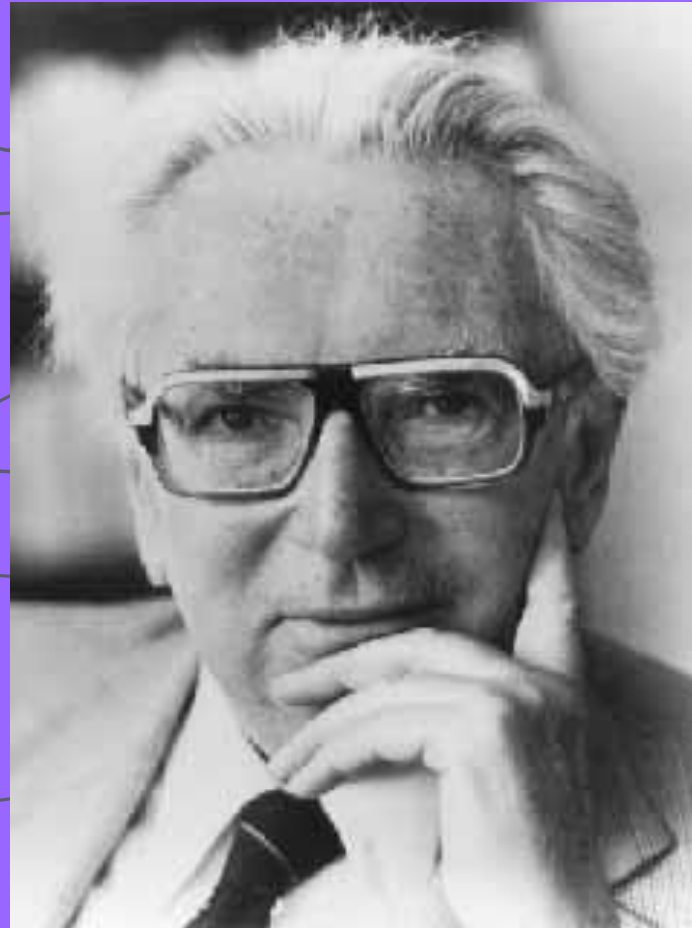


# **PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI v pojetí V. E. Frankla**

Fakulta sociálních studií,  
Masarykova universita, Brno

# Viktor Emil Frankl

\* 26. 3. 1905 ve Vídni, + 2. 9. 1997 ve Vídni



Smysl života podle V. E. Frankla

# Osnova

- V. E. Frankl jako lékař, psycholog a vzácný člověk
- Hlavní myšlenky logoterapie
- Franklovo poselství současnému a budoucímu světu

# Emily Dickinsonová

(1830 – 1876)

překl. J. Hauková

*Když jedině srdce v žalu zachráním,  
nebudu nadarmo žít;  
když jedinému životu ulehčím  
či pro jednu bolest najdu klid,  
jediné vysílené července  
pomohu v hnízdo se navrátit,  
nebudu nadarmo žít.*

# RŮZNÁ POJETÍ OSOBNOSTI

- Osobnost jako systém prvků
- Osobnost jako abstrakce příčin a podmínek prožívání a jednání
- Osobnost jako úkol a vztah
- Osobnost jako aktuální geneze činů, jako stávání se sebou, tj. jako autorství činů
- Osobnost jako konkrétní životní dráha a úděl člověka
- Osobnost jako „pravda o masce“ (G. Byron)

# AKTUÁLNÍ GENEZE ČINŮ

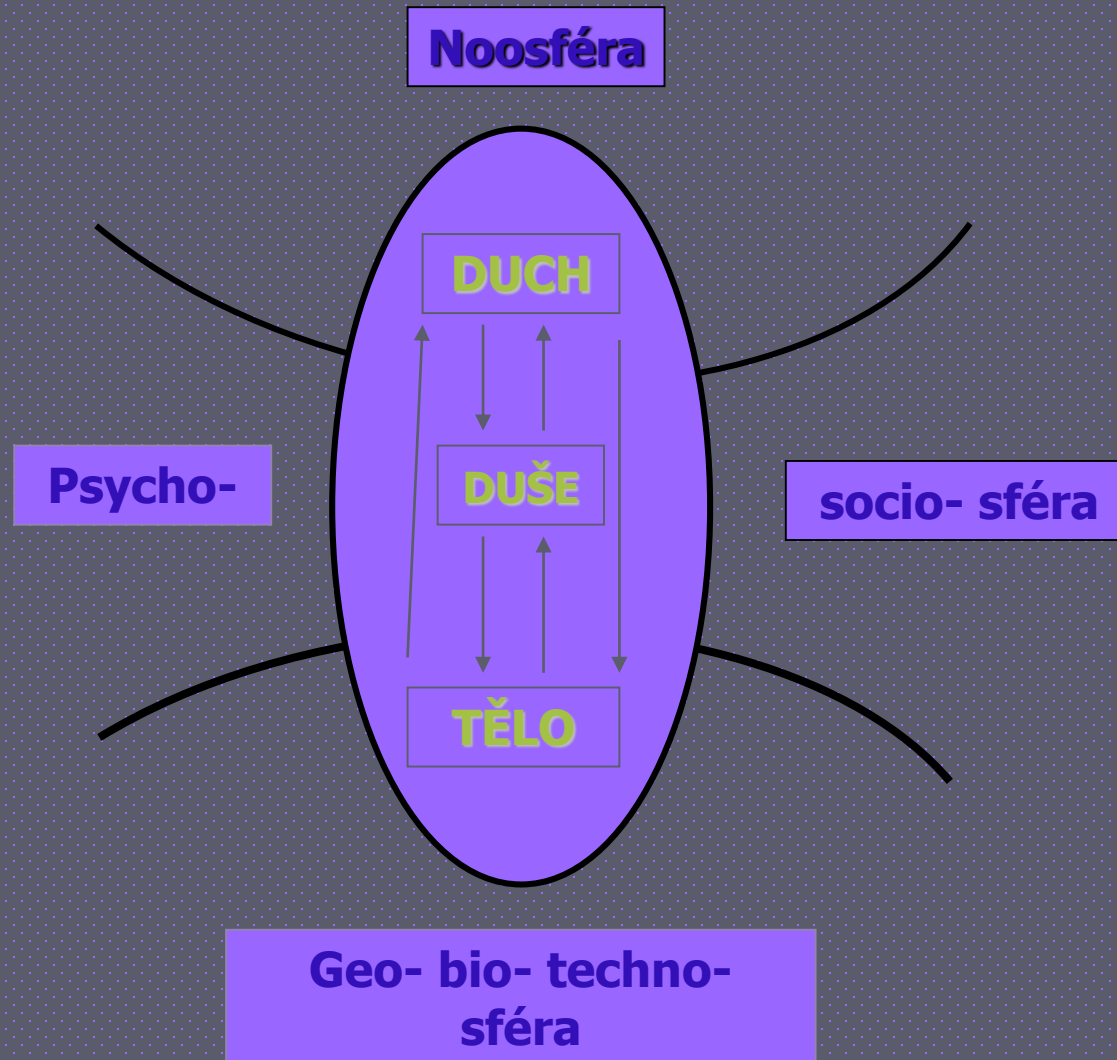
- Zkoumání autorství činů (aktuální geneze činů) se dosud orientuje převážně jen na rysy, motivy a vlohy.
- Nutné je více přihlížet ke struktuře vnitřního světa osobnosti a k obsahovým jednotkám vědomí jako jsou touhy, plány, obavy a naděje předpokládá zkoumání **smyslu činnosti.**

# Franklova trojdimenzionální antropologie



<b>3.</b> <b>Pouze člověk</b>	Stanovisko k danému	DUCH <i>Svoboda zaujetí, duchovní (noetická) vrstva</i>	<b>NOOSFÉRA</b>
<b>2.</b> <b>Člověk, zvíře</b>	Částečná závislost na daném	PSYCHÉ <i>Značně ovladatelná psychosociální vrstva</i>	<b>SOCIO- SFÉRA</b>
<b>1.</b> <b>Člověk, zvíře rostlina</b>	Závislost na daném	TĚLO <i>Málo ovladatelná biologicko-fyzikální vrstva</i>	<b>GEO- A BIOSFÉRA</b>

# Model osoby a tří světů





# POJETÍ OSOBNOSTI JAKO SMYSLU ŽIVOTA

Psychologie se ve vědecké analýze osobnosti definované jako

**„smysl života a způsoby jeho naplňování“,**

setkává s filosofií člověka, s axiologií, s deontologií a s praktickou etikou.

# SMYSL A ZPŮSOBY JEHO USKUTEČŇOVÁNÍ

Pojetí osobnosti jako smyslu života a způsobů jeho naplňování předpokládá vytvoření metod, které umožní zkoumat

- ▶ **cíle, v nichž člověk spatřuje smysl svého života,**
- ▶ **styly prožívání a jednání, jimiž člověk svůj osobní smysl vnáší do svého života nebo svým životem uskutečňuje.**

# SMYSL JAKO PRŮNIK POTŘEB A VÝZVY ŽIVOTA

- Smysl jako projekce tužeb
- Tři druhy tužeb (L. Crabb):  
periferní – kritické – centrální
- Tři druhy hodnot podle V. E. Frankla  
(hodnota činu, prožitku a postoje)
- Slepota ke smyslu

Příběh profesora filosofie o nádobě a kamenech

# Co je v životě důležité?

Profesor filosofie stál před svou třídou a na stole měl několik předmětů. Když začala hodina, vzal beze slova velkou prázdnou skleněnou nádobu a začal ji plnit kameny o rozměrech asi 5 cm.

Když ji naplnil, zeptal se studentů, zda je plná. Studenti souhlasili.

Pak vzal profesor krabici oblázků a vysypal je do sklenice, Trošku s ní zatřepal a oblázky vyplnily mezery mezi většími kameny.

Potom se opět zeptal studentů, zda je sklenice plná. Studenti opět souhlasili s údivem, proč se takhle ptá. Nyní vzal profesor krabici s pískem, vysypal ho do sklenice a písek samozřejmě vyplnil i ty nejmenší mezery.

„A nyní si představte“, řekl profesor, „to je váš život. Kameny – to jsou ty podstatné věci: vaše rodina, váš partner, vaše zdraví, vaše děti - zkrátka věci, které v případě, že vše ostatní ztratíte, stále dokáží naplnit váš život. Oblázky jsou ostatní věci, které také stojí za povšimnutí: vaše práce, váš dům, vaše auto. Písek, to jsou všechny ostatní maličkosti.“

„Když naplníte sklenici nejprve pískem, nezbude žádné místo pro kameny a oblázky. A stejně je to i v životě. Pokud vynaložíte veškerou energii na maličkosti, nebudete mít prostor pro důležité věci. Věnujte pozornost věcem, které jsou důležité pro vaši spokojenost: Hrajte si se svými dětmi, najděte si čas na zdravotní vyšetření, jděte si se svým partnerem zatancovat. Vždy vám zbude čas na práci, na úklid domu, nebo na uspořádání party. Starejte se především o kameny - o věci, které mají opravdu význam. Stanovte si svůj žebříček priorit. Zbytek je jenom písek.“

Nato vstal jeden ze studentů, vzal nádobu, kterou profesor i ostatní studenti měli za plnou, a nalil do ní víno, které si samozřejmě i mezi pískem našlo svoje místo, a láhev byla teprve nyní opravdu plná.

To dokazuje, že bez ohledu na to, jak je váš život naplněný, prostor na víno se vždycky najde.

# V. E. Frankl o postoji k třem tragickým skutečnostem našeho života

- Frankl zdůvodňuje velmi přesvědčivě a svou osobní zkušeností potvrzuje, že život je potenciálně smysluplný za jakýchkoliv okolností, dokonce i za těch nejbídnějších.
- Opírá se o lidskou schopnost tvořivě proměnit negativní aspekty života v něco pozitivního nebo konstruktivního.
- Zdůvodňuje, že jde o to udělat v každé situaci to nejlepší, co udělat lze.

# Logoterapeutické pojetí hojení duchovních poranění

Pokračuje: „Nejlepší však je to, co je v latině nazýváno *optimum* - proto mluvím o tragickém optimismu, což je optimismus tváří v tvář třem tragédiím života, a umožňuje z hlediska lidského potenciálu:

- *obrátit utrpení v dílo a čin;*
- *vyvodit z viny příležitosti změnit se k lepšímu;*
- *vyvodit z lidské pomíjející podnět pro uskutečnění odpovědného činu."*

Toto je slavná Franklova triáda hodnot, jimiž je možno naplnit smysl života a tak jít cestou odhodlání. Jsou to:

- ☐ hodnota činu,
- ☐ hodnota prožitku,
- ☐ hodnota postoje.

# Poznání osobnosti

- ▶ Zkoumání autorství činů (aktuální geneze činů) se dosud orientuje převážně jen na rysy, motivy a vlohy.
- ▶ Nutné je více přihlížet ke struktuře vnitřního světa osobnosti a k obsahovým jednotkám vědomí jako jsou touhy, plány, obavy a naděje; což předpokládá **zkoumání smyslu činnosti.**



# POJETÍ OSOBNOSTI JAKO SMYSLU ŽIVOTA

Psychologie se ve vědecké analýze osobnosti definované jako

**„smysl života a způsoby jeho naplňování“,**

setkává s filosofií člověka, s axiologií, s deontologií a s praktickou etikou.

# SMYSL A ZPŮSOBY JEHO USKUTEČŇOVÁNÍ

Pojetí osobnosti jako smyslu života a způsobů jeho naplňování předpokládá vytvoření metod, které umožní zkoumat

- ▶ **cíle, v nichž člověk spatřuje smysl svého života,**
- ▶ **styly prožívání a jednání, jimiž člověk svůj osobní smysl vnáší do svého života nebo svým životem uskutečňuje.**

# SMYSL JAKO PRŮNIK POTŘEB A VÝZVY ŽIVOTA

- Smysl jako projekce tužeb
- Tři druhy tužeb (L. Crabb):  
periferní – kritické – centrální
- Tři druhy hodnot (V. E. Frankl)
- Slepota ke smyslu

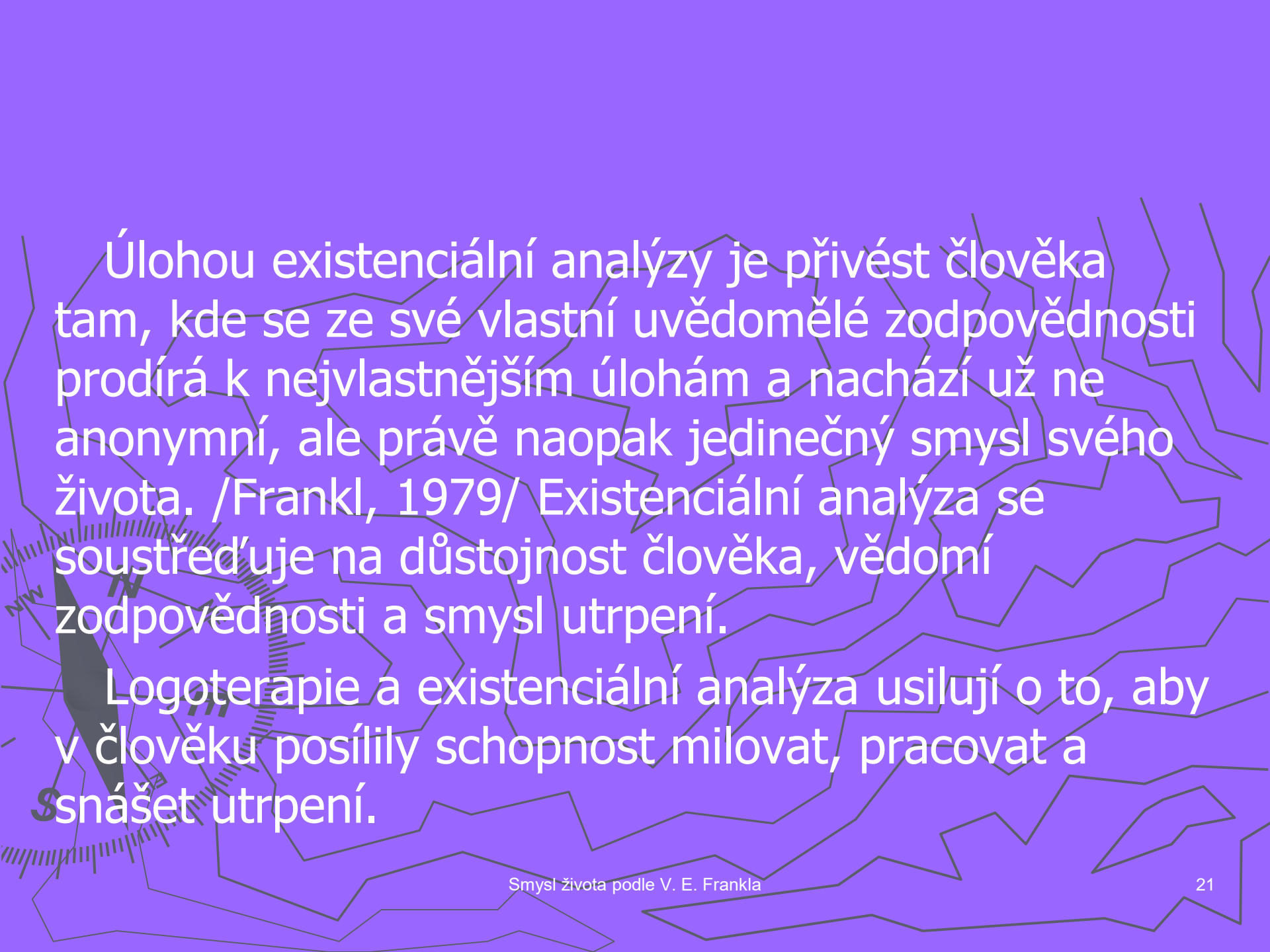
Příběh profesora filosofie o nádobě a kamenech

# EXISTENCIÁLNÍ ANALÝZA

(podle Alfrieda Langeho)

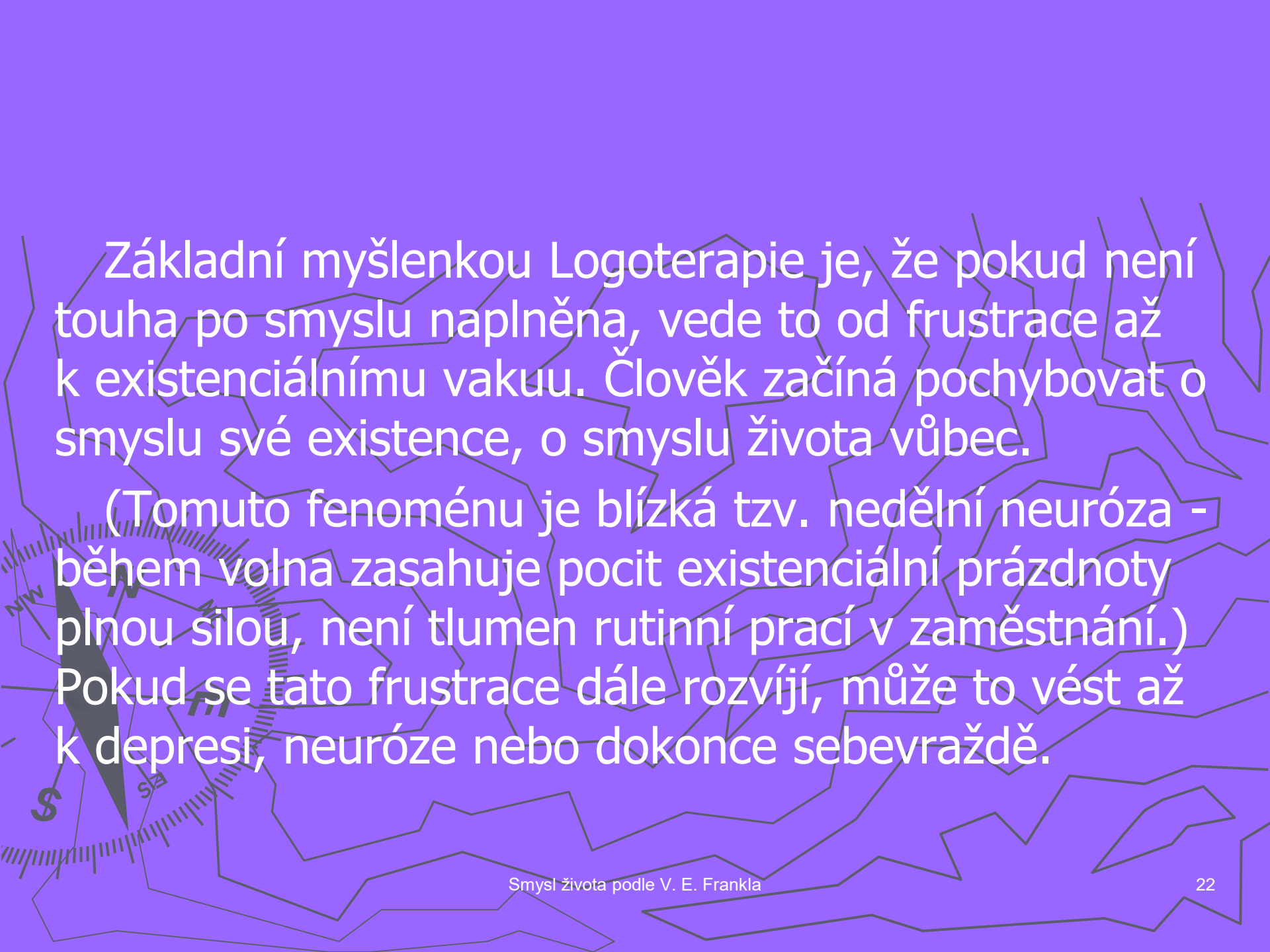
Jádrem **existenciální analýzy** je výklad lidské existence jako pokusu na odpovídání na otázku po **smyslu žití člověka**.

Vychází z toho, že otázku neklade člověk, ale naopak život sám klade otázky. Člověk může odpovídat tím, že za svůj život přijímá odpovědnost. Svou odpovědnost člověk uskutečňuje výhradně svým aktivním a konkrétním počínáním ve světě, protože jeho zodpovědnost platí vždy vůči přítomnému druhému člověku nebo aktuální situaci. Z tohoto konkrétního přebírání a naplňování zodpovědnosti ve vlastním životě vyplývá jeho bytí ve světě.



Úlohou existenciální analýzy je přivést člověka tam, kde se ze své vlastní uvědomělé zodpovědnosti prodírá k nejvlastnějším úlohám a nachází už ne anonymní, ale právě naopak jedinečný smysl svého života. /Frankl, 1979/ Existenciální analýza se soustřeďuje na důstojnost člověka, vědomí zodpovědnosti a smysl utrpení.

Logoterapie a existenciální analýza usilují o to, aby v člověku posílily schopnost milovat, pracovat a snášet utrpení.



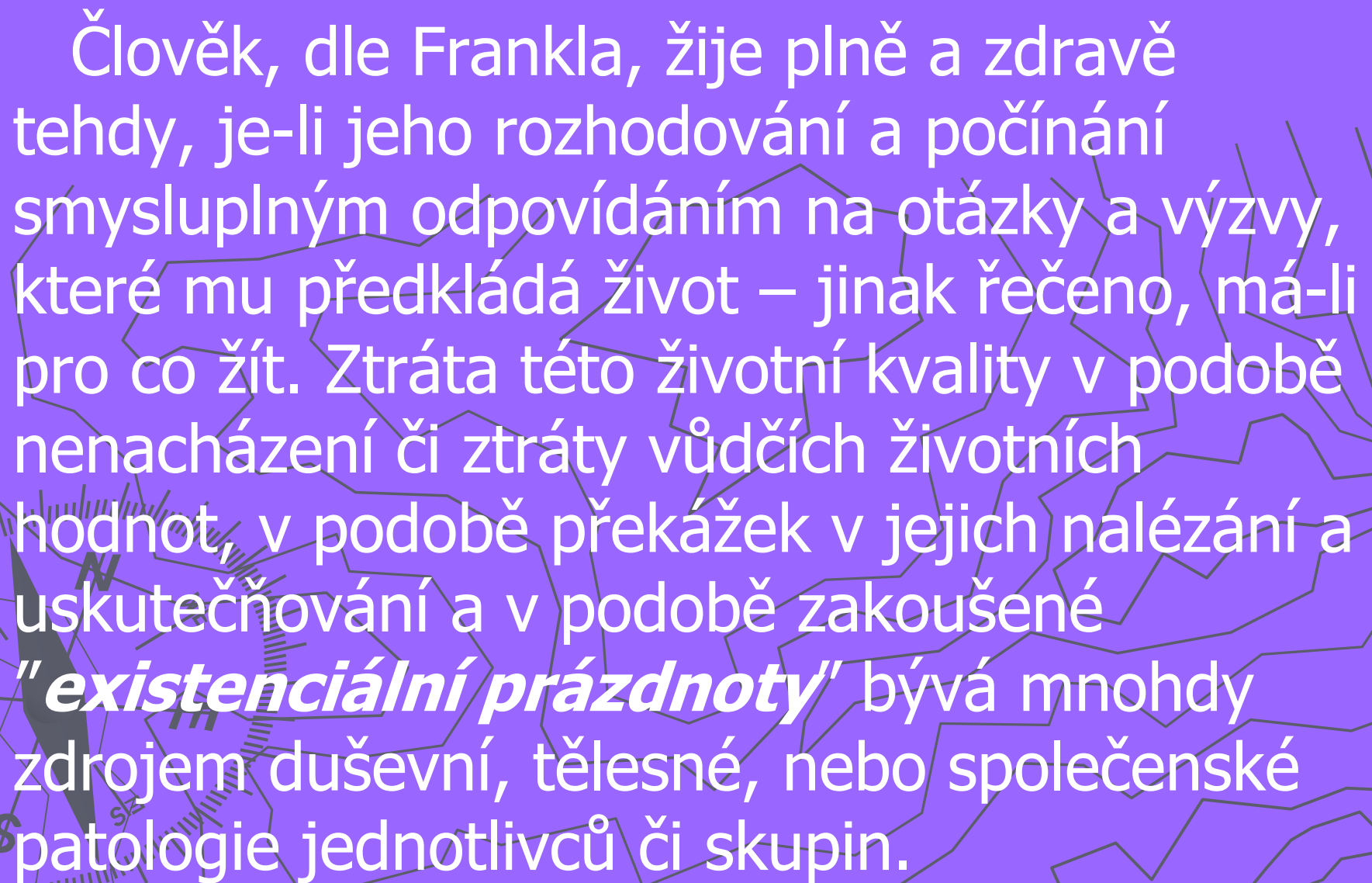
Základní myšlenkou Logoterapie je, že pokud není touha po smyslu naplněna, vede to od frustrace až k existenciálnímu vakuu. Člověk začíná pochybovat o smyslu své existence, o smyslu života vůbec.

(Tomuto fenoménu je blízká tzv. nedělní neuróza - během volna zasahuje pocit existenciální prázdnoty plnou silou, není tlumen rutinní prací v zaměstnání.) Pokud se tato frustrace dále rozvíjí, může to vést až k depresi, neuróze nebo dokonce sebevraždě.

# Franklovo pojetí existenciální analýzy

EA pojímal převážně jako teoreticko - výzkumný směr, zabývající se ontologickou rovinou existence. V základu jeho pojetí člověka-existence je přesvědčení, že člověku jde především o smysl.

Franklova EA a logoterapie jsou jedním z přístupů k výchovnému, poradenskému a terapeutickému zvládnání životních problémů i některých druhů duševních a psychosomatických poruch. Doplnují jiné přístupy – somatoterapeutické a psychoterapeutické – o hlediska duchovních motivů a schopností člověka jako bytosti nadané sebereflexí, svědomím, svobodou volby a odpovědností. Východiskem koncepce je pojetí **životního smyslu** jako základní podmínky lidské motivace k životu za rozmanitých, příznivých i nepříznivých, okolností. Touto koncepcí se prolínají dvě základní otázky: co činí člověka člověkem (co je specificky lidské) a co mu umožňuje existenciálně žít - prožít "zdravý", naplněný život.

The background features a stylized compass rose with a dollar sign (\$) and a large, bold letter 'N' for North. The compass is overlaid on a complex, abstract pattern of white lines that resemble a topographical map or a network of paths. The text is centered and written in a clean, white, sans-serif font.

Člověk, dle Frankla, žije plně a zdravě tehdy, je-li jeho rozhodování a počínání smysluplným odpovídáním na otázky a výzvy, které mu předkládá život – jinak řečeno, má-li pro co žít. Ztráta této životní kvality v podobě nenacházení či ztráty vůdčích životních hodnot, v podobě překážek v jejich nalézání a uskutečňování a v podobě zakoušené "**existenciální prázdnoty**" bývá mnohdy zdrojem duševní, tělesné, nebo společenské patologie jednotlivců či skupin.

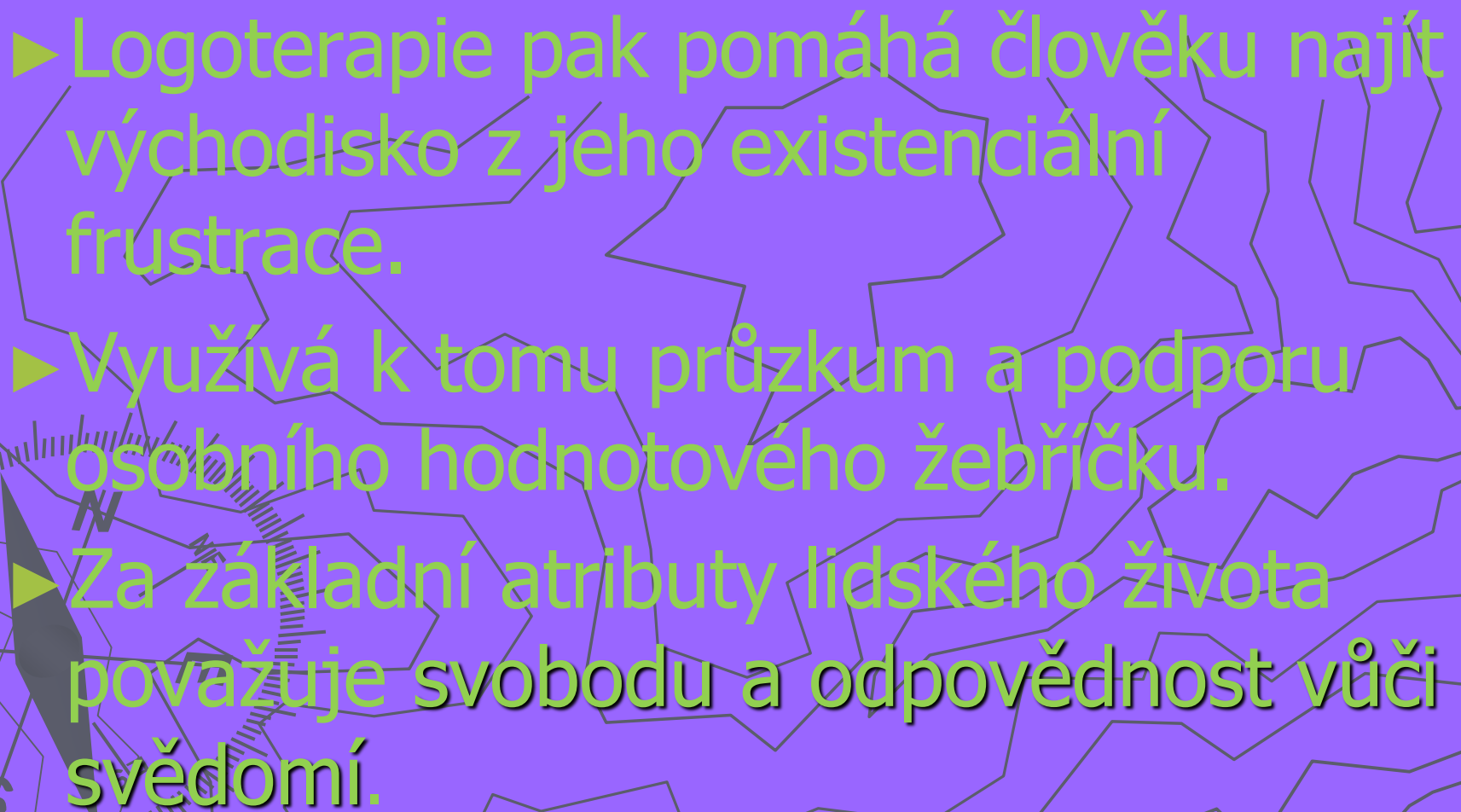


Vlastní existenciálně analytická a logoterapeutická praxe má dvojí obecné zaměření:

Terapeutickou a poradenskou práci se selháváním v oblasti hledání, nacházení a uskutečňování smyslu jedinečných situací, zážitků a činů člověka v konkrétních podmínkách jeho života.

Uplatnění duchovních schopností ***sebeodstup*** a ***sebepřesahu*** při terapii různých duševních, společenských a psychosomatických poruch v životě člověka pomocí speciálně strukturovaných terapeutických metod. Id162g1513uddo

Podle Frankla být člověkem znamená být vědomým a odpovědným. EA vede člověka k vědomí jeho odpovědnosti. Odpovědnost je zde chápána jako neutrální pojem, který sám o sobě neurčuje komu a za co. EA jako výklad člověka a jeho existence je pokus odpovědět na otázku po smyslu tohoto bytí.

- 
- ▶ Logoterapie pak pomáhá člověku najít východisko z jeho existenciální frustrace.
  - ▶ Využívá k tomu průzkum a podporu osobního hodnotového žebříčku.
  - ▶ Za základní atributy lidského života považuje svobodu a odpovědnost vůči svědomí.

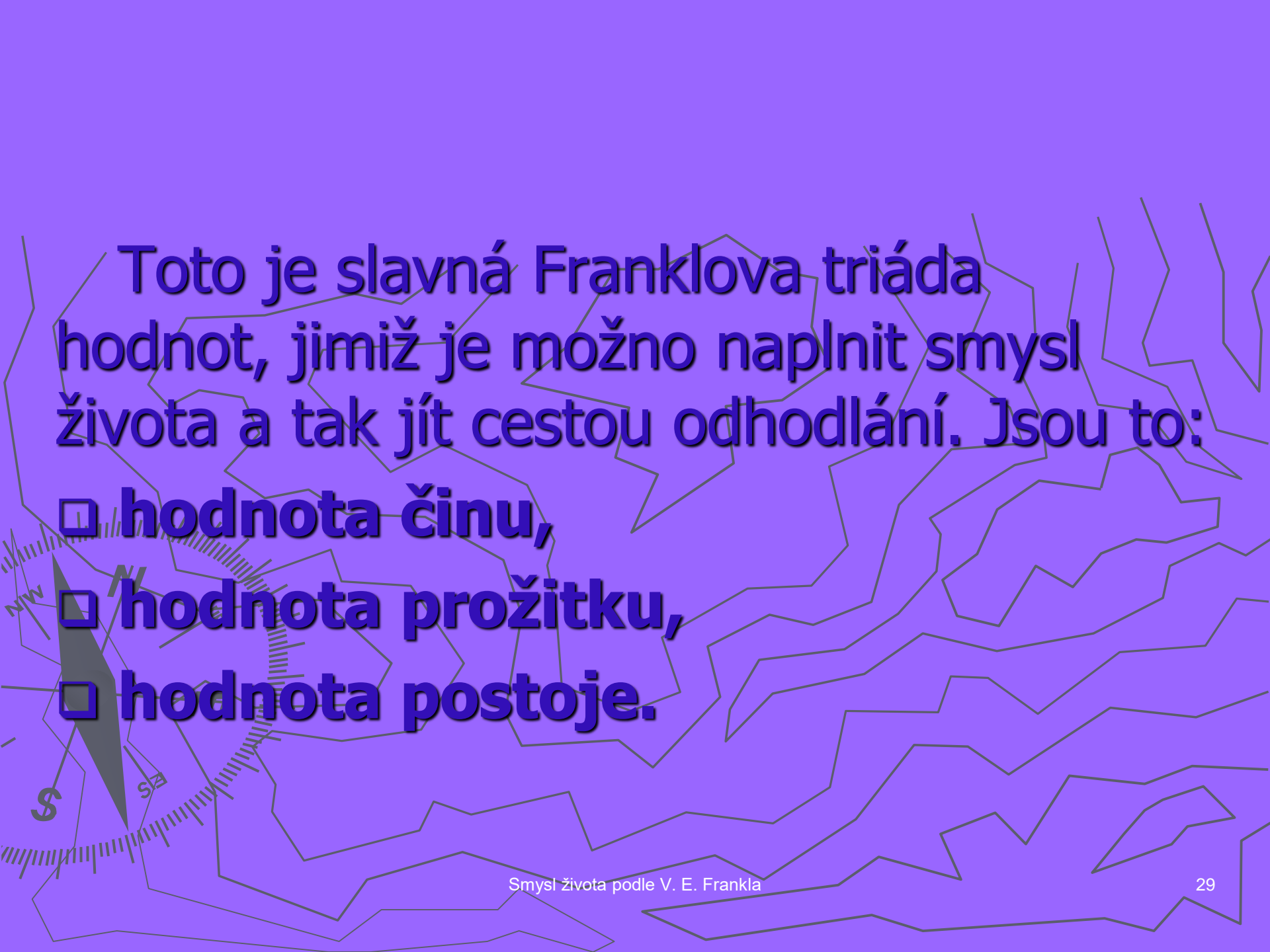
# V. E. Frankl o postoji k třem tragickým skutečnostem našeho života

- Frankl zdůvodňuje velmi přesvědčivě a svou osobní zkušeností potvrzuje, že **život je potenciálně smysluplný za jakýchkoliv okolností, dokonce i za těch nejbídnějších.**
- **Opírá se o lidskou schopnost tvořivě proměnit negativní aspekty života v něco pozitivního nebo konstruktivního.**
- **Zdůvodňuje, že jde o to udělat v každé situaci to nejlepší, co udělat lze.**

# Logoterapeutické pojetí hojení duchovních poranění

Pokračuje: „Nejlepší však je to, co je v latině nazýváno *optimum* - proto mluvím o tragickém optimismu, což je *optimismus tváří v tvář tragédii umožňující z hlediska lidského potenciálu:*

- ▶ *obrátit utrpení v dílo a čin;*
- ▶ *vyvodit z viny příležitosti změnit se k lepšímu;*
- ▶ *vyvodit z lidské pomíjejícínosti podnět pro uskutečnění odpovědného činu.“*



Toto je slavná Franklova triáda hodnot, jimiž je možno naplnit smysl života a tak jít cestou odhodlání. Jsou to:

- ❑ hodnota činu,
- ❑ hodnota prožitku,
- ❑ hodnota postoje.

# CO JE SMYSLEM ŽIVOTA?

Empirická data dosud neumožňují jednoznačně přijmout tezi o objektivní existenci smyslu, takže se jednotlivé školy psychologie osobnosti liší také podle toho, zda smysl chápou jako (užitečnou) fikci (jak tvrdí H. Vaihinger a T. Lessing), nebo jako realitu (jak tvrdí např. V. E. Frankl).



*„Nejdále dojde ten,  
kdo neví kam jde.“*

(Oliver Cromwell)

# Životní cesta jako lidský úděl

Uvažovat o životní cestě jako o lidském údělu nám umožní lépe posoudit,

- zda životní cesta člověka je fatalisticky předurčená a zda „svému osudu“ neunikneme
- nebo zda máme možnost změnit směr a tak svůj úděl ovlivnit
- ale také proč někteří lidé žijí jakoby byli vlečeni událostmi a nedaří se jim, kdežto jiní jakoby šli kupředu a vzhůru v radosti a nadšení.
- Jde o klíčové otázky existence člověka.



Už v 19. století si kdosi všiml,

že existuje s věkem člověka spjatý žebříček dominujících životních problémů a úkolů, jejichž objektivní naléhavost i subjektivní prožívání

závisí na tom,

jak úspěšně jsme je zvládli.

- Do 25 let hovoří o věku **kvalifikace**, který se při neúspěchu mění ve věk **nezakotvenosti**;
- do 35 let jde o věk **kariéry**, který se při neúspěchu stává věkem **rozvratu**;
- do 45 let jde o věk **autority** (výsledků), při neúspěchu věk **zklamání**;
- do 50 let se předpokládá věk **akce (postavení)**, při nezdaru věk **závisti**;
- do 60 let lze charakterizovat životní dráhu jako věk **hodnot**, který se při neúspěchu stává věkem **resignace**;
- do 65 let je možný věk **důstojnosti**, který se při nesplnění osobních očekávání zvrací ve věk **cynismu**;
- po 65 letech je před námi věk **moudrosti**, který se může zvrtnout ve věk **zatrpklosti**.

# Čtyři věky člověka podle hinduismu

□ V dětství a mládí je to

**touha po uspokojení tužeb**

□ V mladé dospělosti

**úsilí o bohatství nebo moc či úspěchy**

□ Ve zralé dospělosti

**směřování k zodpovědnosti, touha plnit své povinnosti**

□ Ve stáří

**úsilí o vymanění z tužeb, touha po osvobození a nalezení smyslu existence**

# Kajka 'ús (1021 - 1099)

perský myslitel, básník a spisovatel,  
ve své "*Knize rad*"

už před tisíci léty napsal:

*"Člověk do třiceti čtyř let každým dnem nabírá síly a zdatnosti, pak do čtyřiceti zůstává beze změny, stejně jako slunce když dosáhne zenitu, zpomalí svůj chod.*

*Od čtyřiceti let do padesáti každý rok na sobě upozoruje chorobu, kterou minulého roku ještě netrpěl;*

*od padesáti do šedesáti každý měsíc shledává nedostatek, kterého si předešlý měsíc nevšiml;*

*od šedesáti do sedmdesáti každým týdnem zjistí nemoc, o které neměl ještě před týdnem tuchy;*

*a od sedmdesáti do osmdesáti každý den odkrývá nový neduh.*

*A jestliže překročí osmdesátku, každá hodina přináší novou bolest a nová soužení.*

*Hranice, do kdy má člověk radost ze života, je čtyřicet let; když nadejde čtyřicítka, jako kdybys usedl na nejvyšší příčce žebříku, a tak, jak ses vyšplhal, musíš zase slézt.,,*

# JAK SMYSL VZNIKÁ?

Psychologie hledá odpověď na otázku:  
Vytváří si osobnost smysl nebo jej hledá  
reflexí a sebereflexí?

Případové studie potvrzují Jungův  
postřeh, v němž se konstatuje, že  
*„neurózou trpí lidská duše, která nenašla  
nebo ztratila svůj smysl“.*

# POJETÍ SMYSLU

Smysl bývá definován mnoha způsoby:

- jako zvyšování hodnoty bytí;
- jako aktivní podpora dobra;
- jako zkvalitňování podmínek důstojného života;
- jako zakotvení života v moudrosti (na rozdíl od pragmatické chytrosti);
- jako pokoj v duši.



# STRUKTURA A ŘÁD

Člověk touží po smysluplnosti toho, co dělá.

Transakční analýza vystihla význam smyslu pro utváření zdravé osobnosti zavedením konstruktů "**hlad po struktuře**", jímž se rozumí potřeba smysluplné činnosti.

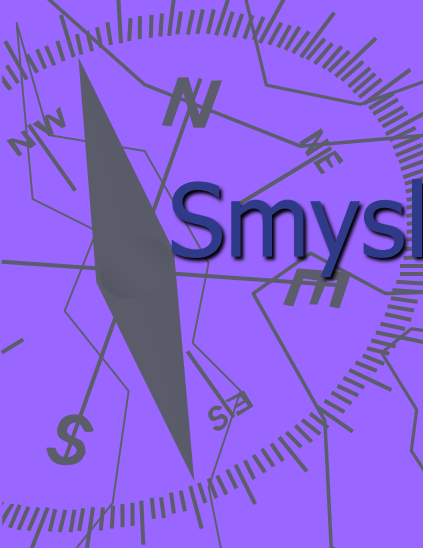
Struktuře a smyslu odpovídá idea řádu, který je zakotven v duchovní sféře bytí.

# CHARAKTER A SVĚDOMÍ

Orgánem smyslu je **charakter** člověka, jehož centrem je **svědomí**.

**Charakter** určuje způsoby, jimiž člověk smysl ve svém životě vyjadřuje a uskutečňuje.

**Smysl** pomáhá integrovat osobnost v jejím jáství.



# Souvislosti pocitu smysluplnosti

□ Víra

□ Náboženský smysl

□ Spirituální inteligence:

- nalézání smyslu,

- uvádění do souvislostí

- a schopnost transformace.

(D. Zoharová, I. Marshall)

# Shrnutí

- Různá pojetí smyslu života: Smysl nalézáme nebo vytváříme
- Smysl je fikce
- Smysl je úděl člověka – „Poznej, kým jsi a staň se jím“
- Smysl je řešení osobního problému (jde o základní životní volby – viz J. J. Rousseau)
- Smysl je hnací silou osobnosti v naplňování lidství, osobního úkolu
- Smysl je splnění vývojového úkolu (smysl je individuální varianta daná vlohami, zaměřením a životními podmínkami)

# Závěry

Sigmund Freud jednou doporučil, „abychom se pokusili vystavit hodně co nejrozmanitějších lidí stejnému hladu. S růstem neodbytné naléhavosti hladu se všechny individuální rozdíly setřou a v jejich chování se objeví stejný výraz neutišitelné naléhavosti.“ Díky Bohu, Sigmund Freud byl ušetřen poznání koncentračního tábora z vlastní zkušenosti. Jeho klienti leželi na pohovce ozdobené v plyšovém stylu viktoriánské kultury, a ne ve špíně osvětimských baráků. Zde se „individuální rozdíly“ „vůbec“ nesetřely, ale naopak, lidé se stali odlišnějšími; spadly z nich masky, a to jak ze sviní, tak ze světců. A dnes nemusíte vůbec váhat při užití slova „světec“: stačí pomyslet na Maxmiliána Kolbeho, který hladověl a nakonec byl zavražděn injekcí kyseliny karbolové v Osvětimi a v r. 1983 prohlášen za svatého.

Můžete být v pokušení obviňovat mne z toho, že uvádím příklady, které jsou výjimkou z pravidla.

*„Sed omnia praeclara tam difficilia quam rara sunt”* (ale všechno vznešené je jak obtížné, tak vzácné)

čteme v poslední větě Spinozovy *Etiky*.

*Můžete se samozřejmě ptát, zda opravdu potřebujeme mluvit o „světcích“.*

*Nestačilo by mluvit o **slušných** lidech?*

*Je pravda, že jsou v menšině.*

*A co víc, vždy zůstanou v menšině. A co ještě víc, vidím v tom skutečnou výzvu připojit se k této menšině.*

*Neboť svět je ve špatném stavu, ale všechno bude ještě horší, pokud každý z nás neudělá to nejlepší.*

**A tak tedy bud'me bdělí - bdělí ve dvojitým smyslu:**

**Od Osvětami víme, čeho je člověk schopen.**

**A od Hirošimy víme, co vše je v sázce.**

(Viktor E. Frankl: *Lékařská péče o duši*.  
Cesta, Brno 1996, 80-83):

• *Člověk stojí v životě jako u maturitní zkoušky: Zde záleží přece také méně na tom, že je práce nedokončena, než na tom, jak je hodnotná. Tak jako musí být kandidát připraven na to, že znamená zvonku oznámí konec času, který má k dispozici, právě tak musíme v životě očekávat v každém okamžiku, že budeme „odvoláni“.*

• *Člověk má - v čase a v konečnosti - něco naplnit a ukončit, tj. vzít na sebe konečnost a počítat vědomě s koncem. (82)*

(...)

• *I když pochodeň dohořela, mělo její světlo smysl (...).*  
(83)



Bud'te dobré mysli a hledejte  
pozitivní smysl života,  
nebot':

*nejvíce zla v lidech a národech, pochází  
z nevědomosti, strachu a sobectví;  
a nejvíce dobra nalézáme  
ve víře, naději a lásce!*

# Další poznámky z výzkumu



# CO UKÁZAL VÝZKUM?

V DP „*Pocit smysluplnosti života a možnosti jeho zkoumání testem Noodynamiky*“ se podařilo prokázat faktorovou analýzou odpovědí 120 respondentů v dotazníku Noodynamiky existenci 4 faktorů smysluplnosti života. Interpretovali jsme je následovně:

# Faktor 1: SMYSLUPLNOST ŽIVOTA

Realistické prožívání vlastní existence - schopnost překonávat těžkosti, pocity z vlastního já a z vlastního života; pociťování hodnoty a smyslu života; pociťování svobody; pocity vůči minulosti a budoucnosti.

Je zde také schopnost zaujímat postoj k sobě, k životu, i k druhým.

# Faktor 2: TRANSCENDENCE

Duchovní orientace na smysl – konstruktivní postoj k utrpení, vztah k hodnotám, vztah k životu, vztah k posvátnému a vznešenému, touha po lásce, vztah k Bohu. Víra a důvěra v Boha, potřeba objevení smyslu vlastního života (mikroskopický smysl), prožívání možností a šancí osobního vývoje a postoj k životu jako úkolu.

# Faktor 3: VŮLE KE SMYSLU

Aktivní vztah k existenci. V tomto faktoru je obsažena volní složka osobnosti, schopnost dosahování změn, mínění o vlastní pracovitosti a vytrvalosti, schopnost vynaložení osobního úsilí, potřeba dosahování úspěchu, připravenost k odříkání, schopnost tvořivého přístupu k překážkám, pocit vlády nad svým životem a osobního rozhodování ve vlastním životě.

# Faktor 4: ZPŮSOB REALIZACE SMYSLU

V tomto faktoru je obsažena odpovědnost za vlastní jednání a činy, otevřenost k druhým lidem, přejícnost druhým lidem, bezprostřední přijímání druhých lidí, vztah k sobě, autotranscendence, respektování svědomí, postoj k smrti.

Osobnost řídí své prožívání a jednání

- buď především city (emocionální postoj),
- nebo především rozumem (racionální postoj).

# Další výsledky výzkumů s dotazníkem Noodynamiky

- ▶ Respondenti, jejichž charakteristiky se vyznačují vysoce propracovaným smyslem života jsou spokojenější, sociálně akceptovanější, vstřícnější, kooperativnější.
- ▶ K. Popielski prokázal, že VŠ studenti jsou odolnější v době zkoušek proti infekcím souvisejícím se sníženou imunitou navozenou zkouškovým stresem.



# ZKOUMÁNÍ ZAMĚŘENOSTI jako cesty k poznání SMYSLU OSOBNOSTI

I lidé, kteří nekultivují reflexivní funkci vědomí, si formují živelně svůj osobní plán a taktiky jeho uskutečňování. Až zpětná analýza životní dráhy člověka odhalí **zaměřenost** dané osobnosti a **techniky** jejího dosahování.

# K čemu je poznání ZAMĚŘENOSTI OSOBNOSTI?

Poznání obsahů zaměřenosti umožní identifikovat, co je smyslem života dané osobnosti, i když si zkoumaný člověk otázku smyslu třeba vůbec neklade.