

Psychologie osobnosti

Teorie osobnosti (+ Adler, Horneyová)

Bohumíra Lazarová
lazarova@phil.muni.cz

Teorie osobnosti

Vytvářejí se:

- vlastní zkušenost,
- rozvoj již vytvořené teorie osobnosti,
- eklekticismus.

Dva vztažné rámce pro konstrukci teorie:

- hledisko vnějšího pozorovatele („objektivní“) umožňuje měřit a hodnotit i odchylky od normy,
- hledisko nositele chování (percepční, vnitřní, subjektivní), - jedince se pokouší porozumět chování a nehodnotí normalitu

Teorie osobnosti - rámeček

Vnější rámeček: Osobnost je dedukce z chování, měření, rozvoj zvenčí,

- Behaviorismus a teorie učení (Pavlov, Skinner, Miller...)
- Faktorová teorie (Cattell)
- Interpersonální teorie (Horneyová, Sullivan)
- Individuální psychologie (Adler)
- Psychosociální teorie (Fromm, Erikson)
- Analytická teorie (Jung)
- Teorie pole (Lewin)
- Holistická teorie (Maslow)
- Logoterapie (Frankl)
- Fenomenologie (Husserl, Combs a Snygg)
- Teorie Já (Rogers)

Vnitřní rámeček: osobnost je reálná, důraz na svobodu, tendence k sebeaktualizaci

Teorie osobnosti

- Některé silný potenciál pro psychoterapii a poradenství
- Jiné zůstávají teorií (filozofie)

Alfred Adler (1870-1937) Individuální psychologie

- Druhá vídeňská škola - odchýlení od psychoanalýzy (odklon od biologického – pudového motivu k motivu společenskému)
- Žid, později protestant, trpěl křivicí,
- Lékař, psychiatr
- Spolupráce s Freudem, prezident Psychoanalytické společnosti, později odklon a vlastní společnost
- Neradikální socialista – věřil v „sociální cit“, později odpor k marxismu, zájem o „běžné lidi“
- Síť dětských, rodinných poraden
- Teorie Individuální psychologie – věhlas v USA

Adlerova teorie – usilování o nadřazenost

Usilování o nadřazenost – ústřední hnací síla osobnosti.

Znamená žít dokonaleji – být víc než jsme. Jde o nadřazený princip ne o moc.

Dokonalost je **představa** (fiktivní cíle) kterou si vytváříme a žijeme tak, abychom ji zrealizovali (fiktivní finalismus)

Lidé jsou sebeurčující bytosti, vytváří si **Ideální Já**

Adlerova teorie – pocit méněcennosti

- Zdroj usilování o nadřazené ideály: **pocity méněcennosti**
- Ty mohou vycházet z objektivní skutečnosti – např. **orgánová méněcennost** (organ inferiority), fyzická slabost těla
- Pocity méněcennosti = komplex méněcennosti – není nenormální (mladší děti v porovnání se staršími sourozenci...), všichni jsme nějak omezeni
- Komplex méněcennosti platí i rodově, promítá se i pohlaví (**ženský maskulinní protest**) – mít „mužskou svobodu“ - FEMINISMUS
- Méněcennost pramenící z pohlavní identity však platí i pro muže (výhody žen, krása žen...)

Adlerova teorie – životní styl

- Pocit méněcennosti (jeho síla) ovlivňuje **životní styl**
- Životní styl si jedinec konstruuje **na základě dětských zážitků** (pořadí sourozenců má vliv)
- Životní styl pak určuje vzorce chování - životní styl slouží k dosažení nadřazenosti

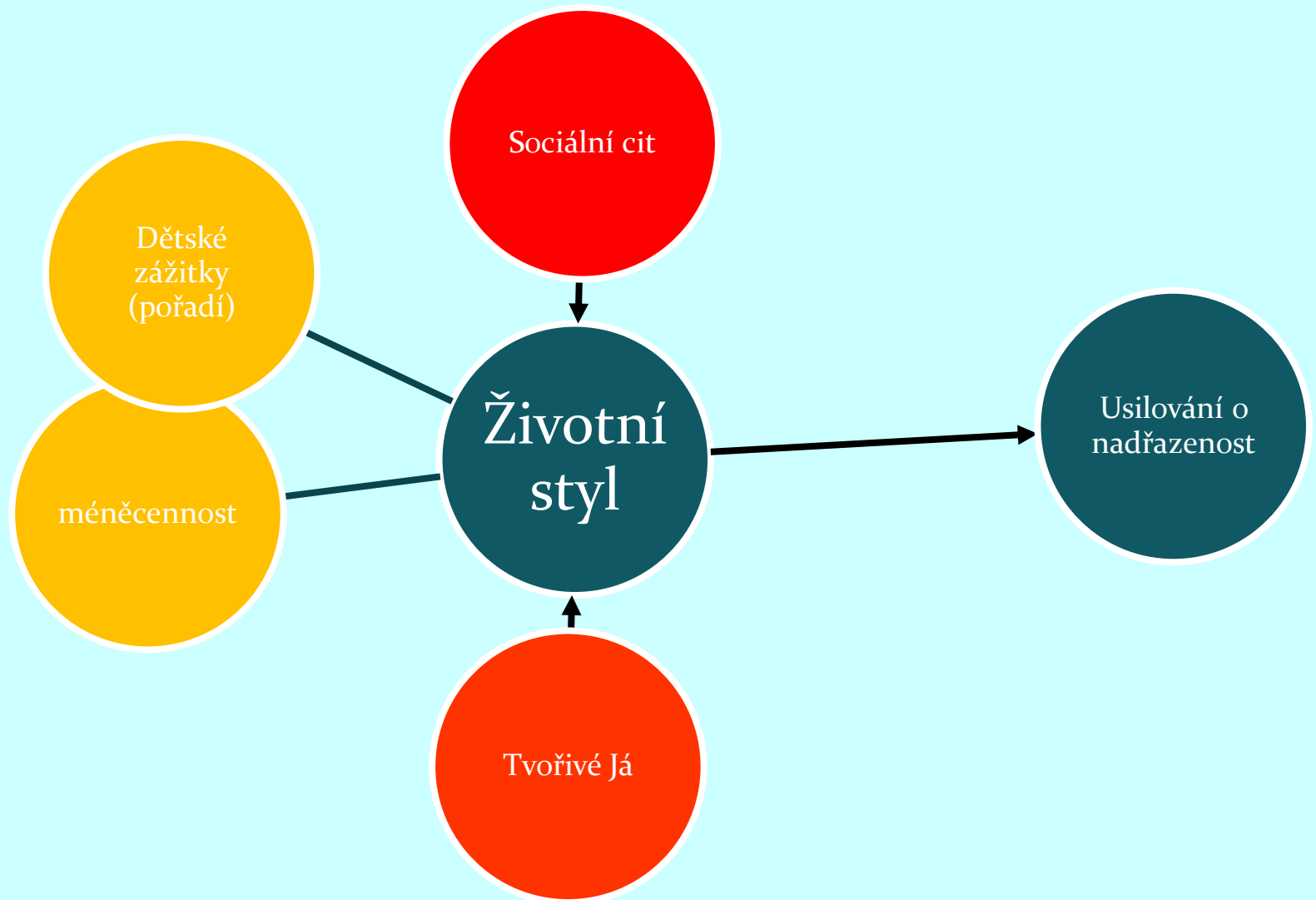
Adlerova teorie – tvořivé Já

- Kromě „objektivních příčin“ (méněcennost, zážitky z dětství) ovlivňuje životní styl ještě tzv. tvořivé Já (subjektivní síla).
- **Tvořivé Já** rozhoduje o tom, zda je schopen jedinec ovlivnit, změnit (tvořivě) vliv „objektivních příčin“
- Tvořivé Já chrání jedince, je aktivní proces, je tvůrcem jedinečnosti

Adlerova teorie - Sociální cit

- Zdravý životní styl zahrnuje **sociální cit** (s ním se rodí všichni lidé), člověk je tvor společenský
- Nemusí se plně rozvinout, vyvíjí se v rodinném životě
- Rodiče posilují sociální cítění u dítěte
- Jde o hodnoty rodiny, atmosféru, vzájemný respekt...

Životní styl - vlivy



- Ještě k „objektivním příčinám“, které ovlivňují usilování o nadřazenost
- Sourozenecké konstelace

Adlerova teorie – sourozenecké pořadí

- Dětské zážitky jsou ovlivněny tím, v jakém pořadí se jedinec narodí
- Prostřední dítě: ambiciózní životní styl (aby předčilo staršího sourozence)
- Starší sourozenec prožívá pocit „svržení z trůnu“, rádo se vrátí do minulosti (regres) a volí konzervativnější styl
- Nejmladší dítě nezažívá ztrátu pozornosti (princezna)
- Orgánová méněcennost a pořadí sourozenců ovlivňují životní styl (objektivní příčiny – tj. společenské a biologické okolnosti)

Charakteristiky dětí dle rodinné konstelace

Jedináčci

- Tradiční přístup: rozmazlenost, sebestřednost, přemoudřelost. Jsou pod ochranou, ale jsou i rukojmími. Dříve hodně kritiky na výchovu (povahu) jedináčků, dnes překonáno.
- Dnes: ochuzení o výhodu společného života s ostatními dětmi, ale dobrá péče rodičů (více času, financí)
- Riziko: zvýšený egoismus (nemusí se dělit). Musí se učit vycházet s vrstevníky, nemůže sdílet trápení se sourozencem
- Rozdíl víc jak 7 let – generační rozdíl. Dva jedináčci.
- Vlastnosti: vazba na rodiče, sebekontrola, vůdce, zralost, náročný, neodpouští, drží tajemství, spolehlivý, citlivý...

Nejstarší sourozenec

- Zbytnělý pocit odpovědnosti, tendence kontrolovat, vyvozovat závěry a rady. Snaha o naplnění očekávání rodičů.
- Nejstarší děti a jedináčkové jsou často zastoupeni ve skupině špičkových vědců (Darwin a další). Jen pravděpodobnost.
- Rizika: Starší chrání svou převahu (Dreikurs). Adler popisuje „sesazení z trůnu“ (odepření zájmu), riziko žárlivosti. Regres při narození dalšího dítěte – konfrontace. Na staršího jsou kladeny větší úkoly, odnese výchovné chyby rodičů.
- Vlastnosti: přirozený vůdce, vysoké výkony, organizovaný, dochvilný, všeználek, panovačný, odpovědný, dodržuje pravidla...

Nejmladší sourozenec

- Nezřídka „dítě pro radost“ – hračka, mazlíček.
- Riziko: starší rodiče už nemají tolik sil, jde pak o jedináčka – samorost, starší sourozenci již jsou „mimo“. Dítě je stále považováno za nejslabší, nejméně důvěryhodné - chce dokázat, co dovede
- Vlastnosti: riskuje, společenský, kreativní, egocentrický, nedrží finance, soutěživý, snadno se znudí, rád se nechá rozmazlovat, smysl pro humor

Střední pozice

- Jsou ohrožováni těmi před sebou i za sebou. Zažívají rizika platná pro starší i mladší. Nemají suverenitu a nejsou rozmazlování (chybí roztomilost nejmladšího).
- Ovšem: co nezabije, to posílí: dokážou vyjednávat, přizpůsobit se, využít situace. Umí manipulovat (dobří prodejci).
- Vlastnosti: flexibilní, vychází s lidmi, sociabilní, vyjednávač, uhlazuje konflikty, nezávislý, dělá tajnosti, ublížený, velkorysý

Patologie – neurotičtí lidé

- Silný komplex méněcennosti (parazitický styl, pocit neschopnosti, zanedbává se nebo se nechá rozmazlovat)
- Nerozvinutý sociální cit (příliš vysoké cíle, vlastní svět, rigidní a dogmatický ŽS)
- Nedostatek odvahy – kreativity

Psychologické typy - neurotické

- **Řídící typ.** Tendence k agresivitě a dominanci. Silná energie. Agresivita ven i dovnitř.
- **Typ závislý, opírající se.** Citliví, někdy se silnou „skořápkou“, aby se ochránili. Spoléhají na ostatní, aby je přivedli k životním výzvam. Postrádají energii, jsou náchylní k fobii, úzkosti, posedlosti a nátlaku.
- **Typ vyhýbající se.** Nízká energie, vyhýbají se životu, lidem. V extrémních případech se u nich rozvíjí psychóza – to je výsledek ustupování do sebe.
- -----
- **Sociálně užitečný typ.** Lidé tohoto typu jsou v podstatě zdraví jedinci, kteří mají přiměřený, avšak nikoliv přemrštěný, společenský zájem a energii. Jsou schopni být užiteční ostatním, protože nejsou tak „opotřebováni“ pocitem méněcennosti.

Neurotické chování

- **Výmluvy (ano, ale..., kdyby...),**
- **Agrese (ponižování, obviňování, sebeovniňování – tím zraňuje druhé),**
- **Stažení se – úniky (regrese, nicnedělání, nerozhodnost, prokrastinace, vytváření překážek a problémů...)**

Terapie a poradenství

- Biblioterapie – uvědomit si živ. styl (poučit se, povzbudit, posílit, prozřít, propojit se světem, pozvednout žs)
- Zvyšování vědomí, interpretace vztahů současnosti s minulostí
- Analýza životního stylu
- Poznání základních omylů (jsem neschopný...)
- Přehodnocení/stanovování cílů
- Vyjádření sociálního citu (úkoly)
- Přátelský terapeutický vztah

Adler ve škole a v rodině

Adlerova teorie – psychopatologie rodiny

- Patologické osobnosti nejsou schopny dosáhnout nadřazenosti sociálně přijatelným (konstruktivním) způsobem
- Rizikové typy rodin: atmosféra nedůvěry, moci, nevšímavosti, rozmazlování – **brání rozvoji sociálního citu**
- Dosahování nadřazenosti na úkor ostatních, tzv. **sobecké cíle**:
 - Vyhledávání pozornosti
 - Usilování o moc
 - Mstivost
 - Deklarování nedokonalosti či prohry
- Zlobivé děti nebo osobnostní vlastnost? Patologické životní styly.

Adler – rodinné poradenství

- Rozmazlený životní styl – rodiče řeší za děti úkoly, které mohou řešit samy ... děti se stávají neschopnými. Lenost. „Rozmazlení lidé“ – pocit: svět by se měl o ně starat, upoutávají pozornost. Nedostává-li se pozornosti, začnou trucovat, zloba
- Bezmocný (o moc usilující) životní styl – dominantní rodiče. Děti náchylné ke komplexu méněcennosti, bezmoc v rozhodování, vede k upřednostňování destruktivních cílů. Žijí v opozici, cílem je získat moc, neústupné chování.
- Neurotický (kompulzivní -- obsednatní) životní styl - dominantní, trestající rodiče, ironie, hledání chyb. Nesnaží se o nic, uchylují se k rituálům,
- Neurotický - Mstivý ž. styl – děti bité, krutost. Agrese vůči společnosti. Bezohlednost.
- Neurotický - Izolovaný ž. styl – zanedbávané děti, lhostejnost. Izolací dokazují nadřazenost. Zoufalství.

Negativní sebehodnocení dětí a jeho příčiny:

- všeobecná situace dítěte ve světě dospělých
 - skutečné nebo domnělé nedostatky vlastního organismu
 - ekonomická a sociální situace dítěte a jeho rodiny
 - pohlaví dítěte v kontextu společenského a rodinného významu
 - rodinná atmosféra a sourozenecká konstelace
 - výchovný styl rodičů
 - zatěžující události a osudové rány
-
- Přesvědčení o vlastních předpokladech je základ pro sebehodnocení: je součástí „životního stylu“.
 - Je rozhodující pro chování ve třídě a utváření interakcí

Rušivé chování z hlediska individuální psychologie

(Petr Ondráček)

Adler hledá odpověď z hlediska subjektivního prožívání

- Oč jedinci jde? (aspekt finality - chování má nějaký cíl, pro jedince je smysluplný) – odhalovat cíle/finality chování
- Ne vždy si jedinec uvědomuje cíl (aspekt neuvědomělosti, souvisí s neuvědomovaným udržením sebehodnoty) – uvědomovat si cíle chování
- Existence člověka je spjata se společenstvím ostatních (sociální aspekt, chování zajišťuje pozici ve společenství) - jaká je jeho pozice ve skupině
- Jedinec je spolutvůrcem průběhu interakce s ostatními (aspekt aktivity) – jeho aktivita ve skupině

Pro učitele – rušivé děti

Rozpoznání finality rušivého chování (poutání pozornosti, snaha vyhnout se úkolu...)

O co může jít (provokují chyby učitelů):

- vyprovokovat učitele – vynutit pozornost (řešení: sdělit, že ví, o co mu jde, zaměstnat...),
- bojovat s učitelem (řešení: sdělit, že výzva k boji byla rozpoznána, přehlížet, zachovat klid, vysvětlovat...),
- mstít se učiteli, rodičům... (řešení: klid, ignorovat, sdělit, že účel byl rozpoznán... snaha o zlepšení vztahu)
- dokázání neschopnosti (řešení: zdržet se kritiky výkonu, vyzdvihnout úspěchy, počítat s dlouhodobým procesem...)

Vždy: zásady podporující komunikace

Pro pedagogy

- Neřešit úkoly za žáky, angažovat je
- Věnovat pozornost jedincům, nezanedbávat
- Nedominantní styl výchovy, nechat rozhodovat
- Neironizovat, nehledat chyby, pracovat se sebevědomím žáků
- Nebýt agresivní a netolerovat agresi
- Všimnout si izolovaných žáků
- Podporovat odvahu

Interpersonální teorie – Karen Horneyová



1885-1952

- Sociokulturní teorie osobnosti
- Vliv Freuda a Adlera, zaměření na sociální vztahy,
- Kritika Freuda, vysvětlování ženské závisti . Obhajoba žen - Psychologie žen
- Němka, lékařská fakulta, psychoanalýza, psychiatrie
- Rozdíly v neurózách mezi americkými a německými pacienty – usuzování na vliv společnosti, kultury země

K. Horneyová - teorie

- Uznávala úlohu nevědomí, metody a techniky psychoanalýzy, ale odmítla významnost bio faktorů, předurčující roli dětství
- Rozhodující úlohu mají zážitky z dětství, ale zážitky ukotvené v **sociálních faktorech** (na rozdíl od Freuda i Adlera)
- Děti se rodí do problémového světa – vzbuzuje úzkost
- Úzkost je podporována dospělými (dospělí jsou neurotičtí) – to se promítá do výchovy
- Čím větší vlivy, tím větší úzkost a nejistota a zranitelnost dítěte
- Vzniká pocit bezmoci, osamocení vůči nepřátelskému světu

Neurotické směřování (neurotic moving) – vliv Adlera

Usilování o nadřazenost (striving for perfection)	Sociální cit (social interest)		
		Konstruktivní	Destruktivní
	Aktivní	Sociálně užitečný	Dominantní
	Pasivní	Parazitující	Vyhýbající se

K. Horneyová - teorie

Tři vztahy pro překonání úzkosti:

- **Směrem k lidem** (k rodině... cíl je zajistit si bezpečí, vyhýbat se neshodám)
- **Proti lidem** (agrese, porazit ostatní)
- **Od lidí** (izolace)

Tyto tendence vykazují všichni lidé. Propojení těchto tendencí – duševní zdraví.

Ohrožené dítě se drží jen jednoho z těchto způsobů, podle toho, co se vyplácí.

V dospělosti: neurotické potřeby plynou z ustrnulých postojů z dětství, jsou nevědomé a obsedantní.

K . Horneyová - Neurotické potřeby

- Neurotická potřeba náklonnosti a schválení
- ... partnera
- ... vymezit svůj život úzce vytyčenými hranicemi
- ...moci
- ...využívat druhých
- ...prestiže
- ...obdivu
- ...výkonu
- ...soběstačnosti a nezávislosti
- ...dokonalosti a nenapadnutelnosti...

Může jít o kombinace, výčet je nekonečný...

V psychoterapii věří H. svépomoci pacienta, náhodným změnám, příkladům...