

Psychologie osobnosti a jejího vývoje

Okruhy:

- předmět psychologie osobnosti a vývojové psychologie, základní pojmy
- základní psychologické koncepce osobnosti: přístupy, představitelé, pojmy psychoanalýza, individuální a analytická psychologie, behaviorální, humanistická,

kognitivní psychologie

- bio-psycho-sociální model osobnosti, determinace osobnosti
- temperament, teorie temperamentu
- typologie osobnosti, rysy osobnosti, Cattell, Big 5, (Big 7)
- vlohy, schopnosti, nadání, inteligence, tvořivost
- motivace, motivy a potřeby, zájmy, hodnoty
- charakter, emoční inteligence, stádia mravního vývoje Kohlberg
- osobnost jako celek- sebepojetí
- individuální rozdíly, typologické rozdíly, muži- ženy (pohlaví- gender)
- mechanismy utváření osobnosti- vývoj, zrání, dědičnost- prostředí, učení
- socializace osobnosti, základní emoční vztah – připoutání, Bowlby, Ainsworthová, Mahlerová
- vývojové teorie- Freud, Erikson, Piaget
- charakteristika vývoje osobnosti v období:

prenatálním, perinatálním

rané dětství, předškolní věk

mladší školní věk, puberta

adolescence, dospělost, stáří

pohled na povahu člověka:

- **biologicky** – anatomické, fyziologické, biochemické vlastnosti
- **sociální** - vztahy k jiným lidem

interpersonální, instituce, společnost

- **psychologický** – procesy uvnitř:

kognitivní přístup = znám, chápu rozumím, ovládám sebe i věci kolem sebe

fenomenologický = prožívám myšlenky, city, vjemy, povaha prožitků

- **duchovní** – týká se vztahu k Bohu, vesmíru, přírodě jako celku, specifických zkušeností

ideální osobnost?

R. Coan: základní způsoby naplnění:

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

Pojmy pro označení ideálního stavu

- **přízpůsobení**- x být nepřizpůsobený může svět měnit!
- **normalita** - typický průměrný člen populace x různé normy
- **zralost** – důraz na vývojové aspekty, růst, učení
- **duševní zdraví**- lékařské pojetí - přizpůsobivý, zralý, normální

Co je osobnost?

osobnost, persona, individuuum

- **dynamický zdroj chování, identity a jedinečnosti** (Drapela)
- vzorec opakovaně se vyskytujících interpersonálních situací (Sullivan)
- jedinečný vzorec rysů (Guilford)
- různé definice , různé přístupy, koncepce

okruhy:

- **struktura** osobnosti- složky, souvislosti a vztahy
- **dynamika** – příčiny chování, motivy, motivace
- **vývoj** - etapy

Osobnost:

biopsychosociální celek se všemi svými relativně stálými vlastnostmi

- **co člověk je** – temperament, charakter
- **co člověk může**- vlohy, schopnosti, nadání
- **co člověk chce** – pudy, potřeby, zájmy, hodnoty

BIO - PSYCH- SOCIÁLNÍ PODMÍNĚNOST

biologická x psychosociální x duchovní dimenze osobnosti

- **biologická**- tělesnost má vliv na mnoho faktorů
- **psychosociální** – utváří se ve vztazích a projevuje se
- **duchovní**- překročení každodennosti –láska, odpovědnost, prozíravost, moudrost

Tradiční model:

- stavba těla
- temperament
- schopnosti
- motivace
- charakter
- jáství
- životní dráha

duchovní podstata

	sebereflexe	
temperament	osobnost	charakter
ORGANISMUS		LIDÉ
vlohy		schopnosti
	potřeby	motivace
<i>první přirozenost</i>		<i>druhá přirozenost</i>

ORGANISMUS

= *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
- vývojová fáze

konstituce E. Kretschmer (1888-1964)

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

3 konstituční typy + temperamentové vlastnosti:

- **pyknik** (vyhraněné vl.--)maniodepresivní psychóza)
- **atletik**- (spojeno s epilepsií)
- **leptosom**- astenik (schizofrenie)
- **dysplastik**- špatně utvářená konstrukce (endokrinní poruchy), smíšený typ (jen 10% jednoznačně)

W. Sheldon – měření (6tis. studentů): endomorfie , ektomorfie mezomorfie, somatotypy

organizmus

- **bírytmy – cirkadiánní** – spánek, bdění, metabolismus, endokrinní žlázy ?

kondiciogram

Lampert - typy

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

sova – slabě reagující, výkon odpo, klidný, rozvážený, pedant, systematick, ovládající se

- **mozek**

biochemie – typ metabolismu, hormony, endorfíny, neurotransmitery

neurodynamika – 3 mozky

mozkový kmen, stř. mozek – plazi, limbický systém-savčí, mozková kůra, neokortex-lidský

TEMPERAMENT

dispozice temperamentu- základní a konstantní charakteristika os

- 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.) Galénos (130-201) tělní tekutiny, moderní!

sangvinik, cholerik, flegmatik, melancholik

- Durdil
- I.P.Pavlov – typ VČN
- **H.J.Eysenck**

introverze

extroverze

psychoticismus

- Buss, Plomin- děti a temperament

jak poznat?

pojmenovat , vystihnou pocity, které vyvolává:

- **blízkost, pohoda S** *obdivujte se mi!*
- **napětí, chuť vzdorovat CH** *bojte se mě!*
- **nuda, lhostejnost F** *dejte mi pokoj*
- **účast, soucit, chuť pomoci M** *litujte mě*

biosociální teorie osobnosti

C.R. Cloninger

vychází z výzkumů **neurotransmiterů**:

- vyhledávání nového - dopamin
- vyhýbání se poškození - serotonin
- závislost na odměně - noradrenalin

dimenze, bipolární položky

Co dědíme, co získáváme?

děděné rysy - „rostlina“

- agresivita, alkoholismus, autismus, 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

získané – „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)
- **Rysy x dovednosti !!!**

Big five

Costa, McCrae

hlavní zdroje variability a rozdílů mezi lidmi ?

- **negativní emocionalita (neuroticismus)** neklidný-klidný, zranitelný, odolný, nejistý- jistý
reaktivní-----vnímavý-----klidšas
- **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
přizpůsobený-----vyjednávač-----vyzyvatel
- **svědomitost** – *bezstarostný-opatrný, nespolehlivý- spolehlivý, nedbalý, svědomitý- nesvědomitý*
zaměřený-----vyvážený-----pružný

SCHOPNOSTI, INTELIGENCE, TVOŘIVOST

- **vlohy**- vrozené anatomicko fyziologické, funkcionální zvláštnosti
- **schopnosti**- kapacitní vlastnosti os. , které podmiňují úspěšné vykonávání činností po stránce kvalitativní, kvantitativní, časové, výkonové)
- **schopnosti = předpoklady poznávání a řešení problémů, praktického provádění činností , výkonové schopnosti**

na bázi vloh

vlohy pro abstrakci

senzorické

motorické

- podmínkou pro rozvoj schopností je **stimulace**

– tzn. není rozhodnuto, jaké schopnosti se vytvoří!

- **genetika x prostředí?**

obecné nadání, celková rozumová vyspělost, mentální úroveň, intelekt

= jedna z podmínek efektivní adaptace + tvořivost + **motivace**

+ emoce

- **INT jako přizpůsobení** - W. Stern

optimální přizpůsobení **se** novým podmínkám, změna chování

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

- INT schopnost **abstraktně myslet, používat pojmy a symboly**, přenášet zkušenost, cesta k cíli
- INT **vhled a pochopení**- schopnost chápat vztahy
- INT **schopnost učit se** tempo učení

R. Feuerstein – obohacení kognitivních funkcí tréninkem

Druhy:

- **Thorndike- teoretická, praktická, sociální**
- **Cattel- fluidní (biolog. základ), krystalizovaná (zkušenosti, vzdělání)**
- **Spearman – g faktor, s faktor**
- **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

- **Goleman** - emocionální, sociální
- **Erikson**- moudrost - vhled do souvislostí a smyslu

cíle, hodnoty

speciální schopnosti, talent

různé činnosti děláme s různým výsledkem

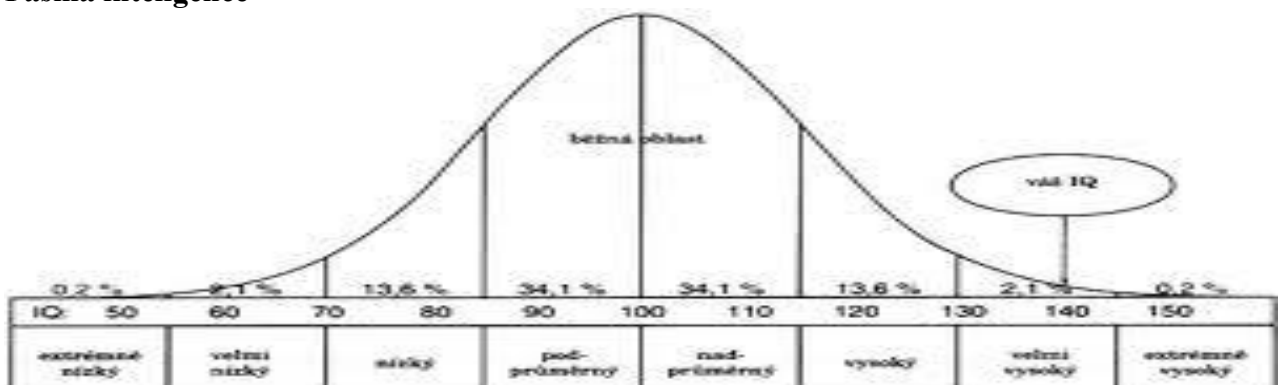
- **schopnosti = výkonové předpoklady**

podstatou různé **spojení různých dispozic**

- **talent = dispozice+ motivace+ tvořivost**
- **věk?**
- matematické, lingvistické, výtvarné, pohybové
- ? organizační, technické, manuální ? spíš intelekt a něco

problematika měření, testů

Pásma intelligence



Tvořivost

dovednost v oboru + dovednost tvořivosti + motivace

- **způsob vnímání**, otevřenost, opustit scénáře, vidět věci jinak
- **způsob řešení problémů**
- **způsob práce** - vytrvalost při obtížích, schopnost tvrdě pracovat

fáze:

- **příprava, inkubace, inspirace, vyhodnocení**

osobnost:

- sebedisciplína, vytrvalost, schopnost odložit potíže, nezávislý úsudek, samostatnost, vnitřní těžiště kontroly, ochota přebírat riziko, schopnost sám začít, **potřeba, niterná motivace**

co podporuje tvořivost?

- stav blíže spánku, meditace, aerobní cvičení, procházka, relaxace
- čím méně formálnosti, tím více tvořivosti

překážky tvořivosti ?

MOTIVACE „Člověk může dělat, co chce, ale nemůže chtít, co chce“ Schopenhauer
intrapersonální procesy, kt. aktivují, řídí a usměrňují chování

- **move**- hýbat- pohnutka, chceme něco získat, něčemu se vyhnout
- **souvisí s emocemi**
- **zaměřenost osobnosti, TENDENCE**
- **motivы, cíle, potřeby, zájmy, postoje, přesvědčení, hodnoty**
snahy, touhy, přání, chtění

motivы- dělení:

- **sebezáchovné, stimulační, sociální, individuální psychické motivы**

potřeby

uvnitř = **dispozice k tomu, abychom mohli žít a obstát**
x uspokojujeme různě

aspekt:

- kognitivní (vím)
- konativní (dělám)
- afektivní (cítím nelibost---libost)

základní p. : sebezáchovy, uchování rodu, smysl života, svoboda
mnoho teorií

nejoblíbenější : A. MASLOW

hodnotы

- venku
- cíle (zdraví), prostředky (vzdělání), kritérium (ocenění)

Pyramida potřeb A.Maslow



motivace:

- **vnitřní**
- intrinsitní motivy - spouštíme sami
- **vnější**
- extrinsitní motivy- vyvolávají jiní, odměny, tresty
 - za trvalého stresu vnitřní motivace nefunguje!
 - odměny, tresty ?
 - účast na cílech, na řešení problémů
 - zajímavá činnost, náročné projekty, podpora
 - ***vést lidi k pochopení problémů, ne je za ně řešit***

Seligman „naučený optimismus“

naučená bezmocnost - osobní prožívání, příliš dlouhé trvání, hluboký průnik

? způsobu výkladu:

	neúspěch	
optimista		pesimista
• je to vina jiného • je to přechodné • stránky života to neovlivní		- je to má vina- internalita - bude to stále- permanence - ovlivní to celé mé bytí- pervazivita
	úspěch	
• vytvořil jsem to- intern • jeden z mnoha úspěchů –perman • proniká celým bytím- pervaz		- způsobil to někdo jiný externalita - už se to nepovede – přechodnost - jinde mi to nepomůže- nepervaz

motivace x demotivace

- **N. Cousins- důležitý je postoj- být aktivní ! odolnost**

pozitivní očekávání

relaxace x stres

pozitivní emoce x negativní

aktivita x versus pasivita

- sebenaplňující proroctví
- Sternberg- lze změnit sebe, jiného, situaci
- **sy vyhoření- nadměrný dlouhodobý stres- demotivace**

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

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 a pokusím se pochopit, jak je to možné, že člověk sice ví, co je dobré, ale dělá, co je zlé.“

Sokrates

charakter- řec. rytina

- Kant – charakter je „soustava zásad, důsledně v životě uplatňovaných“
- **kategorický imperativ** – „smýšlej a jednej tak, aby tvé smýšlení a jednání se mohlo stát obecným zákonem“
- **osobnost z pohledu morálních kritérií**
- dobrý charakter x dobrá osobnost

= morálně x efektivita

- vztahy k jednotlivým oblastem skutečnosti
- soustava dominujících vlastností
- soustava zásad a jejich uplatňování
- ideály, zásady, hodnoty
- **mít charakter, být charakterní**

= **řídít se morálními zásadami**, regulovat své chování podle mravních principů

- **? svědomí**
- dělat dobré věci- *vůdce* x dělat věci dobře -*manažer*

L. Kohlberg

kognitivní vývoj předchází mravnímu vývoji

A) **předkonvenční úroveň**- vnější morálka – důsledky chování)

- zaměření na **trest a poslušnost** – co se trestá, je špatné
- **naivní hédonismus**- co z toho mám, přizpůsobení se pravidlům má výhody

B) **konvenční úroveň** - pokrok v mravním myšlení- myslím i na druhé

- **hodní kluci holky**- důraz na vztahy- složitá dilemata (např. vrstevníci x rodiče, zaměstnání x děti)
- **řád a zákon**- je to povinnost, musí se zachovávat zákony, co by se stalo, kdyby každý porušil?

C) **postkonvenční morálka**

- **společenská smlouva**- zákony pro člověka
- **univerzální etika** - každý jedinec má právo na život, svobodu, spravedlnost
morálka založená na osobním přesvědčení na základě univerzálních zásad
- **konečné mystické stádium**- považuji se za součást vesmíru, jednota s bohem, vesmírem

vnitřní volba univerzálních zásad

SEBEPOJETÍ

souvisí s charakterem, identitou

- **jáství**- poznaj sám sebe x **zvol sám sebe!!**

co chceme, co děláme, jak komunikujeme

- **obraz - sebepercepce**
- **hodnocení - sebeúcta**
- **směřování - ideální já**
- **já x mě**, hodnocení, sebehodnocení

sebepercepce

- **tělové schéma, tělové já**-
- **kategoriální já**
- **psychologické já**- tělesné já x vnitřní já (kolem 4 let), duševní kategorie, hodnocení, sebehodnocení
- **reálné x ideální já**
- **struktura JÁ** : **vzhled, vlastnosti, schopnosti, potřeby, přání, motivy, hodnoty, postoje, role**

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)
- SEBE uvědomění- kdo jsem- zrcadlové já (Cooley), jak mě vidí ostatní
- vnímání sebe sama, silných stránek, schopností

Utváření sebepojetí

DRUZÍ významní

(matka, bazální důvěra, nepodmíněná láska, přijetí x odmítání, tresty)

SROVNÁNÍ

s kým? adolescence

pohled na sebe vlastní INTERPRETACE

hodnocení

KULTURA

vlivy

Dimenze sebepojetí:

- obraz – JSEM - nemusí být reálný
- hodnocení- MÁM být , ideální já
- směřování- CHCI být - cíl, motivace
- MOC - mohu učinit, jsem kompetentní
- ROLE- vztahy mám učinit- očekávání

• **self-efficacy**– sebeúčinnost- A. Bandura
přesvědčení o vlastní výkonnosti, způsobilosti
nejdůležitější predikce chování
X naučená bezmocnost

INDIVIDUÁLNÍ ROZDÍLY, GENDER, typologické rozdíly

MECHANIZMY UTVÁŘENÍ OSOBNOSTI

Vývoj: zrání, dědičnost - prostředí, učení

vývoj:

- **biosociální** – tělesný proměny s ním spojené
- **kognitivní** – procesy, které se podílejí na poznávání ovlivněné vzděláváním, médií
- **psychosociální** – způsob prožívání , osobnostní charakteristiky, mezilidské vztahy

dědičnost:

- **genetický program** – vytvořil se v průběhu evoluce = interakce vlivů děd. a prost.,)
- **gen**

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

46 chromozomů, 23 párů,

- **genotyp**- většina vlastností se dědí polygenním způsobem (inteligence, emperament, extroverze, úzkostnost ..)

prostředí

- **prostředí : fenotyp-**
geny se neuplatňují stejně, větší počet genů, vliv prostředí
- **interakce geny –prostředí- reaktivní**
evokativní
proaktivní
- nenáhodnost výběru partnera (podobné genet. vlastnosti-IQ)
- **vnější prostředí**
- **sociokulturní vlivy**

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**
výchova, rozvoj, citový vztah- akceptace, učení,
!primární emoční vazba!

Zrání- učení

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

různí autoři různě

Freud – stádia psychosexuálního vývoje

Piaget – stádia kognitivního vývoje

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-)**