



# Teorie C. R. Rogerse v poradenství

# Carl Ransom Rogers



- Narozen 8.1.1902 v Oak Parku (Chicago-předměstí), Zemřel v r.1987
- studium teologie, pedagogiky, psychologie
- Od r.1940 profesor psychologie na univerzitě v Ohio, později v Chicagu i Wisconsinu
- V r. 1964 zakládá Centrum pro studium člověka v La Jolla
- v r. 1987 byl navržen na Nobelovu cenu za mír



# Vývoj teorie

- 1. období 1940-1950 nedirektivní poradenství

Dílo: *(Counseling and psychotherapy)*

- 2. období 1950-1960 reflektivní psychoterapie  
(psychoterapie zaměřená na klienta)

Dílo: *Client-centred therapy*

- 3. Období 1960-1970 zážitková psychoterapie

Dílo: *On becoming a person*

- 4. období 1970-1980 skupinová psychoterapie

Dílo: *On encounter groups*

- 5. období od 1980 – integrační období (nové směry)



# Pohled na jedince




- Osobnost člověka je tvořena self-konceptem a zkušenostmi.
- Každý získává bezprostředně žitou a osobní zkušenost, která nese významy.
- Každý má tendenci k růstu a rozvoji (aktualizační tendence).
- Zkušenost spolu se záměrností jednání vede k přemýšlení o sobě a porozumění sobě.
- Porozumění sobě = nahlédnutí na sebe sama ve vztazích.
- Vývoj zaměření teorie od pacient – klient – člověk

# Náhled na vznik problému

(předpoklad poradenské práce)

- ▶ Zkušenost = vše, co se v daném okamžiku v organismu odehrává, uvědomované i neuvědomované události ve vědomí + vzpomínky, tj. informace spojené s pocity (zážitky)
- ▶ Self-koncept = měnící se individuální chápání světa v symbolech, zahrnuje různé vnímání JÁ
  - ▶ vzniká na základě působení druhých, kteří nás učí pojmenovávat zkušenosti
  - ▶ účel self-konceptu:
    - ▶ utváří se tak, aby jedinec byl zakotven se „své“ skupině, společnosti, kultuře a mohl být oceněn a milován;
    - ▶ umožňuje předvídat budoucí okolnosti, umožňuje volbu jedince;
    - ▶ dává pocit jistoty a bezpečí;
    - ▶ není přístupný logické argumentaci.
- ▶ **Pokud jsou zkušenost a sel-koncept kongruentní, funguje aktualizační tendence.**
- ▶ **Zkušenosti, které neodpovídají self-konceptu, jsou vytěšňovány z vědomí a mohou se stát překážkou rozvoje osobnosti (blokuje se aktualizační tendence).**
- ▶ **Jsou-li self-koncept a zkušenosti v inkongruentním vztahu, dostává se aktualizační tendence do rozporu s motivačními systémy, což vyvolá sebeaktualizační tendenci.**



# Východisko poradenského procesu

- **Chování (stav) jedince, který je důsledkem stavu inkongruence**
- Jak mohu vytvořit příznivé podmínky pro sebeaktivační tendenci
- Jak mohu vytvořit vztah, který jedinec může využít se svému rozvoji?
  - Sebeaktivační tendence zahrnuje uspokojování fyziologických potřeb, snahu o duchovní růst, rozvíjení vztahů, tendenci vlastního zdokonalování, tvořivost a posun od řízení „zvnějšku“ k sebeřízení.
- Jaký vztah mohu vytvořit?
  - Akceptace
  - Empatie
  - Autenticita (opravdovost)



# „Intervenční“ metoda – „specifický“ rozhovor

## ► Fáze poradenského procesu

- 1. fáze- není vnímána potřeba změny, jedinec nemluví o svých zkušenostech pocitech
- 2. fáze – problémy „stojí“ mimo jedince, pocity jsou popisovány z pozice cizince, zkušenost je dána minulostí a je vnímána jako fakt
- 3. fáze – plynulé vyjadřování o sobě (svých názorech, postojích) a svých pocitech, self-zkušenost je reflektována, pocity jsou akceptovány jen omezeně, zkušenost je stále „minulostí“
- 4. fáze – pocity jsou „zpřítomněny“, zkušenost je vnímána jako osobní konstrukt a tím se začínají zpochybňovat, začínají se rýsovat možnosti zlepšení vztahů a tím i růstu jedince
- 5. fáze – pocity jsou prožívány bez distance, tendence k přesnosti v diferencování pocitů a názorů, vnitřní komunikace, ochota a schopnost převzít zodpovědnost
- 6. fáze- vnitřní flexibilita a vyrovnanost, jedinec žije subjektivně ve zkušenosti, inkongruence mezi vědomím a zkušeností je prožívána natolik, že jedinec rozpouští svůj konstrukt a vystupuje ze svého dosavadního rámce
- 7. fáze kongruence (shoda) k sobě



# Doporučená literatura ke studiu

- NYKL, L. (2012) *Carl Ransom Rogers a jeho teorie. Přístup zaměřený na člověka*. Praha: Grada
- NYKL, L (2004). *Pozvání do rogersovské psychologie. Přístup zaměřený na člověka*. Brno: Barrister&Principal
- VYMĚTAL, J. & REZKOVÁ, V. (2001) *Rogersovský přístup k dospělým a dětem*. Praha: Portál