

1. PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI

Předmět studia psychologie osobnosti, vznik a vývoj psychologie osobnosti

Hlavní teoretické přístupy ke studiu osobnosti

Klasická psychoanalýza (S. Freud)

Analytická psychologie (C.G. Jung)

Individuální psychologie (A.Adler)

Ego teorie osobnosti (H. Erikson)

Neopsychoanalýza (K.Horneyová, E.Fromm)

Přínos behavioristických teorií učení pro pojetí osobnosti (F.B.Skinner)

Problematika osobnosti v sociálně-kognitivních teoriích učení a v kognitivní teorii osobních konstruktů (A.Bandura, G.A.Kelly)

Fenomenologická a humanistická pojetí osobnosti (V.Frankl, C.Rogers)

Pojem osobnost, přístupy k vymezení osobnosti

Pojem typ, typologický přístup k osobnosti (např. E.Kretschmer, W.Sheldon aj.)

Pojem rys, rysový přístup k osobnosti - faktoroví analytici (např. H.Eysenck, R.B. Cattell, Big Five)

Problematika struktury a dynamiky osobnosti

Temperament

Schopnosti, vlohy, inteligence

Tvořivost, tvořivé schopnosti a tvořivá osobnost

Charakter, volní dynamika

Motivace, frustrace, konflikt

Integrita osobnosti, problematika Já, identita

1)Předmět psychologie osobnosti

Představa o sobě samém, kterou se snažíme vytvořit ve své mysli, abychom se mohli mít rádi, se velmi liší od představy , kterou se snažíme vytvořit v myslích jiných lidí, aby nás mohli mít rádi. W.H.Auden

pohled na povahu člověka:

- 1) **biologický** – anatomické, fyziologické , biochemické vlastnosti-
podobně jako zvířata- reflexy, pudy, fyziologické potřeby (rozdíl asi jen kvantitativní)
- 2) **sociální**- vztahy k jiným lidem- interpersonální
institute, společnost
- 3) **psychologický** – procesy uvnitř:
kognitivní přístup = znám, chápu rozumím, ovládám sebe i věci kolem sebe
fenomenologický = prožívám myšlenky, city, vjemy, povaha prožitků
- 4) **duchovní** – překrývá 2,3 – týká se vztahu k Bohu, vesmíru, přírodě jako celku,
specifických zkušeností

Jak má vypadat **ideální osobnost**?

R. Coan: základní **způsoby naplnění**

- 1) **efektivnost**-efektivní fungování v intelektuální, společenské, fyzické oblasti
- 2) **tvořivost**- vytváření originálních forem nebo zážitků
- 3) **harmonie**- vnitřní nepřítomnost konfliktu, kooperativnost
- 4) **lidská pospolitost**- orientace na pozitivní interakce s jinými lidmi
- 5) **transcedence**- účastenství v oblasti , která přesahuje rámec našeho individuálního bytí

Pojmy pro označení ideálního stavu

přízpůsobení- harmonický stav, nemám konflikty, všechno zvládám, nemám stres -„klid mysli“, antidepressiva, alkohol ? máme být bezstarostní, veselí, klidní, neupjatí, konformní ? x život přináší problémy, máme úzkost, zlost, vina (médiá!), zármutek = být **nepřízpůsobený může svět měnit!**

normalita - být v normě = typický průměrný člen populace, prožívám a chovám se podobně jako ostatní, konformita= akceptace, nekonformní= nenávisť, podezření, strach, **normalita je obecně akceptovatelná x v každé společnosti jiný vzorec chování**
!žádoucí způsoby chování mohou být statisticky zcela atypické!

zralost – překrývá se viz výše, důraz na vývojové aspekty, růst, učení, fungujeme jako dospělí (spol. fasáda, společenské role, zapadáme)
emocionální rezervovanost, odkládat uspokojení, pracovat (x bavit se)

duševní zdraví- lékařské pojetí = jsem přizpůsobivý, zralý, normální (nemám úzkost, mám dobré vztahy k lidem , ovládám emoce

do jisté míry žádoucí x konformita

kultura? OSOBNOST?

Východ : stáří= úcta, moudrost- delší časový úsek

Západ: mládí, výkony

1.pol. života povinnosti (práce, rodina), 2. volnost pro hledání duchovního osvobození

Předmět: vědecká x laická t. OS

Laici: děláme si názor na ostatní, dle něj s nimi jednáme
(nepřesný, neobjektivní, nesprávný)

X nutno znát vlastní osobnost!!! (je to těžké, bojíme se, že jsme špatní, hloupí ...)
zdroje zkreslení

Pojem osobnost

běžně: hodnotící konotace, míra sociálních vlastností os. , odraz nejvýraznějších charakteristik

psychologicky: biosociální, biofyzické, souhrnné, integrativní definice jako fce pohledu teoretika na strukturu a fungování os.

def:

Allport- 50definicí (osobnost neexistuje x konkrétní osoba)

osobnost **je** něco a **dělá** něco

OSOBNOST= individualita

vyhraněné vlastnosti-kouzlo

významná spol. fce

být něčím víc

PERSONA (v řadě jazyků) = pův. MASKA

INDIVIDUUM –exemplář homo sapiens, (ind. psychologie- nedělitelný celek, individualita- ne= osobnost, indiv. x modální osobnost)

v psychologii nemá hodnotící akcent!!

def .např.:

dynamický zdroj chování, identity a jedinečnosti (Drapela)

vzorec opakovaně se vyskytujících interpersonálních situací (Sullivan)

jedinečný vzorec rysů (Guilford)

různé definice , různé přístupy, koncepce

osobnost = hypotetický konstrukt, popisný, vysvětlující

1) duševní život člověka vykazuje organizaci a dynamiku

2) interindividuální variabilita

osobnost = biopsychosociální celek se všemi svými relativně stálými vlastnostmi

(konstitučními, výrazovými, temperamentovými, charakterovými, intelektovými)

co člověk je – temperament, charakter

co člověk může- vlohy, schopnosti, nadání

co člověk chce – pudy, potřeby, zájmy, hodnoty

cerebrocentrická t. – základ os. je mozek

psychocentrická t.- duše s možností samostatné existence

3 okruhy psychologie osobnosti

struktura osobnosti- složky, souvislosti a vzthy

dynamika – ? příčiny chování- motivy, motivace

vývoj- charakteristiky chování a prožívání v jednotlivých vývojových fázích

2. Přístupy

základní vlastnosti teorií:

jasnost, pochopitelnost výkladu

logická stavba

vnitřní jednota

jedinečnost (x eklektické teorie někdy +)

teorie x ?paradigma (supermodel, obecně akceptovaná t.)--> v psych. chybí!

teorie osobnosti možno porovnávat v základních teoret. otázkách:

- vědomé x nevědomé determinanty chování

- výsledky učení x proces učení

- dědičnost x prostředí

- minulost x přítomnost

- holistický x analytický přístup

- osoba x situace

- účelový x mechanistický pohled

- několik x množství motivů

- normální x abnormální chování

Zaměření na psychodynamické síly

Sigmund Freud psychoanalýza

(1856-1939), Příbor, Lipsko, Vídeň. Londýn

Žid, starší otec- mladá matka

rakovina čelisti, srdeční potíže, doutníky

ženatý, 6 dětí (Anna pokrač.)

lékař, neurologie- hysterie

tvůrce psychoanalytické teorie, zakladatel PSA hnutí, mnoho žáků (Adler, Jung, Rank ..)

hlavní body teorie:

- 1) determinismus- rozhodující fyziologické síly, pudy, konfliktní motivy
- 2) libido- sexuální povaha duševní energie
- 3) nevědomí- vědomí- předvědomí

struktura osobnosti

uzavřený systém , subsystémy- rozporné principy a cíle:

id – princip slasti, nevědomé, iracionální, uspokojení prostř. primárního procesu (podobně snění), nejstarší systém osobnosti

ego- princip reality, vědomé, předvědomé, racionální myšlení, fungování- sekundární proces, testování reality

superego- princip dokonalosti, vědomé, předvědomé (omezení, zákazy, chvála- zvnitřnění)

kataxe- antikataxe

intrapersonální konflikty

id x ego (testování reality)

id x superego (etické- neet.)

ego x superego (racionální x dokonalost)

pudy : vrozené, patří id, slouží jako psychický projev tělesného napětí, 2 základní

Erós – pud života, princip slasti, erotogenní zóny (- stádia vývoje osobnosti), hlad , sex

Thanatos- pud smrti, destruktivita, princip nirvány, zlost, agresivní chování

vývoj osobnosti

- v 5ti dynamických stádiích, mají vztah k erotogenním zónám (významné pro prožívání slasti)

dříve věkové vymezení, nyní zrychlení- neodpovídá

1) orální stádium (rty, ústa)

sání, polykání, kousání (růst zubů-bolest)

2) anální s. (rektální oblast)

uvolňování, napětí, spontánní vyprazdňování x nácvik čistotnosti

3) falické s.

genitální oblast, autoerotické chování

Oidipův, Elekťřin k.

kastrační úzkost x závist penisu

4) období latence- libido odváděno do školní práce, zastavení, ústup (amnésie)

5) genitální s. – puberta, pravé erotické vztahy

úzkost x strach (ú. separační, ze stráty lásky, kastrací, úzkost Superega

obránné mechanismy

- probíhají nevědomě, do určité míry prospěšné
- **vytěsnění** (nepřijatelné myšlenky a přání- úzkost)
- **sublimace** (převod libida do společností oceňované činnosti)
- **regrese a fixace** (při zesílení ohrožení návrat k nižšímu stupni- jídlo, pití, zanedbávání hygieny..)

A. Freudová, 1936

potlačení, projekce, reaktivní výtvoř, identifikace, racionalizace, popření, sublimace,
teorie neurózy

schizoidní neurotická struktura, depresivní ns, nutkavá ns, hysterická ns

- často kombinované

normalita (----) neuróza

schopnost žít, pracovat, milovat

význam snů (zjevný. manifestní význam x skrytý- latentní), výklad snů
splnění nevědomých přání

parapraxe (chybné úkony)

+ význam- dynamická struktura, obranné mechanismy, vliv dětských zážitků,
nevědomí a sexuální motivace, povaha interpersonálních konfliktů

x neověřené experimentálně, empiricky, zobecnění z malého počtu, pojetí ženské
sexuality, pudová t. vychází z kauzalistického, mechanického přístupu (parní stroj)

žáci- následovníci:

vývoj Ego-psychologie--) vznik teorie objektových vztahů

A. Freudová- spolupracovnice F., zakladatelka dětské psychoanalýzy

Ego-obránné mechanismy:

repres, projekce, reaktivní výtvoř, izolace, odčinění, introjekce, obrácení proti sobě
samému, překroucení v opak, sublimace, přesunutí

Ego pomáhá jedinci přizpůsobit se a vyrovnat se s vnějším světem

H. Hartmann

zakladatel ego-psychologie

ego je motivované jak pudy, tak vnějším světem---)adaptace

není vždy v konfliktu s Id a Superegem

--) bezkonfliktní oblast-percepce, zapamatování, myšlení, řešení problémů

existuje vrozená matrice pro vznik ega

R. White

Ego motivované biologickými pudry a také potřebou prozkoumávání, učení, zvládání prostředí
úspěšné úsilí- pocit kompetence (růst, zvládání požadavků prostředí)

E. Erikson

(1902-1982)

Německo, rodiče Dánové, nemanželský původ, nevlastní otec Žid---) krize identity
univerzitní studium, cestování, umělecká studia, Vídeň –psychoanalýza
emigrace-USA, psychoanalytik, badatel

psychosociální teorie vývoje, krize- změna
ego se vyvíjí jako odpověď na vnitřní síly a sociální prostředí, je kreativní, aktivní

psychosociální stádia: 8 stádií, v každém musí převážet pozitivní kvalita ega nad negat.
stádium- psychologická krize---)dva konfliktní póly ==) možnost růstu x možnost ohrožení
vyřešení konfliktu==) růst---) ctnost –nová síla ega

epigenetický princip (epi= na, geneze= vznik- jeden prvek vzniká na podkladě jiného v čase
a prostoru, každá kvalita přítomná od základu, závisí od předchozího vývoje)

vývoj ega, utváření osobní identity

stádia:

1) **důvěra x základní nedůvěra** ---naděje

péče, předvídatelné chování pečující osoby

2) **autonomie x zahanbení, pochybnost** ---vůle

nové činnosti, vyměšování, mnoho svázanosti či málo zábran

3) **iniciativa x vina**---účelnost

nové aktivity, narušení potřeb ostatních, fantazie—pocit viny, hra

4) **snaživost x méněcennost**---kompetence

hra---) produktivní činnosti, úspěch, neúspěch

5) **identita versus zmatení rolí** ---věrnost

sebedůvěra, sebepojetí---osobní oddanost

6) **intimita x izolace**---láska

spojení vlastní identity s id. druhého bez ztráty sebe sama, závazek

7) **generativita x stagnace**---pečování

tvorba hodnot

8) **integrita ega x zoufalství**---moudrost

završení, pocit dobře vykonaného díla

„ Zdravé děti se nebudou bát života, pokud jejich rodiče budou mít dostatek integrity, aby se nebáli smrti “

ritualizace (interakce M-D)--dospělý **rituál** (setkání s druhou osobou)--) **ritualismus**
(překroucení)

status identity (dosáhnutí, předčasně řešená, rozptýlená, moratorium)

3 typy výzkumu, hrová situace- pozorování dětí

psychohistorické studie (Hitler, Gorkij, Luther, Gándhí)

M. Kleinová- spoluzakladatelka dětské analýzy, psychoanalytické t. hry
britská škola objektivních vztahů

---) D.Winnicot navázal- pro vývoj os.nutná „dobrá matka“

R. Spitz- PsA metoda pozorování, hospitalizmus , nejdůležitější příčiny neuróz vztah M-D

W. Reich- duševní problémy- tělesné projevy (např. krunýř), vegetoterapie, teorie životní energie- orgon

Vídeňská psychoanalytická společnost 1908
Mezinárodní psychoanalytická společnost 1910

někteří odštěpení, vlastní hlubinně psychologické školy:

Analytická psychologie

C. G. Jung
(1875- 1961)

Švýcar, pocházel ze vzdělané rodiny (otec duchovní), přátelství s Freudem–posléze rozpory v názorech
velmi vzdělaný (filozofie, antropologie, historie..) mnoho cestoval, výuka, výzkum

pojetí osobnosti

osobnost- psyché = samostatná soustava, zralá osobnost = sebeuskutečnění

celistvost- zásadní jednota os.

zahrnuje celé myšlení, cítění, chování-vědomé či nevědomé

nevědomí- vnímáno pozitivně

Ego je organizací vědomé psychiky, třídí zážitky před přijetím do vědomí

osobní nevědomí - zapomenuté, potlačené, vytěsněné city, myšlenky zážitky)

komplexy = prvky ON, které se vymkly kontrole OV a existují samostatně, neukončené záležitosti v životě jedince

kolektivní nevědomí

+ **osobní nevědomí**

struktura psyché:

kolektivní nevědomí, osobní nevědomí, ego = střed vědomí, Já (Self)- spojuje vědomí s nevědomím

psychická energie- (libido) = duševní energie (x F.)- princip ekvivalence a entropie
(množství zůstává v os. stejné a v rámci systému se udržuje v rovnováze)

--> 2 cíle zachování života, vývoj kulturních a duchovních aktivit (progrese, regrese-->) vpřed
sublimace, potlačení-->) nevědomí)

přesouvání duševní energie

z jednoho subsystému do druhého

- **vytěsnění** (velké napětí, nezdravé)

- **sublimace** (do společensky přijatelného)

- **symbolizace** (přijatelné- rituály, obřady, civilizace= výsledek s.

kolektivní n. – zděděné, zkušenosti předků, zdroj moudrosti

archetypy- jádra prapůvodních představ, silný emoční obsah, zvláštní vzorce chování
př. narození- smrt, hrdina, moudrý stařec, velká matka, dítě, často protiklady (světlo x tma)

persona- (maska, princip spojení společenského přijetí s osobní nezávislostí)

animus/anima- mužská část ženy, obraz mužského v ní/

stín (animální stránka, odvrácená strana, obdoba pudu)

Ego, Já (Self)- měly by být v úzkém kontaktu, já= syntéza vědomého a nevědomého, základ osobnosti

vývoj osobnosti

4 etapy dětství, mládí a mladá dospělost, střední věk , stáří- 2.3. etapa nejdůležitější

osobní povolání- pověření

přelom 30/40 vývojový obrat- nová vývojová rovnováha, syntéza vědomých- nevědomých procesů--> od hmotného, praktického k filozofickému, kulturnímu, náboženskému

poruchy: identifikace s komplexem- disociace osobnosti, mnohočetná osobnost

typologie

introverze- zaměření na vlastní intrapsychický svět

extroverze – zaměření na okolí

+ mohutnost psychických funkcí

myšlení-cítění

smyslové vnímání-intuice

kombinace = různé typy osobnosti, 8 psychických typů, dnes se začalo opět používat !

slovně asociační test, sny

kauzalita- synchronicita

význam:

důraz na sebeuskutečnění, jedinečnost, archetypy, komplexy, typologie osobnosti

Interpersonální dynamika

A. Adler

(1870-1937)

individuální psychologie

odchýlení od PSA, důraz na začlenění jedince do společnosti

Vídeň, židovský původ, přestup na protestantství,

v dětství křivice, vystudoval medicínu, praktický, oční lékař

krátce prezident Psychoanalytické spol., ale vlastní názory! Spolek pro svobodné psychoanalytické zkoumání

x nespravedlnost, chudoba--> socialistické hnutí, manželka Ruska- revolucionářka

zakladatel dětských poraden- Poradny pro výchovu

další vzdělávání učitelů, vliv na vychovatele, poradce, psychiatrii

teorie:

člověk je sociálně orientovaná bytost, která se snaží o svůj rozvoj
 primárním lidským motivem je překonat inferioritu a dosáhnout superioritu
 cílem každého jedince je žít, milovat a pracovat v harmonii s jinými

příčiny neuróz = reálná společenská situace přetíženého člověka

(ne konflikt vědomé x nevědomé)

dětství- bezmocnost, závislost---) **pocity méněcennosti, nedostatečnosti** (větší při odmítání dítěte, tělesném oslabení, poruchách – orgánová méněcennost, **situace nedostatku**- základní motivační činitel

x **kompence**- vůle k moci

==>) **usilování o nadřazenost** (moc, jistotu) + růst, sebeuskutečňování, sociálně zaměřeno

x – regrese, antisociální usilování

důležité ind. **jedinečné cíle** (fikční finalismus)

důraz na vědomé (nevědomé- neurotické)

individuální životní styl (znaky, rysy, způsoby chování)

+ **matka, rodinné prostředí** (rodinná dynamika, výchovný styl)+ **sourozenecké konstelace**
 (vzorce chování a postoje)

výchovný styl

sociální cit- spolupráce = základní znak dobře přizpůsobené osoby

- také významný terapeutický prostředek

metoda rodinné terapie (např. poruchy chování)

význam: sociální cit, výchova, cílevědomost, kompenzace slabostí, sourozenecké pořadí

navazuje:

neanalýza (interpersonální, interkulturní t.)

Karen Horneyová

(1885-1952)

interpersonální teorie

lidská osobnost je komplexem zážitků a fungování =)fyzické, psychologické, duchovní,
 sociální, kulturní, morální faktory

vychází z A.Adlera (x pudové síly- důraz na úlohu sociálních prvků v růstu a zrání jedince)

Německo---) Spojené státy

rozdíl v druzích neuróz! = kulturní vliv

spojení prvků psychoanalýzy se sociálním hlediskem

význam dětství-**bazální úzkost** (---je vyvolávána dospělými, rozporná sdělení, nepříznivými

vlivy sociálního prostředí, špatná rodičovská péče-->) **bazální hostilita-->** začarovaný

kruhstresu a maladaptivního chování

překonání, získání pocitu bezpečí-->) **interpersonální vztahy:** 1) pohyb k lidem

2) pohyb proti lidem

3) pohyb od lidí

(držení se v pozadí, extenze, rezignace)

- vysoce ohrožené dítě se drží pouze jednoho těchto způsobů x duševní zdraví = přirozené spojení

neurotické potřeby: náklonnosti a schválení
„partnera, kt. převeze péči
úzce vytčených životních hranic
moci
využívat druhých
prestiže, obdivu, výkonu
soběstačnosti, nezávislosti
dokonalosti, nenapadnutelnosti
x svépomoc, **vlastní uzdravné síly**

H.S.Sullivan

(1892-1949)

irský původ, New York

lékař, psychoanal.výcvik

os. možné pojímat jen v kontextu interpersonálního chování, neexistuje izolovaně od vztahů
osobnost= výsledek interpersonálních vztahů, vývoj v oblasti sociální, kognitivní, sexuální
vývojová období-rané dětství, dětství, juvenilní období, preadolescencence (důraz-kapacita pro
blízké vztahy s jinými)raná adolesc., pozdní adolesc.- vliv např. stereotypy, ostrakizmus,
znevažování

t. prsu v ústech – první interspers. zkušenost dítěte
(dobrý x zlý prs – úzkostná matka, vyvolává tenzi, viz Bowlby)

kognitivní vývoj- prototaxické poznání (dotek, zrak, sluch. vjemy), parataxické- vztahy,
syntaktické- rozumové, logické usuzování)

tenze-anxieta

-opomenuté potřeby org.--) apatie

- úzkost--> somnolentní odpoutání (spánek,drogy)

systém já + sublimace-pomáhají vyrovnat se s úzkostí

E.Fromm

(1900-1980)

psychosociální teorie

lidští jedinci neustále bojují o svobodu a důstojnost a prožívají silnou potřebu spojení s
druhými

důraz na **sociokulturní činitele** utváření osobnosti

Žid, nar. Frankfurt n. M, emigrace USA, Mexiko, Švýcarsko

psychologie, filozofie, sociologie, historie

vliv- Marx, Freud, abs. psychoanalytický výcvik

život jednotlivce v perspektivě celé společnosti

**osobnost= celek zděděných a získaných duševních vlastností, kt. činí jednotlivce
jedinečným**

temperament- konstituční, trvalý

x charakter- hodnotové volby jedince (---utváří sociokulturní působení prostředí

charakter: produktivní- obdarovávání druhých

neproduktivní- neschopnost produkovat ---) musím získat od druhých

procesy: **socializace**-vztah k druhým, sobě
asimilace- získávání, přisvojování žádoucích předmětů

- p+ np je vzájemně propojené
neproduktivní orientace :
receptivní
kořistnická
hromadivá
tržní

„Úspěch závisí ponejvíce na tom, jak se člověk na trhu prodá, jak dobře svou osobnost nabídne, jak pěkným je balíčkem, zda je milý, rozumný, agresivní, spolehlivý, ambiciózní, dále z jaké rodiny pochází, jaké kluby navštěvuje a zda zná ty správné lidi“ (E.F.1947)

Potřeby: vztažnosti, transcendence, zakořeněnosti, identity, orientačního rámce
symbiotické sjednocení x zralá láska

Holizmus a humanizmus

R.Descartes –tělo-mysl- dva oddělené systémy

holizmus- zaměření na celostní organizmus

Aristoteles--> Spinóza--> James--> Gestalt

- org. se stále chová jako sjednocený celek, nikoliv série oddělených částí--> nutné poznat zákony fungování celého organismu-nyní obecně přijímané

humanizmus-celková důstojnost a hodnota lidské bytosti, kapacita seberealizace
x psychoanalýza (pesimismus), x behaviorismus (mechanicismus)

hlavní pud= **sebeaktualizace**

„třetí síla“ v am. psychologii

+ vliv i existencialismus

A. Maslow

(1908-1970)

USA- Žid (rodiče emigrace z Ruska)

prošel všemi třemi přístupy

studium filozofie, široké zájmy mimo oblast konvenční psychologie

studium pozitivních, zdravých, tvořivých aspektů os.

základní potřeby, kapacity, tendence jsou dobré či neutrální

x behaviorismus---> humanismus, zkoumání motivace, sebeaktualizace,

specifické potřeby = motivační síly--> hierarchické uspořádání

úroveň potřeb- B úroveň (bytí- vlastní existence sjednocená s veškerou vesmírnou skutečností)

nižší potřeby- fyziologické, bezpečí- přežití

vyšší potřeby- láska, úcta- duševní pohoda, rozvoj

sebeaktualizace- přechod k B úrovni- **metahodnoty, metapotřeby** = vrchol lidského potenciálu (17 potřeb- mohou se vzájemně nahrazovat)

hierarchie = nižší potřeby musí být dostatečně uspokojeny, aby se mohly uspokojit vyšší (tzn. ne zcela)

B-úroveň

sebeaktualizace: odstup, soukromí – ne osmělost, nezávislost, autonomie, asertivita, humor, tvořivost, sebetranscendence

vrcholné zážitky- mystický zážitek intenzivních citů a pocitů, mohou nastat změny ve světonázoru, hodnotách, vztazích, uvolňuje tvořivost

D- oblast, B- oblast, B cognition, B- hodnoty--) oboje potřebné pro přežití

společnost může podporovat či potlačovat sebeaktualizaci

C. R. Rogers

(1902-1987)

teorie Já

základní principy existencialismu- svoboda volby, autentické vztahy

velice ovlivnil pomáhající profese- na klienta zaměřená terapie

přístup zaměřený na člověka (pův. klienta)- kongruence t., vřelá akceptace klienta

humanistický přístup x behaviorismus (rozdílnost x konformita)

- individualita, existence + svoboda

- optimismus (lidské chování je racionální, uspořádané x iracionální pudy)

- **sebeaktualizace- základní motivace**, základní tendence (potřeby potravy, bezpečí, nezávislosti, sebeřízení, naplnění v opravdových interpersonálních vztazích)

teorie osobnosti

trvalé aspekty osobnosti **organismus a self** (Já)

2 složky jevového pole:

1) organismus = psychofyzický základ, příjemce prožitků, **tendence sebero-zvíjení**

2) Já –část fenomenálního pole, symbolizuje prožitky org. , popírá je, symbolizuje zkresleně **kongruence**- shoda prožitků a symbolizace, známka duševního zdraví

sebepojetí- názor člověka na sebe sama, formováno rodiči, !! **nepodmíněné kladné přijetí**

= utváření pozitivního sebepojetí, **sebepřijetí** (x rozštěpení mezi self a org.)

reálné já – ideální já

dobrý život : otevřenost prožívání, vzrůstající existenciální kvalita žití, důvěra v organismus (nechat se vést sám sebou), plnější fungování)

hodnotící škály (studium kvality terapeutického vztahu)

Q třídění (uspořádat výroky, kt. se na mě nejméně hodí)

stimulace výzkumné aktivity, výzkum psychoterapeutického procesu

Fenomenologie a existencialismus

těsná souvislost na psychologické i filozofické úrovni

=) třetí síla v psychologii (x psychoan, behav.)

existencialismus = populární filozofické hnutí

J.P.Sartre, A.Camus, předchůdce S.Kierkegaard

přiját intelektuály a avantgardou

fenomenologie = psychologický systém, bezprostřední zkušenost, způsob, jakým individuum percipuje realitu

Husserl, Heidegger,

existenciální psychologie

- x odmítání principu kauzality
- x odmítání principu duality duše a těla (myslí lidská bytost)
- x koncept nevědomí
- x nedůvěra vůči teorii
- x jedinec není věc --) svoboda, zodpovědnost

L. Binswanger

M. Boss

(Švýcarsko)

hlavní tvůrci ex. psychologie

člověk je vlastní existencí, v konkrétní době a situaci = pobyt- Dasein= celek jedince

čl. potřebuje tvořit svůj život, aby byl jedinečný a opravdový, **svoboda** = osamocenost, odpovědnost, existence je křehká => existenciální úzkost, **naplnění - v opravdových vztazích !** (druzí nejsou objektem manipulace)

modus bytí vyjádřený ve třech prostředích : Umwelt, Mitwelt, Eigenwelt

lidská existenci charakterizuje: prostorovost, dočasnost, existence ve světě, spoluprožívání s druhými, nálada, vina, smrtelnost

existenciální vina= nevyhnutelný důsledek neúspěchu jedince při snaze o naplnění svých potencialit

hrozba ne-bytí

existence je v procesu stávání se

dasein analýza snů

fenomenologický přístup

D.Snygg, A.W, Combs

- selfkoncept, sebepojetí
- pozitivní obraz o sobě, přijetí druhých i sebe, uvolněná otevřenost životu

V. E. Frankl

(1905-

logoterapie

vůle ke smyslu

Vídeň, Freud, medicína, psychiatrie, doktorát z filozofie, po válce často USA

koncentrační tábor- celá rodina vyhlazena

teorie:

povaha člověka :1) fyziologická 2) psychologická 3) noologická- vůle ke smyslu

- proces nacházení smyslu ve všech životních situacích

individuální svoboda je omezena osudovostí (intrapersonální činitelé)

svoboda vůle- základní lidská vlastnost

vůle ke smyslu, hledání smyslu v životě= základní odpovědnost člověka

„Co člověk doopravdy potřebuje, není stav bez napětí, nýbrž usilování a zápasení o nějaký cíl, který ho je hoden“ V.F

existenciální vákuum- (nedělní neuróza) -delikvence, alkoholismus, krize stárnutí..

Osobní svět

K. Lewin

(1890-1947)

teorie pole

chování je funkcí v přítomnosti existujícího pole- životního prostoru = osoba +

psychologické prostředí

jedinec-vnitřně osobní region + percepčně motorický region

psychologické prostředí- regiony-hodnoty, aktivity, další oblasti

vnější obal- objektivní fyzikální svět

mezi regiony komunikace, propustnost

fyzická energie--napětí- probuzení potřeby (chtění), kvazi potřeby

napětí vede ke konání, pokud existuje cílový objekt (pozitivní valence, vektor)

s věkem se chování stává rozmanitějším (princip diferenciací), hierarchičtějším, složitějším

zkoumání dynamiky konfliktu, skupinové dynamiky

vývoj = konkrétní a kontinuální- věková stadia nepomohou k pochopení psychického růstu

G.Kelly

(1905-1967)

„Psychologie osobních konstruktů“

chování lidí je řízené způsobem, jakým anticipují dění kolem sebe

lidé interpretují události pomocí osobních konstruktů

osobní konstrukty jsou dichotomií, mají rozsah vhodnosti, jsou propustné či nepropustné

(podle schopnosti přibírat nové objekty, např. jedlý-nejedly)

- mají kognitivní, motivační, emoční aspekty

systém osobních konstruktů--> konzistentnost a uspořádanost

interakce lidí probíhá do té míry, do jaké mohou vzájemně konstruovat své konstrukty

--> **sociální role** = **konstruování konstruktů jiné osoby**

úzkost- když klesá schopnost předikovat, **vina** - uvědoměné selhání v jádrové roli

(např. otec-dítě)

Personologie

H. Murray

(1893-1988)

původně chirurg a biochemik

personologie- část psychologie, která studuje lidské životy a faktory, které je ovlivňují

studium normálních jedinců v přirozených podmínkách

--> potřeba systematického dlouhodobého studia

holistická teorie- zahrnuje i prostředí – nyní přijímané

- veškeré **chování je interakční**

centrem osobnosti je mozek (vědomé i nevědomé procesy a události jsou spojené

s mozgovými strukturami a funkcemi)

základní jednotka chování = **krok** = **část seriálu** --> **seriálové programy** (systematické

rozvržení částečných cílů, kt. sahají do budoucnosti a vedou k hlavnímu cíli)

- tzn. chápat znamená vědět, co předcházelo+ znát cíle a plány do budoucna

potřeba = síla lokalizovaná v mozku, organizuje psych.procesy s cílem změnit neuspokojující stav

- vyvolávají jak vnitřní procesy, tak častěji faktory prostředí

20 primárních potřeb (mimo sexuální) je **psychogenní povahy** (úspěch, afiliace, autonomie,, dominance..)

tlak (vlastnost objektů, lidí, prostředí)--> **alfa**-existuje v realitě
 --> **beta** –tak vnímá jedinec

interakce mezi potřebou a tlakem --> **téma**

integrovaná potřeba-potřeba určitého druhu interakce s určitým druhem osob či objektů

konkrétní potřeby – **vektory**--> žádoucí stav- **hodnoty**- cíle

všechny **psychologické procesy** mají základ ve **fyziologických procesech**

-dominující procesy

- role **nevědomí**

TAT

vývoj –psychometabolické procesy-anabolické(dětství-raná dospělost)
 katabolické –an. v rovnováze-dospělost, střední věk
 kat.- stáří

Systematický eklekticismus

G. Allport

prostudoval 50 def. osobnosti

eklektická teorie (tvarová psychologie, psychoanal, Lewin, rysová t. , behavior,)

- > idiografický přístup- jedinečnost
- > kombinace elementů:

„Osobnost je dynamická organizace těch psychofyzických systémů jedince, které determinují jeho jedinečné přizpůsobení prostředí“

osobnost- dynamická, rozvíjející se, psychofyzická, charakteristické chování a myšlení

- > osobnost se vyvíjí a mění x existuje centrální organizace, není to hypotetický konstrukt, ale reálný jev

temperament – biologické a fyziologické determinanty

charakter – obsahuje hodnocení (kodex chování)

dědičnost—temperament, inteligence, tělo--> surovina osobnosti

osobnost- dynamická, rozvíjející se, psychofyzická, charakteristické chování a myšlení

t. surovina, z níž je osobnost utvářena, charakter- zhodnocená osobnost ---) stránky osobnosti NE oblasti

rys- abstrakce z typického vzorce chování !

= neuropsychické struktury, kt. řídí chování jedince tak, že je konzistentní

osobní dispoze (jedinečnost, soudržnost) – 5-10 centrálních x sekundární (méně významné, méně soudr.)

rysy mají motivační sílu (řízení chování, spouštění chování, vyhledávání určitých situací a chování se určitým způsobem) --> činnost je především vědomá a racionální

proprium -8 fcí prop.(Self jako objekt, rozvíjející se zážitek jedincova já -->)

vývoj já (Self):

- 1) tělesné já – kojenec- pocit těla, rozdíl mé tělo- vnější předměty, viscerální a svalové reakce
 - 2) identita já- kontinuita v čase, postupně
 - 3) sebeuplatnění- sebeprosazování- 2.-3. rok, autonomie, hrdost x zahanbení
 - 4) rozrůstání já- identifikace s jinými, se skupinou, 4.-6- rok
 - 5) racionální řešení- uvažování a zvládání problémů, 6-12 l. uvědomování si svého uvažování
 - 6) sebeobraz- reálné já- ideální já
 - 7) snažení já – motivace, sjednocení osobnosti
 - 8) poznávající já - jako konečná řídící a poznávající substance
- člověk se nachází v trvalém procesu stávání se jednodušším, nejdůležitější jednotící síly jsou
fce propria, zejména zaměřenost na cíl

Faktorová analytika

- existují trvalé osobnostní dimenze
- faktorová analýza (statistická technika --) je umožňuje vyčlenit

R.Cattell

Anglie –USA

osobnost = komplexní struktura rysů různých kategorií

--> umožňuje předpovídat, jak se jedinec bude v určité situaci chovat

osobnost je tvořena rysy = mentální struktury--> vysvětlují konzistentnost chování

rysy- způsoby chování, které se pravidelně vyskytují

povrchové (z pozorovaného chování) – **pramenné** (pouze FA)

konstituční - prostředím utvářené (zkušenost)

3 typy:

dynamické (motivační síly- cíl)

temperamentové (způsob, jakým se jedinec pohybuje k cíli)

schopnostní (efektivnost pohybu k cíli)

faktory- prvky rysů, pramenné rysy s přiřazenou číselnou hodnotou

zdroje informací- údaje o životě, dotazník, objektivní testy (L,Q, T- data)

16 PF- osobnostní dotazník (většinou faktory temperamentu)

učení – asociační, konfluenční, **integrační učení**

syntalita = osobnost skupiny

řada výzkumných technik, mnoho inteligenčních, osobnostních, klinických testů

H.J. Eysenck

1916-

základní charakteristiky osobnosti se dědí x chování determinuje i prostředí

základ měření chování = klasifikace (-- faktorová analýza

při poznávání osobnosti jsou důležité všechny druhy dat (sebeuposuzování, testy, biografické informace atd.)

akty chování--> specifická odpověď, habituální odpověď, rys, typ

studium 700 vojáků

typ : 4 vzájemně nezávislé dimenze

extroverze- introverze

neuroticizmus

intelligence

psychoticismus

extrovert - nízká úroveň kortikální excitace, tendence k obtížnému podmiňování

introvert – vysoká úroveň kortikální excitace, lehce podmiňují

vysoká reaktivita ANS --) spíše neurotické poruchy

+ vysoká úroveň kortikální excitace--) úzkostné neurózy

vysoká reaktivita ANS + nízká kortikální excitace--) tendence k antisociální os.

psychoticismus zřejmě souvisí s mužskými hormony

neurotické chování je naučené--) traumatické události + zděděná tendence k neuroticizmu

Behaviorismus

zaměření na učení a prostředí

pozorovatelné chování jediný předmět zájmu psychologie

- osobnost nemá reálnou existenci, pojem vyvozený z pozorovaného a měřeného chování

- os. je souhrn návyků, kt. si člověk osvojil- rozhodující vnější podněty, vlivy prostředí,

odměny (x dědičnost)

- rozhodující výchova, **osobnost (--učení**

- chování, motivy, schopnosti, agresivita---- závisí na kultuře (x rasismus), + výchova, rovoj jedince

I.P.Pavlov

(1849-1936)

fyzilog, psi, t. **klasického podmiňování** – nepodmíněný podnět (maso)- podmíněný podnět

(světlo)--- nepodmíněná, podmíněná odezva (reakce)

C.L.Hull

(1884-1952)

S-R lidé, učení - **zpevnění reakcí prostřednictvím redukce pudových potřeb**

učení(---odměna., podnět –odezva- odměna =) návyk

B.F.Skinner

(1904-1990)

veškeré chování je zákonité, lze ho předikovat a kontrolovat

operantní podmiňování (- Thorndike- instrumentální podm.)

spontánní chování- **operanty** – **zpevnění** (pozitivní ,negativní) - **podmíněná odezva**

--) nové spontánní odpovědi

tvarování- lze navodit i chování, kt. by spontánně nebylo produkováno (holubi, krysy,

následovníci- po výcviku prasátko se naučilo odnášet prádlo do koše, luxovat?!)

rozvrhy posilování- nejrezistnější proti vyhasínání je variabilní zpevnění

chování lze posílit neúmyslně či náhodně (rodiče věnují dítěti pozornost pouze při špatném chování)

podnětová generalizace- podnětová diskriminace

terapeutické využití- **zaplavení** (fobie), **technika bonů** (u MR)

programové učení (jednotlivé kroky-zpevnění x je třeba i celkový pohled, přemýšlení v globálu)

výzkum účinků léků

Walden two (dle tohoto vzoru zřízena komuna)

velký vliv na celou psychologii

J. Dollard, N.E. Miller

(1900-1980, 1909-)

sloučení behaviorálního přístupu s přístupy psychoanalýzy + sociální antropologie

--> formování návyků v dětství v závislosti na emočních projevech matky

podnět-----odezva- - -zpevnění --> redukce potřeby

signál-----návyk

vrozené potřeby + sekundární potřeby (výsledek rozvoje osobnosti) **primární pudy** jsou nahrazované **sekundárními**, podobně **odměny** (např. úsměv)

generalizace podnětu (podobná reakce v podobné situaci)

generalizace reakce (odlišné reakce v podobné situaci)

diskriminace podnětu (přijatelné reakce v podmětových situacích různého stupně podobnosti)

vývoj – 4 tréninkové situace:

krmení, nácvik čistoty, sexualita, zacházení s hněvem a agresí- významný vliv na budoucí interpersonální vztahy

nevědomí – **neurózy** = **nevědomé konflikty naučené v raném dětství** (v tréninkových situacích , rodiče- málo citové podpory, podnětů k rozvoji. ...)

základní konflikty: přiblížení- vyhýbání, vyhýbání- vyhýbání, přiblížení-přiblížení

biofeedback, behaviorální medicína, stres

E. Ch. Tolman

molární chování –účelná behaviorální struktura x **molární chování** –jednoduché, často fyziologické projevy (tlak, odpor...)

kognitivní mapy (krysa v bludišti)

Osobnost jako sociální učení

lidské chování je převážně získané—) platí zákonitosti učení

Albert Bandura

(1925-)

složitější formy s. učení ve spojení s kognitivními a autoregulačními mechanismy

(lidé myslí a řídí svoje chování, nutné počítat se sociálním kontextem)

reciproční determinismus (poznávající osoba, chování, vnější prostředí –x Lewin)

system **Self** –regulace chování prostřednictvím sebe -pozorování, -posuzování, -odpovědi

sebeúčinnost - Self-efficacy – vnímání , jak může člověk fungovat v dané situaci --> silné očekávání účinnosti + realistické očekávání výsledků odolnost, dobrá výkonnost

změna S-e ((--aktivitou, výkonem, přesvědčováním, fyziologickými informacemi

--> vede ke zlepšení adaptace, copingu

motivace ((-- anticipace budoucích výstupů, očekávání úspěchu

sebeuznání –sebekriticismus (osobní normy chování přijaté s normami socializačních činitelů), kognitivní způsobilosti

pozorování + zástupné posílení ==> učení (očekávané posílení)

symbolické modelování (televize)

pozornost ((-- důsledky chování pro model + osobnostními charakteristikami modelu i

pozorovatele, nežádoucí chování může být odstraněné přímo i zástupně

napodobování, sociální posilování, observační učení, dětská agresivita

Martin Seligman

(1942-)

naučená bezmocnost

- emoční rozvrat, redukce motivace, kognitivní důsledky

zkoumal zvířata i lidi, rizikový faktor deprese

lze „léčit“, možné i u zlepšování aktuální výkonnosti školních dětí (-- **zážitek úspěšného**

zvládnutí úloh

vysvětlovací styl – charakteristický způsob vysvětlování událostí vlastního života

Walter Mischel

x globální dispoziční a rysové přístupy-- popírají jedinečnost

měření neumožňuje předpovídat (paradox konzistence)

odložení uspokojení (důležité ve vývoji)

J.Rotter

teorie sociálního učení ==) integrace teorií posílení + kognitivní teorie

snaha postihnout komplexnost lidského chování

vyvinul psychologické nástroje: nedokončené věty

škála na měření interní x externí kontroly posílení (připisovaná kontrola nad událostmi vlastního života)

škála mezilidské důvěry

Konstituční psychologie

typologický přístup

typologie- snaha uspořádat mnohotvárnost individuálních vlastností,

tendence stereotypizovat

také pojem **konstrukty**

typy - uvnitř každé populace existují skupiny osob, které se podobají souborem charakteristických vlastností, znaků

dány 1) dědičností- somatotypy, konstituční typy

2) zčásti i modifikace způsobem života, funkční typy (př. sportovci)

čisté typy zřídka x nevyhraněné často

dle tradice- 2 základní typy tělesné stavby:

1) široký- breviligní, laterální, pyknický

2) štíhlý- longiligní, lineární, leptosomní

- střední, nevyhraněný

?? **předpokládá se, že typu odpovídá i určitý soubor duševních vlastností**

E.Kretschmer

(1888-1964)

„Stavba těla a charakter“- zobecnění pozorování tělesné stavby pacientů s nejčastějšími chorobami

pyknici

- pyknos= pevný, tlustý, silný
zavalitý, zoblený, stř. výška, kratší končetiny, zavalité tělo s měkkým valstvem, jemné vlasy,
často plešatost
maniodepresivní psychóza

temperament:

cyklotýmie- schopnost sociálního kontaktu, citovost, dobrosrdečnost., kolísání mezi
povzneseností a depresí = **citový t.**

leptosom- astenik

- leptos = jemný, úzký, hubený. soma = tělo
protáhlý, vysoký, štíhlý, úzká ramena, plochý hrudník, slabě vyvinuté svaly, delší, slabé,
končetiny, protáhlý obličej, nízká váha
- schizofrenie

temperament:

schizotýmie-orientace do sebe, zdrženlivost, perseverace, přecitlivělost = **rozumový t.**

atletik

vyšší postava, vyvinuté svaly, široká ramena, velká hlava, svalnatý hrudník
- epilepsie

temperament:

viskózní-klidný, pohodlný,menší přizpůsobivost, stabilita, houževnatost = **volní** (setrvačnost)

dysplastik- špatně utvářená konstrukce (endokrinní poruchy)

smíšený (jen 10% jednoznačně)

W. Sheldon

(1898- 1977)

moderní představitel konstituční ps., psycholog, lékař, přírodovědec
teoretik typů x jsou **kontinuální** !! význam genetických faktorů, biologické determinanty
chování

somatotypy

(fotografie 4000 nahých vysokoškoláků, měření--) později 46000!)

--) na základě tří mír (např. index trupu)

endomorfie –viscerotonie (břicho, zažívací ústrojí, tělesná struktura slabá)

ektomorfie- cerebrotonie („kost a kůže“, dominance nervové soustavy)

mezomorfie-somatotonie (výrazné kosti, svaly, vazivo, mohutná postava)

- dysplazie, gynandromorfie, texturální aspekt

somatotyp relativně stálý, dá se hypoteticky určit už v dětství

posuzování temperamentu--) temperamentová škála

- dle Sheldona významná **korelace**

somatotypy x normalita, abnormalita – duševní poruchy, delikvence

--) mírně vyšší korelace

Walker – výzkum v MŠ--> potvrdil vztah konstituce a chování

3) Struktura a dynamika osobnosti

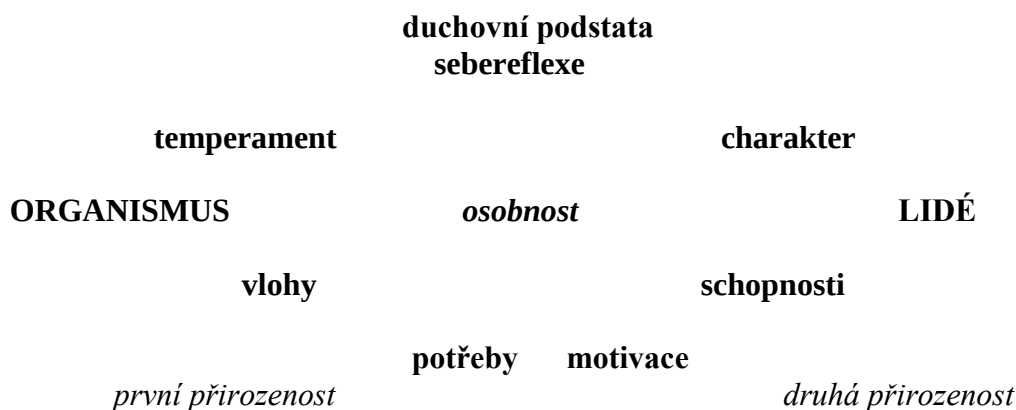
OSOBNOST

jednota psychických procesů, vlastností, stavů, souhrn vnitřních determinant prožívání a chování

poznání osobnosti = současný stav+ vývoj (horizontální-vertikální přístup)

tradiční model:

stavba těla
temperament
schopnosti
motivace
charakter
jáství
životní dráha



temperament = most mezi org. a osobností

ORGANISMUS :

! není osobnost x tělesnost má vliv

= nositel existence, vypovídá o rase, pohlaví, konstituci, věku, zdravotním stavu, společenském postavení

tělesná stavba, konstituce, fyzická zdatnost,
biorytmy, hormonální, humorální faktory, neurodynamika
zdravotní stav, úroveň výživy,

- vliv na vývoj

- tělesný ((---)) dušení stav- psychosomatika

- sebevědomí (nápadnosti, vady, vysoká postava..)

!výraz, motorika, řeč! – mimika, gestika, póza, atd.- zdroj informací o osobnosti, aktuální stav

stavba těla- nějak vypadám-----nějak působím! nějak se vnímám + úprava zevnějšku

fyzická zdatnost- odolnost, event. i síla osobnosti, sympatie, náklonnost

dispozice k onemocněním

důležité

naučit se identifikační znaky k zapamatování:

postava, držení těla, chůze, tvar obličeje, nosu, úst, barva vlasů, pihy, brýle...

dle nápadností vzhledu možno identifikovat poruchy před plným rozvinutím

konstituce- viz E. Kretschmer, Sheldon

biorytmy -- cirkadiánní – spánek, bdění, metabolismus, endokrinní žlázy (24, 25 hod)

? kondiciogram

Lampert -fyzioterapeut

skřivánek- silně reagující, výkon ráno, rychlý start, silné reakce, labilní, zdravotní stav, citlivý na počasí

sova – slabě reagující, výkon odpoledne, klidný, rozvážený, pedant, systematick, ovládající se (neurotransmitery)

Hippokratés 7 let (kompletní buněčná obměna?)

mozek

biochemie – typ metabolismu, hormony, endorfiny, neurotransmitery (alkohol: nadprodukce dopaminu-nabudit se, n. serotoninu- redukce úzkosti, n. adrenalinu- vybití agrese, uvolnit se)

neurodynamika – 3 mozky (mozkový kmen, střední mozek – plazí, limbický systém-savčí, mozková kůra, neokortex- lidský) Mc Lean- Příručka pro uživatele mozku

4) Temperament

dispozice temperamentu- základní a konstantní charakteristika O

temperami- temperamentum- správné míšení, poměr = ideální T vyvážený, proporční
původně-způsob distribuce základní životní síly, energie

typy= specifické přednosti i nedostatky v jednání a prožívání, souhrn projevů

Hippokrates (460-370 př.n.l.)

- Empedoklés 4 elementy--> aplikace na tělo-->

zdraví (i duševní) = rovnováha 4 tělesných tekutin (krev, žluč, černá žluč, hlen)

Galénos (130-201) – rozšířil na vysvětlení rozdílů v temperamentu

(tělní tekutiny – biologický základ nemocí, nyní moderní – neurotransmitterová t.!)>

Durdil (obrozenec) – podobně jako Čínani

sucho-chladno-melancholik

vlhko-teplo-sangvinik

vlhko- chladno- flegmatik

sucho-teplo –cholerik

W.Wund- síla a rychlost změny citů- emotivní teorie temperamentu

energetický základ

metabolické procesy?

G.Ewald- biotonus : vysoký -odolnost

nízký, chabý – malá vitalita

I. P. Pavlov

typ VNČ

studium neurofyzilogických základů temperamentu- **překonáno**

- kombinace 3. vlastností: **síla, pohyblivost, vyrovnanost** (==) si,v, p- S, si, v, np-F, si, nev-Ch, sl-M)

neurodynamika- autonomní vegetativní reakce, EEG, fční převaha L-P hemisféry (E-I, myslitelský –umělecký typ)

J. Eysenck - viz výše

50.-60. léta

labilita

introverze

extroverze

stabilita

==) S, F, M, Ch

introvert

klidný, stažený, introspektivní, , zdrženlivý, uzavřený, málo lidí, orientace na budoucnost, rozmýšlí se, nemá rád vzrušení, , kontrola citů, spolehlivý, trochu pesimistický, etika

extrovert

družný, zábava, společnost, mnoho přátel, vzrušení, riskování, pohotovost, změna bezstarostný, veselý, pohyblivý, aktivní, nespolehlivý, city manifestuje

psychoticismus

samotářský, lhostejný, nepřizpůsobivý, krutý, nelidský, agresivní, citově plochý,vyhledávající vzrušení,výstřední

vysoký skór- tvrdost – predispozice k psychóze

jak poznat?

pojmenovat vystihnou pocity, kt. vyvolává:

blízkost, pohoda – S (obdivujte se mi!)

napětí, chuť vzdorovat- CH (bojte se mě)

nuda, lhostejnost- F (dejte mi pokoj)

účast, soucit, chuť pomoci- melancholik (litujte mě)

inventář pro strukturu temperamentu

další dimenze:

maskulinita- feminita

mužské- věda, technika, fyzické, dobrodružné a., právo,politika, vojenské povolání, obchodní podnikání, zábava, pití, kouření, večírky, šachy, vnější činnosti

ženské zájmy – umění, literární činnosti, o trpící a nešťastné, oblékání, rozhovory, filmy, administrativní práce, vyučování, sociální práce, časopisy, výklady, nakupování

osobní tempo

rigidita- flexibilita

sugestibilita

C.R.Cloninger

biosociální teorie osobnosti

vychází z výzkumů neurotransmiterů

- | | | |
|----|------------------------------------|----------------------------|
| 1) | vyhledávání nového (dopamin) | |
| 2) | vyhýbání se poškození (serotonin) | dimenze, bipolární položky |
| 3) | závislost na odměně (noradrenalin) | |

Děti a temperament:

vyrovnané (snadno vychovatelné)- 40%

problémové (obtěžně vychovatelné)- 10%

pasivní (nízká úroveň aktivace)

Osobnost jako celek – typologie

vzájemné vztahy charakteristik

Rejnvaldová-

prosociální orientace, pracovitost, zvědavost, estetická vytríbenost, organizovanost

Děděné rysy

„rostlina“

agresivita, alkoholismus, artismus, deprese, empatie, prosazování vlastních potřeb, jazykové schopnosti, odolnost vůči stresu, nutkavé poruchy, odolnost vůči závislostem, plachost, slabá vůle, tempo vyžívání osobnosti, vůdcovské schopnosti, vzrušivost, vzteklost, zaměření na lidi či na předměty

„půda, déšť hnojení

kvantita, kvalita jazyky, rozsah možností hry, možnost vyjadřovat afekty, dosažitelnost hraček, přítomnost rodičů, přítomnost dalších dětí, přirozené vyjadřování emocí v rodině, intelektová zátěž (hádky, otázky, řešení problémů, míra kontroly, míra disciplíny

= **vnímat silné stránky** (své, dětí, podřízených...), nesnažit se měnit !!! rozvíjet vlastní síly a dovednosti

= **rysy x dovednosti (dá se naučit)**

Velká pětka

rysový přístup

60. léta- výzkumy, faktorové analýzy, opakovaně zjišťované charakteristiky osobnosti

BIG 5 rysy – hlavní zdroje variability a rozdílů mezi lidmi MOŽNÁ

Costa, McCrae

popis osobnosti prostřednictvím 5 faktorů (hodnotící stupnice):

negativní emocionalita (neuroticismus) neklidný-klidný, zranitelný, odolný, nejistý- jistý
reaktivní-----vnímavý-----klid's

extroverze – samotářský-společenský, tichý.mnohomluvný, inhibovaný-spontánní
introvert-----ambivert-----extrovert

otevřenost- konvenční-originální, bojácný, odvážný, konzervativní.liberální (tvořivost)
badatel-----umírněný-----udržovatel

přátelskost-popudlivý-srdečný, necitelný-soucitný,sobecký.nesobecký
přízpůsobený-----vyjednávač-----vyzyvatel

svědomitost-bezstarostný-opatrný,nespolehlivý spolehlivý, nedbalý, svědomitý
zaměřený-----vyvážený-----pružný

mění se s věkem, M-Ž

dospělý-cílevědomější, méně družný, stabilnější, lépe vychází, konzervativnější

čisté rysy neexistují- **zachycení kombinace složek**

viz výše:

R.B.Cattel - rysy (jedinečné- společné, povrchové- pramenné, konstituční- z prostředí,
schopnostní- temperamentové

pramenné- faktory-

základ měření osobnosti v aplikované psy, mnoho dimenzí, HSPQ, 16 faktorů

Allport

eklekticismus

osobnost= charakter a temperament – surovina + zhodnocenáosobnost

osobní dispozice –kardinální, centrální, sekundární

5) Schopnosti, inteligence, tvořivost

Schopnosti

kapacitní vlastnosti os. , které podmiňují úspěšné vykonávání činností (po stránce kvalitativní, kvantitativní, časové, výkonové)

téma víc než 100let

schopnosti = předpoklady poznávání a řešení problémů, praktické provádění činností

výkonové schopnosti na bázi vloh

vlohy- vrozené anatomicko fyziologické, funkcionální zvláštnosti

- pro abstrakci
- senzorické
- motorické

podmínka pro rozvoj schopností je **stimulace** – tzn. není rozhodnuto, jaké schopnosti se vytvoří

genetika x prostředí? krysy, výzkumy dvojčat

? vzrůst IQ v posledních 50 letech – Japonci o 7,7, USA 3 (nemůže být geneticky)

vlivy prostředí na inteligenci začínají v děloze

inteligence má různé složky různě podmíněné g. x vých.

např, korelace verb.schopností vyšší, paměti nižší, prostor. proměnlivé u dvojčat
? urychlování, intenz, vzdělávání- může stresovat x i genialita souvisí s tvrdou prací
IQ snižuje raná privace (tzn. děti z ochuzeného prostředí nižší Q)
10 faktorů, každý o 5 bodů (duševní zdraví, vzdělání matky, chybění otce, chudoba..) x může se zvýšit obohaceným prostředím

Intelligence

(název od H.Spencera)

obecné nadání, celková rozumová vyspělost, mentální úroveň, **intelekt**
= jedna z podmínek efektivní adaptace + tvořivost – nové situace
+ **motivace** + **emoce**

1) INT jako přizpůsobení - W. STERN

optimální přizpůsobení se novým podmínkám
změna chování

účelné jednání, správné uvažování , přizpůsobení **si** prostředí (Wechsler)

2) INT schopnost **abstraktně myslet, používat pojmy a symboly**, přenášet zkušenost
cesta k cíli

3) INT **vhled a pochopení**- schopnost chápat vztahy

4) INT schopnost učit se a tempo učení

R. Feuerstein – obohacení kognitivních funkcí tréninkem (x impulzivita, neschopnost
rozeznat problém, útržkovité chápání, nedostatky při srovnávání, nepřiměřená prostorová
orientace, pasivní přístup k prostředí)

Strukturní teorie

Spearman – faktorová analýza **G- faktor (obecná) S faktor (speciální nadání)**

obecný faktor je předpokladem pro celkovou výkonnost, speciální sch. se uplatňují ve
specifických druzích činností

Thorndike – **mnohofaktorová t. teorie vzorků**

Thurstone- můžeme rozlišit **7 nezávislých prvotních schopností**

- verbální, početní, paměťní, prostorový, prostorový-řazení, mentální produktivita, usuzování
(-induktivní faktor)

Guilford- trojrozměrný model - **operace, obsahy, výsledky** intel. činností

Druhy:

Thorndike- **teoretická, praktická, sociální**

Cattel. **fluidní** (biolog. základ), **krytalizovaná** (zkušenosti, vzdělání)

Intelligence jako **obsah**

Gardner-

jazyková- LH. fonol, gramat, význam, rétor,
hudební PH- výška , hlasitost, rytmus, barva,
logicko-matematická M- PH, Ž –obě H, logické souvislosti, abstrakce, počítání,
prostorová PH-správné vnímání předmětů, rotace,
tělesně pohybová- LH u praváků-pohyby, manipulace s předměty,
interpersonální, intrapersonální- M- pravý čelní lalok, Ž-oba čelní laloky, rozlišování
pocitů, myšlenek, rozlišování nálady, potřeb, pocitů druhých

Intelligence jako **proces**

Sternberg- schopnost sebeřízení

komponentová (škola)- *produkční*- zkouší, plánuje, duševně se namáhá -vědecká práce

zkušenostní tvořivostní- novost jedinečnost, vhled

kontextová v běžném životě „má za ušima“, *různé postupy*:

osobní změna

změna druhých

změna situace (např. manželská krize)

Intelligence jako **struktura**

Eysenck- biologický podklad intelligence

reakční doba, inspekční doba, evokované potenciály (EEG-složitost, výška, frekvence)

Goleman -**emocionální, sociální**

Morální intelligence

Moudrost - vhled do souvislostí a smyslu

cíle, hodnoty , Erikson

Pásma intelligence

problematika měření, testů

A. Binet, W. Stern

konstrukce testu, mimointelektové faktory, ? kulturní podmíněnosti
(viz Gould)

PROBLÉM: CO MĚŘÍ IQ testy?

nejsou založeny na obecně uznávané teorii, nejsou predikcí úspěchu v životě
školní úspěšnosti částečně ano

Speciální schopnosti, talent

- různé činnosti děláme s různým výsledkem

výkonové předpoklady = schopnosti

podstata= různé **spojení dispozic**

talent= dispozice+motivace+tvořivost

věk? různě: hudební nejdřív, matem. po 10. roce, umělecké často závisí na rodině

Einstein řeč 4r. čtení 9r., Edison-dyslektik, Rodin (nenaučil se)
matematické, lingvistické, výtvarné, pohybové,
? organizační, technické, manuální ? spíš intelekt + něco
vlohy- nadání- talent

Rozvoj schopností

Psychomotorické sch.

Komunikační sch. – 80% času komunikujeme, min. 45% nasloucháme, nejmíň se učíme!!!

Tvořivost

úspěch:

dovednost v oboru + tvořivosti + motivace

kreativita (Ullrich) = schopnost poznávat předměty v nových vztazích a originálním způsobem, smysluplně je používat novým způsobem (flexibilita), vidět nové problémy tam, kde zdánlivě nejsou (senzitivita), odchylovat se od navyklých schémat myšlení, nepojímat nic jako pevné (proměnnost), ideje i proti odporu prostředí
= komplexní schopnost

1) kognitivní oblast - nový **způsob vnímání**, otevřenost, opustit scénáře, vidět věci jinak

2) **způsob řešení problémů** -jestli to co děláš nefunguje, zkus něco jiného! (dělám stejně, dostávám stejně)

3) **způsob práce** - dlouhodobé soustředění, vytrvalost při obtížích, schopnost tvrdě pracovat

= různé schopnosti divergentního myšlení, originální fantazie, neintelektové faktory
tvořivost x obecná inteligence --) nízká pozitivní korelace

???

novost, relevance, spontaneita

příprava, inkubace, inspirace, vyhodnocení

osobnost- tvořivost:

autonomie (Guilford), snaha po seberealizaci (Maslow)

sebedisciplína, vytrvalost, schopnost odložit požitky, nezávislý úsudek, samostatnost, vnitřní
těžiště kontroly, ochota přebírat riziko, schopnost sám začít, nekonformní vůči sociálnímu
tlaku, **potřeba, niterná motivace**

čas na přípravu a inkubaci!!!, přestávky, brainstorming, braiwriting, **mentální mapy**,
stav blíže spánku, meditace, aerobní cvičení, procházka, relaxace
čím méně formálnosti, tím více tvořivosti (skupina, třída)

překážky tvořivosti viz kopie

psychické bariéry tvořivosti

kognitivní styly (= organizace informací)

osobní styl - zobecnění charakteristického schématu prožívání a chování
osobnost = relativně stálá organizace stylů (kognitivních, emočních, interpersonálních)
vznik na základě raného učení, zkušeností, vývojového programu
základní druhy:

- reflexivnost – impulzivita – Kagan
- závislost- nezávislost na poli-Witkin
- vyostřování- uhlazování – Klein
- preceptivní- intuitivní x racionální hodnotící
- myslitelský- umělecký
- akční styl --) stabilní- labilní

W. Mischel- kognitivní proměnné osobnosti:

- kognitivní a behaviorální tendence
- strategie kódování a osobní konstrukty
- očekávání vzhledem k důsledkům chování a stimulace
- subjektivní hodnoty stylu
- seberegulační systémy a plány

6) Motivace

„Člověk může dělat, co chce, ale nemůže chtít, co chce“ Schopenhauer

movere- hýbat- pohnutka, chceme něco získat, něčemu se vyhnout

souvisí s emocemi

intrapersonální procesy, kt. aktivují, řídí a usměrňují chování

složitě, mnoho teorií

= **zaměřenost osobnosti, TENDENCE**

motivy, cíle, potřeby, zájmy, postoje, přesvědčení, hodnoty

snahy, touhy, přání, chtění

poznat motivy= zjistit směřování člověka

motiv:

1) vědomý záměr, cíl jednání

2) cíle chování vůbec (i nevědomé)

Nuttin: m. = faktor aktivace a řízení způsobů chování

--) objekt ve vnějším světě, který vyvolá pohotovost k chování (jídlo) +

--) pohotovost sama (hlad)

chování (== z interakce objektů a stavů, dosažení psychického stavu uspokojení

vnitřní cílový stav

motivy- dělení:

sebezáchovné, stimulační, sociální, individuální ps.motivy

jiná dělení:

elementární (hlad)

komplexní (zájem o studium sociální pedagogiky)

primární (jídlo, potřeba stimulace) Lewin

odvozené (řízek, zájem o literaturu)

vrozené (péče o potomstvo)

naučené (péče o bližní)

vědomé (tradiční psych. přeceňuje)
neuvědomované (psychoan. přeceňuje)
vědomá pouze část, je to vždy komplex motivů

? nižší – vyšší (hodnota m.)

potřeby- uvnitř, východiskem motivace

mám větší svobodu než živočichové
hodnocení, sebereflexe, svědomí
= **dispozice** k tomu, abychom mohli žít a obstát x uspokojujeme různě
aspekt - kognitivní (vím)
 konativní (dělám)
 afektivní (cítím nelibost---libost)
prozkoumané – jídlo, pití, sex
základní p: sebezáchovy
 uchování rodu
 smysl života
 svoboda

nejoblíbenější : **Maslow** (viz výše)
vertikální řazení potřeb
tělesné
bezpečí
milovat a být milován
sociální pozice
seberozvoje

Kaveren – oblasti potřeb
práce, sociální styk, poznávací činnost, rekreace
stejně potřeby různě uspokojované, kultivace potřeb

hodnoty- venku

--> cíle (zdraví), prostředky (vzdělání), kritérium (ocenění)
hierarchie hodnot 258

zájmy

--> zvláštní forma motivů- nejednotnost v pojetí
- preference určité poznávací aktivity, účast na ní, zaměření pozornosti
Lacerbeau- mobilizace pozornosti, citový vztah, snahové tendence
---> často v pozadí komplex potřeb
x hobby?
Guilford –kategorizace zájmů
uspokojování zájmů –analogie uspokojování potřeb růstu (Maslow)

teorie motivace - mnoho

Seligman (viz výše) – naučený pesimismus --> naučený optimizmus
- jakmile se krysa naučí, že není schopná prostředí změnit, vzdá se, zoufalství
naučená bezmocnost - osobní prožívání, příliš dlouhé trvání, hluboký průnik
do nitra

způsob výkladu:
optimista

neúspěch

pesimista

je to vina jiného
je to přechodné
to neovlivní

je to má vina- internalita
bude to stále- permanence stránky života
ovlivní to celé mé bytí- pervazivita

úspěch

vytvořil jsem to- intern
jeden z mnoha úspěchů –perman
proniká celým bytím- pervaz

způsobil to někdo jiný external
už se to nepovede – přechodnost
jinde mi to nepomůže- nepervaz

optimizmus je zdravější, dá se natrénovat, tělesná cvičení (x černé myšlenky), vizualizace
většina dívek vyrůstá s pesimistickým stylem, chlapci jsou víc chváleni
úspěchy přičítat schopnostem
neúspěchy smůle

N. Cousins

postoj- být aktivní – odolnost
- pozitivní očekávání
- relaxace (versus stres)
- pozitivní emoce (versus negativní)
- aktivita (versus pasivita)

čekám- li špatné, přijde (sebenaplňující proroctví Rosenberg- Jacobson))
Sternberg- lze změnit sebe, jiného, situaci

motivace – vnitřní –intrinsicní motivy (spouštíme sami- např. aktivita dávající pocit kompetence)

vnější - extrinsicní motivy (vyvolávají jiní), odměny, tresty

Nuttin- (zavedl Heckhausen)
= pohnutky---pobídky
často má chování in. + ex.zdroje
x **není zcela jasně definováno**

za trvalého stresu vnitřní motivace nefunguje
odměny, tresty (zeptat se)
účast na cílech, na řešení problémů
zajímavá práce, náročné projekty, zplnomocňování, podpora
vést lidi k pochopení problémů, ne je za ně řešit

niterná motivace- zvědavost na úkol, považuju za zvladatelný, není příliš závislý na vnější kontrole, cítím se jako při hře

Seligmen ABCDE

Adversity- nepříznivé události – rozlišovat, kdy o ně jde

Beliefs – přesvědčení- uvědomit si co si myslím o nepříznivých událostech

Consequences- důsledky –jaké má naše přesvědčení důsl

Disputation. debata- ptát se sami sebe, zda je jediné vysvětlení, je užitečné

Energization- dodání síly – důsledky, kt. plynou z nového přesvědčení

Co nás motivuje? - pocit, že odpovídáme za svůj život

X stres – odměna, změna S J S

sy vyhoření- nadměrný dlouhodobý stres- demotivace

relaxace, meditace, cvičení, strava, vizualizace, smích, vyhledávání úlevy, nový
nový pohled na stresor, léky

sebeaktualizace- Rogers
Nuttin, Hackhausen

7) Charakter

Zvítězí-li v člověku přirozenost nad kulturou, stane se divochem,
zvítězí-li kultura nad přirozeností, stane se učeným knihomolem.
Jen tehdy, když kultura a přirozenost jsou v rovnováze,
je člověk ušlechtilý a dokonalý.

Konfucius

„Rozhodl jsem se, že se přestanu zabývat studiem neživé přírody pokusím se pochopit, jak je
to možné, že člověk sice ví, co je dobré, ale dělá, co je zlé.“

Sokrates

charakter-řec. rytina, vryp

(něco výrazně vytvořeného, něco, čím je jedinec nápadný)

Kant- ch. „soustava zásad, důsledně v životě uplatňovaných“

kategorický imperativ – „smýšlej a jednej tak, aby tvé smýšlení a jednání se mohlo stát
obecným zákonem
“

v psychologii někteří pojem nepoužívají, spíš v etice x v aplikované ps. nutné
osobnost z pohledu morálních kritérií

(dobrý charakter x dobrá os = morálně x efektivita)

Allport – zhodnocená osobnost

= **vztahy k jednotlivým oblastem skutečnosti**

soustava dominujících vlastností

soustava zásad a jejich uplatňování

ideály, zásady, hodnoty

láska, úcta, respekt

vztah k hodnotám, vztah k práci, ochrana slabších

mít charakter, být charakterní = řídit se morálními zásadami, regulovat své chování
podle mravních principů (souvisí s kulturně specifickými standardy)

- **souvisí úzce s vůlí** (sebekontrola, seberegulace)

Rohrbacher – ch. = duševně -duchovní zvláštnost jedince

charakter a osud?

psychoanal. pojetí –fixace vývoje libida

(*orální charakter*- pasivita, závislost, potřeba péče a kontaktů, lásky, egocentrická citlivost,

anální ch.- vztah k vlastnictví, pedanterie, skrblictví i ve vztazích, oidipovský komplex- vývoj
superega)

interiorizovaný systém etických norem –superego

podstatou morálního charakteru je **svědomí** (pocity studu, viny, lítosti x hrdost)

- nechrání před hříchem, ale brání nám se z něj radovat

(poslušnost spol. norem ind. svědomí, viz pokusy dozorců vězňů)

- dělat dobré věci (vůdce) x dělat věci dobře (manažer)

charakterologické systémy (např. Klages, Lersch, Wellek)- systémové pojetí vlastností os. Le Senne- typy ch. - --) prolínají s temperamentem- nervózní, sentimentální, cholerický, vášnivý, sangvinický, flegmatický, apatický, amorfni)

duchovní zralost x rozdílné kognitivní, duchovní, mravní světy
formování charakteru souvisí úzce se zkušeností, výchovou

? jak probíhá mravní vývoj? Piaget---) navázal Kohlberg
osobní morálka

J.Piaget

1896 –**teorie kognitivního vývoje**

během života vývoj - 4 stádia myšlení – specifické rysy i omezení

1) **senzomotorické období** 0- 2 roky

reflexy, senzomotorické schopnosti, fyzická manipulace s předměty -sání, kopání, shazování předmětů...stálost předmětů (hledám schovaný 8-12 měsíců, postupně i ten, co neviděly), nové způsoby prozkoumávání okolí, osvojování jazyka, symboly

2) **preoperační stádium** – 2- 6 200slov-

používání symbolů, **řeč**, myšlení plánování, nápodoba (to snad není ani možný, bože můj!)
animismus (dospělí- auto), **egocentrismus** (x politici), hra (paralelní) – nyní i schopnost empatie , omezené chápání času a prostoru

učí se - mluvením, činností, chybí konzervace (sklenička

intuitivní myšlení, **magické myšlení**, fantazie, kouzla, představivost (xještě ne logika)

3) **konkrétní operace 7-11**

logické úvahy o konkrétních věcech, už **konzervace** (zachování)

myšlení s pravidly= operace

pochopení stanoviska druhých, různá řešení, věcnost

pravidla- černobílé uvažování, malá pružnost myšlení, my versus oni !!

emoční inteligence, Kohlberg- stádia mravního vývoje

4) **formální operace 11- dospělost**

ne všichni !!!dospělí- schopnost přemýšlet o všem, chápat složité vztahy, symboly, formální logika, hypotetické situace

schopnost učit se fyziku, chemii

nadměrná kritika, opovržení, vlastní vzhled

respektování ind. rozdílů, spravedlnost

---)stadia morálního vývoje 1) heteronomní – normy převzaté zejména od rodičů

2) autonomní (již zvnitřněné normy)

L. Kohlberg

- **kognitivní vývoj předchází mravnímu vývoji**

dosažení kognit. nezajistí dosažení mravního, schopnost mravně přemýšlet

občas porušujeme všichni výzkum: velmi málo lidí dosáhne nejvyšších stádií (př. já bych ty peníze nevzala, vím, že by se na to přišlo)

3 úrovně- každá 2 stádia, domníval se, že i 7.

A) předkonvenční úroveň

vnější morálka – důsledky chování

1) zaměření na **trest a poslušnost** – co se trestá, je špatné
strach z trestu (neřídím opilý, chytli by mě)

2) **naivní hédonismus**- co z toho mám, podvádění, dělají to všichni (nepiju, vyhnu se trestu), přizpůsobení se pravidlům má výhody

B) konvenční úroveň

pokrok v mravním myšlení- myslím i na druhé

3) **hodní kluci holky**- důraz na vztahy- vzdám se něčeho kvůli nesouhlasu druhých
složitá dilemata (např. vrstevníci x rodiče, zaměstnání x děti)

4) **řád a zákon**- je to povinnost, musí se zachovávat zákony, co by se stalo, kdyby každý porušil?

(hladovějící dítě?, správnost zákonů?)

C) postkonvenční morálka

(méně než 15% starších 25 let)

5) společenská smlouva

zákony pro člověka, ne člověk pro zákony- mohou nastat specifické situace

(matka krade pro hladové dítě)

6) univerzální etika

„potencionální stádium“, problém sladit s činy

každý jedinec má právo na život, svobodu, spravedlnost

morálka založená na osobním přesvědčení na základě univerzálních zásad

7) konečné mystické stádium, považuji se za součást vesmíru, jednota s bohem, vesmírem x dítě se považuje za střed vesmíru

vnitřní volba univerzálních zásad

věk- předoperační období ještě st.1, 10 l. přechod do 2, 13-14l. přechod do 3, raná dospělost někdy 4. po 30 5, 6 velmi málo lidí

muži častěji 4, ženy spíše 3

x Gilliganová- je to mužský pohled, ženy uvažují jinak, lze i na dětské hře chlapci-soutěžení, pravidla, dívky spolupráce, soucítění (5. tř. kdo je do koho zamilovaný? dívky ví, pro chlapce není důležité)

morálka pečování

x Bandura myšlení x chování

!!!dětí napodobují nemorální chování bez ohledu na stupeň vývoje

x je kulturně závislé (Indové uvažují jinak)

x někteří přeskočí, nebo se vrátí

x altruismus, prosociální chování - zřejmě dané evolučně

charakterové rysy- ve vztahu k ostatním (dominance, submise, angažovanost, sociabilita..)

- k sobě (sebehodnocení- komplexy, poruchy, zvýšené, sebevědomí, sebeúcta..)

- k práci (pracovitost i schopnost organizovat, tvořivost..)

- volní rysy (cílevědomost, rozhodnost, samostatnost, vytrvalost.. x poruchy vůle)

a další

7) Sebepojetí

souvisí s charakterem

co chceme, co děláme, jak komunikujeme, co o sobě vím, co si o sobě myslím, jak se hodnotím

jáství- poznaj sám sebe x zvol sám sebe!!

**1)obraz
sebepercepce**

**2)hodnocení
sebeúcta**

**3)směřování
ideální já**

1)Sebepojetí=

tělové schéma, tělové já- fyzické oddělení, označení, identita, adolescence, puberta, stáří

kategoriální já- identita MxŽ -2roky, etnicita-4 roky, soc. kategorie-identifikace s rolemi (bratr, syn, adolescence už mnoho rolí) Oidipovský komplex, já-my, role

psychologické já- tělesné já x vnitřní já (kolem 4 let), duševní kategorie, hodnocení, sebehodnocení (žena. malá, velká, tlustá, stará, inteligentní)

jáx mě, hodnocení, sebehodnocení

reálné x ideální já

soc. učení – sebeobraz =chování naučené ze soc. prostředí

struktura JÁ- vzhled

vlastnosti, schopnosti

potřeby, přání, motivy

hodnoty, postoje

role

osobnost jako celek- sebepojetí

2) souhrn názorů na sebe + souhrn pocitů- spokojenost- nespokojenost

SEBE důvěra

SEBE úcta – sebeoceňování, sebeakceptace- Miluj bližního svého, reálné-ideální já, prožitek shody

SEBE monitorování- přizpůsobení se očekávání (kladná x záporná sebe prezentace)

SEBEuvědomění- kdo jsem- zrcadlové já (Cooley), jak mě vidí ostatní

vnímání sebe sama, silných stránek, schopností

DRUZÍ významní (matka, bazální důvěra, nepodmíněná láska, přijetí x odmítání, tresty

SROVNÁNÍ
s kým? adolescence

pohled na sebe

vlastní INTERPRETACE

hodnocení

KULTURA vlivy

vliv. matka, rané dětství, výchova, vrstevníci, kultura, sebereflexe

lidé vstupují do vztahů, kt. potvrzují jejich představy o sobě
 kultura- rodiče, škola, média, 2 l. CH, D- rozdílné reakce na úspěch
 mužské x ženské kultury

zvyšování sebeuvědomění - znát vlastní zájmy, potřeby, přesvědčení, postoje, silné, slabé
 stránky my + ostatní (bereš vše moc vážně)

Johari okno

		JÁ	
		vím	nevím
	vědí	otevřenost	slepota
OSTATNÍ	nevědí	skrývání	nevědomí

naslouchat sám sobě, kladné- záporné výroky o sobě –AFIRMACE, SEBEDESTRUKCE,
 PARTNERSTVÍ

Dimenze sebepojetí:

- 1) obraz – JSEM - nemusí být reálný
- 2) hodnocení- MÁM být (často rodiče) ideální já
- 3) směřování- CHCI být - cíl, motivace
- 4) MOC mohu učinit, jsem kompetentní
- 5) ROLE, vztahy mám učinit- očekávání

self-efficacy A. Bandura, sebeúčinnost- co jsem, co dokážu, přesvědčení o vlastní výkonnosti,
 způsobilosti
 nejdůležitější predikce chování

x naučená bezmocnost

Poruchy: negativní sebehodnocení
 nízké sebehodnocení
 nepřiměřené sebevědomí
různé úrovně- zmatené, závislé, hledající
zdravé

Způsoby sebepoznávání: sebereflexe

naslouchat sám sobě, pozorovat sám sebe, hodnocení přátel, uvažovat sám o sobě- deník,
 hodnocení

8) Mechanizmy utváření osobnosti

Běda člověku, jehož srdce se v mladosti nenaučilo doufat, milovat a důvěřovat životu. :

J. Conrad

vývoj, zrání, dědičnost- prostředí, učení

vývoj:

biosociální – tělesný proměny s ním spojené

kognitivní –procesy, kt. se podílejí na poznávání (myšlení, učení..) ovlivněné vzděláváním, médii

psychosociální –způsob prožívání , osobnostní charakteristiky, mezilidské vztahy

= vše dohromady!!

dědičnost:

genetický program – vytvořil se v průběhu evoluce = interakce vlivů děd a prost., určitý způsob selekce funguje i nyní (zdatnější přežívají a mají více potomstva)

gen

postupná aktivace gen. programu (např. rozdílný význam genů v různém věku, stárnutí)

46 chromozomů, 23 párů, 22 stejný tvar, 23. pohlavní xx xy

geny- početí – genotyp, většina vlastností se dědí polygenním způsobem (inteligence, temperament, extroverze, úzkostnost)

prostředí : fenotyp- geny se neuplatňují stejně, větší počet genů, vliv prostředí- i děloha,

interakce geny –prostředí- reaktivní

evokativní

proaktivní

nenáhodnost výběru partnera (podobné genet, vlastnosti-IQ)

vnější prostředí

sociokulturní vlivy- doba působení, kvalita, intenzita

„Každý člověk se může stát člověkem“

socializace osobnosti :

- **obecné sociokulturní vlivy**- normy, hodnoty, způsoby uvažování, podpora žádoucího v dané společnosti (americká x japonská miminka)

- **sociální skupiny či vrstvy**- zprostředkovává obecné vlivy

- **malá sociální skupina – rodina** (nejvýzn.)- výchova, rozvoj, citový vztah- akceptace, učení, kontrola

zrání: zákonitá posloupnost vývojových změn, časový program!

podmínka připravenosti k učení= rozvoji různých psychických vlastností

je nevratné!

učení: může stimulovat zrání , = přetrvávající změna urč. vlastností, navozená účinkem zkušeností

nemá trvalý charakter, výsledky lze měnit

psychický vývoj:

zákonitý, celistvý proces,

nebývá rovnoměrný, plynulý

(kontinuitní, diskontinuitní změny)

individuálně specifický proces

vývojové teorie : vývojové mezníky (biologické, psychologické, sociální, typické změny

Piaget (viz charakter)

Erikson: psychosociální stádia:

základní důvěra x nedůvěra (0-1)

autonomie x stud, pochybnosti (1-3)-50

iniciativa x vina (3-6)

snaživost x méněcennost (6-12)

identita x zmatení rolí (12-19)

intimita x izolace (19-25)

generativita x stagnace (25 -50)

integrita x zoufalství (50-)

(někdy ještě 9. st - přidala jeho žena)

dnes méně vyhraněné, nerovnoměrné, více se prolíná

vývojová krize

citlivé období- senzitivní fáze

raná zkušenost (x pozdější zkušenost)

potřeba bezpečí x potřeba změny

C. Gilliganová: „ Jiným hlasem“

identita- muži a ženy utvářejí odlišně , Erikson –popisuje muže!

zralost= muži – nezávislost, schopnost úspěšně se oddělit, být nezávislý, úspěch ve světě,

vázanost= slabost

ženy – intimita, vztah jako součást identity, vázanost= ctnost

mužská identita ohrožená intimitou

ženská identita ohrožená odloučením

muž- vrchol pyramidy x žena- uprostřed pavučiny

Literatura:

- Čáp, J., Mareš J.: Psychologie pro učitele. Praha 2001, Portál
- Hall, C.S, Lindzey, G.:** Psychológia osobnosti Bratislava: Slovenské pedagogické nak.
- Helus, Z.: Dítě v osobnostním pojetí. Praha, Portál
- Kern H., Mehlerová Ch.: Přehled psychologie. Praha 1999, Portál
- Říčan, P.: Psychologie osobnosti.
Cesta životem
- Vágnerová, M.: Vývojová psychologie. Praha 2000, Portál
- Smékal, V. (2002). Pozvání do teorie osobnosti
- Vágnerová, M. (1996). Vývojová psychologie I. Praha, Karolinum.
- Balcar, K. (1983). Úvod do studia osobnosti. Praha: SPN.
- Drapela, V. J. (1997) Přehled teorií osobnosti. Praha, Portál.
- Fontana, D. (2003). Psychologie ve školní praxi. Praha, Portál
- Nakonečný, M. (1993). Základy psychologie osobnosti. Praha, Management Press.
- Coan, R. W.: Optimální osobnost a duševní zdraví. Praha, Grada, 1999.
- Goleman, D.: Emoční inteligence, Columbus, 1999

+ další literatura k tématům a autorům