáno s pamětí, v podstatě není možné oddělit jedno od druhého (A. G. Greenwald, A. R. Pratkanis, 1984). Ztrácí-li člověk paměť, ztrácí i integritu vlastní osobnosti. Jinak řečeno, pamatovat si znamená rozumět tomu, proč se chovám v určité situaci určitým způsobem, znamená to rovněž spojit do jednoho celku zkušenosti, které získávám kontaktem s druhými lidmi.

Činné já také ovlivňuje průběh paměťových procesů (Greenwald, 1981). Např. tzv. **sebeprodukční efekt** (self-generation effect) znamená, že to, co člověk aktivně vytváří, vybavuje si mnohem snadněji než to, co přijal pouze pasivně. Podobně věci, které si člověk při zapamatování vztahuje vůči sobě (považuje je za relevantní vlastnímu já), si vybavuje

snadněji než ty, které se k já nevztahují (tj. sebe-referenční efekt). Sebezapojující efekt (ego-involvement effect) zase znamená, že co je spojeno s dosud trvajícím úkolem, se vybavuje snadněji než to, co se vztahuje k úkolu, který již byl splněn.

Z výše uvedeného je zřejmé, že provázanost činného já a paměti nelze redukovat na pouhou „přítomnost já“ v paměťových procesech. Uvědomění si sebe sama tu též plní aktivní a facilitační úlohu. Uplatňuje se tu princip egocentričnosti (Greenwald, Pratkanis, 1984), podle kterého člověk aktivně vyhledává a pamatuje si ty informace, které považuje za vysoce relevantní vlastnímu já. Příkládá jim velkou důležitost, ať už proto, že se cítí být v jejich „centru“ nebo proto, že vnímá možnost svého bezprostředního vlivu (podrobněji viz též Blatný, 2003).

#### 5. 2. 4 Činné já a seberegulace

Činné já se ovšem zapojuje také v mnohem komplexnějších procesech, než je vybavování obsahů uložených v paměti. Týká se to zejména seberegulačních procesů. Vliv činného já neimplikuje automaticky vyšší efektivitu jednání či příjemnější emoce a prožitky. Zapojení činného já (ego-involvement) do řešení určitého úkolu zvyšuje efektivnost jeho plnění zejména v těch situacích, kde člověk může skutečně dosáhnout nějakého pozitivního standardu (Carver, Scheier, 1981). V jiných situacích však může být efekt přímo opačný. Je-li člověk zaměřen spíše na svůj „vnitřní stav“ než na to, co dělá, hodnotu jeho výkonu to častěji spíše sníží. Výsledky z řady studií jsou však nejednoznačné (Markus, Wurf, 1987). Právě v těchto souvislostech se jasně ukazuje, že činné já je možné vyčlenit pouze teoreticky jako hypotetický konstrukt, i když fakticky je jeho provázanost na obsah sebereflexe a na aktuální sociální kontext neopomenutelná.

#### 5. 3 Já jako objekt vlastní reflexe

Schopnost sebereflexe, zahrnující vědomé sebepoznávání, sebehodnocení a seberegulaci, je psychická charakteristika, která dává životu člověka zcela nový rozměr. To, co vztahuje člověk ke svému já a jakým způsobem tak činí, je navýsost jedinečné. Jestliže psychologie osobnosti zdůrazňuje dispoziční determinaci obsahu a procesu sebereflexe (Blatný, 2001), sociálněpsychologický přístup zdůrazňuje interpersonální vlivy (interakce s konkrétními lidmi) a také kulturní a historickou podmíněnost (pojetí jedince v konkrétní společnosti, společenské standardy atd., viz např. R. B. Baumeister, 1997; K. Danziger, 1997). I když se nyní explicitně nebudeme touto determinací sebereflexe podrobněji zabývat, je zřejmé, že při

psychologickém výzkumu já nelze tyto určující vlivy vynechat. Stejně tak je důležité začlenit obsah sebereflexe do komplexnějšího rámce uvažování o člověku. Za velmi relevantní v tomto směru můžeme např. považovat téma osobní a sociální identity (viz kap. 6), celkového pocitového naladění a životní spokojenosti (well-being), duševního zdraví, hodnotové orientace a smyslu života.

### 5. 3. 1 Sebesystém a další příbuzné konstrukty

Termín sebesystém či jáský systém (self-system) používáme ve shodě s dalšími autory (např. A. Oosterwegel, L. Oppenheimer, 1993; C. S. Dweck, E. T. Higgins, H. Grant-Pillow, 2003) k souhrnnému označení všech aspektů obsahu sebereflexe. Zahrnuje obsahovou i procesuální stránku jáství, jakož i dynamiku jejich vzájemného ovlivňování (Blatný, 2003). Má-li být konstrukt sebesystém užitečný pro naše další pojednání, je třeba ho dát do souvislostí s dalšími termíny a konstrukty, které se týkají dílčích aspektů sebereflexe.

Nejčastěji používaný termín v psychologii já je **sebepojetí** (self-concept). Sebepojetí implikuje především kognitivní obsah, často i strukturu sebereflexe (též self-conception, self-structure). V tomto smyslu ho také používáme v této kapitole. Termín sebepojetí je však také často používán v širším významu, ve smyslu já jako objekt (viz např. Blatný, 2003).

Další široce užívaný termín je **sebehodnocení**. Označuje buď proces, konkrétní dílčí výsledek sebehodnocení (self-evaluation), nebo tzv. globální či celkové sebehodnocení (v angličtině obvykle termín self-esteem). Pro celkové sebehodnocení bývá ještě používán termín hodnota vlastního já (self-worth). V zjednodušené podobě můžeme sebehodnocení považovat za převážně emoční aspekt sebesystému (i když ve skutečnosti víme, že pocity a prožitky od obsahu sebepojetí nikdy zcela oddělit nejdou).

Při posuzování vlivu já na jednání a chování mluvíme obvykle o **seberegulaci**. V širším slova smyslu zahrnuje seberegulace jak přímé vlivy činného já, sebepojetí a sebehodnocení na naše chování, tak i ne vždy zcela uvědomované strategie sebezprezentace.

Tento dílčí výčet hlavních konstruktů jáství ukazuje, že psychologická analýza sebesystému je v současné sociální psychologii velmi diferencovaná a málo přehledná. Rozlišení tří složek sebesystému, tj. kognitivní, emocionální a konativní má své opodstatnění v rámci logického třídění psychických procesů a jejich projevů (poznávání - prožívání - chování). Nicméně, v

běžné zkušenosti člověka se já reprezentuje jako mnohvrstevnatý a komplexní fenomén, který málokdy respektuje logická akademická třídění.

### 5. 3. 2 Jáské reprezentace, vztahový rámec uvažování o já

Já může být ve vědomí reprezentované v mnoha konkrétních podobách. Některé z těchto reprezentací mají přímé konsekvence pro jednání, často jsou vázány na konkrétní společenskou roli (já žena, já studentka, já partnerka). Jiné reprezentace sebe jsou jen obtížně definovatelné, mají spíše pocitový základ. Jáské reprezentace sebe jsou také vzájemně provázány, člověk je schopen uvažovat o sobě samém současně v různých vztahových rámcích a souvislostech.

Reprezentace já mají různou subjektivní **důležitost a stabilitu**. Ty s vysokou důležitostí i stabilitou tvoří obvykle přirozené jádro sebepojetí. Jiné jsou spíše na jeho pomyslném okraji (periferii) a určitou důležitost nabývají podle momentálních okolností.

Z hlediska **časové lokalizace** můžeme např. mluvit o minulém, přítomném a budoucím já, z hlediska **pozitivnosti a negativnosti** obsahu o dobrém a špatném já, případně o pravdivém a falešném já (v přehledu viz např. Blatný, 2003). Jáské reprezentace se také často vztahují ke konkrétním standardům a představám, reprezentovaným důležitými osobami (já podle otce, já podle matky, představa, jak si myslím, že mě vidí moje partnerka, moje dítě atd.).

**Minulé já** je často poznamenáno tzv. sebeztažným a egocentrickým efektem (Greenwald, Pratkanis, 1984). Prakticky to znamená, že většina lidí si častěji a raději pamatuje minulé události, u kterých se vnímala spíše ve středu dění. Také v našem přítomném já se soustředíme více na ty charakteristiky a dojmy, které korespondují s naší minulou zkušeností. Obsah minulého já rovněž podléhá změnám. Jednak s odstupem času u řady lidí narůstá sklon k tzv. benefektanci, tedy tendenci vidět sebe sama jako efektivního a kompetentního činitele (Greenwald, 1980), a dále se tu často uplatňuje i tzv. „hindsight bias“ (B. Fischhoff, R. Beyth, 1975), tj. tendence myslet si po nějaké události, že jsme věděli předem, co se stane (výrok typu „já jsem stejně věděl, jak to dopadne“). Přitom však nebereme v úvahu, že před událostí jsme zvažovali několik možných eventualit průběhu dění a všechny se nám zdály stejně málo či hodně věrohodné. Děje se tak často pod vlivem nových dodatečných informací, které nám umožňují vidět minulé dění „ve správném světle“.

**Přítomné já** („jaký jsem nyní“) je produktem zobecněné minulé zkušenosti a aktuální sebepercepce a introspekce. Sebeperpenci stojí za to od introspekce odlišit, zejména v souvislosti s reflexí a atribucí vlastního chování v určité situaci.

Podle D. Bema (1972) lidé dospívají k vědomí vnitřních stavů (charakteristik, emocí, motivů vztahovaných k vlastnímu já) stejným způsobem, jako na ně usuzují u druhých lidí - tj. na základě percepce vlastního chování v určitých situacích (např. „málokdy se v jednání s druhými rozčílím, jsem tedy klidný člověk). Pro důležitost sebepercepce jako základního mechanismu utváření přítomného já se dá najít mnoho podpůrných tvrzení. Jejich rozbořením bychom však možná zjistili, že se vztahují především k aktuální sebereflexi v těch situacích, pro které nemá člověk jiné, dostatečně věrohodné vysvětlení z minulé zkušenosti (resp. kde se mu jeví jako „nedostačující“ vysvětlit vlastní chování „pouze“ z takových charakteristik, které považuje u sebe sama za stabilní a trvalé).

Introspekce se více zaměřuje na analýzu vlastního prožívání, popř. na hledání motivů vlastního chování. Lidé obvykle předpokládají, že právě tento proces, kdy se snaží „logicky“ vysvětlit sebe sama vede k poznání „pravého já“. Do určité míry je to jistě pravda, ovšem i zde můžeme vidět určité limity. Tam, kde je člověk hodně emocionálně zaangažován, často ztrácí schopnost „střízlivého náhledu“ na vlastní chování a prožívání (např. stav zamilovanosti). Navíc, jak rozvedeme v dalším textu, i hlubší poznávání sebe sama je založeno na určitém „filtrování“ vlastní sebereflexe (H. Markus, 1977).

**Budoucí já** je vyvozeno z reprezentací minulých a přítomných já. Souvisí s potřebou anticipovat vlastní chování stejně jako chování druhých lidí, s orientací na budoucí úkoly a cíle, s naplňováním osobních závazků (commitment).

Do budoucna zaměřené je často i tzv. **ideální já** (ideal self), tj. představa člověka o tom, jaký by chtěl být. Ideál sebe je vedle aktuálního já nejčastěji reflektovanou reprezentací jáské zkušenosti a také je nejčastěji předmětem psychologické analýzy (K. Horney, 1950; C. R. Rogers, 1951; M. Rosenberg, 1979). U některých lidí je ideální já zakotveno především autonomně, tj. je v něm obsaženo především to, co člověk sám chce, co si přeje. V jiné podobě může ideální já zahrnovat větší měrou požadavky a normy společnosti - v této souvislosti se mluví o tzv. **požadovaném já** (ought self – E. T. Higgins, 1987).



Stejně relevantní jako představa o tom, co člověk chce a čeho si přeje dosáhnout, může být i reprezentace toho, co by nikdy nechtěl a co si nepřeje, tj. **nechtěné či nežádané já** (undesired self, D. M. Ogilvie, 1987). Tato reprezentace sebe se nedá zjednodušit na pouhou negaci ideálu sebe. Má často jak odlišnou strukturu a obsah, tak i odlišnou subjektivní důležitost (Macek, Osecká, 1996).

Rozlišení mezi intrapersonální (autonomní) a interpersonální (vztahovou) reprezentací já může být na obecnější úrovni vysvětlováno konstrukty **soukromého a veřejného sebeuvědomění či já** (A. Fenigstein, M. F. Scheier, A. H. Buss, 1975; Buss, 1980). Tato distinkce v zaměření na sebe souvisí do značné míry s dvěma výše uvedenými procesy sebereflexe - sebepercepce a introspekce. Lidé s vysokým soukromým já (private self) často používají introspekci a zaměřují se na reflexi vlastních pocitů a prožitků. Je pro ně důležité vymezit svoje já autonomně, tedy relativně nezávisle na mínění druhých. Lidé s vysokou mírou veřejného já (public self) si často uvědomují svoje chování v sociálních situacích. Obvykle jim hodně záleží na mínění druhých osob, zejména těch, které považují za důležité (significant others). Jejich já je tedy často reprezentováno interpersonálně, ve vztahu (např. moje já podle partnera - tj. představa o tom, jak mě vidí a hodnotí můj partner, já podle matky, podle autorit atd.).

Řada výše uvedených reprezentací já by se dala zařadit do skupiny tzv. **možných já** (possible selves), jak je charakterizovaly H. Markusová a P. Nuriusová (1986). Tyto představy se obvykle vztahují k budoucnosti, vyjadřují osobně důležitá přání, aspirace, možnosti, touhy, sny či obavy. Fungují jako etalony a standardy a mají rovněž motivační a adaptační funkci. Např. zažívá-li člověk nějakou osobnostní krizi nebo výraznou osobnostní změnu, možná já jsou vztažné body, vůči kterým se dá znovu „zakotvit“ (S. Cross, H. Markus, 1991).

Jak jsme již uvedli, jednotlivé jáské reprezentace jsou v rámci sebereflexe vzájemně propojeny a srovnávány. V následujícím textu poukážeme v několika souvislostech na to, jak se konfrontace různých reprezentací já účastní v procesech sebehodnocení a seberegulace.

#### 5. 4 Kognitivní složka sebesystému - sebespojetí

Jednoduše řečeno, sebespojetí jsou především poznatky (knowledge) a přesvědčení (beliefs) o sobě samém (J. D. Cambell, S. Assanand, A. DiPaula, 2000). Už z tohoto vymezení je zřejmé, že nejde nikdy o čisté kognitivní elementy či jejich strukturu. Spokojme se s vymezením, že

sebeпоjetí je hypotetický konstrukt, kterým se snažíme popsat obsah vědomí vztahovaný k vlastnímu já. Výzkumníky na tomto poli zajímá nejen konkrétní obsah sebeпоjetí, ale také formální a dynamické parametry této kognice. Právě tato oblast výzkumu já (self) zaznamenala v posledních třiceti letech značný rozmach a vedla ke konceptualizaci řady modelů. Některé z nich nyní představíme.

Jeden z významných počínů, který vedl k zvýšenému zájmu o organizaci poznatků v rámci sebeпоjetí, bylo uvedení teorie **sebeschémat či schémat já** (self-schemas) H. Markusové (1977). Schémata jsou pro člověka vodítka, které informace bude považovat za relevantní vlastnímu já a které ne. Jsou výsledkem generalizace opakovaného procesu sebepercepce a kategorizace. Schémata já jsou k celkovému sebeпоjetí asi v takovém vztahu, jako je souvislost mezi hypotézami a teorií, či mezi knihami a knihovnou. Některé informace jsou relevantní já téměř pro všechny lidi (v určité kultuře), jiné mohou být individuálně velmi specifické (Brehm, Kassin, Fein, 2005).

Schémata fungují jako filtr informací, které si subjekt pouští ke svému já. Díky nim si rychle vybavíme a zrekonstruujeme určité události z minulosti. Kromě toho schémata stabilizují a integrují sebeпоjetí - informace, které se nedají „nabalit“ na již vytvořená sebeschémata zpravidla odmítáme.

Model sebeпоjetí jako **paměťové struktury** rozvíjí již řadu let se svými spolupracovníky J. F. Kihlstrom (Kihlstrom, Cantor, 1984; Kihlstrom, Beer, Klein, 2003). Podle tohoto přístupu je já uloženo v paměti jako struktura znalostí a zkušeností, jako tzv. prototyp já. Není to kategorie, která je jasně ohraničená, má svoje centrální a periferní charakteristiky. Centrální charakteristiky jsou poměrně stabilní a důležité, okrajové charakteristiky jsou stabilní již v menší míře a vstupují i do jiných kategorií. Označení prototyp já také vyjadřuje, že jde o zobecnělou zkušenost, která je vyabstrahována z pozorování sebe sama ve specifických situačních kontextech. Tato dílčí já (selves) jsou uspořádána do určitých struktur a integrují se na různé úrovni abstrakce (Kihlstrom, Cantor, 1984).

Prototypické pojetí já bylo v následujících dvou desetiletích dále rozpracováno v souvislosti s koncepty epizodické a sémantické paměti do podoby modelů asociativních sítí (viz např. Kihlstrom, Beer, Klein, 2003).

#### 5. 4. 1 Obsahové charakteristiky sebepojetí

Zkoumání obsahu sebepojetí je spojeno s řadou metodologických obtíží. Jak jsme již uvedli, o obsahu se nedá dozvědět jinak, než na základě přímé subjektivní výpovědi. Použijeme-li strukturovaných metod (dotazník, škály), základním problémem zůstává, zda to, co zjišťujeme a měříme, skutečně dotyčný člověk vztahuje k vlastnímu já, zda tedy jde o charakteristiky, které jsou relevantní sebepojetí. Proto mají stále nezastupitelnou roli ty metody, které jsou založeny na volné výpovědi.

Klasickou prací v tomto směru je výzkum Ch. Gordona (1968, 1969). Požádal respondenty, aby ve volných výpovědích odpověděli na jednoduchou otázku - „Kdo jsem?“. Výpovědi zařadil do kategorií podle obsahové podobnosti a podle stupně obecnosti následovně:

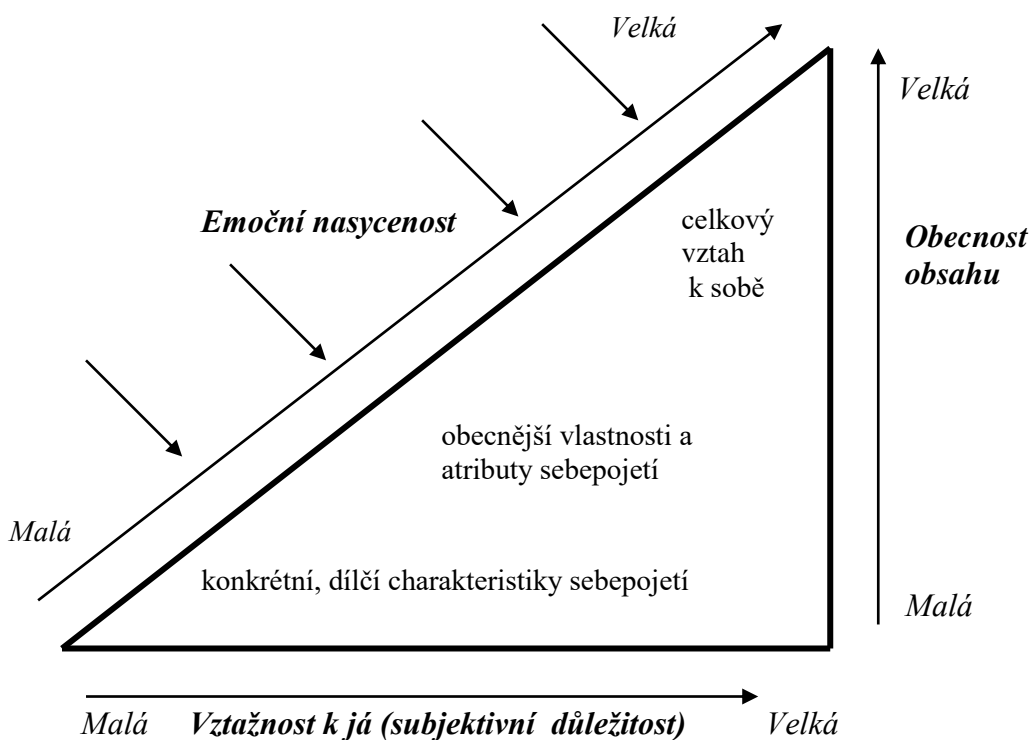
- a) sociální atributy, jako jsou role, status, pohlaví, jméno, věk,
- b) osobnostní atributy reprezentované zájmy, aktivitami, interpersonálními styly chování, dalšími konkrétními charakteristikami, referencemi o vzhledu, majetku atd.,
- c) tzv. systemické mínění o sobě zahrnující vědomí vlastní kompetence, způsob regulace vlastního jednání (aktivní volba směru a cíle vers. pasivní, reaktivní jednání) a tzv. morální já, vyjádřené stabilitou struktury hodnot,
- d) pocit osobní autonomie,
- e) globální sebehodnocení (self-esteem).

K podobným závěrům o obsahu a uspořádání sebepojetí dospívá i řada dalších autorů, kteří používají volné či strukturované metody (např. R. B. Burns, 1982; R. J. Shavelson, R. Bolus, 1982; H. W. Marsh, J. Hattie, 1996).

#### 5. 4. 2 Hypotetický model obsahu sebepojetí

Sebepojetí je z hlediska obsahu obvykle charakterizováno jako multifacetová, hierarchická struktura znalostí a představ o vlastním já. Jednotlivé charakteristiky sebe se navzájem odlišují jednak tím, jak jsou pro daného člověka důležité a také tím, jak jsou obecné. Z běžné sebereflexe i z empirických výzkumů je zřejmé, že jednotlivé informace, znalosti či představy není možné izolovat od prožívání, tedy od emocí.

V hypotetickém modelu sebepojetí jsme se pokusili naznačit vzájemné souvislosti mezi kognitivním obsahem sebepojetí a jeho emoční nasyceností (viz obr. 5. 1).



Obr. 5. 1 Model obsahu sebepojetí

Obsah sebepojetí je vymezen jako obsah pravoúhlého trojúhelníka. Jeho odvěsny reprezentují dvě relativně vzájemně nezávislé dimenze kognitivních obsahů. První je dána jejich subjektivní důležitostí, tj. jejich relevancí vzhledem k já a druhá jejich obecností (dílní, specifické versus globální, obecné). To, do jaké míry jsou konkrétní obsahy sebepojetí nasyceny emocemi, závisí na obou kognitivních parametrech. Čím důležitější jsou a čím obecnější jsou, tím víc jsou provázány s prožitky, protože se stávají předmětem hodnocení. V modelu určíme míru emoční nasycenosti jednotlivých charakteristik kolmým průmětem na přeponu trojúhelníka (podrobně viz Macek, 1991).

#### 5. 4. 3 Formativní parametry obsahu

Teoreticky zajímavá i prakticky významná je otázka diferencovanosti či celistvosti já, resp. problém tzv. **mnohostranného sebepojetí**. Jak připomíná M. Blatný (2003), z dlouhodobého hlediska byl v naší kultuře vždy kladen zvýšený důraz na integrované já jako na důležitou podmínku psychologického přizpůsobení. Na druhé straně, běžná životní zkušenost i

standardy postmoderní společnosti vytvářejí zejména v posledních desetiletích velký tlak na pluralitu, mnohočetnost a flexibilitu sebepojetí (Rosenberg, 1997).

Mnohostranné sebepojetí, které sdružuje řadu různých rolí a osobních charakteristik, může působit psychohygienicky prospěšně. Podle P. Linvilleové (1987) lidé s komplexním sebepojetím (self-complexity) absorbují určitá životní zklamání relativně snadněji než ti, kteří definovali sami sebe pouze v několika specifických oblastech či rolích (např. v roli vedoucího, nebo pouze jako rodiče). Ovšem má-li být komplexita a obsahová pestrost sebepojetí pro člověka přínosem, bude důležité, zda jednotlivé charakteristiky sebepojetí také tvoří souvislý a soudržný celek. Proto lidé často vyhledávají především takové informace, které potvrzují dosavadní představy o jejich „skutečném já“. Rovněž z různých možných interpretací vlastního chování a prožívání si obvykle vybíráme to, co potvrzuje naši dosavadní zkušenost. Např. volíme si takové přátele, kteří jsou jako my nebo kteří nás doplňují, chováme se tak, abychom vyvolali takovou odezvu, jakou si přejeme vyvolat (J. K. Gergen, M. M. Gergen, 1986).

Pluralitu či mnohočetnost já je tedy třeba spojovat s propojením jednotlivých obsahů sebepojetí do smysluplného celku. Důležitá je zde integrační funkce aktivního činného já, tzv. „selfing“ (D. P. McAdams, 1997). Já jako subjekt není v tomto případě jen bdělý pozorovatel sebe sama, ale také organizátor vlastní zkušenosti, který se hlásí k autorství a smysluplnosti vlastních aktivit (viz též Macek, 2003).

#### 5. 5 Emocionální složka sebesystému - sebehodnocení a celkový vztah k sobě

Jak jsme již uvedli, vyčlenit emoce a city jako samostatný aspekt sebesystému je i na teoretické úrovni velmi obtížné. Prožívání a hodnocení je téměř vždy propojeno s nějakým kognitivním obsahem, který člověk vztahuje vůči vlastnímu já. Libost a nelibost (popř. ambivalence těchto polarit), intenzita a stabilita prožívaných stavů se manifestuje buď jako průvodní reakce sebepoznávání (Rosenberg, 1979), nebo jako sebehodnocení, při kterém se člověk srovnává a konfrontuje s nějakými standardy, nejčastěji s ideálním já (L. E. Wells, G. Marwell, 1976). Na obecnější úrovni se sebehodnocení manifestuje jako globální vztah k sobě (self-esteem), či jako vědomí vlastní hodnoty (self-worth) (Rosenberg, 1979; S. Harter, 1985).

**Sebediskrepanční teorie** dává do souvislosti prožívané emoční stavy a vlastní sebereflexi (Higgins, 1987, 1989). Pracuje s reprezentacemi skutečného já (actual self), ideálního já (ideal

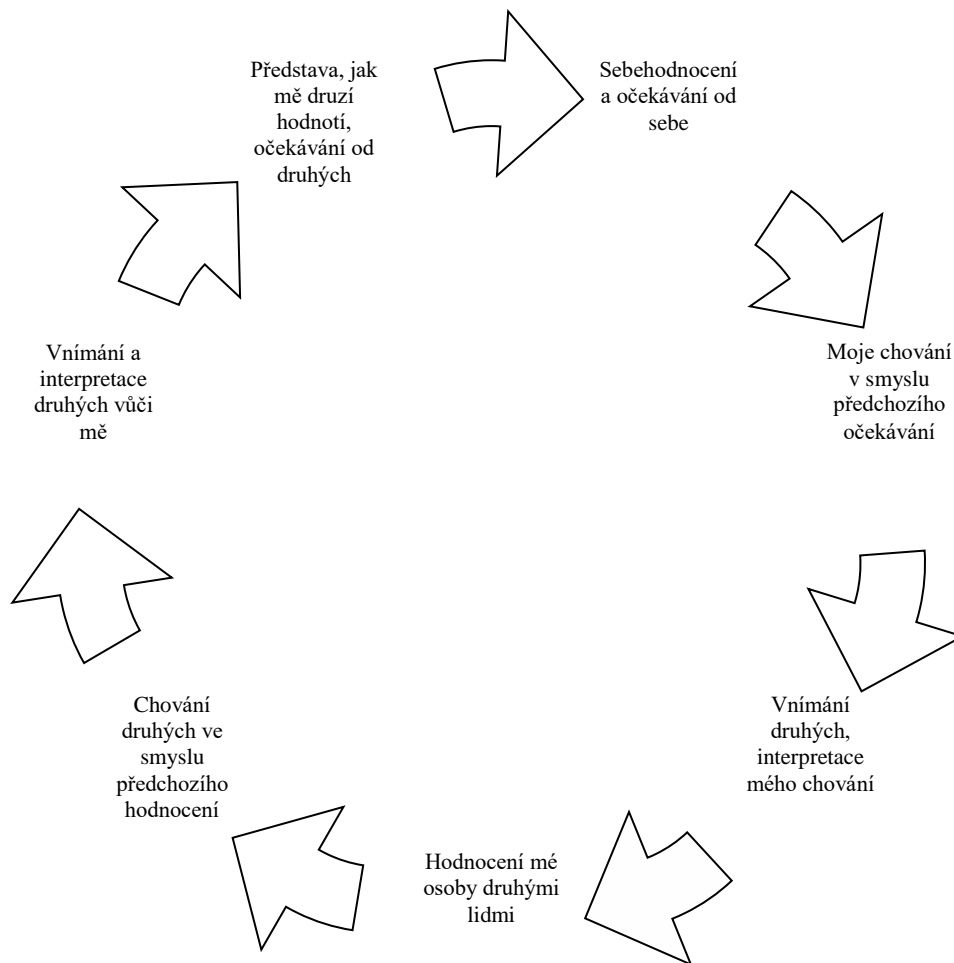
self) a požadovaného já (ought self). Ideální já vyjadřuje naše konkrétní přání, naděje a aspirace. Požadované já zahrnuje charakteristiky, o kterých se domníváme, že bychom je měli mít. Vyplývají z povinností, závazků a zodpovědností, které si bereme za své. Roli hraje také to, z jakého úhlu na normy, přání a požadavky nahlížíme. Důležité je nejen to, co si o sobě myslíme sami, ale i to, jak si představujeme, že nás vnímají a hodnotí druzí lidé, na jejichž mínění nám záleží (srovnej s konstrukty soukromé a veřejné já).

Zažíváme-li velký rozpor mezi tím, jak se vidíme a jací bychom si přáli být (ideálem sebe), prožíváme podle autora této teorie zklamání, nenaplnění a frustraci. Nenaplnujeme-li přání druhých, vede nás to k depresivním pocitům, protože se obáváme, že ztratíme jejich náklonnost. Rozpor mezi požadovaným já a aktuálním já zase vyvolává úzkostné pocity. V případě vlastního požadovaného já se cítíme provinile, protože jsme nedostáli povinnostem, závazkům a odpovědnostem, které jsme na sebe dobrovolně vzali. Nenaplnujeme-li požadavky druhých, cítíme hanbu a stud, případně se obáváme možných sankcí (Higgins, 1989).

Samozřejmě, že určitou míru diskrepance zažívá každý člověk. Záleží ovšem na tom, jak je velká, kterých oblastí sebepojetí se týká, případně v jakých souvislostech si diskrepanci obvykle uvědomujeme.

#### 5. 5. 1. Interpersonální kontext a obrana sebehodnocení

Sebehodnocení je do značné míry provázané s hodnocením, které dostáváme od druhých lidí. Jedná se o řetěz interakcí, které často mají podobu uzavřeného kruhu (viz obr. 5. 2).



Obr. 5. 2 Interakční kruh sebehodnocení a hodnocení (volně upraveno podle Bláhy, 1988 a Brehmové, Kassina a Feina, 2005)

Sebehodnocení je tedy ovlivněné nejen tím, jak nás hodnotí druzí, ale i tím, jak interpretujeme vlastní chování a chování druhých lidí. Mechanismů regulace vlastního sebehodnocení je celá řada, jmenujme alespoň některé.

Potřeba udržet si kladné sebehodnocení a pozitivní vztah k sobě je vyjádřena sklonem k **benefektanci** (Greenwald, 1981), tj. snahou vidět se jako efektivní a kompetentní osobu. Tomu podřizujeme i svoje vnímání a atribuce - např. hodnotí-li druzí pozitivně výsledky naší práce, připisujeme to především vlastním schopnostem. Jsme-li hodnoceni negativně, hledáme často důvody mimo sebe (okolnosti, druzí lidé).

Většinou jsme také optimističtí vzhledem k vlastní budoucnosti. Konfrontováni s nelichotivými statistikami (nehodovost, rizikové chování, nemocnost), se často posilujeme formulkami typu „to se mě nemůže stát“, „to se přece netýká mě“. Tak např. Z. Kundaová (1987) zjistila, že přes informovanost respondentů (studentů vysoké školy) o tom, že padesát procent manželství se rozvádí, připouštěli dotazovaní pouze dvacetiprocentní pravděpodobnost, že by se to mohlo stát i jim. Nejméně si tuto možnost připouštěli ti, kteří zažili dobrý partnerský vztah.

Setkají-li se lidé se situací nebo úkolem, které vnímají jako velmi obtížné a které hrozí neúspěchem, mají často tendenci sami sebe předem omlouvat či záměrně handicapovat, jen aby se dané situaci nebo úkolu vyhnuli, případně aby ospravedlnili možný neúspěch. Tak např. muži častěji než ženy konzumují v takové situaci alkohol, ženy prezentují s vyšší frekvencí fyzické obtíže. Ukazuje se také, že tato strategie záleží na veřejné kontrole. Je-li splnění úkolu pouze soukromou záležitostí, lidé obvykle akceptují daleko více nejistoty a rizika, aniž by to ohrožovalo jejich sebevědomí (Brehm, Kassin, Fein, 2005).

Když je sebehodnocení ohroženo, lidé se obvykle srovnávají s těmi, kteří jsou podle nich na tom hůř než oni sami. Ne vždy je však taková strategie možná. Je-li někdo z našich blízkých osob (sourozenec, příbuzný, přítel) úspěšnější než my, můžeme podle A. Tessera (1988) užít v zásadě dvě strategie. Buď budeme pyšní na to, že tak úspěšný člověk je někdo, kdo patří k nám (resp. ke komu patříme my), což podpoří naše sebevědomí. Nebo se můžeme cítit zastínění jeho úspěchem a budeme žárlit. To naše sebevědomí spíše oslabí. Pro kterou strategii se rozhodneme, záleží do značné míry na tom, jak důležitá je oblast (situace, úkol) úspěchu. Je-li někdo blízký úspěšný v něčem, co pro nás není relevantní (např. partnerka je úspěšná umělkyně, já se však umění aktivně nevěnuji a není to pro mě důležitá aktivita), budeme se spíše vyhřívat na výsluní jeho slávy (basking in reflected glory) a posílí to naše sebevědomí. Je-li však blízká osoba úspěšná v činnosti, která je velmi důležitá i pro nás, zvyšuje se výrazně pravděpodobnost, že to v nás probudí závist a žárlivost (Tesser, 1988, Brehm, Kassin, Fein, 2005).

### 5. 5. 2 Globální sebehodnocení a vědomí vlastní hodnoty

Globální sebehodnocení (self-esteem) vyjadřuje celkový pocit ze sebe sama. Výsledky výzkumů ukazují, že celkové sebehodnocení není jen prostým součtem nebo pomyslným aritmetickým průměrem hodnocení dílčích, ve značné míře je závislé i na celkovém emočním



naladění (B. W. Pelham, W. B. Swan, 1989). Velmi podobné parametry má i vědomí vlastní hodnoty (self-worth). Je těsně provázáno s morálními hodnotami, celkovou hodnotovou orientací a se smyslem vlastního života. Sociální psychologie a psychologie vůbec může přispět k objasnění tohoto pocitu jen v omezené míře - kategorie jako prospěšnost, sebeúcta, pocit osobní důstojnosti či svědomí, které jsou někdy k vědomí vlastní hodnoty vztahovány (např. Smékal, 2003), překračují rámec psychologického uvažování a mají svoji etickou, filozofickou, kulturně historickou a sociologickou dimenzi.

Uvažujeme-li přece jen o souvislosti mezi celkovým pocitem ze sebe sama a kognitivními charakteristikami sebepojetí, pak se ukazuje, že pozitivní vztah k sobě je obvykle spojen se strukturovaným, jasně vymezeným sebepojetím, které je relativně stabilní a vnitřně konzistentní (M. H. Kernis, B. M. Goldman, 2003). Lidé, kteří se hodnotí méně pozitivně, mají často méně komplexní strukturu sebepojetí, jsou také méně flexibilní (tj. s menší schopností reorganizovat a přehodnocovat poznatky vztahované k vlastnímu já). Některé výzkumy také naznačují, že lidé s nízkým globálním sebehodnocením tolik nevěří, že je druzí vidí stejně jako vidí sami sebe (J. D. Campbell, 1990).

#### 5. 6 Konativní složka sebesystému - seberegulace

Konativní nebo behaviorální aspekt sebesystému bychom mohli charakterizovat jako tendenci či připravenost jednat takovým způsobem, který souvisí se sebepojetím a sebehodnocením. Toto vymezení je však velmi široké a ještě navíc komplikované tím, že chování je ovlivněno i celou řadou dalších faktorů.

Snažíme-li se ovlivnit nějakým způsobem to, co si o nás myslí druzí lidé (a tím zprostředkovaně ovlivnit i vlastní mínění o sobě), mluvíme obvykle o prezentaci. Prezentace sebe sama mohou mít řadu nejrůznějších forem, mohou být záměrné i neuvědomované (M. R. Banaji, D. A. Prentice, 1994). Takové vymezení je však v rozporu s tím, že jsme při charakteristice sebesystému zdůrazňovali nezastupitelnost vědomí sebe. Ano, tento rámec nyní poněkud překračujeme. Sebeprezentace souvisí se sebepoznáním a sebehodnocením - v tomto smyslu je sebereflexe nezastupitelná. Na druhé straně, v řadě běžných životních situacích se chováme rutinně, aktuálně si neuvědomujeme, že za naším jednáním jsou jáské motivy, které vyplývají jednak z potřeby potvrdit vlastní sebepojetí a sebehodnocení a jednak z potřeby vyvolat určitý dojem.

### 5. 6. 1 Strategické sebe prezentace

Jejich finálním cílem je obvykle potřeba posílit sebejistotu a pocit vlastní hodnoty. Patří sem např. **strategie zavděčení** (ingratiation) motivovaná potřebou náklonnosti druhých lidí („aby nás měli rádi“). Dále **strategie příkladnosti** (exemplification), která je založena na přesvědčení, že vlastní cena se odvíjí od prezentace morálních kvalit (např. čestnost, spravedlivost, disciplína, zodpovědnost), pro které se dotyčný stane pro druhé vzorem. Záměrem **strategie sebepovýšení** (self-promotion) je být vítěz, ať již z důvodů vysoké sociální atraktivity, prestiže nebo síly. Na kombinaci prezentace vlastní síly a hrozby druhým je založena **strategie zastrašování** (intimidation). Z opačného konce spektra je možné zmínit **strategii pokorného chování** (supplication). Jejím cílem je vyvolat v druhých lidech zodpovědnost a pocit viny. Stává se pro posilu vlastního sebehodnocení riskantní, pokud se nesetká s náležitou odezvou (podrobně viz E. E. Jones, T. S. Pittman, 1982).

### 5. 6. 2 Sebe potvrzující strategie

Cílem těchto strategií je, aby nás druzí vnímali a hodnotili tak, jak vnímáme a hodnotíme sami sebe. Většina lidí si totiž myslí, že sebe znají lépe, než je znají druzí lidé. Jsou-li konfrontováni s odlišným dojemem, neradi ho přijímají, dokonce i tehdy, je-li pozitivnější než jejich vlastní mínění o sobě. Potvrdit si, že „právě já znám sebe sama nejlépe“ je důležitý jáský motiv, někdy dokonce důležitější než potřeba zvýšit si vlastní sebehodnocení na základě mínění druhých (S. S. Brehm, S. M. Kassin, S. Fein, 2005).

### 5. 6. 3 Sebemonitorování

Ačkoliv určitá sebe prezentace je charakteristická pro každého člověka, někteří lidé si více všimají toho, jaký dojem vyvolávají v druhých. Pro některé lidi je důležitější strategická sebe prezentace, pro jiné zase strategie sebe potvrzení. Konstrukt, který pomáhá vysvětlit tyto rozdíly, nazývá M. Snyder (1979) **sebemonitorování**. Jedná se o tendenci regulovat (vylašovat) vlastní chování ve smyslu předpokládaného očekávání druhých či podle požadavků situace, ve které jsme se ocitli. Vysoce sebemonitorující lidé (a) věnují pozornost signálům (vodítkům), které vysílají druzí lidé, (b) jsou schopni reflektovat vlastní reprezentaci, uvědomovat si, jaký dojem vyvolávají a (c) jsou také schopni modifikovat vlastní chování tak, aby co nejlépe odpovídalo požadavkům situace.

### 5. 6. 4 Osobní a společenské standardy a seberegulace

I když je jedním z významných atributů pozitivního vztahu k sobě pocit vlastní autonomie, člověk řídí a ovlivňuje sám sebe velmi často prostřednictvím společenských a osobních standardů. Srovnáváme se s vnitřní či vnější normou, abychom testovali svůj pocit sebejistoty a hodnoty a aktivizovali sebe sama ve směru k důležitým cílům a požadavkům. Tímto způsobem nacházejí uplatnění již zmíněné konstrukty ideálního a požadovaného já v rámci sebe-diskrepanční teorie. Jsou považovány za vodítka (self-guides), která nejenže směřují jednání jedince směrem k vytyčeným cílům, ale současně (díky konfrontaci s aktuálním já) regulují i emoční prožívání (Higgins, 1987, 1989).

Důležitým aspektem seberegulace, která je provázána pozitivním pocitem a sebehodnocením, je aktivní podíl jedince na vytváření vlastních standardů. Tuto skutečnost akcentuje sociálně kognitivní teorie seberegulace A. Bandury (1997; u nás viz Janoušek, 1992; Blatný, 2003; Tyrlík, 2004). Standardy jsou proměnlivé v závislosti na minulé zkušenosti, srovnání s druhými, společenské hodnotě, nové životní situaci a sociálním kontextu. Nejsou důležité samy o sobě, ale specifického významu nabývají v souvislosti s vědomím **vlastní účinnosti** (self-efficacy). Tento Bandurův konstrukt vyjadřuje přesvědčení o schopnosti „organizovat a uplatnit takové postupy jednání, které povedou k dosažení daného výsledku“ (Bandura, 1997, p. 3). Flexibilita při stanovování osobně hodnotných cílů je jedním z významných faktorů, který vědomí vlastní účinnosti posiluje.

## Souhrn

Problematika jáství zaujímá v sociální psychologii stále významnější místo. Je to dáno tím, že já má sociální původ, ovlivňuje interpersonální interakci, a vztah k sobě samému má sám o sobě velkou osobní důležitost. Člověk je současně subjektem i objektem vlastní reflexe. Činné já je spjato s volným úsilím a zážitkem vlastní jedinečnosti, specificky také ovlivňuje procesy paměti a pozornosti, jeho zapojení je součástí vědomé seberegulace.

Výsledek procesu sebereflexe označujeme jako sebesystém. Je vyjádřen množstvím tzv. jáských reprezentací. Teoreticky lze uvažovat separátně o kognitivní, emocionální složce a konativní složce sebesystému. Kognitivní složka, sebepojetí, je tvořena poznatky o sobě samém. Emocionální aspekt sebesystému zahrnuje jak dílčí konkrétní sebehodnocení, tak i celkový pocit vlastní hodnoty. Konativní nebo behaviorální aspekt sebesystému se týká mechanismů uplatnění já v našem chování a jednání. Zahrnuje sebe prezentace, které souvisejí s potřebou zvýšení sebejistoty nebo potvrzení vlastní hodnoty.

Vzhledem k omezenému rozsahu kapitoly doporučujeme pro další studium zejména novější přehledové studie, např. Tesser, Felson, Suls (2000); Leary, Tangney (2003), z domácí produkce práce M. Blatného (2001, 2003).

Klíčová slova

**Činné já** – zážitek sebe sama, já jako subjekt vlastních představ, myšlenek a volního úsilí.

**Sebesystém** – konstrukt popisující sebereflexi zahrnující kognitivní, emocionální a konativní složku.

**Sebepojetí** – představy a znalosti vztahované k já, kognitivní složka sebesystému.

**Sebehodnocení** – dílčí a obecné soudy o sobě samém, emocionální složka sebesystému.

**Seberegulace** – proces, ve kterém se uplatňuje naše já jako činitel ovlivňující vlastní chování, jednání a prožívání.

Literatura

Balcar, K. (1983). *Úvod do studia psychologie osobnosti*. Praha: SNP.

Banaji, M. R., Prentice, D. A. (1994). The self in social context. *Annual Review of Psychology*, 45, 297 - 332.

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy. The exercise of control*. New York: W. H. Freeman and Company.

Baumeister, R.F. (1997). The self and society: Changes, problems, and opportunities. In R. D. Ashmore, L. Jussim (Eds.), *Self and identity. Fundamental issues* (191 - 217). Oxford: Oxford University Press.

Bem, D. J. (1972). Self-perception theory. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 6). New York: Academic Press.

Bláha, K., Šebek, M. (1988). *Já - tvůj žák, ty - můj učitel*. Praha: SPN

Blatný, M. (2001). *Sebepojetí v osobnostním kontextu*. Brno: Masarykova univerzita.

Blatný, M. (2003). Sebepojetí z pohledu sociálně-kognitivní psychologie. In M. Blatný, A. Plháková, Temperament, inteligence, sebepojetí (87 - 140). Brno, PSÚ AV ČR a Tišnov, Sdružení SCAN.

Brehm, S. S., Kassin, S. M., Fein, S. (2005). *Social psychology* (6th ed.). Boston: Houghton Mifflin Company.

Burns, R. B. (1982). *Self-concept development and education*. London: Holt, Rinehart and Winston.

- Buss, A. H. (1980). *Self-consciousness and social anxiety*. San Francisco, CA: Freeman.
- Campbell, J. D. (1990). Self-esteem and clarity of self-concept. *Journal of Personality and Social Psychology*, 59, 538 - 549.
- Cambell, J. D., Assanand, S., DiPaula, A. (2000). Structural features of the self-concept and adjustment. In A. Tesser, R. Felson, J. Suls (Eds.), *Psychological perspectives on self and identity* (67 - 90). Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Carver, Ch. S. (2003). Self-awareness. In M. R. Leary, J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (179 – 196). New York: Guilford Press.
- Carver, C. C., Scheier, M. F. (1981). The self-attention-induced feedback loop and social facilitation. *Journal of Experimental Social psychology*, 17, 545 - 569.
- Cross, S., Markus, H. (1991). Possible selves across the life span. *Human Development*, 34, 230 - 255.
- Damon, W., Hart, D. (1988). *Self-understanding in childhood and adolescence*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Danzinger, K. (1997). The historical formation of selves In R. D. Ashmore, L. Jussim (Eds.). *Self and identity. Fundamental issues* (137 - 159). Oxford: Oxford University Press.
- Duval, S., Wicklund, R. A. (1972). *A theory of objective self-awareness*. New York: Academic Press.
- Dweck, C. S., Higgins, E. T., Grant-Pillow, H. (2003). Self-systems give unique meaning to self variables. In M. R. Leary, J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (239 – 252). New York: Guilford Press.
- Fenigstein, A., Scheier, M. F., Buss, A. H. (1975). Public and private self-consciousness: Assessment and theory. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 43, 522 - 527.
- Fischhoff, B., Beyth, R. (1975). „I knew it would happen“: Remembered probabilities of once-future things. *Organizational Behavior and Human Performance*, 13, 1 – 16.
- Gergen, J. K., Gergen, M. M. (1986). *Social psychology*. New York: Springer-Verlag.
- Gordon, Ch. (1968). Self-conceptions: configurations of content. In Ch. Gordon, K. J. Gergen (Eds.), *The self in social interaction* (115 – 136). New York: J. Wiley and Sons.
- Gordon, Ch. (1969). Self-conceptions: methodologies. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 148, 328 - 364.
- Greenwald, A. G. (1981). Self and memory. In G. H. Bower (Eds.), *The psychology of learning and motivation* (Vol. 15). New York: Academic Press.
- Greenwald, A. G. (1980). The totalitarian ego: Fabrication and revision of personal history. *American Psychologist*, 35, 603 - 618.

- Greenwald, A. G, Pratkanis, A. R. (1984). The self. In R. S. Wyer, T. K. Srull (Eds.), *Handbook of social cognition* (129 - 178). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Harter, S. (1985). Competence as a dimension of self-evaluation: Toward a comprehensive model of self-worth. In R. L. Leahy (Ed.), *The development of the self* (55 - 122). London: Academic Press.
- Higgins, E. T. (1987). Self-discrepancy: A theory relating self and affect. *Psychological Review*, 94, 319 - 340.
- Higgins, E. T. (1989). Continuities and discontinuities in self-regulatory and self-evaluative processes: A developmental theory relating self and affect. *Journal of Personality*, 57, 407 - 444.
- Horney, K. (1950). *Neurosis and human growth*. New York: Norton. Čes. Neuróza a lidský růst. Zápas o seberealizaci. Praha: Triton 2000.
- James, W. (1980). *The principles of psychology* (Vols. 1, 2). New York: Holt.
- Janoušek, J. (1992). Sociálně kognitivní teorie Alberta Bandury. *Československá psychologie*, 36, 385 - 398.
- Jones, E. E., Pittman, T. S. (1982). Toward a general theory of strategic self presentation. In J. Suls (Ed.), *Psychological perspectives on the self* (Vol. 1, 231 - 262). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
- Kernis, M. H., Goldman, B. M. (2003). Stability and variability in self-concept and self-esteem. In M. R. Leary, J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of Self and Identity* (106 – 127). New York: Guilford Press.
- Kihlstrom, J. F., Cantor, N. (1984). Mental representations of the self. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 17, 1 - 47). New York: Academic Press.
- Kihlstrom, J. F., Beer, J. S., Klein, S. B. (2003). Self and identity as memory. In M. R. Leary, J. P. Tangney (Eds.), *Handbook of self and identity* (68 – 105). New York: Guilford Press.
- Kunda, Z. (1987). Motivated inference: self-serving generation and evaluation of causal theories. *Journal of Personality and Social Psychology*, 53, 636 - 647.
- Leary, M. R., Tangney, J. P. (Eds.) (2003). *Handbook of self and identity*. New York: Guilford Press 2003.
- Linville, P.W. (1987). Self-complexity as a cognitive buffer against stress-related illness and depression. *Journal of Personality and Social Psychology*, 52, 663 - 676.
- Macek, P. (1991). Příspěvek ke konceptualizaci obsahu sebepojetí. *Sborník prací filosofické*

- fakulty Brněnské univerzity, 25, 1991, 63 - 70.*
- Macek, P. (2003). Identita jako proces: vývojový přístup a styly sebedefinování. In I. Čermák, M. Hřebíčková, P. Macek (Eds.), *Agrese, identita, osobnost* (180 – 199). Brno, PSÚ AV ČR a SCAN Tišnov.
- Macek, P., Osecká, L. (1996). The importance of adolescents' selves: Description, typology and context. *Personality and Individual Differences, Vol. 21, 1021 - 1027.*
- Markus H. (1977). Self-schemata and processing information about the self. *Journal of Personality and Social Psychology, 35, 63 - 78.*
- Markus, H., Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist, 41, 954 - 969.*
- Markus, H., Wurf E. (1987). The dynamic self-concept: A social psychological perspective. *Annual Review of Psychology, 38, 1987, 299 - 377.*
- Marsh, H. W., Hattie, J. (1996). Theoretical perspectives on the structure of self-concept. In B. A. Bracken (Ed.), *Handbook of self-concept* (38 - 90). New York: John Wiley & Sons.
- McAdams, D. P. (1997). The case for unity in the (post)modern self: A modest proposal. In R. D. Ashmore, L. Jussim (Eds.), *Self and identity. Fundamental issues* (46 - 80). Oxford: Oxford University Press.
- Ogilvie, D. M. (1987). The undesired self: A neglected variable in personality research. *Journal of Personality and Social Psychology, 52, 133 - 146.*
- Oosterwegel, A. (1992). *The organization of the self-system: Developmental changes in childhood and adolescence*. Amsterdam: Universiteit van Amsterdam.
- Oosterwegel, A., Oppenheimer, L. (1993). *The self-system. Developmental changes between and within self-concepts*. Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates.
- Pelham, B. W., Swann, W. B. (1989). From self-conceptions to self-worth: on the sources and structure of global self-esteem. *Journal of Personality and Social Psychology, 57, 672 - 680.*
- Rogers, C. R. (1951). *Client-centered therapy*. Boston: Houghton Mifflin.
- Rosenberg, M. (1979). *Conceiving the self*. New York: Basic Books.
- Rosenberg, S. (1997). Multiplicity of selves. In R. D. Ashmore, L. Jussim (Eds.). *Self and identity. Fundamental Issues* (23 - 45). Oxford: Oxford University Press.
- Říčan, P. (1970). Pojmy já v psychologii osobnosti. *Československá psychologie, 14, 209 – 229.*
- Shavelson, R. J., Bolus, R. (1982). Self-concept: The interplay of theory and methods. *Journal of Education Psychology, 75, 3 - 17.*

- Smékal, V. (2003). *Pozvání do psychologie osobnosti*. Brno: Barrister & Principal.
- Snyder, M. L. (1979). Self-monitoring processes. In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol.12). New York: Academic Press.
- Tesser, A. (1988). Toward a self-evaluation maintenance model of social behavior. *Advances in experimental social psychology*, 21, 181 - 227.
- Tesser, A., Felson, R., Suls, J. (Eds.) (2000). *Psychological perspectives on self and identity*. Washington, D. C.: American Psychological Association.
- Tyrlík, M. (2004). *Morální jednání*. Brno: Masarykova univerzita.
- Wells, L. E., Marwell, G. (1976). *Self-esteem: Its conceptualization and measurement*. Beverly Hills, CA: Sage.