

Zkušenost, Existence a smysl života

Humanistická, konstruktivistická a pozitivní psychologie

Psychologie – paradox objektu zkoumání

Závist vůči ostatním „vědeckým“ disciplínám - predikce, kontrola, objektivita

Ale základní princip lidské psychiky je, že je vědomá – vědomí sama sebe umožňuje jiný přístup

Člověka nemusíme dávat po mikroskop, můžeme se ho zeptat – jiná vědeckost, než má fyzika nebo chemie

Humanistické předměty zkoumání: svobodná vůle, imaginace, introspekce

Otzázy: Co je štěstí? Co je smyslem života?

Zdroje

Fenomenologie – Brentano, Husserl: vědomá zkušenost, všechno je pouze ve zkušenosti a nikdy mimo, zkoumat strukturu zkušenosti a to jak uchopuje věci kolem (objekty)

Talmud: Věci nevidíme, jaké jsou. Vidíme je takové, jací jsme my.

Existencialismus: Sartre, Heidegger, Binswanger, Boss

„Konkrétní a specifický způsob bytí člověka, v konkrétním čase a prostoru – je existence“

Člověk je ve světě, na omezený čas. Jaké jsou jeho základní možnosti a nutnosti? Co prožívá? Jak se cítí?

Otzázy: - metody zkoumání

Jaké možnosti a metody zkoumání měli fenomenologové a existencialisté?

Jak může být takový přístup vědecký

Struktura – humanisticky zaměřené moderní teorie:

- I. **Optimistický humanismus**
- II. **Moderní humanistické teorie**
- III. **Konstruktivismus**

Ad. I. Optimistický Humanismus

Zpochybnění principů humanity po 2. světové válce

Jaká je povaha člověk? Jak se člověk chová, vystaven nelidským podmínkám?

Jaký má život smysl?

Odklon od psychologie, která si myslí, že člověk pochází z bílé krysy

- a) *Smysl života – V. E. Frankl - fotka*

Zážitek bezesmyslnosti – Vídeň, Nietzsche

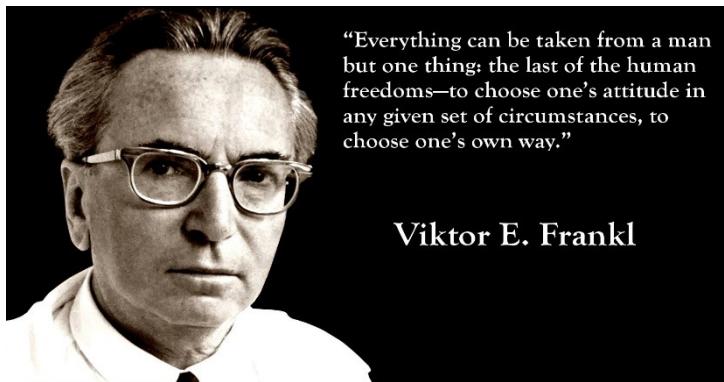
Zážitek koncentračního tábora – fotka

Pojmy: noogenní neuróza, existenciální vakuum, nedělní neuróza

Vůle ke smyslu – ptát se jaký má život smysl, jaký smysl mu dám

Tři možnosti: čin, zážitek, utrpení

Lidská svoboda – socha svobody x soch zodpovědnosti



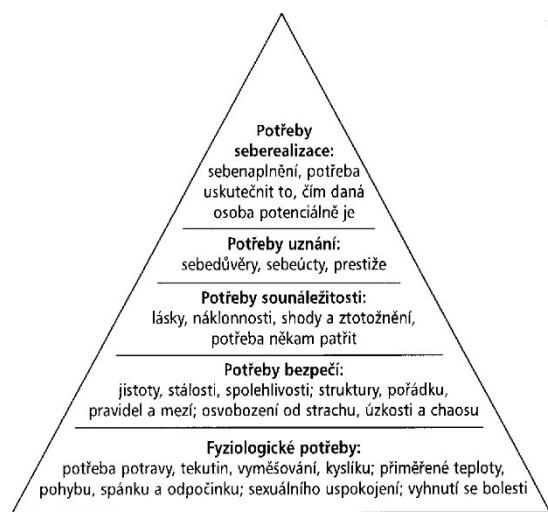
Logoterapie

https://www.ted.com/talks/viktor_frankl_youth_in_search_of_meaning

b) *Abraham Maslow*: Člověk je v zásadě dobrý, má svobodnou vůli

Teorie motivace

Pyramida potřeb a její vysvětlení: nejvyšší potřeba je sebereaúzace/ sebeaktualizace



D- potřeby, B- potřeby

Naplnění nemusí být 100 procent, chování je pravděpodobně mnoho/motivové

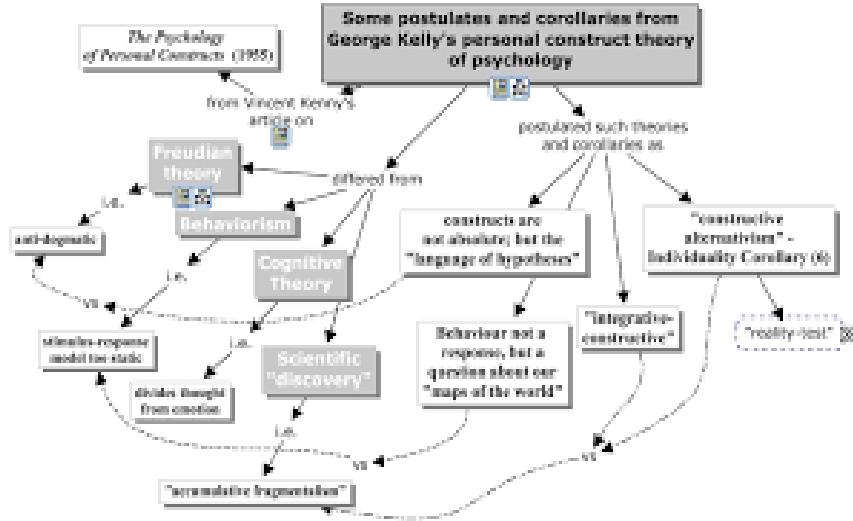
c) *Carl Rogers – skupiny encounters – kritika klasické psychoterapie*

Bezpodmínečné přijetí sebe – autenticita, kongruence.

Jaké jsou podmínky? Jak vést ostatní, jak vést terapii?

„Dříve jsem se ptal: Jak mohu vyléčit či změnit tohoto člověka? Dnes bych tuto otázku položil jinak: Jak mohu vytvořit vztah, který tento člověk může využít pro svůj osobní růst?“ *On Becoming a Person*, 1961

Konstruktivismus – George Kelly – svět je systém konstruktů, testování hypotéz, alternativní konstruktivismus



REP test

REP test – pro zájemce v AJ

- 1. Mother
 - 2. Father
 - 3. Brother nearest clients age
 - 4. Sister nearest client's age
 - 5. Teacher client liked
 - 6. Teacher client disliked
 - 7. Previous, most recent boy or girl friend
 - 8. Wife or husband, or present boy or girl friend
 - 9. Employer or supervisor
 - 10. Close associate who dislikes client
 - 11. Person met in last six months whom client would most like to know better
 - 12. Person whom client would most like to be of help to, feels most sorry for
 - 13. Most intelligent person client knows personally
 - 14. Most successful person that client knows personally
 - 15. Most interesting person client knows personally

