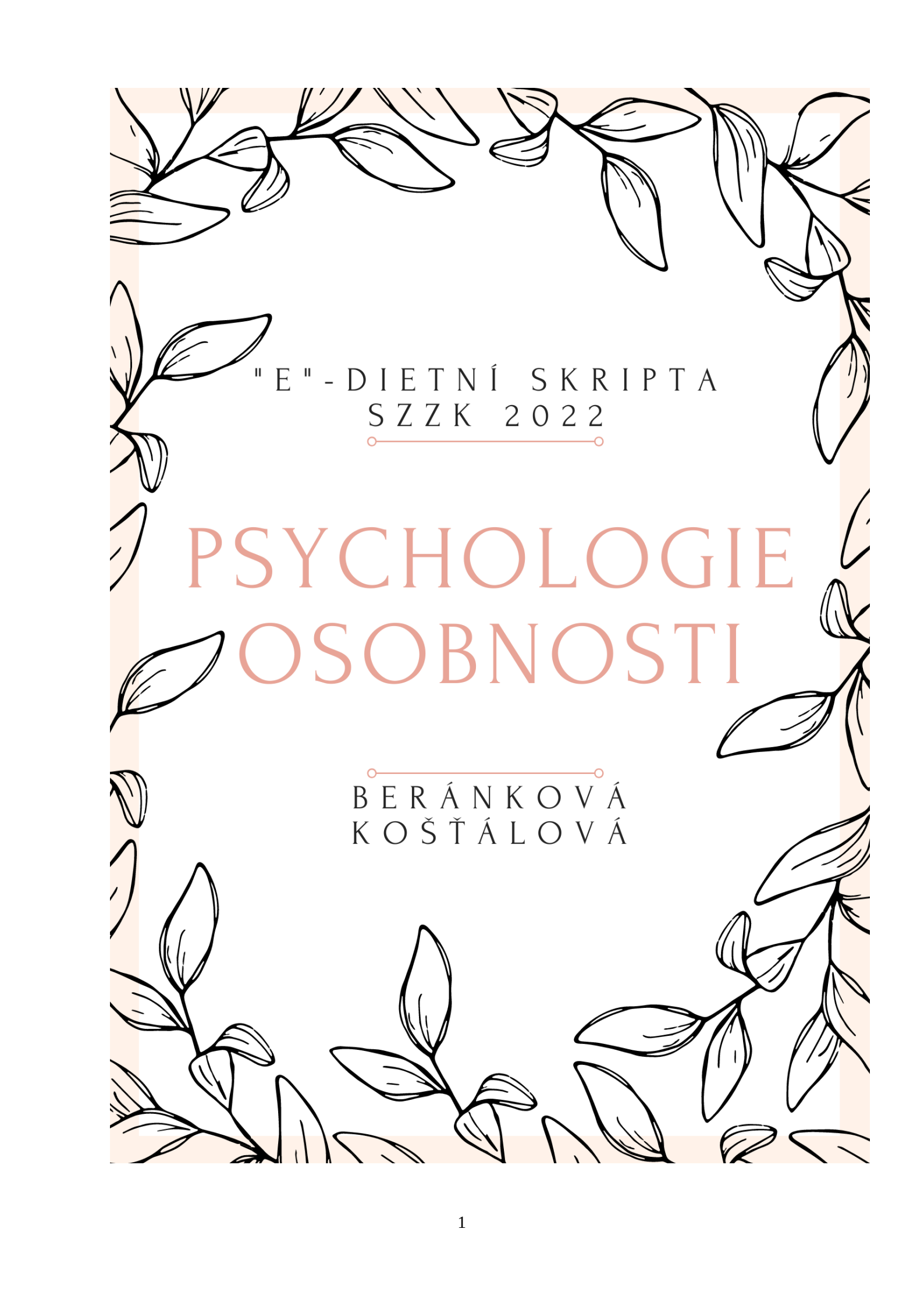




"E" - DIETNÍ SKRIPTA
SZŽK 2022

PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI

BERÁNKOVÁ
KOŠŤÁLOVÁ

OKRUHY K PŘEDMĚTU PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI (úprava 2023 leden)

1. Přehled vývoje psychologie osobnosti
2. Předmět a metody psychologie osobnosti
3. Faktorové pojetí skladby a dynamiky osobnosti (R. Cattell)
4. Analytické pojetí skladby a dynamiky osobnosti (C. G. Jung)
5. Psychoanalytické pojetí skladby a dynamiky osobnosti (S. Freud)
6. Koncept kontinuitního a diskontinuitního vývoje osobnosti
7. Neurofyzilogická teorie temperamentu (I. P. Pavlov)
8. Konstituční teorie temperamentu (W. Sheldon)
9. Psychometrická teorie temperamentu (H. J. Eysenck)
10. Psychobiologická teorie temperamentu (R. C. Cloninger)
11. Psychoanalytická typologie charakteru (S. Freud)
12. Orgonová typologie charakteru (W. Reich)
13. Typologie charakteru dle E. Fromma
14. Modely vývoje morálky (J. Piaget, L. Kohlberg)
15. Psychoanalytické pojetí osobnosti
16. Psychometrické pojetí osobnosti
17. Humanistické pojetí osobnosti
18. Sociálně-kognitivní pojetí osobnosti
19. Já, Self a obranné mechanismy
20. Emoce a motivy
21. Frustrace, úzkost, konflikt
22. Poruchy osobnosti

Doporučená literatura:

- Blatný, M. (2010). Psychologie osobnosti: hlavní témata, současné přístupy. Grada.
- Cakirpaloglu, P. (2012). Úvod do psychologie osobnosti. Grada Publishing as.
- Kline, P. (2015). Personality (Psychology Revivals): Measurement and Theory. London: Routledge.
- Nakonečný, M. (1998). Psychologie osobnosti. Academia-nakladatelství Akademie věd ČR.
- Říčan, P. (2010). Psychologie osobnosti. Grada publishing as.
- Eysenck, H. J. (ed.) (2012). A model for personality. Springer Science & Business Media.
- Cooper, C. (2015). Individual differences and personality. London: Routledge.
- Chamorro-Premuzic, T. (2016). Personality and individual differences. New York: John Wiley & Sons.
- Millon, T., Lerner, J. M., & Weiner, I. (2003). Handbook of Psychology, Personality and Social Psychology (Volume 5). New Jersey: John Wiley and Sons.

1. Přehled vývoje psychologie osobnosti

Vznik psychologie osobnosti

- první desetiletí 20.stol. vznik a vědecký vývoj PO probíhal nezávisle na akademické (obecné) psychologii
- PO (empirická disciplína) vyrůstala v klinickém prostředí po boku psychiatrie a dalších klinických oborů => s těmito obory sdílela totožné zájmy a cíle = **objektivní porozumění narušené osobnosti konkrétního člověka a jeho účinnou léčbu**
- PO = antropognostika (obecné teorie poznání člověka)
- klinické podmínky nesplňovaly metodologické a koncepční požadavky, byla PO považována za rebelující disciplínu s **vlastním předmětem, cílem a metodologií**
- ke sblížení došlo až ve čtyřicátých letech 20. stol., kdy vzrůstal zájem o nevědomí u akademických psychologů, naopak psychologové osobnosti se začali zajímat o využití experimentu, faktorové analýzy, psychometrie, postupy objektivní explorační a predikční zdravé a narušené osobnosti

Historie = dvě protikladná stanoviska (USA x Evropa)

Amerika:

- před rokem 1937 **předvědecké období** PO
- **1937**: publikovány dvě monografie o osobnosti:
 - o Gordon **Allport** (*Osobnost: psychologická interpretace*)
 - o Ross **Stagner** (*Psychologie osobnosti*)
- roce **1938** vyšla kniha Henryho **Murraye** (*Výzkum osobnosti*) – podpora vývoje nové disciplíny

Evropa:

- komplexnější přístup od filozofických a intelektuálních koncepcí o člověku až k prudkému pokroku vědy od 18. – do počátku 20. st.
- **předvědecký vývoj** zahrnuje:
 - o temperament (Hippokrates, Galenos, Lombroso)
 - o charakter (Theofrastos, Plutarchos, de La Bruyere)
 - o dušení poruchy (Azam, Charcot, Ribot, Binet, Kraepelin, Kretschmer)
- vedlo k postupnému vývoji klinické psychologie, psychiatrie a PO

Moderní vývoj PO se opírá o tvarovou a experimentální Ψ , teorie učení, psychometrii, genetiku, logický pozitivismus, antropologii a další disciplíny

Teoretické přístupy PO:

- hlubinná: zájem o skryté psychodynamické procesy
- rysy: vymezení konstitučních činitelů osobnosti
- humanistická: zkoumá cílevědomé Já, podmínky osobnostního růstu, štěstí
- sociálně-kognitivní: zkoumá relace mezi osobností a lidskou situací

3 OTÁZKY PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI (otázky se týkají vymezení předmětu PO)

- **CO?** => „Co bude zkoumat“
 - o Identifikace a deskripce idiosynkratických a obecných aspektů osobnosti
- **JAK?** => „zjišťování procesů, které vedou ke vzniku určitého výsledku“
 - o Jak probíhají procesy a vztahy uvnitř osobnosti
- **PROČ?** => hledání příčiny, motivu (pozadí událostí)
 - o Pochopit, objasnit, predikovat a posléze regulovat osobnostní procesy a projevy

Cíle psychologie osobnosti:

- Studium individuálních rozdílů (dimenzí v čem se lidé liší)
- Studium individuální osoby jako jedinečného, integrovaného celku
- Oba přístupy, dichotomie: analytický vs. strukturální, kvantitativní vs. kvalitativní, nomotetický vs. idiografický

PSYCHOLOGIE OSOBNOSTI VS. OBECNÁ PSYCHOLOGIE

Primární rozdíl vychází z cíle PO: věnovat se individuálním variacím v kontextu normálního chování

Ψ OSOBNOSTI	OBECNÁ Ψ
idiosynkrazie - (individuálnost psych. a behav. projevů konkrétního člověka, nelze zobecnit nebo klasifikovat) - zákony a principy individuální fenomenologie a intersubjektivních rozdílů - otázky proč se jednotliví lidé liší v myšlení, vnímání, reaktivitě	typologie - (pojmový konstrukt, vybrané os. charakteristiky zahrnujeme do kategorií podle podobnosti) - univerzálně platné principy a zákony psych. jevů - studuje to, co je společné všem lidem, jak vnímají, myslí, reagují...
(*pojmy molární a molekulární zavedl Tolman)	
molární - studium komplementárních vztahů dílčích psychických vlastností - poznání konkrétní osobnosti jako celku	molekulární - diferenciací komplexních psych. jevů za účelem vědeckého poznání
aktivita - hledání psych. a konstitučních příčin, které působení stejného podnětu přeměňují v individuální zážitek a projev - člověk je proaktivní, sebepodněcující, uvědomělý subjekt - stejný podnět vyvolá individuální zážitek a projev	Reaktivita - reaktivní adaptace na podněty (působení stejné situace či podnětu vyvolává identickou reakci, tzn. člověk je reaktivní bytost adaptující se na aktuální podněty - S-R model interpretace
- nejstarší tradice PO => výzkum individuálních rozdílů, spojen s psychodiagnostickou praxí - o (Darwinova myšlenka individuální variace uvnitř druhu, Galton měření individuálních rozdílů, Wundtova laboratoř v Lipsku, Spearman testy rozumových schopností, Binet škála rozumové vyspělosti, Thurstone faktorová analýza, psychofyzilogické a biochemické metody, diagnostika osobnostních vlastností pomocí dotazníků a projektivních metod, psychometricky založená psychologie osobnosti, architektura osobnosti) - druhé téma psy osobnosti funkční architektonika - o (Freud úloha pudů v lidské psychice, role nevědomí, Adler potřeba uplatnit se, Rogers potřeba realizace organismu, seberealizace, ego-psychologie, teorie objektivních vztahů, humanistická psychologie, Allport, Maslow, Leary, Rogers) - dnes v psychologických teoriích osobnosti hodně tolerance, není jednotný teoretický rámec pro všechna témata - Říčan navrhl odlišovat obecnou PO (studium architektury) a diferenciální PO (studium individuálních rozdílů)	

Blatný: PO se vydělila jako samostatná disciplína ve 30. letech 20. stol. ze sociální psychologie, spojováno se jmény Allport (1937), Murray (1938), Cattell (1946) => monografie o osobnosti

Dvě oblasti zájmu PO: mezi výzkumem obecných osobnostních dimenzí a procesů, prováděných se skupinami osob a výzkumem jednotlivců, individuálnosti životů (případové studie vs. statistické metody pro výzkum a poznání osobnosti), Allport zastáncem obou přístupů

2. Předmět a metody psychologie osobnosti

Předmět PO: osobnost (její skladba, vývoj, procesy a vztahy + působení vnitřních a vnějších činitelů – sociální a kulturní)

- Zájem o zdravé (normální) lidi (odchylkami, patologií se zabývá aplikovaná PO – klinická Ψ)

Osobnost = souhrn, souvislost či propojení charakteru, temperamentu, schopností a také konstitučních vlastností člověka

- 3 významy pojmu „osobnost“
 - o **Hodnotící:** jako jedinec pozoruhodný, výjimečný... (neobjektivní – problematické)
 - o **psychická individualita:** označuje osobitost a odlišnost, interindividuální rozdíly
 - o **struktura psychiky:** analogicky k anatomii a fyziologii těla (různé složky mají různé funkce, důležitá je jejich souhra)
- složky dle **Linzeyho a Halla** (obsahový důraz): osobnost jako...
 - o **souhrnnost** - souhrn psychologických prvků jedince
 - o **jednota** - vzor/zdroj integrace/organizace za jednotlivými znaky jedince
 - o **přízpůsobení** - způsob přizpůsobování se okolí
 - o **jedinečnost** - co jedince psychologicky odlišuje od druhých
 - o **podstata** - to nejprůznačnější z hlediska podstaty, to, co člověk skutečně je

Definice pojmu osobnost:

- Allport popsal více než 50 vymezení pojmu „osobnost“ (dominance biosociální a fyzické)
- žádná psychologická definice osobnosti není obecně výstižná a platná

BIOSOCIÁLNÍ DEFINICE:

- osobnost = míra společenské přitažlivosti, hodnotící pojem, hodnota společenské stimulace člověka => osobnost je významnější, pokud dokáže upoutat pozornost lidí => tzn., že např. introverti a plaché osoby pozbývají osobnost

BIOFYZICKÁ DEFINICE:

- osobnost = vyjadřuje intrapsychickou povahu, konstituční základ, možnost měřit, popsat, shrnout do podoby osobnostního profilu
- berou v potaz určitý intrapsychický základ osobnosti, který můžeme zachytit, měřit a vyjádřit nějakým profilem (můžeme je porovnávat, nebo tento profil porovnávat, jak se vyvíjí v průběhu léčby či běžného života)

Klasické definice osobnosti:

- **Eysenck:** osobnost je souhrn skutečných a potenciálních vzorů chování organismu, které determinují dědičnost a prostředí; osobnost se vyvíjí skrze funkční součinnost čtyřech hlavních odvětví: kognitivní (inteligence), konativní (charakter), afektivní (temperament), tělesná oblast (konstituce)
- **Cattell:** osobnosti – to, co sděluje, jak se člověk bude chovat v dané situaci
- **psychometrické definice:** osobnost představuje soustavu základních faktorů, jejichž hodnotu lze objektivně měřit a kvantifikovat
- **Allport:** osobnost je dynamická organizace těch psychofyzických systémů v jedinci, které určují jeho charakteristické myšlení a aktivitu

Současné psychologické vymezení osobnosti

- odlišnost a stabilita osobnosti
 - o **odlišnost** – jedineční kombinace myšlení, citění nebo aktivita indiv. os.
 - o **stabilita** – trvalost dílčích ps vlastností a indiv. projevů v čase
 - **Hall a Lindzey** – žádná psychologická definice osobnosti není obecně výstižná a platná (osobnost se stále vyvíjí a vývoj značí určitou přeměnu)
- **společné rysy definic osobnosti:**
 1. **integrita** – jednota psychických funkcí
 2. **osobitost = jedinečnost** – individuálního prožívání, myšlení a jednání (každý máme temperament, ale lišíme se)
 3. **relativní důslednost** – stálost psychosociálního bytí člověka

- **co chybí v definicích a patří tam (dle Cakirpaloglu)**
 - **vědomí o vlastní totožnosti a sociální zkušenost** – sebepojetí (self-consciousness) vyjadřuje výrazně subjektivní a sociální bytí člověka
 - to, co o sobě vím (co vnímám)
 - to, čím bych chtěla být = ideální já
 - to, co vy o mně říkáte (zrcadlo existence)
 - **sociální rozměr osobnosti**
 - osobnost se utváří v sociální interakci (důležitou roli hraje primární rodina, společnost, kultura => vývoj vytváří setkání člověka a společnosti)
 - **Bandura:** člověk aktivně působí na své okolí a vytváří podmínky, které ho zpětně ovlivňují
 - **Proces socializace:** jedinec získává potřebné dovednosti, vědomosti, normy, postoje
 - osobnost můžeme definovat jako prožívání sociální skutečnosti
 - kultura a společnost tvoří to, co nás spojuje
- **Humanistické a existenciální pojetí os.** – pojmy identity, Já, Self, sebepojetí sebehodnocení, sebeúcta
 - Jádro každé osobnosti tvoří **sebevědomí** a **intencionalita** určující zralost, duševní zdraví, pocit pohody.
 - Osobnost je **etická, sebeurčující** a zároveň je schopna shrnout dílčí psychické vlastnosti, procesy, obsahy, tendence v uspořádaný systém.

Souhrnně:

- Osobnost je poměrně stabilní, komplementární a konzistentní systém jedinečných vlastností, obsahů a projevů člověka.
- Nutné doplnit, že osobnost vždy implikuje člověka, zejména jeho uvědomělé, socializované jsoucnost.
 - **Komplementární systém** – osobnost spojuje poznávací, emoční a motivační vlastnosti
 - **Poměrně stabilní systém** – relativní stálost osobnosti a jednání
 - **Konzistentní systém** – adaptabilita a pružnost jedince, důslednost vnímání, cítění a jednání v rozdílných situacích a podmínkách
 - **Systém jedinečných vlastností, obsahů a projevů** – idiografické pojetí osobnosti – jedinečná a neopakovatelné konstelace psychosociálních vlastností
 - **Uvědomělý subjekt** – vědomí a sebeuvědomění osobnosti; uvědomělý jedinec prožívá kontinuitu své identity, jedinečnost a intimitu vlastní osobnosti
 - **Socializované bytí** – každá osobnost je výsledkem procesu socializace a učení – sociální zkušenost každého čl se odráží v jeho prosociálním, antisociálním či asociálním bytí
 - **Deterministické pojetí osobnosti** – hlavní vědecký cíl: snaha uchopit lidskou psychiku s cílem snadněji předvídat a řídit lidské chování
 - **Sebeurčení osobnosti** – sebedeterminace, autodeterminace, cílevědomé naplnění osobnostních potenciálů, volní rozhodování člověka, synonymem často motivace

Idiografický a nomotetický výzkum osobnosti

Metody psychologického rozboru osobnosti

- PO používá relevantní metody šetření, pojem „metoda“ v psychologii znamená =
 - o **mentální zaměření badatele na popis a objasnění zkoumaného fenoménu** (př. analýza, dedukce, deskripce, indukce a další procesy myšlení) = operace myšlení
 - o **princip výzkumu psychických jevů, procesů, chování a osobnosti** (vymezení nosné myšlenky a odpovídajícího modelu výkladu) => vědecké principy
- prvky osobnostní struktury a vztahy mezi nimi: objektivnímu pozorování nepřístupné => usuzujeme z projevů v oblastech: výpovědi o vlastním prožívání, chování, tělesné znaky
- Psychologický rozbor a interpretace osobnosti nejvíce poznatků čerpá z klinické zkušenosti psychologa, z experimentálního výzkumu a ze statistických souvislostí

Klinická metoda

- navazuje na nejstarší a nejpřirozenější cestu poznání člověka – autentický lidský kontakt
- neformální, bezprostřední, intenzivní, poznávací hodnota závislá na odborníkovi (motivace, kreativita, intuice)
- rozbor psychických stavů a projevů konkrétního člověka s psychickými problémy

Experiment

- objektivní a opakované zkoumání ve standardních podmínkách
- sloučení behaviorismu a evropské psychofyzické tradice
- odhalování kauzální povahy psychiky a chování (nejenom u) člověka

Statistická metoda

- zkoumá dílčí osobnostní vlastnosti na větším počtu osob
- výstupy => normy, kritéria => srovnávání => získá obecných psychologických principů a zákonů
- souběžně s vývojem psychometrie a objektivních psychologických testů (pravděpodobnost, korelační výpočty, faktorová analýza) => test pravděpodobnosti a korelace

Psychologická strategie explorace osobnosti

- PO zkoumá svůj předmět nomotetickým nebo idiosynkratickým přístupem (mají svůj původ, cíle a prostředky) => s pojmy přišel do psychologie Gordon Allport v roce 1937

Idiografický přístup (idios = vlastní, osobní)

- zdůrazňuje ho Allport (a tradiční americká psychologie)
- osobnost existuje jako ryze individuální fenomén => psychologie by měla zkoumat osobnost konkrétního člověka => porozumění jedinečnosti a důslednosti člověka v rámci „normálního“ prožívání a jednání => konzistentní celek vlastností, tendencí a aktivit daného jedince
- klinická psychologie: idiograf. zkoumání narušené osobnosti, příčiny dekompenzace atd.
- př. studie Jenny (autor: Baldwin, přisuzováno Allportovi): 100+ dopisů starší dámy synovi => idiografický rozbor nepřímých materiálů => vytvořen osobnostní profil
- idiografický přístup upřednostňuje kvalitativní výzkum a jeho metody

Nomotetický přístup (nomothetikos = legislativní, normovaný)

- extenzivní hledání obecných psychických vlastností u většího počtu osob => normy, typy, další kategorie pro vzájemné srovnání jedinců
- odráží cíle determinismu a logického pozitivismu: poznat za účelem predikce
- metodologie: experiment, faktorová analýza, psychometrické testy, ...
- př. nomotetické šetření vzniku delikvence (Rot, Srbsko), N=300 adolescentů => nejde o vrozenou, ale získanou dispozici (na vývoji a výskytu delikvence se podílí brutalita rodičovských trestů)
- nomotetický výzkum upřednostňuje kvantitativní výzkum

Předpoklad komplementarity obou

Otázka vědeckosti obou přístupů:

NOMOTETICKÝ vs.	IDIOGRAFICKÝ přístup
behavioristé, biologičtí a kognitivní psychologové	personologové, humanističtí a existenciální psychologové
úsilí o dodržení kritérií - objektivita, měřitelnost >> podmínka pro předvídání a řízení psych. stavů a aktivity jedince i skupin	individuální přístup k vyšetření a léčbě fenomenologická analýza subjektivních prožitků
statický, kvantitativní, faktografický, analytický	kvalitativní, bezprostřední, přirozený, holistický, hlubinný
poměrně nezávislý na zkušenostech a osobn. vlastnostech badatele	závislý na poznávacích, tvůrčích a empatických vlastnostech psychologa
odhalení obecných zákonů psychiky a příčin individuální důslednosti	porozumění jedinečnosti člověka
obsah	
kvantitativní šetření vymezených segmentů osobnosti	jedinec jako celek vlastností, tendencí a aktivit
experiment, popisná, induktivní statistika, faktorová analýza	analýza obsahu, rozbor neverbálních projevů, pozorování
metoda	
statistická	klinická
omezený počet zkoumaných vlastností/rysů	jedinečná osobnost
teorie pravděpodobnosti	ve shodě se zvolenou teorií
formální důsledek pozorování vyškolenou osobou	tvůrčí dílo vzdělaného odborníka
predikce	
využívá údajů s častým výskytem	informace z náhodných údajů
- možná diskrepance v ΨO mezi obsahem a metodou (př. psychoanalýza - metody jsou idiografické, obsah je nomotetický - univerzální principy) - komplementární součinnost nomotetických a idiografických metod	

Psychologická explikace osobnosti předpokládá komplementární součinnost mezi oběma přístupy

LOGICKÝ STATUS psychologických pojmů:

- zřejmá terminologická a teoretická nejednoznačnost snižuje poznávací hodnotu a vědeckou důvěryhodnost disciplíny
- psychologie postrádá jednoznačný a uspokojivý výklad vrozených i získaných dispozic => zpochybňují se tak zjištění o temperamentu, charakteru, motivace, postojích, zájmech, ...
- optimální řešení => racionální úvaha o psychologických pojmech, logická explikace, zdůvodnění či status jejich gnozeologického základu
- **logický status** = pojem zahrnuje více významů a principů, souvisí s použitou metodou, se zdrojem poznatků či myšlenkovou strategií => výsledkem pojmy či kategorie s rozdílnou vypovídající a vědeckou hodnotou (některé pojmy charakterizuje exaktní význam, lze je snadno operacionalizovat a empiricky zkoumat X jiné pozbývají solidní výzkumné opory, což zvyšuje hypotetickou spekulativní povahu)

Hodnocení logického statusu (Radonjić) podle:

- upřesnění povahy údajů, na nichž se zakládá daný pojem
- rozlišení, zda pojem popisuje fakta, vztahy mezi fakty (empirické, intervenující proměnné) nebo hypotetická pojetí (teoretické, hypotetické konstrukty)
- vymezení myšlenkových, logických operací, kdy se z konkrétních šetření sublimují obecně platné abstraktní pojmy

Př. jednoznačný logický status má Catellova dynamická kategorie ergů (solidní empirický základ, řadí se mezi intervenující proměnné) X hypotetické pojmy (nižší empirická fundovanost a logická hodnota) => pojetí rysů (Allport), temperament, charakter

- hypotetičnost některých pojmů vyvažuje jejich **heuristická hodnota** (neustále inspirují k výzkumu a objektivizaci jejich skryté povahy)

3. Faktorové pojetí osobnostní skladby a dynamiky (R. Cattell)

Skladba osobnosti obecně

- Skladba = struktura osobnosti
- poměrně stabilní psychická soustava, která zabezpečuje důslednost individuálního myšlení, prožívání a projevu
- (osobnost jako systém funkčně propojených morfologických částí/prvků)
- zřejmý vliv strukturalistické tradice Wundta a Titchenera (= každý složitý psychický jev se skládá z jednoduchých prvků)
- psychická stavba osobnosti – poměrně stálá, ALE neustále se vyvíjí v interakci s vlastním fyzickým a sociálním světem, což implikuje její neustálou přeměnu jejich konstitučních prvků

V psychologii osobnosti pojem **struktura** nejčastěji znamená:

- 1) psychické činitele konstituující osobnost v tom nejobecnějším pojetí – **modální přístup** naznačující vertikální uspořádání dílčích vlastností uvnitř osobnosti jako celku
- 2) specifické vlastnosti konkrétní osobnosti – **molekulární model** osobnostní struktury, idiosynkratické pojetí zdravé i narušené osobnosti

Faktorové pojetí osobnostní skladby (R. Cattell)

- Komplexní eklektická faktorová rysová koncepce osobnosti
- teorie psychického hyperprostoru – osobnost je vyjádřena objektivně určenými dimenzemi a jejími skutečnými vztahy (dimenze i vztahy lze objektivně měřit)
- osobnostní dispozice
 - o poměrně trvalé, vrozené a získané charakter. osobnosti, které určují prožívání, myšlení a jednání
 - o konstituční, dynamické a temperamentové
- osobnostní vlastnosti vytváří psychologický prostor osobnosti
- překonává slabiny klasického psychologického profilu (ten je lineární, plošný)
- inventář 16PF (vyšší poznávací a prediktivní hodnota než předchozí MMPI) - měří 16 primárních dimenzí (faktorů, rysů) osobnosti
- modifikoval a použil faktorovou analýzu v oblasti osobnostní struktury pro objektivní rozbor personálních vlastností
- metodologicky eklekticismus = používá osobnostní data z různých zdrojů
 - o L – data (life) ze života
 - o Q – data (questionnaire) - sebehodnotící dotazník
 - o T – data (test) - objektivní test

založeno na rysové teorii = použil psycholexikální slovník Allporta a Odberta s 4 500 rysy ->

statistická analýza -> 200 pojmů osobnostních vlastností -> korelace -> 35 povrchových rysů -> z nich vychází faktorová analýza L-dat

Osobnost dle Cattella = rysy + motivace + stavy nálady

- rysy (nejzákladnější složka osobnosti) rozděluje podle způsobu zjištění, původu, modality projevu:

STRUKTURA OSOBNOSTI = RYSY + MOTIVACE + STAVY NÁLADY

RYSY dělení dle ...						
...ZPŮSOBU ZJIŠTĚNÍ		... PŮVODU		... MODALITY PROJEVU		
objektivní pozorování manifestních projevů člověka a jeho chování ⇕	faktorová analýza povrchových rysů ⇕	vnitřní zdroje (individuální fyziologie) ⇕	vnější zdroje (kontakt s kulturou, společností a přírodou) ⇕	vyjadřují vztah jedince k určitému obsahu/cili ⇕	míra úspěšnosti jedince dospět ke stanovenému cíli ⇕	konstituční způsob individuálního projevu - rychlost, reakce, hladina energie, emocionální kvalita, ... ⇕
povrchové rysy	pramenné rysy	konstituční rysy	rysy modelované prostředím	dynamické rysy	rysy schopnosti	temperamentové rysy
	(vrozené i získané, základní, jejich kombinací vznikají manifestní vlastnosti)	(trvalejší, odolné vůči změnám)	(zkušenosti, mají adaptivní význam)	dělení dle složitosti: ergy postoje sentimenty	⇕ lze objektivně identifikovat a měřit psych. testy	

- osobnostní faktory:

primární (faktory prvního řádu)	sekundární (sekundární rysy osobnosti)
zjišťují se korelaci dotazníkových dat dichotomní rysy - zařazeny do 16PF	na základě hlubší faktorové analýzy původních dat
příklady:	všechny:
A otevřenost - rezervovanost	extraverze - introverze
E dominantní - submisivní	úzkostnost - integrace
N vychytralý - bezelstný	senzitivita - rozumovost
	rezignace - vzdornost
	inteligence - mentální tupost

erg = nejjednodušší dynamická jednotka osobnosti, biologická povaha, souvisí s fyziolog. procesy, projevuje se v síle, vytrvalosti, výbušnosti

postoj = mezi, získaná osobnostní dispozice, propojuje ergy a sentimenty v komplexní vztah člověka vůči objektu

sentiment = nejobecnější a nejsložitější osobnostní dispozice, utváří se v průběhu výchovy a socializace, např. sebeúcta, láska k vlasti

Cattell vymezil 2 řady osobnostních faktorů => primární a sekundární faktory (rysy)

Tabulka + sekundární rysy osobnosti (faktory druhého řádu) – osobnostní dimenze (extra x intro, ...), každá osobnost ovlivněna těmito 5 faktory, různé kombinace směru a intenzity

Další faktorové dotazníky: (prý se na to ptá Paulík, blíže otázka 22)

Eysenck: zájem především o první dva faktory

- Extraverze – introverze
 - o Neurokortikální základ – kvalita a činnost CNS
 - o Vrozená povaha CNS: schopnost vytvářet nové asociace (neurospojy) + hladina vzrušivosti
- Emoční stabilita – emoční labilita
 - o Neurovegetativní základ – reaktivita ANS
 - Stabilita – klidná reaktivita
 - Labilita – extrémní reaktivita
- Psychoticismus – nepsychoicismus

Goldberg = NEO:

- Postup tvorby:

- Ve slovníku příslušného jazyka se vyberou všechny termíny postihující chování a prožívání jedince
- Pak je snaha oddělit rysové termíny od termínů, které popisují emoce, postoje, charakteristiky zevnějšku atd
- Na škálách posuzují respondenti sebe a jim známé osoby
- Jejich odpovědi jsou podrobeny faktorové analýze
- odvození např. právě pětifaktorového modelu osobnosti

- Faktory: otevřenost, extroverze, neuroticismus, svědomitost, přívětivost

HEXACO – 6 faktorový model



Faktorové pojetí osobnostní dynamiky (R. Cattell)

DYNAMIKA OSOBNOSTI (obecně)

- **osobnost = struktura + dynamika**
- dynamika = **procesy osobnosti** => potřeby, motivy, ideje, vůle, další sebedeterminující tendence
- dynamické složky působí jako jednotný funkční systém vzájemně propojených činitelů
- jednotlivé dynamické složky se neustále vyvíjí => vývoj člověka probíhá pod vlivem vnějších/vnitřních činitelů => změna struktury osobnosti
- **duševní děje a duševní stavy**: pohání psychiku a aktivitu člověka
 - o **duševní děje** = jednotlivé psychické procesy, ovlivňují průběh změny
 - o **duševní stavy** = trvalejší dynamické kategorie, právě přítomná a přechodná duševní kvalita

Dynamické kategorie dle Lewina (typologické pojetí osobnosti): **fakt a událost**

- **fakt** = elementární psychické pochody, souvisí s obsahy životního prostoru (oblast subjektivního prožívání) => vždy označuje specifický stav či potřebu (např. aktuální pocit hladu). Fakta určují hodnotu dané oblasti životního prostoru. Například hladový člověk touží po jídle (kladná hodnota) zatímco stav sytosti doprovází lhostejnost vůči jídlu (žádná hodnota) nebo averze (negativní hodnota) => **Hodnoty = valence**
- **událost** = komplexnější dynamická kategorie než fakt, kterou **tvoří 2 a více faktů**. Například dítě a míč představují fakta, zatímco kopnutí do míče a následné rozbití okna představuje událost => složitý dynamický celek funkčně působících primárních dynamických činitelů

Faktorové pojetí osobnostní dynamiky (R. Cattell)

- faktorový přístup Catella = jedna z nevyvinutějších teorií osobnostní dynamiky
- Cattell i Allport se shodují, že základní konstituční prvek osobnosti je **rys** => Cattell se odlišuje:
 - o Plošným šetřením, faktorovým zpracováním vybraných osobnostních vlastností
 - o Myšlenkou, že psychologii prospěje zvýšení schopnosti predikce
- **Základ** Cattelova pojetí = **teze o motivační povaze rysů**

Operacionální definice (1967) rysu

= forma souhrnných vlivů uvnitř osobnosti, kterou lze odhalit prostřednictvím faktorové analýzy

- rysy určují totální strukturu individuálních odpovědí, Cattell zdůrazňuje, že:
 - o **rys je faktor** = produkt matematické analýzy testových odpovědí
 - o **rys je funkční základ** pro různorodé projevy osobnosti
 - o **rys zabezpečuje důslednost** v individuálním projevu

Cattell kritizoval nedostatečně pokročilé oblasti psychologie, především metodologické nedostatky při výzkumu motivace (zahrnuje psychické, fyziologické, kulturně-společenské činitele) => je třeba splnit teoretická a metodologická kritéria:

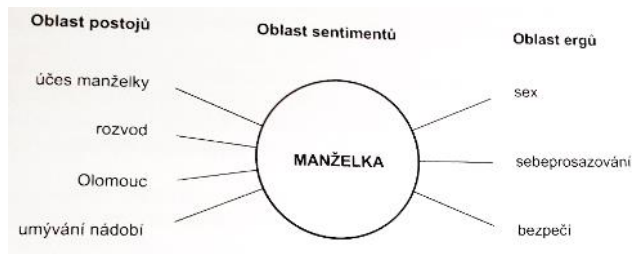
- věda má vyrůstat na **objektivním výzkumu** (exaktní přístup nahrazuje zavádějící spekulace)
- lidskou motivaci nelze pojmut **principy živočišného chování** (metody a experimenty s živočichy sice spolehlivé, ale omezená možnost zobecnění výsledků na člověka)
- dynamická struktura osobnosti je dostupná **matematické analýze**

Dynamické rysy (vysvětleny už i v otázce 4) = 3 roviny dynamických činitelů osobnosti

- **Erg** = vrozený zdroj reaktivity (označovaný jako pud) = nejjednodušší konstituční vlastnost
 - o Kvalitu a konkrétní zaměřenost ergu zjišťuje faktorový rozbor motivace
 - o 10 nejvýznamnějších: hlad, sex, společenskost, rodičovská péče, zvědavost, strach, bojovnost, tendence k zisku, sebepotvrzení, narcistická sexualita
- **Postoj** = vztah člověka k danému objektu
 - o Vyjadřuje určitou kvalitu (kladnou či zápornou) a intenzitu (silnou či slabou)
 - o sjednocuje konstituční dispozice (erga) a získané dispozice (sentimenty) = **psychická triáda**
- **Sentiment** = nejsložitější emocionální tendence (láska, přátelství, patriotismus, ...)
 - o vznik, podoba a intenzita projevu určena společností a kulturou, dílčí postoje a zkušenosti
 - o emocionální dispozice umístěná kolem ideje o objektu (něco jako idea + cit)
 - o motivace vyššího řádu, iniciuje a podporuje všestrannou realizaci člověka
 - o trvalé úsilí vůči cíli (např. kariérní růst, sportovní výkonnosti, vztah k partnerovi/rodičům)
 - o nejsložitější sentiment = vztah k sobě (self)

Dynamická spleť = psychická triáda (ergy + postoje = sentimenty)

- dynamické rysy se vzájemně prolínají a společně ovlivňují osobnost
- osobnost je dále neustále ovlivňována prostředím, jinými osobami a kulturou
- vztahy člověka vůči objektům vyjadřují postoje
- každý postoj sestává z odpovídajících ergů a sentimentů, výsledkem je složitá motivační situace, kterou lze analyzovat pomocí modelu dynamické spleti (schematický model analýzy složité motivační situace)



Př.

- Vztah muže k ženě (sentiment) zahrnuje postoj vůči jejímu účesu, umývání nádobí, rozvodu, Olomouci atd.
- Manželka má rozkošné vlasy (kladný postoj), pochází z půvabné Olomouce (+ postoj), trvá na tom, že nádobí myje muž (- postoj), podporuje rozvod (- postoj)
- Ergické pozadí sentimentu manželky tvoří potřeby sexu, bezpečí, sebeprosazování
- Z dynamické spleti vyplývá, že muž je ambivalentní vůči své ženě, která ho přitahuje i odpuzuje

„Osobnost reprezentují její jedinečné motivy, přesvědčení, postoje a hodnoty. Jedná se o část psychické struktury, která zároveň motivuje a utváří vztah člověka vůči prožívané skutečnosti. Porozumění dynamiky a vývoje člověka vede přes odhalení nejvýznamnějších konstitučních prvků osobnosti. Tyto osobnostní složky jsou plastické a neustále se mění pod vlivem zrání, sociálního učení a volným úsilím člověka.“ (Cakirpaloglu, 2012, 49)

4. Analytické pojetí osobnostní skladby a dynamiky (C. G. Jung)

SKLADBA OSOBNOSTI (obecně) = struktura osobnosti

- poměrně stabilní psychická soustava, zabezpečující důslednost individuálního myšlení, prožívání a projevu (osobnost jako systém funkčně propojených morfologických částí/prvků)
- zřejmý vliv strukturalistické tradice Wundta a Titchenera (= každý složitý psychický jev se skládá z jednoduchých prvků)
- psychická stavba osobnosti: poměrně stálá, ALE neustále se vyvíjí v interakci s vlastním fyzickým a sociálním světem, což implikuje neustálou přeměnu jejich konstitučních prvků

V PO pojem **struktura** nejčastěji znamená:

- 1) psychické činitele konstituující osobnost v tom nejobecnějším pojetí = **modální přístup** naznačující vertikální uspořádání dílčích vlastností uvnitř osobnosti jako celku
- 2) specifické vlastnosti konkrétní osobnosti = **molekulární model** osobnostní struktury, idiosynkratické pojetí zdravé i narušené osobnosti

Analytické pojetí osobnostní skladby (C. G. Jung)

- všestranné hlubinné pojetí => sjednocuje **protikladné osobnostní vlastnosti, procesy a stavy ve funkční a smysluplný celek** (jednota protikladů)

podle Junga osobnost představuje jednotu:

- dílčích **systémů** (Já, osobní a kolektivní nevědomí)
- **orientací** (introverze X extraverte)
- **funkcí** (racionální: myšlení a cítění; iracionální: vnímání a intuice)
- **archaických tendencí** směřujících k osobnostní **celistvosti** (Jáství)

Osobnost dle Junga = Já, nevědomí (osobní i kolektivní), psychické postoje (intro x extra), psychické funkce (myšlení, cítění, vnímání, intuice) => osobnost jako **jednota protikladů** (soulad = individuace)

- 1) **Já** = vědomá část osobnosti, vyjadřuje její kontinuitu a identitu
 - zákl. činnost: různé poznávací procesy (v protikladu s kolektivním n, jástvím, personou, stínem)
 - ústřední část osobnosti během dětství a adolescence (egocentrismus) => v pozdějším věku nahrazeno altruistickým a vyrovnaným Jástvím
- 2) **Osobní nevědomí** = individuální zážitky, zapomenuté zkušenosti, podprahové obsahy
 - (podobné Freudově předvědomí), poskytuje Já moudrost z dřívějších zážitků
 - významnou část ON tvoří **komplexy** => přitahují hodně psychické energie, která ovlivňuje prožívání, hodnocení a společenskou činnost člověka
- 3) **Kolektivní nevědomí** = fylogenetický základ všech procesů osobnosti
 - jeho vnitřní strukturu tvoří **archetypy** = univerzální zkušenost, vrozená, latentní dispozice
 - najdeme v umění, náboženství, snech, rituálech, psychopatologii (př. Persona a Stín, Animus a Anima, Mandala)
- 4) **Introverze a extraverte** = protikladné póly osobnosti navzájem se vylučují, ale i doplňují
 - jeden z nich je dominantní a druhý submisivní => nutno rozvíjet obě části psychiky (zanedbání submisivních částí vede často k psych. a interpersonálním potížím)
 - **introverze** = individuální upřednostnění vlastních subj. prožitků a stavů
 - **extraverte** = indiv. zájem o vnější záležitosti
- 5) **Psychické funkce** = racionální (myšlení, emoce) a iracionální (vnímání, intuice) procesy
 - Racio odvezeno od pravdivosti výsledku psychické funkce při hodnocení skutečnosti
 - Myšlení a cítění => úsudek (logický / hodnotový, nikdy obojí zároveň)
 - **myšlení** => logické kategorie (pravda/lež), **cítění** => hodnotové kategorie (dobro/zlo)
 - iracionální funkce = čítí a intuice => percepční původ, neprodukují přímo úsudky, ale zajišťují důležité předpoklady při tvoření názoru nebo hodnoty
 - prostřednictvím počítka nazíráme na objekt, intuicí subliminální (podprahové) možnosti skrytých jevů = IF neprodukují úsudky přímo, tvoří předpoklady k názoru/hodnotě ze strany RF

- *psychické funkce:*

	RACIONÁLNÍ		IRACIONÁLNÍ	
obecně	výsledek <u>lze</u> hodnotit z pohledu pravdivé/nepravdivé		výsledek <u>nelze</u> hodnotit z pohledu pravdivé/nepravdivé	
patří sem	<i>myšlení</i>	<i>cítění</i>	<i>čítí</i>	<i>intuice</i>
jejich výsledek	logické kategorie (pravda/lež)	hodnotové kategorie (dobro/zlo)	nazíráme objekt (vnímání okolního světa)	nazíráme subliminální možnosti skrytých jevů (vhled do problému)
	myšlení a cítění se navzájem vylučují		čítí a intuice jsou percepčního původu, neprodukují úsudky, ale jsou důležité pro tvoření názorů a hodnot	

Analytické pojetí osobnostní dynamiky (C. G. Jung)

Dynamika osobnosti obecně

- osobnost = struktura + dynamika
- dynamika = procesy osobnosti – potřeby, motivy, ideje, vůle, další sebedeterminující tendence
- dynamické složky působí jako jednotný funkční systém vzájemně propojených činitelů
- jednotlivé dynamické složky se neustále vyvíjí => vývoj člověka probíhá pod vlivem vnějších/vnitřních činitelů => změna struktury osobnosti
- **duševní děje a duševní stavy** – pohání psychiku a aktivitu člověka
 - o duševní děje = jednotlivé psychické procesy, ovlivňují průběh změny
 - o duševní stavy = trvalejší dynamické kategorie, právě přítomná a přechodná duševní kvalita
- dynamické kategorie dle Lewina (typologické pojetí osobnosti): **fakt a událost**
 - o **fakt** = elementární psychické pochody, souvisí s obsahy životního prostoru (oblast subjektivního prožívání)
 - fakt vždy označuje specifický stav či potřebu (např. aktuální pocit hladu). Fakta určují hodnotu dané oblasti životního prostoru. Například hladový člověk touží po jídle (kladná hodnota) zatímco stav sytosti doprovází lhostejnost vůči jídlu (žádná hodnota) nebo averze (negativní hodnota).
 - Hodnoty = valence
 - o **událost** = komplexnější dynamická kategorie než fakt, kterou tvoří 2 a více faktů. Například dítě a míč představují fakta, zatímco kopnutí do míče a následné rozbití okna představuje událost.
 - Složitý dynamický celek funkčně působících primárních dynamických činitelů

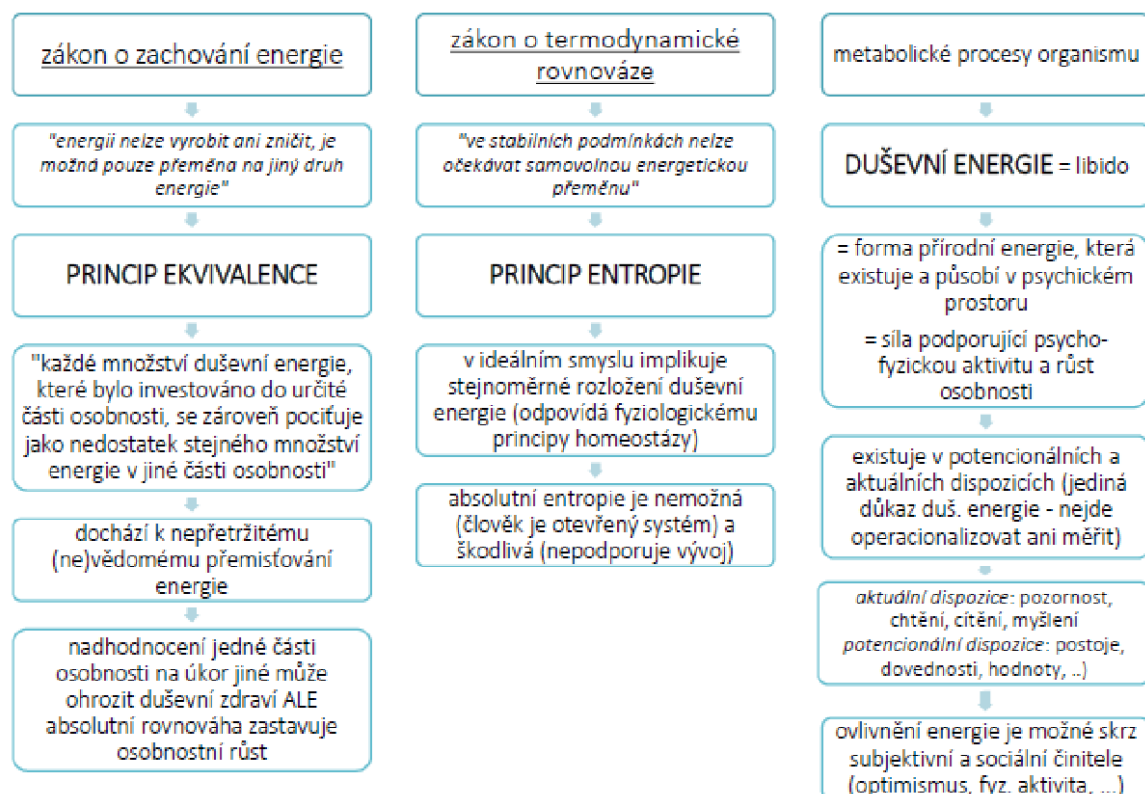
Analytická teorie osobnostní dynamiky

- dynamické **principy**: ekvivalence a entropie
- dynamické **pojmy**: duševní energie, hodnoty, komplexy, ...
- osobnost jako otevřený energetický systém (neustálá výměna energie mezi osobností, jejími složkami a okolím)
 - o energie je získávána z vnějších zdrojů (potrava, stimulace, ..)
 - o energie je nezbytná pro vykonání četných fyzických a intelektuálních činností
- hl. dynamická charakteristika os. = poměrně stálá dynamická **nerovnováha** (prožíváno jako nepříjemné napětí)
 - o přiměřená nerovnováha a napětí prospívají zdravému **růstu osobnosti** (motivují k dosažení rovnováhy)
 - o **rovnováha** = rovnoměrné rozdělení energie mezi dílčími složkami osobnosti
 - o **individuace** = harmonické sloučení protikladných složek osobnosti v harmonický celek
 - o dosažení osobnostní vyspělosti a autentické identity probíhá při nahrazování egoistického Já altruistickým Jástvím
 - o každý člověk má potenciál pro osobnostní růst, ale měl by být vědomým procesem individuace

1) DYNAMICKÉ PRINCIPY

- Jung při svém analytickém výkladu osobnostní dynamiky používá **zákony termodynamiky** – zákon o zachování energie a zákon o termodynamické rovnováze:
 - o **Zákon o zachování energie** = energii nelze vyrobit ani zničit, její jediná transformace se týká přeměny energie z jednoho na jiný druh => Jung vymezil dynamické **principy ekvivalence a konstantnosti**.
 - o **Princip ekvivalence**
 - Energie se přemění na jinou formu
 - Každé množství duševní energie investované do určité části osobnosti bude chybět v jiné části (ve stejném množství)
 - Přehodnocujeme a tím neustále přerozdělujeme duševní energii, vědomě i nevědomě
 - Hlavně nevědomě, pozor na nadhodnocení / zanedbání (př. zanedbáme svou extraverci -> můžeme příliš konverzovat na pohřbu)

- Energetický pohyb, podporuje inherentní růst osobnosti
- **Zákon o termodynamické rovnováze** = při stabilních podmínkách prostředí nelze očekávat samovolnou energetickou přeměnu => Jung vyvodil **princip entropie**.
- **Princip entropie**
 - Možnost distribuce psychické energie, ta zahajuje pohyb, pokud existuje rozdílný energetický poměr mezi částmi osobnosti
 - Podobně jako je přenos z teplejšího tělesa na chladnější, tak se přerozděluje energie mezi subsystémy osobnosti
 - Potřeba duševní energie vzniká při dlouhodobém zanedbávání nějaké oblasti os. => snaha napravit => napětí
 - Přiměřené rozdělení energie do všech částí psychiky => uvolnění, spokojenost, růst
 - Škodlivost absolutní entropie potvrdil Lewin – zastavení proudu energie u osob se schizofrenií, demencí a autismem
- **Duševní energie**
 - Ústřední pojem pro výklad osobnostní dynamiky
 - Libido, síla podporující psychofyzickou aktivitu a růst osobnosti
 - Forma přírodní energie v psychickém prostoru
 - Energie jako hypotetická veličina
 - Psychoterapie pomocí pozitivního myšlení směřuje k pozvednutí elánu (zbytek v tabulce)



2) DYNAMICKÉ DISPOZICE

- Osobnostní dispozice – hodnoty a komplexy, archetypy (akumulovaná zkušenost lidstva ot. 5)
- **hodnoty** = množství duševní energie, kterou člověk vkládá do určitých oblastí osobnosti
 - nejobecnější, nejhlubší, z hlediska individuálního vývoje nejranější dispozice
 - hodnota je to, čeho si člověk váží, co miluje
 - každý člověk má vlastní žebříček hodnot – výše postavené hodnoty mají silnější motivační potenciál
 - dodávají psychickou energii, iniciují a zaměřují aktivitu k cíli
 - vědomé (vize a představy o cíli) i nevědomé (nespecifická touha s výrazným emočním a fyziologickým doprovodem)

- subjektivní (syceny emocemi, „čeho si vážíme, to milujeme“) i objektivní (mravné a etické normy, hodnoty společnosti, kultura, ...)
- **komplexy** = soustava nevědomých emocí, myšlenek, dojmů a vzpomínek; „odštěpená část psýché“
 - z hodnot, které dlouhodobě doprovázejí silné emoce
 - afektivně zabarvený obraz, přiči se logickému výkladu skutečnosti nebo vědomému postoji
 - jádro komplexu – určuje dynamické vlastnosti komplexu, má schopnost přitahovat a organizovat zážitky ve vlivné psychické ústrojí
 - můžeme potlačit, nemůžeme odstranit (velká vnitřní soudržnost a autonomie)
 - původ: traumatizující zkušenost, nejčastěji morálního charakteru (morální dilema štěpí osobnost na neslučitelné části, z těch pak vzniká komplex)
 - energie komplexu ovlivňuje psychiku a sociální bytí člověka
 - způsobuje obecný regres os., postihuje vědomí, vůli, emoce, sociální relace
 - zpomaluje a narušuje vývoj potenciálů a celkový růst osobnosti
 - aktivní komplex -> snížená přičetnost (stav nesvobody, nutkavé myšlení a jednání)
 - síla komplexu – energie, která lze objektivně změřit => z následujících zdrojů info:
 - určení počtu asociací související s komplexem (čím více asociací, tím silnější)
 - sdělení o výskytu rušivých vlastností komplexu (přeřeknutí, zapomínání, ...)
 - zjištění intenzity fyziologických změn souvisejících s komplexem (puls, tlak, ...)

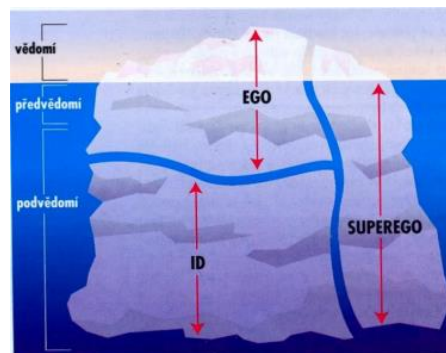
5. Psychoanalytické pojetí osobnostní skladby a dynamiky (S. Freud)

S. Freud (pozn. struktura = topografický a strukturální model)

- Psychoanalytické učení vzniklo na přelomu 19. - 20. století. Jeho zakladatelem by **Sigmund Freud**
- Základní princip psychoanalýzy zdůrazňuje determinovanost osobnosti psychickými a biologickými činiteli
 - o **Psychická determinace** = Veškeré současné myšlenky, emoce a činy mají svoje příčiny ve zkušenostech z dětství => vše, co člověk dělá, prožívá a myslí, má subjektivní příčinu.
 - Mezi psychické determinanty osobnosti patří minulé zážitky, myšlenky, postoje, konflikty atd.
 - Z toho vyplývá, že neuznává spontaneitu a cílevědomost člověka.
 - zaměření na nevědomou paměť člověka s početnými traumaty z období raného dětství. Dítě často není schopno vyřešit traumatické zážitky, a proto je vytěsňuje do svého podvědomí. Vytěsnění pomáhá snížit psychické napětí, ale neodstraní samotný konflikt. Ten nadále přetrvává v podvědomí a významně ovlivňuje aktuální činnost psychicky, prožívání a projevy osobnosti.
 - o **Biologická determinace** = Vývoj a jednání osobnosti určují vrozené pudy (sexuální a agresivní).
 - dominují dva pudy – sexuální a agresivní. Egoistická povaha sex. a agresiv. tendencí často bývá v rozporu s normami dané kultury a společnosti. Vrozený egoismus každého lidského jedince je nutno přeměnit v sociálně přijatelný altruismus, který charakterizuje dospělou a zralou osobnost.

Skladba osobnosti

- Osobnost představuje složitou soustavu různorodých psychických složek a procesů, které se navzájem ovlivňují.
- dva rozdílné modely osobnostní struktury: topografický a strukturální



Topografický model

- vznik: analýzou narušených osobností
- lidská psychika se skládá z podvědomí, předvědomí a vědomí. Částečně vychází z prací G. Fechnera (zakl. psychofyziky).
- **Nevědomí:**
 - o Psychická oblast, ve které sídlí různé **vytěsňené** požadavky, touhy a impulzy jedince.
 - o Jedná se o souhrn vzpomínek, impulsů a přání, našemu vědomí nedostupné. Vesměs jde o traumatické emoční vzpomínky vytěsňené, které zde byly přesunuté.
 - o Odtud mohou ovlivňovat naše myšlení, cítění, jednání, zpravidla nepřímou, maskovaně:
 - prostřednictvím snů
 - chybných úkonů
 - charakteristického chování
 - přerěknutí
 - o jeho vlivy nás stále přesvědčují – např. když si člověk není vědom, proč zrovna má špatnou náladu atd.
 - o Současné pojetí hovoří o kontinuitě nevědomí – vědomí, které sahá od jednoho extrému zcela nevědomých procesů k druhému extrému reflexivního vědomí
- **Předvědomí:**

- obsahuje všechny informace mimo vědomí, budeme-li chtít, **vybavíme si je**. Tyto objekty a události, které toho času nejsou v centru pozornosti, mohou mít na vědomí určitý vliv
- souhrn vzpomínek a procesů
- Příklady: Hodiny odbíjejí celou hodinu nebo fenomén **cocktail-party** = předvědomí sleduje a hodnotí zvukovou kulisu u skupinové zábavy. Pokud významný podnět prolomí zvukový šum (např. někdo vysloví něčí jméno), předvědomí zaktivuje pozornost, což pomáhá oslovenému člověku sledovat osoby, které se o něm baví.
- **Vědomí**
 - **Sledování sebe sama** a svého okolí tím způsobem, že vjemy, vzpomínky a myšlenky jsou registrovány ve vědomí
 - selekce důležitých informací, jejich prioritu určují události, důležité pro přežití.
 - **Ovládání sebe sama** a svého okolí: jsme schopni zahajovat a ukončovat své jednání a kognitivní aktivity
 - plánování, zahajování a řízení vlastních činů. Např. při řízení automobilu začátečník se musí soustředit na koordinaci různých úkonů (řazení, spojka, plyn, brzda, řízení apod.) - stěží dokáže myslet na cokoli jiného. Pokud se pohyby zautomatizují, řízení přebírá předvědomí, zatímco řidič může konverzovat, obdivovat krajinu, aniž by si byl vědom toho, že řídí, až do chvíle, kdy se objeví nebezpečí, které okamžitě připoutá pozornost zpět k ovládání auta

Strukturální model

- model ledovce je příliš jednoduchý na to, aby byl schopen popsat osobnost člověka => vyvinul strukturální model
- tři hlavní systémy, které jsou ve vzájemné interakci a řídí lidské chování: id, ego a superego.
- **Id: Nejprimitivnější** část osobnosti, z níž se později vyvíjí ego a superego.
 - Jeho obsah tvoří vrozené **reflexy, pudy, primární psychické procesy a vytěsněné emoční prožitky**.
 - zcela hédonistický, iracionální a nemorální, hledá bezprostřední uspokojení potřeb.
 - Řídí se **principem slasti**.
 - Id lze uspokojit prostřednictvím snů -> dochází ke směřování fantazie a reality -> naplnění nevědomých přání
 - Ve své čisté formě se Id projevuje např. u kojence, kterému jde pouze o uspokojení zákl. potřeb – slast v podobě příjmu potravy nebo ulevení si do plen.
- **Ego:** Ústřední **řídící** složka osobnosti.
 - Vědomé Ego hledá vhodné řešení, kterým uspokojí pudové potřeby ID, zároveň neporuší normy společnosti a také morální požadavky Superega => **zprostředkování mezi pudovými tendencemi id a podmínkami vnějšího světa**.
 - Cílem je zabezpečit přežití osoby a její reprodukce.
 - Ego se řídí **principem skutečnosti**.
 - Člověk s vyvinutým egem je považován za zralou osobnost – je schopen adekvátně reagovat v situaci a odhadnout její následky.
- Superego: **Morální** složka osobnosti.
 - Je zvnitřněním reprezentace **hodnot a morálky** společnosti.
 - obsahuje příkazy vnějších autorit, společenské normy a idealizované hodnoty.
 - Jeho vnitřní skladbu tvoří **sebepojetí, svědomí a ideální Já**.
 - Řídí se **principem dokonalosti**.
 - Zahrnuje příkazy, zákazy, ale i chválu, které jsou člověku v předkládány v průběhu života. Již zpracované a ztotožněné zásady tvoří morálku -> člověk se jí řídí.
 - Člověk s vyvinutým superegem má sklony k perfekcionalismu.

Výzkumy (ze skript na komparativní psychologii, asi není povinné):

Nevědomí

- Erdeleyi – empirický výzkum nevědomí je obtížný a důkazy o nevědomí jsou kontroverzní
- Výzkumný postup – časově omezená expozice (nedochází k vědomé percepci podnětů):
 - o Tachistoskop (vědomí registruje pouze bliknutí světla)
 - o Subjekt má popsat podnět – dochází k měření reakční doby
 - o → jedná se ale o jednotlivé náhlé podněty, ne o emočně nabitě vzpomínky
- McGinnies – prezentace na 4 ms neutrální X tabu podněty (dům, rostlina X vulgarita)
 - o Delší interval pro tabuizovaná slova + růst úzkosti
 - o → přesun tabuizovaných slov do podvědomí dřív, než je vědomí rozpozná
- V dnešní době zájem kognitivních psychologů – Je nevědomí chytré, nebo hloupé?
 - o Psychoanalytici – je chytré, schopné vykonávat cílevědomou a složitou kognitivní aktivitu, např. rekonstrukci paměti
 - o Kognitivní psychologové – nevědomí je poměrně omezené, schopné pro vykonání omezených kognitivních analýz, např. sledování frekvence opakování jednotlivých dějů

Vytěsnění = nejčastěji zkoumaný fenomén

- Stále nejasný logický status represe = zahrnuje více významů a principů (použitou metodu, zdroje poznatků, myšlenkovou strategii) => intervenující proměnné ergy, postoje, sentimenty
- Většina psychoanalytických konstruktů je pouze hypotetických
- Dvě protikladné názorové skupiny: důkazy ohromující a zjevné X bez empirické podpory, a pro klinické není užítí bezpečné a užitečné
- V praxi se ukazuje například – vytěsněné vzpomínky jako relevantní důkaz pro soudní líčení => Klíčový svědek vraždy vytěsnil vzpomínky, postupně se během psychoterapie a hypnózy odhalily nevědomé vytěsněné vzpomínky → stalo se klíčovým důkazem
- Novější trendy ve výzkumu:
 - o Weinberger – výzkum prostřednictvím sebehodnocení – hodnocení individuálních rozdílů v tzv. represivním coping stylu (RCS)
 - RCS = tendence vytěšňovat úzkost a nevolnost při řešení stresových situací
 - o Davidson – zjišťování korelační souvislosti mezi RCS a indikátory vytěsnění
 - Lidé s charakteristickým RCS profilem hodnotí sebe sama jako osobu, která málo nebo vůbec neprožívá stres, nicméně fyziologické testy indikují přítomnost distresu

Silné stránky psychoanalytické teorie:

- Šířka – PA je srozumitelnější než jiné teorie, použitelnost v různých sférách lidské činnosti – umění, politika, politická a sociální psychologie, ekonomie a marketing
- Systémovost – nejvíce konceptů:
 - o Poznání ega vždy implikuje informace o mechanismu vytěsnění
 - o Poznání Oidipova komplexu skýtá informace o přizpůsobivosti jedince
 - o Volba obranného mechanismu napovídá o psychosexuálním rozvoji, komplexnosti osobnosti
- Psychický determinismus a nevědomá motivace – význam pro explikaci různých problémů a psychopatologie
- Sexualita – význam konceptu pro objasnění různých aspektů života
- Význam PA pro klinickou dg a PST – analýza snů, volné asociace, přenos-protipřenos, vývoj projektivních technik (TAT)

Slabá místa psychoanalytické teorie:

- Problémy měření a validizace jednotlivých konceptů
- Nebezpečí deformace percepce/hodnocení psychoanalytika – chybí srovnávací analýza
- Explikační omezení tzv. single case – nadměrné zobecňování (převaha hysterie, střední třídy, vídeňské klientely...)

- Pítoreskní (malebný) slovník
 - Neudržitelnost konceptu Oidipova komplexu
- Omezení psychické determinace – dítě-dospělý

DYNAMIKA OSOBNOSTI

- středem zájmu jsou **procesy a motivace osobnosti**
- Freud hovoří o specifickém druhu energie = **psychická energie**
- zatímco tělesná energie podporuje činnost organismu, psychická energie umožňuje fungování psychických procesů
- zákl. pojmy Freudova pojetí osobnostní dynamiky jsou: **instinkt, dělení psychické energie, dynamická souhra osobnostních subsystémů a úzkost**

1) **Instinkt** = vrozená, biologicky určená tendence k činnosti

- v oblasti těla = **aktuální potřeba**, v oblasti psychiky = **uvědomělé přání** (např. pokles cukru v krvi vyvolává potřebu hladu => uvědomělá touha po jídle)
- důležitou roli hraje **homeostáze** = metabolická rovnováha organismu. Nerovnováha aktivuje instinkt, jehož činnost směřuje k odstranění příčin nerovnováhy a pocitu napětí.
- instinkt podle Freuda představuje vrozený základ pro vývoj ID a ostatních složek osobnosti
 - o **instinkt života (Eros)** = jeho cíle uskutečňuje libido. Hlavním cílem libida je uspokojení různých sex. potřeb. Tyto potřeby vznikají v erotogenních zónách těla, především v oblasti kolem úst (orální zóna), konečníku (anální zóna) a pohlavních orgánů (falická zóna)
 - o **instinkt smrti (Thanatos)** = nevědomá destruktivní tendence, která pokaždé dokončí svůj fatální cíl
 - o oba tyto instinkty působí souběžně

2) **Dělení psychické energie** = Freud tvrdil, že každý člověk má **omezené množství energie**, myslél především psychickou energii, o kterou neustále **soupeří Id, Ego a Superego**

Ego:

- vyvíjí se z Id, nemá vlastní energii a propůjčuje si ji od Id
- harmonizuje všechny složky osobnosti
- snížení vnitřního napětí (aktivace obranných mechanismů)
- vývoj zájmů, preferenci, postojů atd.
- hledá nejvhodnější způsob uspokojení potřeb id
- *(Člověk se silným egem: např. vyrovnaný, ohleduplný a bezpečný řidič)*

Vlastní-li energii Id:

- způsob zacházení s energií je chaotický, primitivní
- **snížení vnitřního napětí** (aktivace obranných mechanismů),
- nerozlišuje vhodně a nevhodné způsoby uspokojení potřeb
- vývoj zájmů, preferenci, postojů atd.
- *(Člověk se s dominujícím ID: neuznává realitu, etické normy. Jako řidič nejnebezpečnější účastník dopravy)*

Vlastní-li energii Superego:

- realismus ustupuje před moralizováním
- *(Člověk se s dominujícím Superegem: rigidní, nadměrně svědomitý řidič, hyperkritický vůči ostatním, úzkostlivý, vševěd)*

Kolize id, ego a superego => vyvolává stupňující napětí, snížení adaptačních schopností => ohrožuje integritu osobnosti => Ego se musí bránit!

3) **Dynamická souhra osobnostních subsystémů**

- Mezi jednotlivými složkami osobnosti je výrazná soutěživost = soupeření o psychickou energii
- Dominující složka osobnosti určuje povahu, zralost a duševní zdraví člověka
- Psychické **následky převažující složky**:
 - o Dominující **Id**: nízká frustrační tolerance, hédonismus, morální nezralost
 - o Dominující **superego**: neustálá kritika ve snaze docílit dokonalosti; chybí cit pro realitu, čelí neustálé psychické zátěži, která může vést k neurotickým a psychotickým problémům
 - o Dominující **ego**: racionální, zdrženlivé, tolerantní, pragmatické, cílevědomé, zodpovědné, autonomní, veselé, sebekritické; vede k emočně a interpersonálně vyvážené osobnosti

4) Úzkost = obecná nepříjemná nálada

= psych. reakce na nějaký dosud nepoznaný faktor z prostředí nebo ze svého nitra (změny životního prostředí, vytěsněné síly)

- vznik a průběh úzkosti nemá jednoznačnou příčinu
- úzkost je nebezpečná => může ohrozit integritu člověka (pracovní činnost, fyzické zdraví, interpersonální vztahy) = úzkostlivý člověk je zastrašený a nespokojený
- důsledek přeměny biologického člověka v kultivovanou osobnost
 - o **reálná úzkost** – základní, pokud je dané reálné vnější ohrožení
 - o **morální úzkost** – obavy z vlastního svědomí; pramení z vnitřních, osobnostní příčin
 - o **neurotická úzkost** – obavy z vlastních instinktů (nejde o strach ze samotných pudů, ale o strach z případných trestů, pokud bychom je chtěli uspokojit); externí původ v obavách spojených s mocnou autoritou
- *odstranění úzkosti internalizací norem atp. => svědomí (tzn. pokud člověk odstraňuje úzkost tím, že do svého nitra vnáší (internalizuje) normy, příkazy a hodnoty společnosti, postupně buduje vlastní morální složku osobnosti, svědomí).*

Model diskontinuity

- Předpoklad, že existuje předem **uspořádaná soustava poměrně nezávislých a funkčně oddělených vývojových stádií**
- Ontogenetický vývoj osobnosti předpokládá posloupnost přechodu z nižší vývojové etapy k vyšší => počet, pořadí a dobu trvání vývojových stádií nelze měnit
- patří učení *Freuda* (psychosexuální vývoj), *Eriksona* (psychosociální vývoj), *Piaget* a *Kohlberg*

Psychosexuální vývoj – Sigmund Freud

- Vývoj osobnosti vyjádřen v **pěti dynamických stádiích**
- Počáteční stadia jsou vztahována k tzv. erotogenním zónám, Freud vyčlenil tři zvláště významné:
 - 1.) Orální zóna** (zahrnuje rty a vnitřek úst)
 - 2.) Anální zóna** (zahrnuje rektální oblast)
 - 3.) Falická zóna** (zahrnuje pohlavní orgány)
- Časná psychosexuální zkušenost určuje budoucí charakter člověka
- Rozhodujícími psychickými činiteli vývoje osobnosti jsou napětí a učení
- **Stadia**
 - 1. Orální stádium (do 18 měsíců)**
 - o Ke slasti dochází přijímáním potravy – sání, polykání (jsou méně uspokojujivé, pokud je dítě odstaveno)
 - o Dělení:
 - A) Rané orální – převládá pasivnější přijímání (sání)
 - B) Orálně-sadistické – dominuje rozkoš z kousání a žvýkání
 - o Poruchy v průběhu tohoto stadia mívají za následek **orální charakter**, kdy libido zůstává z velké části orálně fixováno, které se může projevit nadměrným labužnictvím, kouřením, pitím alkoholu, ale i symbolicky, např. sarkastickou kousavostí; orální jedinci mohou být v dospělosti nadměrně pasivně závislí, nebo zvláštním, primitivním způsobem krutí
 - 2. Anální stádium (18-36 měsíců)**
 - o Pozornost přesunuta na anální oblast, slast prožívána z uvolňování napětí v konečníku – spontánní vyprazdňování střev
 - o Tento zdroj slasti je odstraněn v průběhu nácviu čistotnosti
 - o Fixací v tomto období vzniká **anální charakter** – lakotný, umíněný, pedantně pořádný, je v něm určitý typ destruktivity, sklon ke vzteku, tendence hromadit ať už majetek nebo známky či vědecké poznatky
 - 3. Falické stádium (3-6 let)**
 - o V tomto stadiu je pozornost zaměřena na genitální oblast, na zkoumání pohlavní orgány (první „nezralé genitální stádium“)
 - o Objevuje se autoerotické chování
 - o Vznik **Oidipův konflikt** u chlapců, **Elektřin konflikt** u dívek => zamilování do rodiče opačného pohlaví, k rodiči stejného pohlaví prožívá nepřátelství
 - Chlapci pocítují strach z kastrace (**kastrační úzkost**)
 - Dívky frustrovány z anatomické odlišnosti od svého otce/muže (**závidění penisu**)
 - □ Falocentrický přístup (kritizováno např. Karen Horneyovou, Melanií Kleinovou, Clarou Thompsovou – feministická psychoanalýza)
 - o Tyto problémy jsou nakonec vyřešeny identifikací s rodičem stejného pohlaví (u dívek však prý Elektřin komplex není nikdy plně rozřešen)
 - 4. Období latence (6-12 let)**
 - o „Spánek sexuálních impulsů“, zastavení a ústup v sexuálním vývoji – dřívější impulsy a zážitky jsou dle Freuda zapomenuty (infantilní amnézie) □ tyto obsahy se poté analýza snaží

- Pudová energie je směřována jiným směrem – nastupuje období školní práce (mladší školní věk), skupinové činnosti a dalších rekreační aktivity

5. Genitální stádium (12 let a výše)

- Má počátek v pubertě, působení libida propuká v nové síle
- Jedinec je zaměřen (zpravidla) heterosexuálně a postupně dosahuje pravých erotických vztahů a genitálních projevů
- Závěrečné vývojové stádium, vstup do dospělosti

Psychosociální vývoj – Erik Erikson (1902-1982)

- Hlavní body Eriksonovy teorie

- **Modifikace psychoanalýzy**
 - Erikson je postfreudián
 - Omezil význam pudových motivů při utváření lidského chování
 - Fyziologické tlaky na osobnost jsou dle Eriksona vyvažovány kulturními a společenskými vlivy
- **Epigenetická stádía lidského růstu**
 - Vývoj osobnosti chápe jako proces probíhající epigenetickými stádii (od narození do dospělosti a stáří) => jeden prvek vzniká na podkladu druhého
- **Identita** – je ústředním tématem vývojového procesu, Erikson klade důraz na rituály a obřady spojeny s určitými milníky (bírmování např.), které slouží jako nástroje potvrzení získání identity

- Struktura vývoje pojata jako **osm stádií**

- stádium je popsáno v podobě psychologické krize, která obsahuje dva konfliktní póly
- Každá krize obsahuje jak možnost růstu, tak prvky ohrožení
- **K růstu** dochází při vyřešení krize, spolu s kterým jedinec dosahuje nové **ctnosti** (virtue)
- Pokud jedinec krizi nevyřeší, před řešením uhýbá, ctnost nevznikne, převládne negativní pól => tento negativní výsledek oslabuje ego a duševní vývoj jedince **stagnuje**
 - Jedinou možností je dodatečná náprava (vrátit se po vlastních stopách až k bodu, kdy došlo k negativnímu řešení a zvolit řešení nové, účinnější)

- Osm věků člověka

1. Důvěra proti základní nedůvěře (ctností naděje); období kojenecké

- Kojenec potřebuje potravu, zdravý spánek a nerušené vyměšování => pocit bezpečí zajišťuje pečující osoba
- Pociť bezpečí může pociťovat ve chvíli, kdy je chování pečující osoby předvídatelné => kojeneček se tak učí důvěřovat jak druhé osobě, tak sobě
- Tato důvěra pomáhá kojenci vytvořit si účinné způsoby chování během růstu zubů a jiných nepříjemných událostí během vývoje
- Ctnost v podobě naděje vnímá Erikson jako podmínku, aby člověk zůstal naživu

2. Autonomie proti zahanbení a pochybnosti (ctností vůle); období batolecí

- Dítě se učí novým činnostem – chůze, mluvení, ovládání vyměšování (vyváženost mezi „zadržováním“ a „pouštěním“, Erikson uvádí, že análně-svalové chování má své důsledky v sociálních interakcích v podobě buď příliš svázanosti nebo naopak málo zábran)

3. Iniciativa proti vině (ctností účelnost, rozhodnost); období předškolní

- Dítě plánuje, experimentuje, pouští se do dalších nových aktivit
- Přílišná snaha o úspěch při těchto nových aktivitách, zvláště když jsou přitom přehlíženy potřeby jiných lidí, vedou k pocitům méněcennosti
- Dalším zdrojem pocitů méněcennosti mohou být různé fantazie, některé i sexuální povahy

4. Snaživost proti pocitům méněcennosti (ctností kompetence); školní věk

- Přechod od hry k produktivním činnostem
- Úspěch vyvolává v dítěti radost, neúspěch pocity méněcennosti

5. Identita proti zmatení rolí (ctností věrnost); adolescence

- „Při žádném jiném stádiu životního cyklu...nejdou si tak těsně blízko příslib objevení sebe samého a hrozba ztráty sebe samého.“
- Dochází ke sjednocení veškerých představ člověka o sobě samém

- Vědomí identity dává dospívajícímu důvěru, že jeho sebepojetí odpovídá tomu, jak ho vnímají druzí
- Ctností je věrnost – vůči zvolenému povolání, životní filozofii...
- 6. Intimita proti izolaci (ctností láska); mladá dospělost**
 - Intimita = zdravé spojení vlastní identity s identitou druhého beze strachu, že člověk ztratí sám sebe; měla by obsahovat závazek a může být vyjádřena sexuálně
 - Proces intimity může pomoci vyjasnit si svou vlastní identitu
- 7. Generativita proti stagnaci (ctností pečování, starostlivost); střední dospělost**
 - Dochází k zapojení se do společnosti pro vytvoření něčeho hodnotného – potomstvo, hmotné statky, umělecká díla
 - Pečování = ochota konstruktivně přispět společnosti
- 8. Integrita proti zoufalství (ctností moudrost); pozdní stáří**
 - Pokud se člověk ohlédne ve stáří za svým životem a nemá pocit dobře vykonaného díla a osobního naplnění, nastupuje pocit zoufalství
 - „Zdravé děti se nebudou bát života, pokud jejich rodiče budou mít dostatek integrity, aby se nebáli smrti.“
 - Moudrost je výsledkem celého vývojového cyklu jedince
- 9. Hluboké stáří – vědomí konečnosti (ctnost základní důvěra) – doplněno po Eriksonově smrti jeho manželkou Joan**

Teorie kognitivního vývoje – Jean Piaget

- 1. Senzomotorická asimilace (do 2 let)**
 - První etapa vývoje inteligence, jedná se především o senzomotorické a praktické poznávání objektů
 - Dítě postupně získává schopnosti prostorové a časové orientace
- 2. Symbolické myšlení (do 4 let)**
 - Intenzivní vývoj schopnost osobnosti verbalizace a příslušné symbolizace
 - Inteligence a myšlení zároveň postrádají logiku
- 3. Názorné myšlení (do 7 let)**
 - Toto období charakterizují mentální operace a názorové procesy
 - Dítě pracuje s představami a nově vzniklou schopností logického myšlení
- 4. Konkrétní operace (do 11 let)**
 - Charakteristické logickým uvažováním a konzervací pojmů
 - Dítě chápe vztahy a dokáže pojmu objekty, čísla, prostor, čas a kauzalitu
- 5. Formální operace (pubescence a postpubescence)**
 - Typické je hypoteticko-deduktivní myšlení a schopnost abstrakce
 - Neuroanatomickým předpokladem abstraktního myšlení je vývoj terciárních částí kůry a funkční propojení dílčích smyslových analyzátorů

Možné mluvit o vývoji morálky Piaget (viz otázka 19) a Kohlberg (viz otázka 20)

MODEL KONTINUITY

- Psychologové, kteří postulují, že vývoj spočívá v učení a časné zkušenosti upřednostňují plynulost nebo kontinuitu osobnostního růstu => každý aktuální stav osobnosti nebo jejich dílčích vlastností vyrůstá z předchozího stavu a také ovlivňuje budoucí vývoj
- K této tezi patří **psychické procesy a mechanismy zrání, učení, diferenciací, integrace, diskriminace, generalizace a internalizace**
- Kontinuální vývoj osobnosti se vyskytuje v teoriích Junga, Adlera, Allporta, Cattella aj.
- Také z něj vychází teorie Bridgesové o ontogenetickém vývoji emocí u lidí

Vývoj osobnosti dle G. W. Allporta

- **proprium** = vysvětlení rozvíjejícího se zážitku jedince „já“ (self) a vývoje osobnosti
- Růst sebepojetí je postupný proces vývoje **8 osobnostních složek (nebo také funkcí)**, které podporují zrání a učení
 - o Časné dětství – diferenciací tělesného Já, pocit trvalé sebeidentity a sebeúcty
 - o Do nástupu puberty – Já jako racionální řešitel
 - o Období adolescence – snažení plynoucí z Já, poznávající Já

8 funkcí/složek propria

- **1. Tělesné „já“ (the sense of one's body)**
 - o Zahrnuje svalové a viscerální reakce (vnitřní počítky)
 - o Prostřednictvím pocitu těla prožívá kojenec první stránku jáství
 - o Uplatnění zraku (prostorové vnímání, rozdíl mezi mým tělem a vnějším světem)
- **2. Identita „já“ (self-identity)**
 - o Identita „já“ závisí na kontinuitě v čase (pamatování si myšlenek a činů)
 - o Identity dítě nabývá postupně (nejprve se ji dítě lehce vzdává v rámci hry – může být prodáváčem nebo klidně medvědem)
- **3. Sebeuplatnění (self-enhancement)**
 - o nejnápadnější vlastnost propria, může mít podobu až nestydatého prosazování se
 - o „*A přece může sebeláska zaujmout přední místo v naší povaze, aniž by musela vládnout.*“
 - o 2.-3. rok – autonomie a jistá míra hrdosti (největším zklamáním pro dítě je pocit zahanbení)
- **4. Rozrůstání „já“ (self-extension)**
 - o Dítě mezi 4.-6. rokem prožívá rozrůstání „já“ na jednodušší, základní úrovni
 - o Dítě se jasně vymezuje a zároveň identifikuje s druhými (rodiče, sourozenci, „patří ke mně“)
- **5. Racionální řešení (rational coping)**
 - o Zdroj uvažování a zvládání problémů je v jedinci
 - o Toto a následující období probíhá v době, kterou dítě tráví na základní škole
 - o (řešení problémů a sebeobraz) vzájemně propojené
 - o Jedinec si uvědomuje své myšlení, rozvíjí se schopnost introspekce
- **6. Sebeobraz (self-image)**
 - o Sebeobraz je podobný pojetí sentimentu „já“ u Cattella
 - o Obsahuje jak se člověk vnímá (**reálné „já“**) a jeho představu jakým chce být (**ideální „já“**)
 - o Dítě může zažívat hrubé zacházení ze strany spolužáků, kteří odhalují slabosti, posmívají se
 - o Výrazný vliv skupiny (rodičovská pravidla důležitá, ale pravidla party jsou naprosto závazná)
- **7. Snažení plynoucí z „já“ (proprie striving)**
 - o Tato stránka propria se vztahuje k motivaci
 - o Tento typ motivace nevede k odstranění napětí, ale ke sjednocení osobnosti a zahrnuje plánování, zájmy, řešení problémů a další funkce
- **8. Poznávající „já“ (the self as knower)**
 - o „Já“ je konečnou řídící a poznávající instancí v intrapersonálním dění
 - o Poznávající „já“ vzniká jako konečný a nevyhnutelný postulát
 - o Dochází ke vzniku sebeuvědomění, hodnotové orientace a utváření životní filozofie
 - o Dospělý je schopen uplatňovat vůči sobě vhléd a humor („*Humor je schopnost člověka smát se věcem, které miluje (včetně sebe) a přitom je stále milovat.*“)

Vývoj osobnosti podle C. G. Junga

- Na rozdíl od Freuda nepopisuje Jung jasné vymezená stadia duševního vývoje v lidském životě
- Během svého života si jedinec musí uvědomovat své „**osobní povolání**“ (= iracionální činitel, který člověka vede, aby se osvobodil od stáda a od jeho vyzkoušených cest) => každý je jedinečný a má příležitost vyhnout se životu masově produkované „normální osoby“, která je utvářena výchovou a vzděláním postrádající představivost
- Jediný velký vývojový obrat v životě člověka probíhá v pozdních 30. letech nebo raných 40. letech a souvisí se vztahem ego – bytostné Já
 - o Jung věřil, že ego a bytostné Já by spolu měly být v úzkém kontaktu ve prospěch jedince
 - o Ego (jako vědomá mysl) je odpovědné za trvalou identitu osoby a za její chování
 - o Bytostné já je nejmnocnějším katalyzátorem vnitřního růstu osoby, podporuje vyváženou syntézu vědomých a nevědomých procesů a usnadňuje spojení psyché s vnějšími silami růstu (božským principem a přírodou)
- V **první polovině života** má jedinec tendenci **upřednostňovat své vědomé ego**, ve **druhé polovině** je důraz kladen spíše na **syntézu vědomých a nevědomých procesů**, kterou nabízí bytostné Já □ tzn. že se mění zájmy člověka z hmotných a praktických starostí směrem k filozofickému, kulturnímu nebo náboženskému zaměření
- Ve vývoji se mohou vyskytnout různé překážky růstu nebo epizody poruchového vývoje, které brání zdravému sebe-uskutečňování
 - o Pokud ego brání bytostnému Já v jeho snaze o nastolení rovnováhy – může některý mocný komplex ovlivnit ego a „zmocnit se vlády“ nad osobností, které by vedlo k okamžitému nevědomému postižení osobnosti, identifikaci s komplexem
 - Taková identifikace s komplexem může vést např. k neurotické disociaci osobnosti

Vývoj osobnosti dle R. B. Cattella

- Cattell chápe jako výsledek učení a zrání, ovlivňovaný prostředím
- V dětství jsou získávány sentimenty (= dynamické rysy vztažené k prostředí) ego a superego, od té doby se snažil zvyšovat sílu ego a rozšiřovat své zájmy
- Během dospívání člověk usiluje o nezávislost a o integraci své osobnosti
- Další období označuje jako **dobu zralosti** (věkově není ostře vymezeno, cca od 25-55 let), je nejdelší a moc se toho neděje
- Inteligenčního vrcholu člověk dosahuje kolem 20. roku, poté postupně klesá, především co se přizpůsobivosti jedince týče (nikoliv v oblasti nabytých, osvojených dovedností)
- Na stáří se Cattell nedívá optimisticky => dochází k úbytku sil, k symbióze laskavosti a agresivity
- S narůstajícím věkem a množstvím zkušeností je jedinec bývá více shovívavý, nicméně také dochází k impulzivní popudlivosti

Vývoj osobnosti podle A. Adlera

- **Pocity méněcennosti**
 - o Když se dítě narodí, trpí **pocity slabosti** => dítě vrozené slabé, méněcenné orgány, normální pocit slabosti a bezmoci se zesiluje a rozrůstá se do **prožívaného pocitu méněcennosti**
 - o Pocity slabosti = fyziologické příčiny, ženskost, nedostatky mužské energie
 - Pro překonání této slabosti sloužil kompenzační proces **maskulinní protest**, jehož označení později změnil na **vůli k moci**, a nakonec na **usilování o nadřazenost**
 - o Adler označil pocity méněcennosti u dítěte za situaci nedostatku a rozšířil platnost tohoto pojmu na celé rozpětí života člověka => situace nedostatku jako motivační činitel, bez kterého by vývoj jedince ustrnul
- **Usilování o nadřazenost**
 - o jedinec využívá usilování o nadřazenost při měnění situace nedostatku na situaci dostatku
 - o Toto odhodlání může mít vícero podob, zdravé i nezdravé
 - o Základním předpokladem však je, že „**psyché má za svůj cíl získání nadřazenosti**“
 - o **Nezdravá forma usilování o nadřazenost: sobecké usilování o nadřazenost**
 - Sobecké pokusy bojovat o moc nebo antisociální usilování o nadřazenost vedou k poruchám, přecitlivělosti, nesnášenlivosti, k přání postavit se sám proti celému světu

- již v 5 letech věku dítěte dosáhlo „jednotného, vykrystalizovaného vzorce chování“ □ vyplývá z toho, že sobecké usilování o nadřazenosti začíná brzy v dětství
- Adler nabízí příklady poruchových typů dětí:
 - **Rozmazlené dítě:** výsadní místo bez přičinění, nikdy se nenaučilo spolupracovat a nechápe její nezbytnost; v dospělosti pociťují mnohé křivdy, tyranizují druhé lidi
 - **Zanedbávané, nechtěné dítě:** nenaučilo se spolupráci, nezakusilo lásku, vnímá svět jako negativní, nedůvěřuje společnosti a také nečeká, že by získalo cit či úctu tím, že by někomu pomáhalo
- **Cíl vývoje osobnosti**
 - Dle Adlera se dobře přizpůsobená osobnost utváří v dětství
 - Základním znakem **dobře přizpůsobené osoby** je **sociální cit**
 - **Sociální cit** = vidět očima druhého, slyšet ušima druhého, cítit srdcem druhého; spolupráce jedince s druhými
 - Významnou úlohu má **matka**: prvním úkolem je poskytnout dítěti zkušenost s důvěryhodnou osobou, poté se tento cit důvěry musí rozšiřovat tak, až obsáhne i zbývající okolí dítěte
- **Individuální životní styl**
 - Zahnuje znaky, rysy a způsoby chování vyjadřující pokusy o kompenzaci, kterých člověk užívá k překonání pocitů méněcennosti a k usilování o nadřazenost
 - Individuální životní styl ztvárňuje také rodinné prostředí
 - To, jak si lidé plánují budoucí život je mimo jiné ovlivňováno subjektivním očekáváním, které může být nerealistické □ tento jev označuje Adler jako **fiktivní finalismus** (mnohé cíle, které si lidé kladou, jsou fikcí, ale jsou užitečné, protože poskytují člověku jednotný vzorec usilování, jinak by bloudil)
 - Fiktivní cíl, příklad: „Poctivostí dosáhnout bohatství.“
- **Tvůrčí já (creative self)**
 - Jedná se o přirozený výsledek pozitivního, zdravého životního stylu
 - Tvůrčí já má zvláštní úkol přispívat k blahu celého lidstva

TEMPERAMENT

- termín poprvé použil Hippokrates, navazuje na řecký pojem krasis = správné mísení, poměr = vrozená energetická dispozice, která určuje specifickou reaktivitu a obecné emoční ladění jedince = vrozená dispozice jedince, projevující se **specifickým typem reaktivity** a emočního prožívání vůči daným předmětům a situacím = charakteristický fenomén **emoční povahy** jedince, který zahrnuje jeho citlivost k emočním podnětům, typickou sílu a rychlost reakce, kvalitu dominujícího rozpoložení; veškerá osobitost v kolísání a intenzitě nálad poukazuje, že tento jev má konstituční základ a jeho původ je do značné míry vrozený (Allport)
- manifestní povaha temperamentu (usuzujeme na něj dle zjevných vlastností) X psychická a konstituční povaha temperamentu
- zpravidla působí mimo vědomou kontrolu
- vliv sociálních činitelů, výchovy a učení je velmi omezený
 - kultura může modelovat vnější projevy
- energetický zdroj osobnosti (zajišťuje energii i získaným dispozicím)
- specifická reaktivita = projevuje se již na počátku, bez předchozího učení, vrozené relativně stabilní emoční ladění

Teorie temperamentu (kategoriální a dimenzionální)

- 1) **Kategoriální** – mezi dílčími temperamentovými vlastnostmi existuje kvalitativní rozdíl a vzájemná neslučitelnost, obvykle mají solidní empirický základ
 - př. Jung – extraverze/introverze, Pavlov - neurofyz. pojetí temperamentu
- 2) **Dimenzionální** – soustava bipolárních individuálních dimenzí, každá dimenze má různé „odstíny“, kontinuum, obvykle vychází z faktorové analýzy
 - sloučení více dimenzí = indiv. profil temperamentu
 - př.: Eysenck – dvojdimenzionální teorie, Kretschmer – trojdimenzionální teorie, Cloninger – vícedimenzionální

HUMORÁLNÍ TEORIE HIPPOKRATA

- v každém těle dominuje jedna z 4 tělních tekutin => dominující tekutina určuje tělesnou a duševní kondici, jeho zdraví, duševní procesy, ...
- dlouhodobé empirické bádání vedlo ke vzniku **první typologie temperamentu** (typologie představovala rozpracovaný systém prevence a terapie narušených poměrů šťáv)
- (např. účinnou ochranu vůči melancholii, kterou způsobuje černá žluč, poskytuje dieta zakazující jídla z hovězího masa a již vzniklou melancholii lze léčit pomocí napařování v horké vodě, dietou a vyprazdňováním žaludku)
- Hippokrata lze pokládat za zakladatele konstituční typologie

2 typy tělesné konstituce:

- **habitus apoplacticus**: nízký, plnoštíhlý/svalnatý, hypertonický, sugestibilní => trápí ho trombóza, cerebrovaskulární problémy
- **habitus phthisicus**: štíhlý vytáhlý, jemný, málo odolný vůči fyzické zátěži -náchylný k tuberkulóze

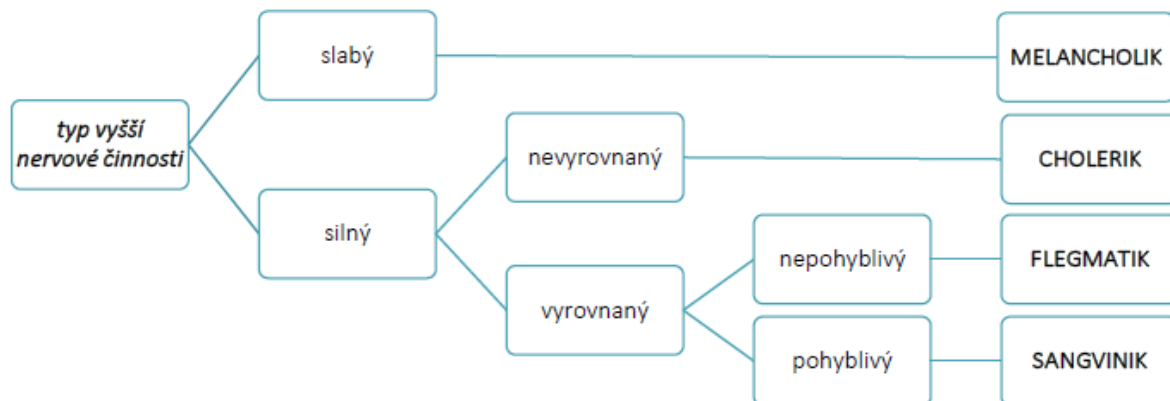
Typy temperamentu a jeho emoční kvality: (obvykle existují různé kombinace, ne čisté typy)

- **Cholerik** = lehce vzrušivý, neklidná, náročná, neustále protestující a konfliktní člověk. Převaha černé žluči vyvolává prudké, silné a dlouhotrvající emoce, základní rozpoložení je hněv
- **Sangvinik** = příjemný, veselý a společenský člověk. Převaha krve v těle vede k prudkým, avšak umírněným a krátkodobým emocím. Sangvinik se lehce vzrušuje a stejně lehce zklidní.
- **Melancholik** = opak sangvinika. Jeho emoce vznikají pomaleji, avšak jsou silné a dlouhotrvající, přičemž převládá smutek. Převaha černé žluči způsobuje nízkou reaktivitu a pokles nálady.
- **Flegmatik** = klidný, málo citlivý a neaktivní člověk. Jeho emoce vznikají pomalu, jsou slabé a krátkodobé. Dominující hlen v těle způsobuje poměrně nízkou reaktivitu a obecnou lhostejnost

typ	emoce			duševní nálada	tělesná šťáva	základní prvek
	náhle vznikají	intenzivní	dlouhotrvající			
CHOLERIK	✓	✓	✓	hněv	žlutá žluč	oheň
SANGVINIK	✓			radost	krev	vzduch
MELANCHOLIK		✓	✓	smutek	černá žluč	země
FLEGMATIK				lhostejnost	hlen	voda

7. Neurofyzilogická teorie temperamentu (I. P. Pavlov)

- zkoumal **vyšší nervovou činnost** (v kontextu učení u psů - klas. podmínování) => budování nových spojů a asociací
- **klasické podmínování**: princip učení obecných (např proces socializace), zvláštních (získané dispozice) i dílčích (jednoduché návyky) psychických jevů
- **základní pojmy**: stavy podráždění (stimulace) a útlumu (inhibice) CNS
- každý pes se v experimentální situaci chová trochu jinak (a potřebuje jiný počet opakování) i reakce je individuální (síla a trvání stavu)
 - o dělení:
 - **rychle reagující** (potřebují méně opakování k vytvoření nové reakce a naučení se uchovává déle)
 - **pomalu reagující** (potřebují více opakování, naučená reakce přetrvává kratší dobu)
 - vyvodil závěr, že učení, reaktivita a projevy organismu mají konstituční základ => tj. přímo souvisí s typem CNS
- Rozdíl od Hippokrata => metodologické i obsahové rozdíly
 - o Hipokrates: dedukce empirických zkušeností a naivní přesvědčení, že je důsledkem působení tělesných šťáv
 - o Pavlov: temperament určuje CNS a to hlavně excitační a tlumivé vlastnosti
- Na základě Pavlova Něbylicyn vymezil 4 typy CNS:



- Pavlovovo vnímání se liší od Eysencka
 - o **Sangvinik**: silný, vyrovnaný, pohyblivý
 - Život s přizpůsobivostí se spojuje s vysokou pohyblivostí nervových procesů u silných vyrovnaných jedinců
 - o **Flegmatik**: silný, vyrovnaný, pomalý
 - Obvykle vnímán jako společenský a užitečný (dle Čakira)
 - Inertnost uvedených procesů u silných a vyrovnaných jedinců se promítá do jejich temperamentu klidným a vyrovnaným chováním
 - o **Cholerik**: silný, nevyrovnaný
 - Jejich prudkost a efektivita je způsobena převahou vzruchu nad útlumem
 - o **Melancholik**: slabý
 - Obvykle vnímání jako společenský izolovanost, neaktivita, apatie, asociální orientace (dle Čakira)
 - Snížená průčeschnost nervových procesů (slabý typ)
- Teorii doplnil dalšími výzkumy:
 - o Štěnata rozdělil na skupinu vyrůstající v kleci a na žijící na svobodě
 - V kleci byli až patologickými melancholiky, bázlivý a větší útlum
 - Svobodně žijící => různé odstíny ostatních typů
 - Závěr: Typ CNS je určován strukturou vrozených vlastností NS ale je dále determinován způsobem života a působením vnějšího prostředí

- doplnil hypotetickým vymezením specificky lidských typů CNS, zakládajícím na kognitivních složkách, na vztahu první a druhé signální soustavy; vyvozuje že:
 - o Dominující prvosignální soustava
 - převažují smyslové dojmy a emocionální reakce nad racionální úvahou
 - Jasně vnímají skutečnost, slabí v analýze
 - o Dominující druhosignální odraz
 - Snadné odtržení od skutečnosti
 - Hegel odpověděl na námitku, že se jeho teorie o absolutní ideji rozcházejí z praxí, „Tím hůře pro fakta“
- Dále doplnil a rozpracoval Eysenck

8. Konstituční teorie temperamentu (W. Sheldon)

KONSTITUČNÍ POJETÍ TEMPERAMENTU (Kretschmer)

- Výsledek klinického pozorování psychiatrické populace => spatřování souvislosti mezi typem těla a diagnózou pacientů => pozvednutí tohoto sledovaného vztahu i na zdravé osoby
 - o Co se u pacientů projevuje (patologie) může u zdravých existovat skrytě (latentně) a za určitých (př. inherentních) dispozic může propuknout duševní choroba

Typy těla:

- **Astenik** (leptosom): člověk štíhlý, vytáhlé postavy s malou tělesnou váhou v porovnání s velikostí, s delšími končetinami, ...
- **Atlet**: svalnatý, robustní, se silnou kostrou, pohyblivý, výrazné sekundární vlastnosti
- **Pyknik**: podsaditý, zaoblený, střední výšky, dominuje trávící ústrojí (viscerum), kratší končetiny, často bývá plešatý, ...
- **Dysplastik**: atypický tělem nebo výraznějšími odchylkami v různých částech těla, tuto konstituci nelze ztotožnit se žádnou základní kategorií těla

Typy temperamentu:

- **Schizothymní astenik**: citlivý, kontemplativní, nestálý, uzavřený, nezaujatý pro kontakt s ostatními, extrémním projevem = schizofrenní onemocnění
- **Viskózní atlet**: klidný, rozvážený, méně zájmů, antiintraceptivní (nezaujatý svými prožitky), inklinace = schizofrenie, epilepsie
- **Cyklothymní pyknik**: otevřený, citově vřelý, smysl pro společnost a humor, spontánní, pohodlný, praktický, aktivní, psychopatologie = cyklothymie, cykloidní psychóza (manické a depresivní epizody)

Kritika teorie:

- (-) Intuitivní povaha => nedostatek exaktních měření souvislosti typu těla a temperamentu
- (+) přínos: podněcující účinek k dalším výzkumům

ANTROPOMETRICKÁ TEORIE (Sheldon)

- rozpracovával konstituční pojetí psychiky => pomocí specifické metodologie, statistického testu
- **molekulární pojetí** = charakterizuje buněčnou skladbu (buňka jako základ psychiky)
- různé vrstvy buňky ektoderm (vnější), endoderm (vnitřní) a mezoderm (střední) určují vývoj části těla a orgánů = **primární činitelé tělesné** stavby a zároveň se jedná o biologický základ temperamentu

Objektivní přístup = nejen pozorování jako Kretschmer, fotografování lidského těla, měření výšky, váhy, délky, ... + matematický výpočet jejich vzájemného poměru

- o získané antropometrické údaje převedl do číselných hodnot a dále posuzoval pomocí sedmi bodové stupnice (s mezistupni 13 číselných kategorií => zvýšení přesnosti)
- o srovnání celkového počtu 17 dat s fotografiemi získal **tělesný profil jedince = somatotyp**
- **morfogenotyp** = skutečná, neviditelná biologická danost jedince
- **fenotyp** = zřetelné vlastnosti těla, vznikající interakcí mezi individuální biologii a životním prostředím
- **somatotyp** = kvantitativní poměr primárních tělesných složek ednomorfie, mezomorfie a ektomorfie + kvantitativní abstrakce/empirický kompromis mezi skrytým morfogenotypem a viditelným fenotypem
- **sekundární somatičtí činitelé**:
 - o *dysplazie* = míra disharmonie mezi jednotlivými částmi těla (př. hlava by patřila do jednoho somatotypu, nohy do jiného)
 - o *gynandromorfie* = stupeň shody těla s vlastnostmi opačného pohlaví
 - o *texturní aspekt* = jemnost/hrubost tělesných vlastností
- Sheldon ze seznamu 650 osobnostních vlastností vymezil skupinu 50 rysů (reprezentující veškerou rozmanitost individuálních osobností)
- typ temperamentu byl k typu těla přiřazen na základě korelace

Typy těla:

- **Ektomorf** (vnější buněčná vrstva, ovlivňující vývoj kůže, nervů a smyslových orgánů): podobá se fyzickým vzhledem Astenikovi (ektomorfie jeho biologický název podle Kretchmera)
- **Mezomorf** (střední buněčná vrstva, ovlivňující vývoj kostry, kosterního svalstva => výsledkem silná, houževnatá a odolná tělesná stavba): podobá se fyzickým vzhledem Atletovi
- **Endomorf** (vnitřní vrstvy buněk, určující vývoj vnitřních tělesných orgánů, především trávicí systém, viscerum): podobá se fyzickým vzhledem Pyknikovi

Typy temperamentu:

- **Cerebrotonický**: zdrženlivý, tajuplný, bojácný, introvertní, samotářský
- **Somatotonický**: houževnatost, vyšší míra agresivity, soutěživost, odvaha, aktivita, dobrodružnost
- **Viscerotonický**: společenský, vyrovnaný, pohodlný, tolerantní, kooperativní, hédonický

Korelace:

Tab. 5 Korelace mezi tělesnou konstitucí a temperamentem

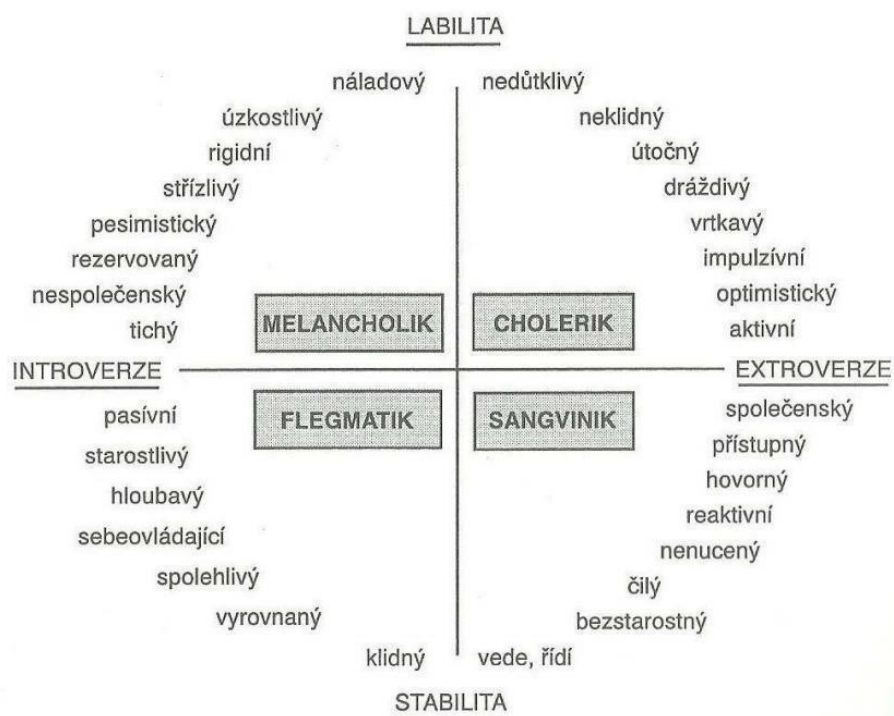
	Viscerotonie	Somatotonie	Cerebrotonie
Somatotyp	n = 200	n = 200	n = 200
Endomorfie	+0,79	-0,29	-0,32
Mezomorfie	-0,23	+0,82	-0,58
Ektomorfie	-0,40	-0,53	+0,83

Přínos:

- Iniciace výzkumů
- Antropometrická teorie temperamentu přínosná pro časnou diagnostiku delikvence
- Statistické potvrzení platnosti Kretchmerova učení o vztahu těla a temperamentu

9. Psychometrická teorie temperamentu (H. J. Eysenck)

- tato typologie temperamentu pramení z faktorového šetření osobnosti => psychologové zjistili, že individuální variace psychiky a chování způsobuje malé množství faktorů => jinými slovy, různorodost v psychickém a behaviorálním projevu lze vysvětlit několika základními či primárními faktory osobnosti.
- Faktorová analýza:
 - o hierarchicky uspořádané dispozice (faktory nazýval typy => rysy => ty nesou návyky => specifické reakce)
 - o **typ** – nejobecnější
 - závisí na typu CNS
 - labilita-stabilita, extraverze-introverze, psychoticismus
 - o **rysy** – odpovídají Cattellovým pramenným rysům (primárním faktorům)
 - o **návyky** = automatické odpovědi člověka na specifické situace
 - o **specifické reakce** = aktuální, pozorovatelné chování
 - o většina individuálních variací v rámci normálního chování pramení z omezeného počtu geneticky určených dimenzí
 - kombinace bipolárnosti dimenzí a různé intenzity
 - o dotazník EPQ (Eysenck Personality Questionnaire)
 - o metodologické přednosti: umožňuje objektivní a přesné vyjádření osobnosti
- Eysenck vyvodil 3 primární faktory, které prezentoval v teorii PEN (= Psychoticismus, Extraverze, Neuroticismus) => nejvíce se zajímal o Extraverzi a Neuroticismus
 - o 2 póly:
 - Extraverze – Introverze
 - Emocionální stabilita – labilita
 - Psychoticismus - nepsychoticismus
 - o Temperament je vrozená psychická vlastnost determinovaná extraverzí a neuropsychismem => neurofyzilogický základ
 - Extravert: neustále vyhledává podněty, protože hladina jeho vzrušivosti je nízká
 - Introverti: vysoká hladina (=senzitivnější)
 - Emocionálně stabilní jedinci reagují klidně, protože autonomní NS není příliš reaktivní
 - o Základní dimenze tvoří souřadnicový systém, kde souhrn jednotlivých vlastností tvoří 4 svérázné povahy (s názvy přebíranými od Hipokrata)



- Psychocitismus: Egocentrismus, impulsivita, necitlivost, antisociálnost, ...
- Konstituční základ temperamentu je typ nervové soustavy:
 - Centrální nervová soustava: reaktivita organismu
 - Limbický systém: emoční kvalita prožívání a příprava vhodných odpovědí na podněty a situace
 - „konstituční“ = temperament poměrně stabilní a odolný vůči výchově či vnějším zásahům
 - Nicméně je možné životními zkušenostmi modulovat do kulturně přijatelné formy
- **Měření rysů** (z Wikisofia, asi navíc)
 - Zkonstruoval řadu dotazníků => obě hlavní dimenze byly validizovány mnoha výzkumy
 - Empiricky byly ověřeny některé rozdíly mezi extroverty a introverty:
 - Introverti preferují teoretická a vědecká povolání, extraverti práce orientované na lidi
 - Introverti vykazují častější masturbaci, extraverti dříve vstupují do sexuálních vztahů
 - Introverti dosahují vyšší stupeň vysokoškolského vzdělání a častěji odcházejí ze studia z psychiatrických důvodů, extraverti spíše z těch školských
 - Introverti vykazují vyšší hladinu nabuzení ráno, extraverti večer
 - Podstatná je hlavně rozdílná citlivost ke stimulaci

10. Psychobiologická teorie temperamentu (R. C. Cloninger)

- tato typologie temperamentu přijímá obecné stanovisko, že temperament představuje ty složky osobnosti, které jsou:
 - o **dědičné**, týkají se **emocionality**, vývojově **stabilní**, **neovlivnitelné** sociokulturním **učením**
- neurobiologickým základem temperamentu je podle Cloningera limbický systém a převaha jednoho z monoaminových neurotransmiterů (dopamin, GABA, glutamát, serotonin, noradrenalin)

(podle wikipedie jde o tohle):

- Tato teorie se zabývá tím, jak působí chemické látky (na konstrukci a projevy lidského temperamentu)
- Základní premisou této teorie je koinónia psychologické a biologické části člověka = jde o toxikaci neuronové sítě (především mozku, který je zodpovědný za lidské myšlení) interními - vlastními látkami jako je dopamin, noradrenalin, testosteron, estrogen aj..
- protože toxikace se projevuje především v oblasti mozku, tak je přímým faktorem ovlivňujícím lidské myšlení a zejména působí na oblasti mimo naše vědomí čili v podvědomí
- Zabývá se účinkem i externích látek, dodaných z vnějšího prostředí jako je ethanol, botulotoxin, atropin, kofein, tein aj.

(podle vědeckého článku):

- podle etologických výzkumů je systém behaviorální inhibice dimenze HA vývojově nejstarší, následuje aktivační systém (NS) a následně systém odměny (RD)
- jednotlivé dimenze připomínají antické typy temperamentu a odpovídají vždy jednomu hlavnímu (není však jediný) neuromediátoru, který se podílí na tendencích reaktivity
- temperament je emocionální jádro a neurogenetická báze osobnosti, považována za dědičnou (více než charakter) = jde o dispoziční neboli konstituční složku osobnosti
- jednotlivé dimenze (komponenty) jsou geneticky nezávislé, v populaci normálně rozložené a kulturně či etnicky univerzální
- charakterizují zřetelně jedince už v raném věku, jsou relativně stálé po zbytek života
- lidé nejsou jedním ze 4 typů, ale liší se mírou zastoupení všech 4 složek (kombinací)
- na základě výzkumů prováděných u lidí i zvířat rozlišuje tento koncept **tři temperamentové dimenze** (a článek hovoří o čtyřech – přidána vytrvalost PS)
 - o **vyhýbání se poškození** (harm avoidance = HA)
 - vymezena dvěma póly - pól náchylnosti k úzkosti a vitality spojené s riskováním
 - bazálně vysoká serotoninergní aktivita (GABA, serotonin)
 - měří tendenci k intenzivnímu útlumu chování jako reakci na averzivní situaci
 - odpovídá drahám z mozkového kmene přes hipokampus do frontální kůry
 - (melancholický)
 - o **vyhledávání nového** (novelty seeking = NS)
 - vymezena dvěma póly – pól explorační impulzivity a stoické uměřenosti
 - nízká bazální dopaminergní aktivita (dopamin)
 - popisuje vrozenou tendenci reagovat na nové podněty intenzivním nadšením a zájmem
 - asociuje se s dráhami středního mozku (z amygdaly do předního mozku)
 - (cholerik)
 - o **závislost na odměně** (reward dependence = RD)
 - vymezena dvěma póly – sociální přilnutí proti rezervovanosti či chladu vůči okolí
 - bazálně nízká noradrenergní aktivita (noradrenalin, serotonin)
 - měří sociální vnímavost a tendenci přizpůsobit své chování souhlasu druhých
 - odpovídá drahám přes hypothalamus a limbický systém až do mozkové kůry
 - (sangvinik)
 - o **vytrvalost** (persistence = PS)
 - měří tendenci setrvat v aktivitě přes přítomnost únavy, frustrace
 - odpovídající chování souvisí s aktivitou glutamátu a serotoninu
 - asociována s okruhem cingulárního kortexu

- (flegmatik)
- Cloninger zavedl do psychologie pojem **charakter**: vědomá reflexe sebe a soudy o vlastní osobě a s nimi spojené intencionální chování
- Operacionalizovaná verze psychobiologické teorie temperamentu a charakteru = dotazník temperamentu a charakteru TCI
 - vědecky i klinicky využívaná metoda
 - Spolehlivě odlišuje normy od patologie ale profily osobnosti nejsou kompatibilní s DSM-5 nebo MKN-10
 - Cloninger totiž svoji teorii vytvořil na premise odpovídající novému dimenzionálnímu trendu v psychiatrické diagnostice, který je orientován více na konkrétního pacienta – person-centered diagnostics a navrhnul na základě své typologie a diagnostiky dys/funkční osobnosti doporučení terapeutických intervencí zvyšující individualizaci léčby zejména poruch osobnosti, ale i doprovod- né patologie osobnosti vyskytující se u jiných duševních poruch. Tato doporučení však zatím nemají podobu přehledného manuálu

Charakter

- Termín z řeckého slova *charaktíras*, které znamená „vrývat“ nebo „vryp“ => něco výrazného, osobitého, čím je jedinec nápadný
- V psychologii: souhrn získaných vlastností určující psychosociální bytí každé osobnosti
- Reguluje vztah člověka vůči sobě samému, ostatním lidem, společenským skupinám, institucím i přírodě
- Výraz „charakter“ bývá posunutý směrem k etice (když člověka označíme za „dobrý charakter“, většinou míníme jeho morální chování)
 - o **I. Kant** definoval charakter jako „soustavu zásad důsledně v životě uplatňovaných“
 - o Můžeme odlišit charakter autonomní x heteronomní; subjektivní x objektivní
- **Allport**, který charakter spojuje především s morálními požadavky, vymezuje charakter ve vztahu k osobnosti takto: „*Charakter definujeme jako osobnost s určováním její hodnoty a osobnost jako charakter bez určování její hodnoty: charakter je zhodnocená osobnost.*“
- **Cakirpaloglu** definuje charakter jako „psychologický konstrukt jedinečného souhrnu získaných osobnostních vlastností, které zabezpečují důslednost v etickém a morálním projevu člověka“
- Za jádro charakteru je považováno **svědomí** (uvedeno v Nakonečném) nebo různé druhy hodnot, především etických, morálních, estetických aj. (uvádí Cakirpaloglu); a jeho podstatným znakem je **jednání** – charakter se projevuje především v činech
- Hlavními znaky charakteru dle charakterologa **P. Helwiga** jsou:
 - 1) Celistvost s centrem v „Já“
 - 2) Jedinečnost
 - 3) Charakter vyjadřuje postoj člověka k prostředí, nikoliv okamžité, ale konstantní
 - 4) Struktura charakteru je vytvářena v průběhu vývoje jedince, „utváří se v setkávání se světem“
 - 5) důležitá role hodnot a naše hodnocení (co se jeví jako žádoucí a co ne)
- Rozdíl mezi pojmy „charakter“ a „morálka“
 - o Charakter je obecný pojem – zahrnuje specifické morální, etické, estetické a další hodnoty; významné jsou také další získané dispozice, jako jsou postoje či zájmy
 - o Pojem „charakter“ je pružnější než pojem „morálka“, protože připouští možnost protikladného hodnocení člověka (dobrý x špatný charakter), zatímco morálka je významově jednoznačná a implikuje dobrý charakter („morální člověk“)
 - Abychom označili člověka špatného charakteru, musíme použít předponu „ne-morální“
- V současné americké psychologii se charakter užívá spíše výjimečně – alternativně morálka či prosociální chování
- Teorie osobnosti vznikaly na základě výzkumu charakteru cílevědomého jedince – S. Freud, A. Adler, E. Fromm, K. Horneyová, W. Reich se zabývali zkoumáním rozdílů mezi zdravými a narušenými osobnostmi, na základě čehož následně vznikly teorie o charakteru
- **Předvědecké pojetí charakteru:**
 - o **Theofrastos z Efesu** – zakladatel nauky o charakteru, Aristotelův žák
 - V díle Povahopisy vylíčil 30 typů charakteru (Pokrytec, Pochlebník, Tlachal, Mluvka, Nestoudník, Lakomec, Hrdopýšek, Zbabělec, ...)
 - o **Jean de La Bruyère** – nechal se inspirovat Theofrastem, sepsal dílo Charaktery, původ charakteru viděl v procesu interakce člověka se sociálním prostředím

Psychoanalytické pojetí charakteru

- Na formování specifického charakteru se podílí mnoho činitelů – viz. přehledová tabulka

<i>Stádia</i>	<i>Věk</i>	<i>Erotogenní oblast</i>	<i>Zdroje konfliktu</i>	<i>Osobnostní vlastnosti dospělých jedinců s pozastaveným vývojem v daném stádiu</i>
Orální	0-1	Ústa, rty, jazyk	Odvykání od kojení	Orální projevy, kouření, přejídání, pasivita a naivita
Anální	2-3	Anus	Hygienické návyky	Uspořádanost, šetrnost, tvrdohlavost
Falické	4-5	Genitálie	Oidipův komplex	Samolibost, lehkomyšlnost a paličatost
Latence	6-12	Není určeno	Vývoj obranných mechanismů	V tomto období neexistuje fixace
Genitální	13-18	Genitálie	Dospělá sexuální intimita	Jedinci s úspěšnou integrací časných stádií vývoje projevují zájem o ostatní lidi a zralou sexualitu

- Jedná se o pojetí výrazně moralistické – jádrem charakteru je dle **svědomí a morálka**
- Psychoanalýza chápe charakter jako deterministický, heteronomní a reaktivní – utváří se v raném dětství, je závislé na vnější autoritě a aktivace morálky a její projev je vázán na vnější události
- Vychází z fixace vývoje libida (sexuální energie) na určitém stupni jeho raného vývoje
- **Klíčovým obdobím** pro vývoj charakteru je prvních pět let života (pregenitální období) – jedinec získává takové sociální zkušenosti, které ovlivňují typ budoucího charakteru jedince
- **Pregenitální období** – zahrnující **orální, anální a falickou fázi**, je obdobím, během kterého se dítě mění z biologické danosti v socializované bytí
 - o Dítě čelí požadavkům dospělých, je usilováno, aby dítě převzalo určité normy, návyky, hodnoty (výchova) => zkušenosti z tohoto období formují hodnocení vlastních projevů i projevů ostatních, a také obecný psychický stav člověka
- **Období latence a genitální období** jsou závěrečnými etapami vývoje charakteru

Jednotlivé typy charakteru

A) Orální charakter

- libido má převahu v oblasti úst => pro novorozence jsou ústa, rty a jazyk primárním zdrojem uspokojení a nejvýznamnějšími orgány pro poznávání předmětů a tvorbu zkušeností
- Pro toto období je typická egocentričnost – je vyžadováno, aby byly potřeby dítěte neprodleně uspokojeny => pokud ne, prožívá dítě první frustrace a sociální konflikty (první traumatická zkušenost), což může vést k **ustrnutí libida** a vývoji tzv. **orálního charakteru**
- **Karl Abraham** rozdělil orální fázi vývoje na dvě části
 - o **I. Orálně receptivní charakter**
 - Ústa je přijímána potrava a zkoumány předměty
 - Kritickou událostí v tomto období je nahrazení kojení jiným druhem potravy – náhlá změna může způsobit traumatickou zkušenost
 - Orálně receptivní charakter se projevuje **pasivitou, závislostí, upoutaností člověka na druhé lidi, ...**
 - o **II. Orálně agresivní charakter**
 - Může vzniknout v období mezi 8. a 18. měsícem, kdy rostou zuby (které slouží jako útočná zbraň dítěte v případě ohrožení jeho egoistických potřeb)
 - Frustrované dítě řeší konflikty s druhými osobami kousáním a agresivitou – pokud mu tento způsob řešení přináší úspěchy a rodiče mu ustupují, dochází ke zpevnění orální agresivity – hlavního znaku tohoto charakteru

- U orálně agresivního charakteru je typické **neustálé mluvení, diskutování, kritizování**
- Obecně se může projevit orální charakter také nadměrným labužnictvím, kouřením, pitím alkoholu

B) Anální charakter

- V 6. měsíci se přesouvá energie libida do oblasti konečníku – až do 4. roku věku
- vyměšováním, uvolňováním a zadržováním stolice - zdroj uspokojení
- K tomu vztahující se budování hygienických návyků má vliv na sociální vztahů v rodině a specifický vývoj svědomí dítěte => Rodiče přikazují způsob, místo, čas vykonání potřeby a nedodržení má za následek trest
- Ovládání vylučovacích potřeb má **dvojitý účinek**
 - Vývoj vědomé regulace fyziologických potřeb posiluje **Ego**
 - Schopnost odkládat bezprostřední uspokojení rozvíjí **Superego**
- Uvědomění si možnosti ovládání vyměšování (že záleží pouze na něm) může také dítě využít k manipulaci s rodiči – vymáhání ústupků, pozornosti => pokud má úspěch, narůstá jeho sebevědomí, pocit vlastní hodnoty a omnipotence = „všemohoucnost“
- dle reagování rodičů (tolerantní/restriktivní) rozlišujeme **dvojí vývoj análního charakteru dítěte:**

I. Análně expulzivní typ

- Vyvíjí se v případě shovívavých či lhostejných rodičů – jejich postoj se odráží na nedostatečném vybudování hygienických a sociálních návyků
- Takový člověk je **nedbalý, drzý, bezstarostný, nezodpovědný, ...**

II. Análně retentivní typ

- Pokud jsou rodiče velmi striktní a mají nulovou toleranci při nedodržení požadovaných hygienických návyků
- projevuje **čistotností, puntičkářstvím, šetrností, lakomostí, tvrdohlavostí, agresivitou, ...**

C) Falický charakter

- přesun z anální oblasti do oblasti genitálií
- Dítě je **autoerotické** – to se projevuje zkoumáním se a autostimulací pohlavního ústrojí
- Také se zvyšuje zájem o osoby opačného pohlaví a jejich intimitu, zejména v oblasti sourozenců a rodičů (začíná si uvědomovat souvislost mezi sexuální aktivitou a narozením – včetně svého vlastního narození)
- odlišný vývoj dle pohlaví, což dle Freuda vede ke **specifickému vývoji mužského a ženského charakteru**
- **Chlapci** se eroticky soustředí na svou matku a otce vnímá za soka (cítí vůči němu nenávisť, netrpělivost) => **Oidipův komplex** => vývoj ovlivněn tím, jak se k tomu postaví otec:

I. Netolerantní autoritativní otec

- Budí u chlapce strach z kastrace, což ho nutí přizpůsobit se otci, napodobovat ho a plnit požadavky – jedná se o nevědomý **proces ztotožnění (identifikace)**
 - **A. Freudová** upřesňuje, že se jedná o druh **obrané identifikace** – identifikace s agresorem („Čím více se budu podobat agresorovi, tím méně ve mně bude vnímat soka a neublíží mi.“)
- Ztotožnění s otcem vede k osvojení jeho norem, postojů a hodnot
- Posléze se model otce stává psychickým jádrem modelování budoucího svědomí

II. Lhostejný a nečinný otec

- **II. Lhostejný a nečinný otec**
 - Neprospívá osobnostnímu růstu chlapců – tolerance a lhostejnost otce podporuje symbiotickou vazbu s matkou => jedná se o nevědomý vztah, který **Jung** označil jako **komplex matky**
 - Dospělý muž s komplexem matky přizpůsobuje své zájmy a preference v souladu s tímto nevědomým nastavením, hodnotí řadu věcí, událostí či jiné ženy podle obrazu matky (tato představa ovlivňuje také výběr jeho partnerky, ...)
- u **dívek** probíhá jinak, dívka zjišťuje, že se od chlapců liší tím, že ji nemá penis – z tohoto poznání se vyvíjí **pocit méněcennosti** => dle Freuda ovlivňuje charakter, morálku a sociální motivaci –

závist penisu se tak stává základní hnací silou ženské psychiky v patriarchálních kulturách => dva směry vývoje:

I. Infantilní obvinění matky (že dívku porodila bez penisu), mění lásku k matce v ambivalentní vztah – toto působení lásky i nenávisti vůči matce označujeme jako **Elektřin komplex**; tato ambivalence také bloku ztotožnění s matkou a nedostatečná idealizace omezuje vývoj Superega (z toho důvodu Freud tvrdil, že ženská morálka je v porovnání s morálkou mužskou inferiorní)

II. Vztah k otci se také mění – z původní náklonnosti se stává erotická láska, která může vést až k tzv. **komplexu otce**, který ovlivňuje mimo jiné také heterosexuální volbu partnera (např. nevědomá opakovaná volba staršího partnera)

D) Genitální charakter

- Vyvíjí se u člověka, který úspěšně zvládl všechny požadavky předchozích vývojových období a získává kladné zkušenosti, prosociální vlastnosti a disponuje dostatečným množstvím psychické energie
- V genitální fázi dochází ke splnutí dílčích erotogenních oblastí v jedinečný zdroj slasti
- Mezi typické vlastnosti jedince s genitálním charakterem patří **spontánnost, stabilita, cílevědomost, zodpovědnost, morální citění, společenskost ...**

12. Orgonová typologie charakteru (W. Reich)

Orgonová teorie

- snaha o propojení kvantové fyziky a psychologie
- **orgon** = tvůrčí přírodní síla (kosmická energie), která prostupuje vším (včetně člověka)
 - o je podmínkou optimálního rozvoje individuálních možností a duševního zdraví
- podmínky, které podněcují individuální růst => ovlivňují vývoj tzv. **genitální charakteru**
 - o zmaření/zastavení autentického rozvoje => charakterní neuróza, charakterní biopatie sexuální aspekty
- orgastická **potence** jako schopnost plného oddání se proudění orgonu a vybití sexuálního podráždění prostřednictvím mimovolných, slastných tělesných konvulzí

Genitální charakter

- představuje psychickou strukturu, která na danou situaci odpovídá autenticky
- triáda základních autentických potřeb: vědění, tvůrčí činnost, láska
- myšlení, morálka a chování jsou důsledné a nonkonformní vůči mínění veřejnosti nebo normám tradiční morálky
 - o zdravý člověk vůbec morálku nepotřebuje, je schopen řídit sám sebe
- osobnost má hluboký etický základ (= přirozenost člověka)

Neurotický charakter

- vzniká narušením vývoje potenciálů člověka v podmínkách restriktivní patriarchální výchovy, tedy zablokováním sexuální energie
- ohrožený jedinec se brání budováním **mentálního krunýře** => tento druh mentální izolace ovlivňuje myšlení, emoce a činnost mentální izolace, vzniká tak úzkostlivost, klesá motivace a sociabilita, jedinec je pod vlivem svých emočních interpretací skutečnosti
- krunýř znemožňuje navázání kontaktu s jinými lidmi nebo kladné působení prostředí
- dle Reicha vyhlídka léčby a její výsledek závisí na schopnosti plného genitálního uspokojení

Charakterní biopatie

- zhoubná forma neurotického charakteru
- nebezpečný pro sebe i pro společnost => nebezpečnou formou sociální patologie
- vzniká při chronickém omezování růstu člověka
- jádrem je nezvratná emoční porucha osobnosti - „**emoční mor**“ => člověk je odcizený od sebe i od světa
- emoční mor se může šířit na další lidi, i na celou společnost (epidemie)
- trvale poškozuje funkce osobnosti, morální smýšlení, systém hodnot (iracionální myšlení, předsudky, nepřátelskost, mrzutost)
- př. morálně pokrytecký měšťák s protichůdným měřítkem hodnocení (sebe hodnotí kladně, ostatní kritizuje, hlavně v oblasti materiální a intimní)

2 typologie charakteru:

- produktivní X neproduktivní
 - o člověk má bytostně daný potenciál pro růst, vývoj etické přirozenosti (procesem individuace)
- individuální X sociální
 - o Vývoj osobnosti je sociální proces, sociální okolnosti podporují, ale i omezují vývoj
 - o Příznivé okolnosti: produktivní charakter X nepříznivé okolnosti: neproduktivní deformace charakteru

Produktivní charakter

- autentický k základním potřebám lásky a tvořivosti
- láska a tvořivost jsou základem lidské přirozenosti
- společenské potřeby, naplňují se ve společnosti, směřují k lidem
- naplnění těchto zákl. potřeb je podmínkou vývoje morální autonomie a skutečných hodnot
- cílem je zrání a rozvinutí všech možností člověka
- Frommova koncepce o humanistické etice, etičnost je v jádru lidského bytí

Neproduktivní charakter

- pokud je produktivní vývoj zastaven/deformován => osamělost, nejistota, bezmocnost, nespokojenost => postihuje morálku, hodnoty, schopnost autentického kontaktu s druhými, obecná odcizenost osobnosti, formování neproduktivních charakterových orientací, autentický kontakt je nahrazen falešnou komunikací a pseudovztahy - typ pseudovztahu odhaluje druh neproduktivní charakterové deformace:
- **Vykořisťovatelský typ**
 - o vyhledává dobro mimo vlastní osobu
 - o nedůvěřivý, cynický, závistivý, žárlivý
 - o pronásí kousavé poznámky o druhých, otevřené nepřátelství vůči druhým, rafinované chování
 - o ostatní = předměty vykořisťování, hodnocení dle upotřebitelnosti
 - o přeceňují cizí vlastnictví, podceňují své
 - o radost jim udělá, když něco odejmou druhým
- **Receptivní typ**
 - o hledá dobro mimo vlastní osobu
 - o loajalita, instrumentální altruismus, poslušnost, laskavost k dobrým lidem
 - o závislost na autoritách, bez cizí pomoci jsou ztraceni, bezmocní
 - o nejsou schopni se rozhodovat a přijímat odpovědnost
- **Křečkovský typ**
 - o přesvědčení, že vnější dobro představuje potencionální hrozbu
 - o chronický pocit ohrožení a nejistoty řeší shromažďováním věcí a spořením
 - o dominující je potřeba řádu a jistoty
 - o málo důvěry v něco nového, co by mohli získat z okolního světa
 - o jejich pocit bezpečí je založen na křečkování a spoření
 - o chtějí co nejvíce získat, co nejméně vydat (cítí hrozbu, pokud mají něco vydat)
 - o láska je pro ně v podstatě vlastnictví
 - o sentimentální
- **Tržní typ**
 - o vnímá vlastní osobu, další lidi a objekty jako zboží (hodnotu všeho určuje trh)
 - o jádrová depersonalizace člověka v kompetitivní společnosti
 - o ctižádostivý, agresivní, spolehlivý, přizpůsobivý
 - o rozvíjení jen těch vlastností, které jdou dobře prodat
 - o existuje vakuum, které se zaplňuje momentálně nejžádanější vlastností (spíše role nebo předstírání), mění podle situace, co je žádoucí

- **Nekrofilní typ**
 - o velebí smrt, a také neživé, mechanické věci
 - o od Freudova pojetí pudu smrti se liší v myšlence získaného původu nekrofilní orientace
 - o láska k smrti vzniká při chronickém omezení vrozených biofilních tendencí člověka
 - o různé stupně a manifestace nekrofilní orientace osobnosti
 - o pedantní dokumentace banálních událostí ve svém životě (psaní deníčku) přes různé projevy vášnivého sběratelství, fotografování, ničení životního prostředí až k doslovné lásce k zesnulým osobám
 - o nekrofilie (obecná neproduktivní orientace) a biofilie (obecná produktivní orientace) jsou dva póly stejné dimenze

Individuální a sociální typ charakteru jsou součástí jedinečné osobnosti.

Individuální charakter

- vývoj individuálních charakterových vlastností představuje psychologickou náhradu vrozených mechanismů adaptace (instinktů apod.). Charakter jako psychická náhrada za část instinktivní výbavy.
- motivuje chování dle převládajících cílů
- tam, kde říkáme, že člověk reaguje „instinktivně“ = reaguje dle individuálního charakteru (lakomec nepřemýšlí, zda má své peníze ušetřit nebo vydat, pudí ho to, aby šetřil a hromadil majetek; milující charakter je přímo puzen, aby ostatní lidi miloval a pomáhal jim)
- individuální charakter vymezuje člověka od ostatních lidí => má tedy idiosynkratickou, molekulární povahu => vyjadřuje inherentní a zcela specifické vlastnosti konkrétní osobnosti

Sociální charakter

- část získané osobnostní povahy odrážející vliv specifických kulturních a společenských podmínek života, ve kterých se člověk vyvíjí
- prostřednictvím soc. charakteru člověk sdílí určité psychické vlastnosti s dalšími příslušníky téže skupiny (zájmové, etnické, rasové a jiné)
- integrující role soc. charakteru - individuální psychickou energii přeměňuje v psychosociální sílu skupiny
- každý typ společnosti rozvíjí specifickou formu energie
- 2 typy sociálního charakteru:
 - o revoluční - vizionář, anticipuje budoucí vývoj společnosti a v souladu s tím se chová
 - o inertní - průměrný, konformní, všední člověk, raději volí status quo, čímž zpomaluje nebo zastavuje společenskou prosperitu, stejně jako malý člověk Nietzscheho, Kantova nebo Piagetova jedince s heteronomní morálkou

Dvoufázový vývoj morálky (Piaget)

Morálka, svědomí, Piaget: dvě etapy vývoje morálky

- psychologie: získaná psychická dispozice vnímat, cítit a jednat v souladu s etickými normami a zároveň jako nedílná část osobnosti
- lidská dispozice, která motivuje a reguluje cílevědomou činnost osobnosti, ovlivňuje subjektivní prožívání pohody, sebeúctu a obecný duševní stav
- filozofie a teologie vyzdvihuje hlavně externí povahu morálky, morálka jako forma společenského vědomí, sociální instituce, která usměrňuje chování lidí ve všech oblastech života, morálka jako postoj, který spočívá na svobodném rozhodnutí vůči mravnímu zákonu
- vyjadřuje prosociální povahu člověka a zabezpečuje bezproblémový chod společenských skupin a institucí
- funkčně spojena s dalšími složkami psychiky, participuje na duševním zdraví jedince
- obecně v psychologii spíše **intrinsické pojetí morálky**
- X behavioristé = **extrinsické pojetí**: morálka = systém společenských a kulturních norem, zákazů a příkazů, které iniciují a regulují prosociální chování jedince
 - o účinnost zajišťuje hrozba trestů, emoce strachu, které blokuji nežádoucí projevy jedince

morálka ≠ svědomí

- morálka - normativní charakter, souvisí se systémy pravidel a omezení dané kultury a společnosti; slouží k regulaci lidských vztahů a dosažení vznešených cílů
- svědomí - systém individuálních morálních vlastností nebo část osobnosti, která vyjadřuje morální hodnoty; vzniká procesem zvnitřnění obecných morálních zásad, jako součást vyspělé osobnosti a určuje prosociální bytí osobnosti
- komplementární vztah mezi morálkou a svědomím - morálka neexistuje mimo osobnost a svědomí
- morálka a svědomí tvoří nedílnou část osobnosti, jedná se o lidské dispozice, jež motivují a regulují cílevědomou činnost člověka, ovlivňují její subjektivní prožívání pohody, sebeúcty a obecný duševní stav
- Allport: 2 směry zájmu o svědomí:
 - o proces vývoje svědomí
 - o vnitřní skladba svědomí

Vývoj svědomí:

- Freud: svědomí jako klíčová složka Superega (Superego jako nejvýznamnější produkt fylogenetického a ontogenetického vývoje)
 - o falické období (u chlapců) - klíčové pro rozvoj svědomí, vývoj svědomí procesem internalizace
- Fromm: obecné změny ve vývoji morálky:
 - o v dětství morálka typu „musím“ >> v adolescenci morálka typu „měl bych“
 - o závislost morálky na etice
 - o morálka řízená externími zdroji moci (autorita určuje, co je dobré): autoritární
 - o morálka spočívající na vnitřních etických zásadách (člověk je tvůrcem vlastních norem): humanistická

Vnitřní stavba svědomí či morálky:

- Společenské a kulturní normy, příkazy, zábrany, které člověk získává výchovou a procesem socializace, vnější obsahy se přeměňují v subjektivní kritéria morálního hodnocení, které dále působí jako trvalé dispozice myšlení, citění a jednání osobnosti.
- Morálka je funkčně propojena s ostatními složkami psychiky, iniciuje a reguluje vztahy s druhými lidmi, institucemi a přírodou, účastní se na psychické rovnováze a obecném zdraví jedince (Adler, Horney: selhání osobnosti=morální problém; pocity viny, strachu a tíhy svědomí u různých psychopatologických stavů)

JEAN PIAGET – DVĚ ETAPY VÝVOJE MORÁLKY

- vývoj morálky je úzce spojen s vývojem poznávacích funkcí
- morální vědomí se vyvíjí pozvolně a prochází jednotlivými etapami souběžně s vývojem a účastí poznávacích funkcí jedince
- psychologický rozbor mravních dispozic osobnosti vyžaduje systematické a empirické šetření vývojové dráhy morálky
- metoda: soubory příběhů (posuzování jednání s dobrým úmyslem, ale větší škodou NEBO špatný úmysl, ale menší škoda) >> hodnocení dětských odpovědí (Povídka o dírkách – velká díra v šatech Marie, protože neuměla zacházet s nůžkami, avšak úmysl byl, že udělá mamince radost a něco jí ušije X malá díra v šatech Margarety, která si vzala nůžky, když nebyla máma doma a na šatech si vystříhla malou díru) - Piaget zjistil, že:
 - o děti do 9 let nejsou schopné vnímat záměr posuzované osoby (Marii hodnotili hůře na základě velikosti díry)
 - o děti od 9 let uvažují o záměru (Marie hodnocena jako hodnější na základě úmyslu něco ušít mamince)
- Pojmy heteronomie a autonomie si Piaget vypůjčil od Kanta a jeho etickém učení o praktickém rozumu

morální heteronomie (cca do 7/8 let)

- závislá a podřízená pozice dítěte - fyzicky, mentálně a emocionálně nevyvinuto
- egocentrismus, nerealistické hodnocení skutků
- socializace = přejímání vnějších norem >> morálka je tedy závislá na vnějším hodnocení
- heteronomní morálka usiluje o kompromis mezi subjektem a vnější realitou, morální diskrepance vyvolává napětí a strach z trestu

morální autonomie

- souvisí se zráním mozku, vývojem logického a abstraktního uvažování
- vyspělejší forma morálního usuzování a odpovídajícího prosociálního jednání osoby
- konzistentní, autonomní a racionální hodnocení sociálního kontextu a předvídání případných morálních následků
- autonomní vývoj morálky předpokládá citovou podporu ze strany dospělých, zejména bezpodmínečné přijetí dítěte

Děti mladšího věku chápou morálku jako souhlas podřídit se existujícím předpisům a požadavkům vnějších autorit (heteronomní m.), kterou nahrazuje autonomní m., skutky se nehodnotí podle vnějších předpisů, ale podle vlastních zásad. Podle Piageta přechod z heteronomní morálky k autonomní není výsledkem podmiňování a výchovy, ale závisí na obecném vývoji poznávacích procesů a vhodné citové interakce s ostatními členy primární rodiny a dalšími významnými osobami.

Stadia vývoje morálky:

- heteronomní (4 - 7/8 let) - morální realismus - pravidla jsou objektivně daná zvenjšku, nátlak dospělých autorit, zodpovědnost pouze ve vztahu k důsledkům činů
- mezistadium - zevšeobecnělá pravidla
- autonomní (7/8 - 11 let) - úcta k autoritě nahrazena vzájemným respektem (chovej se k druhým tak, jak chceš, aby se oni chovali k tobě)
- relativizace striktní rovnosti (11 - 12 let) - rozvoj „citu pro spravedlnost“

Faktory podmiňující morální vývoj:

- nezbytný stupeň intelektuálního vývoje
- zkušenost s vrstevnickými, sociálně rovnocennými vztahy!!!
- nezávislost na omezujícím nátlaku dospělých autorit

Třířázový vývoj morálky (L. Kohlberg)

- doplnění a revize Piageta
- zdůrazňuje význam adolescence pro rozvoj vyšších forem mravního citění a usuzování
- nahrazení dichotomického modelu morálky model triády (prekonvenční, konvenční a postkonvenční morálkou)
- uvnitř hlavních kategorií najdeme jednotlivé morální fáze, zkoumané na základě toho, jak jednotlivec řeší morální dilema
- epigenetická diskontinuální koncepce
 - o epigenetická – jednotlivá stádia za sebou navazují v jasně daném pořadí
 - o diskontinuální – morální růst není plynulý, ale představuje kvalitativní skoky
- pouze 10 % dosáhne nejvyššího stupně morálky

Stadium: ústřední pojem Kohlbergovy teorie

- o kvalitativní odlišná organizace myšlení
- o neměnné pořadí stádií
- o ireverzibilita morálního vývoje
- o kultura urychluje nebo zpomaluje postup, nemůže měnit kvalitu nebo pořadí
- o jakmile se člověk dostává do vyšších úrovní morálního vývoje zvyšuje se diferenciací, integrace a jedincova schopnost řešit konflikty
- o stádia jsou strukturované celky, jsou invariantně uspořádané (nedochází k přeskokování, vývoj jde vždy dopředu), jsou hierarchicky integrované (integrace myšlení z nižšího stádia)
- o zralé morální usuzování nevykazuje silnou souvislost s inteligencí, ale je úzce spjato s kognitivním vývojem, morální vývoj nemůže být na vyšší úrovni než kognitivní vývoj

Kohlbergova stádia morálního vývoje

- mají silný empirický základ => proto vytvořil sady hypotetických příběhů s hrdinou, který řešil konkrétní morální problém (Honzo dilemma: lék pro nemocnou manželku, na který Honza neměl peníze □ má se do lékárny vloupat?) - tento příběh prezentoval chlapcům ve věku 10-16 let. Požadoval, aby odpovídali, jak by se měl Honza zachovat, a aby také vysvětlili důvody. Odpovědi klasifikoval do jednotlivých skupin, ze kterých definoval:

A) Prekonvenční morálka

- v podstatě egocentrická.
- Dominují zde obavy z trestu a touha po konkrétním zisku, dominující motivy poslušnost a osobní zájem

a) Orientace na trest

- o Osoba vyhoví požadavkům okolí, aby se vyhnula případnému trestu. Vyhnutí se nepříjemným emocím, zejména strachu, představuje základ pro osvojení nových sociálně přijatelných obsahů.
- o Období poslušnosti, kdy budování zkušeností se děje pomocí klasického podmiňování.
- o Př.: Honza by se neměl vloupat do lékárny, protože mu za vloupání hrozí vězení.

b) Naivní instrumentální hédonismus

- o Zde převládá osobní zájem dítěte. Nyní je prosociální chování ovlivněno očekáváním odměny a uspokojením aktuálních potřeb.
- o Nahrazení klasického učení instrumentálním podmiňováním.
- o Rovněž se začínají jevit první známky internalizace požadavků ze strany dospělých.
- o Př.: Honza by se měl dopustit krádeže, neboť přestože skončí ve vězení, zachrání život své ženě.

B) Konvenční morálka

- v podstatě konformní. Konformismem dítě uspokojuje vnější požadavky a také svou potřebu sociální obliby.

- Být hodný a jednat v souladu se zákonem představuje hlavní motivaci tohoto stádia vývoje morálky

a) Morálka hodného dítěte

- o Konformismus pomáhá dítěti odstranit či zjemnit kritiku ze strany významných osob a zároveň zabezpečit jejich přízeň.
- o Př.: Honza by se měl do lékárny vloupat a ukrást lék, čímž splní očekávání své ženy, že jí pomůže.

b) Morálka vyššího řádu

- o Nyní se dítě přednostně řídí vnější autoritou. Jeho morální projevy se pojí s vnějšími nároky povinnosti a s tíživým pocitem viny.
- o „Musí se konat to, co zaručuje řád a neodporuje požadavkům autority.“
- o Př.: Honza by se neměl za žádných okolností dopustit krádeže, neboť by porušil zákon.

C) Postkonvenční morálka

- charakterizuje ji vysoký stupeň osobnostní autonomie. Morální uvažování je autentické, nezávislé.

a) Morálka společenské dohody

- o Jedinec úspěšně harmonizuje své společenské bytí a odpovídající jednání s existujícím systémem obecných norem.
- o Jeho morálku řídí vůle k důslednému uplatňování mravních principů.
- o Př.: Honza má právo ukrást lék, neboť jedná v souladu se základním právem každého člověka na život, nehledě na právní normu.

b) Morálka individuálního svědomí

- o Je zde vyjádřen hluboký cit pro ostatní lidi a přírodu a zároveň nezávislost vůči vnějším normám a očekáváním společnosti.
- o Př.: Honza má právo ukrást lék, protože lidský život představuje nejvyšší hodnotu, která je nadřazena normám na ochranu majetku.

Tři morální typy Kohlberga:

- **Heteronomní morální typ, typ A:** zdůvodňuje příčiny vnějšími nařízeními, úlohy a pravidla chápe doslovně.
- **Autonomní typ, typ B:** vystupuje jako morální činitel, bere za sebe morální zodpovědnost, aplikuje morální soudy univerzalisticky
- **Relativistický typ, typ C:** objevuje se relativistické myšlení, všechny hodnoty posuzuje relativně, podle jeho názoru nemůžeme druhé lidi hodnotit

Současný výzkum Kohlbergových vývojových stádií

- longitudinální studie poskytují empirické důkazy, že vývoj opravdu probíhá v těchto stádiích (Colby, Walker)
- jen málo osob dosáhne posledního stupně vývoje morálky, postkonvenční morálka je vzácná (Gibbs)
- Kritika:
 - o nevysvětluje, zda se morální usuzování děje intuitivně nebo je za tím jiný psychický proces
 - o Kohlberg se nevěnoval otázkám morálního vývoje Já, morální poznání je předpoklad morálního cítění a jednání
 - o Blasi: morální osobnost: dominance touhy plnit morální rozhodnutí na úkor jiných motivů a zájmů
 - o kritika empirické validity teorie
 - o kritika genderové zaujatosti (zkoumal to pouze na mužích)
 - o Gilliganová - existuje rozdíl mezi mužskou a ženskou morálkou
 - ženy - etičnost, starostlivost a zodpovědnost VS. muži - pravda, spravedlnost
 - o mezikulturní validita teorie: Simpsonová - některé kultury vůbec nemají 5. a 6. stadium - nejde o nízký morální vývoj, ale rozdílnost kultur

Genderové rozdíly v morálce

- Freud - vývoj individuální morálky odráží specifickou psychosexuální zkušenost, hlavně z genitálního období vývoje, nemůže být stejný u žen a u mužů z důvodů rozdílným průběhům a dopadům procesu identifikace s rodičem stejného pohlaví
 - o nadřazenost mužského svědomí nad méně vyvinutým svědomím žen
- Tangneyová - vývoj superega zahrnuje vývoj emocí studu a viny, které usměrňují lidi k morálnímu jednání => ženy prožívají vinu a stud častěji než muži
 - o ženy jsou tedy morálně vyvinutější
- dnes se neřeší nadřazenost, ale spíše specifika
- Gilliganová - důraz na jiné věci
 - o ženy - etičnost, starostlivost a zodpovědnost
 - o muži - pravda, spravedlnost

Jadack, Kahn - muži a ženy reagují podobně

15. Psychoanalytické pojetí osobnosti

- Tvůrčími představiteli tohoto zaměření byli lékaři – ve výkladu osobnosti věnovali pozornost jejím biologickým zdrojům
- Náplň a skladba osobnostního dění v psychoanalytickém pojetí prvotně vyplývá z pudových nároků a z povahy jáských funkcí jedince a druhotně závisí svým konkrétním obsahem na jeho styku s okolím
- poznání je značně ovládáno nevědomými impulzy
- patří sem Freud, Jung, Adler
- Tvůrcem psychoanalýzy je S. Freud, který definoval psychoanalýzu jako „vědu o nevědomí“
- Psychoanalýza je metoda poznávání nevědomých konfliktů, které mají původ v nevědomých procesech
- Jako teorie se nezabývá všemi aspekty osobnosti, ale hlavně její dynamickou stránkou
- Největším přínosem psychoanalýzy je objevení velkého významu nevědomých pochodů
- Psychoanalýza vychází ze 2 předpokladů:
 - o Topický – uspořádání psychických funkcí
 - o Energetický – energetické základy psychiky

(Drapela, 2011)

- Psychoanalytické učení bylo založeno na přelomu 19. a 20. století Sigmundem Freudem.
- osobnost = produkt/důsledek biologických a psychických vlivů = složitá soustava různorodých psychických složek a procesů, které se vzájemně ovlivňují
- **zdůraznění determinovanosti osobnosti psychickými a biologickými činiteli:**
 - o **Psychická determinace** - vše, co člověk dělá, prožívá a myslí, má subjektivní příčinu - původem či prapříčinou psychických, tělesných (zdravotních), sociálních nebo fyzických jevů jsou subjektivní činitelé.
 - Mezi psychické determinanty řadíme minulé zážitky, myšlenky, postoje, konflikty atd.
 - neuznává spontaneitu a cílevědomost člověka
 - psychologické porozumění = zkoumání paměti a minulosti daného člověka (hl. nevědomá paměť s traumaty z dětství)
 - dynamika vytěsnění
 - o **Biologická determinace** - různé vrozené potenciály a tendence, které zahajují a regulují psychiku a projevy osobnosti.
 - Dva pudy – sexuální a agresivní

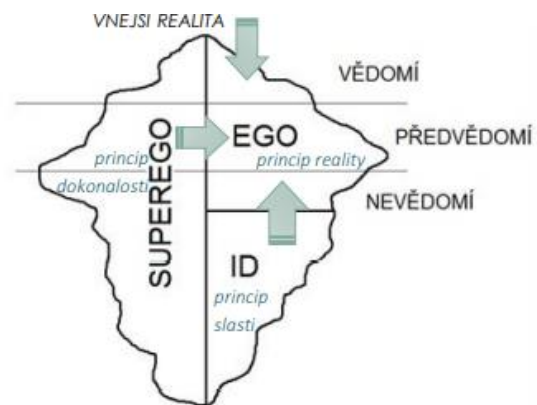
Skladba osobnosti

- topografický a strukturální model, protiklady v osobnosti sídlí v různých částech, hierarchický řád mezi dílčími složkami osobnosti
- **Topografický model osobnosti**
 - o z analýzy narušených osobností
 - o částečně vychází z prací G. Fechnera (zakl. psychofyziky)
 - o vědomí a nevědomí jsou 2 póly nepřetržitého kontinua
 - o **Podvědomí** - skládá se z minulých zkušeností a emočních zážitků, zejména traumatických, dále ze sociálně zakázaných přání, tendencí apod.
 - o **Předvědomí** - oblast psychiky, ve které sídlí různé vzpomínky, prošlé zkušenosti, informace a vše, co kdysi člověk věděl a co aktuálně nepostrádá. V předvědomí se rovněž nacházejí různé podprahové informace, které nebyly zachyceny odpovídajícími smysly, taktéž stopy, jež pocházejí z implicitní paměti apod.
 - o **Vědomí** - se výhradně věnuje adaptační a cílevědomé aktivitě. V tom smyslu Z. Freud zdůrazňuje dvě funkce vědomí - poznávací a výkonnou funkci.
 - o **Nedostatky topografického modelu**
 - chybí hlubší pochopení probíhajících psychických souvislostí
 - Nerozlišuje mechanismy od jejich výsledků (př. Obranný mechanismus vytěsnění od vytěsněných obsahů)

=> Strukturální model

- Strukturální model osobnosti

- **Id** - je nejstarší a nejprimitivnější složka osobnosti
 - Id se skládá z vrozených dynamismů, zejména reflexů a pudů
 - Vnitřní skladbu Id tvoří primární psychické procesy, vytěsněná emoční traumata a libido neboli psychosexuální energie => je to sídlo psychické energie (libido)
 - Řídí se principem slasti
 - hlavní cíl: bezprostřední uspokojení potřeb
- **Ego** - představuje ústřední složku, která řídí osobnost, integruje všechny její součásti v jeden celek a také komunikuje s vnější, především sociální realitou
 - Ego se vyvíjí z nevědomého Id jako část psychiky, která hledá vhodné způsoby k uspokojení individuálních potřeb => kompromisní - zprostředkující role mezi Id, Superegem a vnější realitou => hledání řešení, které uspokojí pudové potřeby Id, morální požadavky Superega a neporuší normy společnosti
 - Řídí se principem reality
- **Superego** - hierarchicky nejvyšší složka osobnosti s obecnou funkcí zdokonalovat osobnost v souladu s normami dané společnosti a kultury (morální složka osobnosti)
 - Řídí se principem dokonalosti
 - příkazy vnějších autorit, společenské normy, idealizované hodnoty
 - sebepojetí, svědomí, Ideální Já
 - brzdí sexuální a agresivní tendence Id
 - nutí Ego, aby nahradilo realistické požadavky moralistickými
 - snaží se změnit biologickou povahu člověka v dokonalé a společensky užitečné bytí
 - vývoj začíná v dětství



Dynamika osobnosti

- hlavní ohnisko zájmu psychodynamické teorie: procesy a motivace osobnosti
 - nejsložitější a zároveň nejhypotetičtější a nejkontroverznější psychologická koncepce
- člověk = energetický systém
 - působí zde psychická energie - vzniká v metabolických procesech organismu; umožňuje fungování psychických procesů
- tělesnou a psychickou energii sjednocuje Id
- základní pojmy Freudova pojetí dynamiky: instinkt, rozložení psychické energie a úzkost.
- **Instinkt:**
 - vrozená, biologicky určená tendence k činnosti
 - v oblasti těla se jeví jako aktuální potřeba, v oblasti psychiky jako uvědomělé přání o př. pokles cukru => tělo: mám hlad; psychika: touha po jídle
 - k porozumění toho, jak instinkty fungují, je nezbytné vymezit ještě jeden pojem, a sice **homeostázu** – stálost vnitřního prostředí (vzniklá nerovnováha aktivuje instinkt, jehož činnost směřuje k odstranění této nerovnováhy a pocitu napětí) – psychickým ekvivalentem rovnováhy je **prožitek libosti** (nerovnováhu doprovází nelibost).
 - **model napětí => redukce napětí**
 - regresivní (usiluje o návrat do předchozího stavu organismu)
 - konzervativní (snaží se zachovávat rovnováhu odstraněním nechtěných podnětů)
 - každý instinkt má vlastní zdroj (aktuální potřeba), cíl (odstranění nepříjemnosti), objekt (činnost související s uspokojením potřeby) a hybnou sílu (závisí na intenzitě potřeby)
 - změna objektu = přesun psychické energie do různých částí psychiky
 - **Eros (instinkt života)** - pramení z anabolických procesů organismu.
 - Jeho cíle uskutečňuje libido (životadárná energie) - nezbytná pro vývoj osobnosti.
 - Hlavním cílem libida je uspokojení různých sexuálních potřeb => potřeby vznikají v erotogenních zónách těla – v oblasti kolem úst (orální zóna), konečníku (anální zóna) a pohlavních orgánů (falická zóna)

- **Thanatos (instinkt smrti)** - pochází z katabolických procesů organismu.
 - Jedná se o nevědomou a destruktivní tendenci
 - Psychickým ekvivalentem instinktu smrti je touha zachovat konstantnost.

Rozdělení psychické energie - Freud tvrdil, že každý člověk má omezené množství energie, o niž neustále soupeří Id, Ego a Superego

- **Id** - složka osobnosti, v níž sídlí veškerá psychická energie, kterou používá pro své hédonistické cíle.
 - tzv. primární procesy - nerozlišují vhodné/nevhodné způsoby uspokojení potřeb
- **Ego** – jelikož nemá psychickou energii, musí ji získávat od Id (id je koněm, který dodává energii, kdežto ego určuje cíl cesty) – hledá kompromis mezi přáním id a vnější realitou (často prostřednictvím procesu identifikace – ztotožnění) – energii, která zbude, využívá pro svůj vlastní vývoj a obranu před Id a Superegem.
 - **Identifikace** - umožňuje duševní energii putovat z jedné oblasti psychiky do jiné. Přejít do vyšších oblastí přispívá k osobnostnímu vývoji a udržování duševní kondice (důležitá jak pro vývoj ega (ztotožnění s realitou), tak superega (identifikace s agresorem)).
- **Superego**
 - tresty a představy trestu jsou prožívány se strachem => podněcování vývoje autoregulačních mechanismů dítěte (svědomí)
 - identifikace s autoritou => realistické uspokojení potřeb
 - z rodičovských ctností a hodnot si dítě buduje vlastní Já ideály
 - rodičovské příkazy a zábrany utvářejí jeho svědomí
 - pochvaly a kritiky se stávají jádrem sebepojetí.
- kompetitivní dynamika - soupeření o energii - dominující složka určuje povahu, zralost a duševní zdraví člověka =>
 - dominující ID - nízká frustrační tolerance, hédonismus, morální nezralost
 - dominující EGO - racionální, zdrženlivý, tolerantní, cílevědomý, zodpovědný, ...
 - dominující SUPEREGO - neustálá snaha o dokonalost, chybí cit pro realitu => až neurotické/psychotické problémy
 - energetické kolísání zpravidla během prvních 20 let života, potom se to ustálí

Úzkost (anxieta) = obecná nepříjemná nálada

- = psych. reakce na nějaký dosud nepoznaný faktor z prostředí nebo ze svého nitra (změny životního prostředí, vytěsněné síly)
- vznik a průběh úzkosti nemá jednoznačnou příčinu
- může ohrozit integritu člověka
- je důsledkem přeměny biologické podstaty člověka v kultivovanou osobnost.
- **Reálná úzkost** – vědomí o reálném ohrožení.
- **Morální úzkost** – vyvolává obavy z vlastního svědomí.
- **Neurotická úzkost** - obavy z vlastních instinktů, které vybízejí, abychom udělali to, co je zakázáno

Vývoj osobnosti – základní premisy:

- Základ osobnosti se utváří během prvních pěti let života.
- Toto časné období je obdobím hlavních psychosexuálních změn.
- Časná psychosexuální zkušenost určuje budoucí charakter člověka.
- Rozhodujícími psychickými činiteli vývoje osobnosti jsou napětí a učení.
- zvýšení napětí => hledám způsob, jak ho odstranit (nejprve pokus - omyl, později dle zákona účinku) => vývoj osobnosti
- důležitost identifikace pro vývoj Ega a Superega
 - identifikace umožňuje přesun energie do jiné oblasti (dle míry shody mezi zástupným a originálním objektem a společenské přiměřenosti náhradního objektu)
 - náhrada neuspokojí potřebu plně, část napětí zůstává

Další vývoj psychoanalýzy

- **kritika především:**
 - Oidipova komplexu - nebyl prokázán fylogenetický původ ani jeho univerzální platnost
 - názoru, že morální a hodnotový vývoj končí v dětství
 - pojetí, že lidská přirozenost je zlá
- **Carl G. Jung** (analytická teorie osobnosti)
 - zavrhl Freudovo učení o biologické determinaci osobnosti
 - Upřednostňuje teleologické pojetí - člověk se ve svém vývoji (procesu individuace) řídí budoucími cíli
 - Jung rovněž popřel Freudův pansexualismus, kterým vysvětloval sexuální původ veškeré lidské činnosti včetně umění a kultury
 - prameny společenského a individuálního růstu v kolektivním nevědomí – archetypy
 - individuace = vývoj osobnosti, kompromis mezi psychickými protiklady
 - dělení psych. funkcí na racionální a iracionální
- **Alfred Adler** (individuální psychologie)
 - zdůrazňoval společenské činitele pro vývoj psychiky a osobnosti
 - Člověk, který se rodí jako méněcenný a nedokonalý, svůj nedostatek nahrazuje cílevědomým růstem -> **Vývoj osobnosti je sociálním procesem** – člověk se stává zodpovědným a svobodným jedincem (mravní zodpovědnost je základem duševního zdraví).
 - základ duševního zdraví: mravní zodpovědnost
 - selhání mravní zodpovědnosti >> psychopatologie
 - 2 základní síly: usilování o nadřazenost a společenský cit
 - 3 zákl. úkoly člověka:
 - dobře fungující mezilidské vztahy
 - společensky prospěšné zaměstnání
 - intimní vztahy o komplex méněcennosti o pořadí narození sourozenců
- **Karen Horneyová** (kulturní psychoanalýza)
 - podobně jako Adler zdůrazňuje význam kulturních činitelů vývoje osobnosti
 - Empiricky zpochybnila klasické pojetí libida, Oidipův komplex, úzkost, narcismus, doktrínu o instinktivním původu lidské destrukce nebo morálky
 - zavržení teze o morální méněcennosti
 - neurotické poruchy = vzorce interpersonálního chování vzniklé v interakci mezi dítětem a rodičem
 - 3 základní pohyby: k lidem (podrobnost), proti lidem (útočnost), od lidí (stažení se)
- **Erich Fromm**
 - kritika Freuda, hl. snahy napodobovat přírodní disciplíny
 - jeho hlavním přínosem je nejistá analýza univerzálních potřeb člověka a dvě typologie charakteru
- **Erik Erikson** (ego-psychologie)
 - psychosociální teorie osobnosti (osm, respektive devět věků)
 - celoživotní interakční vývoj osobnosti
- **Wilhelm Reich**
 - kritizoval Freudův nezáměr o zdravý charakter a studium rozmanité charakteropatie
 - charakter: genitální, neurotický, biopatický
 - **orgonová teorie osobnosti**
 - základem psych. a fyz. zdraví je sex. potence (= inherentní tvořivost a spontaneita člověka)
 - nedostatek uspokojení -> charakterový svalový pancíř

16. Psychometrické pojetí osobnosti

- v osobnosti existují poměrně trvalé dispozice/rysy, které iniciují a regulují různé psychické procesy a behaviorální projevy
- osobnostní rysy - psychický základ individuální důslednosti
- konečný cíl: porozumění rysům pro předvídání indiv. i skupinového chování
- upřednostnění empirického vymezení základních dimenzí osobnosti (srovnání naměřených hodnot s objektivně stanoveným standardem)
- individualizovaná konstelace rysů - idiosynkratické pojetí zdůrazňující jedinečnost každé osobnosti
- rysy determinují osobnost
- **předchůdci:** Hippokrates (temperament), Pavlov (neurofyzilogická teorie), Sheldon (antropometrická typologie temperamentu), ...
- **dnes hlavně:** Allport, Eysenck, Cattell
- psychologický výzkum rysů se prováděl pro zjištění základních dimenzí osobnosti

Sémantická analýza osobnostních pojmů – Allport

- spolupráce s lingvistou Odbertem
- analýza významu anglických slov popisujících osobnost (17 953 ks) => odstranění synonym a nejasných pojmů -> 4 500 ks
- problémy:
 - o určit správné názvy rysu - rysy existují reálně, ale název je nějaká nálepka, kterou jim dáváme
 - o 4 500 ks je příliš mnoho pro praktický popis osobnosti
- **RYS**
 - o existuje reálně, nejde jen o konstrukt psychologů, jde o skutečný strukturální a dynamický prvek osobnosti
 - o je obecnější než návyk (ten je určen specif. podnětem), ALE spojením více návyků může rys vzniknout
 - o dispozice, která iniciuje a řídí činnost osobnosti
 - o lze empiricky identifikovat a zkoumat na základě projevů osobnosti
 - o vzájemně se mísí a interagují spolu => složitější dynamická soustava rysů
 - o nezávislý vůči morálnímu a společenskému hodnocení
- **obecný rys** = funkčně ekvivaletní formy chování v rámci obecné populace lidí
 - o odráží skutečné a srovnatelné dispozice u mnoha lidí
 - o umožňují srovnávat lidi navzájem
- **osobitá (morfofenetická) dispozice** = zobecněný a soustředěný individuální neuropsychický systém se schopností činit mnohé podněty funkčně rovnocennými, iniciovat a vést soudržné a rovnocenné způsoby jednání a výrazu a řídit jejich průběh individuální rysy
 - o **kardinální dispozice** = neobecnější osobnostní vlastnosti, ovlivňují většinu psychických procesů a jednání (Podobá se Spearmanovu g-faktoru u inteligence.)
 - dodávají osobnosti typickou kvalitu
 - př. narcismus, sadismus, ...
 - o **centrální dispozice** - méně obecné
 - 5 - 10 určuje jedinečnost osobnosti
 - př. (ne)energičnost, (ne)spolehlivost, (ne)obětavost, ...
 - o **sekundární dispozice** = konkrétní, nepříliš jasné, nejméně významné osobnostní rysy
 - jsou relativní, určené konkrétním podnětem

Lexikální analýza Goldbergův pětifaktorový model

- stoupenec Allportova a Odbertova lexikálního rozboru osobnosti
- srovnání jazyků => většina kultur používá shodné názvy pro jednotlivé charakteristiky pozorovaných osob
- dotazník Big Five (ČR - NEO Big Five) - velmi často používán
- uvažuje se o doplnění 2 dalších dimenzí: vysoké/nízké sebevědomí a maskulinita/femininita (HEXACO model)

univerzální osobnostní vlastnosti		popis	
OTEVŘENOST	OPENNESS	závislý - nezávislý	vynalézavý - praktický rozmanitost - rutina nezávislost - konformita
SVĚDOMITOST	CONSCIENTIOUSNESS	spolehlivý - nespolehlivý	organizovaný - neuspořádaný opatrný - neopatrný ukázněný - neukázněný
EXTRAVERZE	EXTRAVERSION	společenský - samotář	společenský - samotářský vtipný - rozvážný citlivý - zdrženlivý
PŘÍVĚTIVOST	AGREEABLENESS	ochotný - neochotný	ohleduplný - bezcitný důvěřivý - podezřívavý ochotný - neochotný
NEUROTICISMUS	NEUROTICISM	vyrovnaný - úzkostlivý	klidný - úzkostlivý jistý - pohyblivý spokojený - nespokojený

N	neuroticismus		O	openness	
O	otevřenost		C	conscientiousness	
P	přívětivost		E	extraversion	
E	extraverze		A	agreeableness	
S	svědomitost		N	neuroticism	

Faktorová analýza – Cattell

- vlastní analýza 17 953 slov => odstranění synonym a nevšedních pojmů => 171 názvů => korelace => 35 širších seskupení osobnostních vlastností => 35 škál, které předložil 200 lidem => výsledky podrobil faktorové analýze => 12 nezávislých faktorů
- faktory představují pramenné osobnostní dispozice/rysy
- osobnostní skladbu lze odhalit pomocí faktorové analýzy
- rozbor 3 druhů ukazatelů: L, Q a T data
 - o **L data** (life) – data ze života
 - o **Q data** (questionnaire) – data ze sebehodnotících dotazníků
 - o **T data** (test) – objektivní data
- faktory nemají hodnotící význam (tj. nízký/vysoký skóre ≠ něco je špatně)
- faktory existují reálně jako psychofyzické vlastnosti člověka (důkazy)
 - o paralelní šetření v různých kulturách dochází ke stejným výsledkům
 - o významná korelace výsledků různých věkových skupin
 - o jsou schopné předpovídat budoucí chování člověka
 - o většina z nich je genetického původu
- rys = faktor = dimenze
- rysy se mohou dělit podle:
 - o **způsobu zjištění**
 - *povrchové rysy* – dají se zjistit objektivním pozorováním manifestních projevů člověka a jeho chování
 - *pramenné rysy* – dají se zjistit faktorovou analýzou; jsou vrozené i získané, základní, jejich kombinací vznikají manifestní vlastnosti
 - o **původu**
 - *konstituční rysy* – vnitřní zdroje; trvalejší, odolnější
 - *rysy modelované prostředím* – vnější zdroje, kultura společnost; zkušenosti, mají adaptivní význam
 - o **modalit projevu**
 - *dynamické rysy* – vyjadřují vztah jedince k určitému obsahu/cíli; dělí se na ergy, postoje a sentimenty

- *rysy schopností* – míra úspěšnosti jedince dospět ke stanovenému cíli; lze je objektivně měřit psychologickými testy
- *temperamentové rysy* - konstituční způsob individuálního projevu - rychlost, reakce, hladina, energie, emocionální kvalita,...
- struktura osobnosti = rysy + motivace + stavy a nálady
- **osobnostní faktory primární** – zjišťují se pomocí korelací dotazníkových dat, např. dyhotomické rysy 16PF
- **osobnostní faktory sekundární** – zjišťují se hloubkovou faktorovou analýzou
- Všechny 16 faktorů:
 - extraverte – introverze
 - úzkostnost – integrace
 - senzitivita – rozumovost
 - rezignace – vzdornost
 - inteligence – mentální tupost
 - otevřenost – rezervovanost
 - dominantní – submisivní
 - vychytralý – bezelstný

Faktorová analýza – Eysenck (viz otázka 14)

Měření osobnostních vlastností

- Cattell 16PF
- Goldberg NEO BIG FIVE
- MMPI (Minnesotský multifázový inventář osobnosti)
 - výhody: lze sledovat psychopatologii (př. hypochondrii, depresi, hysterii, ...)
 - lze sledovat před/po léčbě
 - nevýhody: 567 položek

Současné empirické šetření rysů

- stabilita vs. změna
 - rysy jsou stabilní, ale je možná změna prostřednictvím socializace atp.
 - vývoj a změna bývá častější v mladším věku
- kritika nízké spolehlivosti při odhadu budoucího chování člověka
 - nutno znát aktuální prožívání, hodnoty a cíle člověka
 - nutno znát specifickou situaci
- rysy jsou odolné vůči vlivu vůle (tj. když požádáte hlučného člověka, aby se ztišil, bude pořád hlučnější než tichý člověk)

Silné stránky rysové koncepce

- Allportovo učení:
 - Zdůrazňuje jedinečnost osobnosti
 - Zdůrazňuje vyspělost osobnosti – člověk je racionální bytí (nevědomí dominuje u dětí, u psychicky problematických osob, u živočichů)
- Cattell, Eysenck:
 - Rigorózní empirický přístup osobnosti
 - Faktorová analýza

Slabé stránky

- Allport:
 - Koncepční nejasnosti (proprium, FAM – nejasný původ motivů)
 - Kritika zastánců monotetického přístupu osobnosti (nemožná generalizace, odhalení obecnějších principů, zákonů osobnosti)
- Cattell, Eysenck:
 - Neselektivní použití dat z málo reprezentativních nebo nevalidních zdrojů
 - Zpochybnitelnost FA

17. Humanistické pojetí osobnosti

Humanistická perspektiva

- Humanistická škola vznikla v **50. letech 20. století** jako „třetí síla“ v psychologii, a u jejího vzniku stály osobnosti jako **Abraham Maslow** a **Carl Rogers**
- Později vzniká také existenciální psychologie s hlavním představitelem **Viktorem Franklem**
- Humanistická psychologie zůstala u tradičního introspekcionismu bez nároků na metafyzické či transcendentní aspekty, pokouší se analyzovat lidský potenciál spojený s potřebou sebeaktualizace (seberealizace), s touhou jedince být tím, kým být může
- Oba tyto směry mají společný **fenomenologický náhled na osobnost, realizaci lidských tvůrčích potenciálů, pátrání po podmínkách lidského štěstí a duševního zdraví**
- V základu nesouhlasí s psychoanalýzou a behaviorismem především v těchto bodech:
 - o **Zamítnutí pansexualismu psychoanalýzy a koncepce o biologické determinaci**
 - Bühlerová, Allenová, Bugental, Rogers, Frankl aj. odmítají převahu nevědomé motivace a také Freudovo tvrzení, že zlo představuje vrozené jádro člověka
 - o **Popření behavioristického environmentalismu a pozitivistického výkladu** osobnosti – osobnost není jen výsledkem vnějších vlivů či vrozených vlastností; člověk není jen pasivní bytost ovládanou potřebami a předem danými cíli
 - o Ohledně **lidské svobody a zodpovědnosti** – člověk není nezodpovědným a nesvobodným, pouze produktem vnějších sil a mechanismů odměny a trestů (jak to vnímal Skinner)
- **Základní postuláty humanisticko-existenciální perspektivy**
 - o 1.) Člověk má potenciál pro neustálý růst
 - o 2.) Sebedeterminace podporuje uskutečnění latentních možností člověka
 - o 3.) Seberealizace představuje inherentní, uvědomělý růst duševně zdravého člověka
 - o 4.) Emocionální zátěž poškozuje růst člověka
 - o 5.) Člověk je bytostně dobrý
- Humanističtí psychologové nejeví zájem o osobnost jako o celek, středem jejich zájmu jsou fenomény jako sebevědomí, sebepřijetí, sebedeterminace, kontinuální růst, potřeby štěstí, lásky, svobody, spontaneity, otevřenosti či tvořivosti apod.
- Přednostně se řeší otázky duševního zdraví, pohody a osobnostního růstu
- Duševně zralou osobnost charakterizuje sebepřijetí, sebehodnocení a sebedeterminace
- Ústředním tématem humanistické teorie se stává prožitek jsoucna nebo Self

MASLOW: koncepce sebeaktualizované osobnosti

- Studium zdravých, tvůrčích, potentních a dospělých jedinců => poznáním seberealizovaných jedinců se odhalí podmínky, jak dosáhnout a udržovat psychické zdraví a pocit štěstí
- Seberealizovaní jedinci:
 - o Nepřítomnost neurozy, psychózy, patologie atd.
 - o Převaha svědectví o sebeaktualizaci (využití talentu, potenciálů atd.)
- Analýza 16 sebeaktualizovaných (SA) osob:
 - o 7 současně žijících SA osob
 - o 7 s největší pravděpodobností SA historických osobností (Eisntein, Rooseveltová)
 - o Dvě historicky nepochybně SA osoby (Lincoln, Jefferson)
- Výsledky analýzy SA osob, Maslowova definice SA:
 - o Vnímají realisticky skutečnost (rozlišují lež a pravdu), jsou spontánní, skromní, přirození
 - o Akceptují sebe a tím i ostatní a okolní svět
 - o Orientují se na vnější problémy (problém-centered) ne na své nitro (self-centered)
 - o Tolerantní vůči náboženství a kulturním rozdílům, demokratičtí vůči politice a společnosti
 - o Autentičtí, se stabilními hodnotami, otevření mystickým a vrcholným zážitkům
 - o Dosáhnou mimořádného kognitivního, emočního výkonu – vnímají krásu v běžných, opakovaných situacích, ...
- Existují specifické potřeby, které fungují jako motivační síly a jsou uspořádány do hierarchie Δ
- Soustředí se na intrapersonální růst jedince, pokládá lidské kontakty s okolím za přirozený



ROGERS: na klienta zaměřené (klientocentrické) pojetí osobnosti

- Vychází z dlouholeté klinické zkušenosti => zaměření na organismus, sebeaktualizaci, subjektivní Já, potřebu být přijat, zkušenosti a učení

Postuláty:

- Člověk je přirozeně dobrý
- Člověk má tendenci pro neustálý růst
- Naplnění možností ovlivňuje a umožňuje společnost a kultura
- Emocionální zkušenosti ovlivňují vývoj osobnosti
- Nejvýznamnější zkušenosti vznikají v primární rodině => kvalitu rodinných vztahů určují:
 - o Upřímnost (autenticita): otevřenost k vlastním pocitům, bez přetvářek
 - o Bezpodmínečné přijetí: kladná úcta k vlastní osobě významných jedinců
 - o Vcítění (empatie): otevřené přijetí vlastních emocí
- Kniha *Client-centered therapy* – v té shrnuje svou teorii osobnosti v 19 tezích

Self:

Self = vědomí o svém bytí (složené z „I“ a „Me“ – W. James), vědomé prožívání bytí (výsledkem socializace)

- **Subjektivní self** („I“): intimní aspekt totožnosti, jak já vnímám sám sebe)
- **Objektivní self** („Me“): interakční povaha osobnosti, výsledek individuální zkušenosti s lidskou situací (jak ostatní vnímají mě)
- Vzájemné vlivy SS + OS = **self-koncept**: stálá hodnotící představa, realistické vědění „Kdo jsem“
 - o Slučuje obsahy **sebehodnocení** s **hodnocením vnějších pozorovatelů**, význam selfkonceptu:
 - **Kladné self**: vysněné a vytoužené představy o sobě, člověk touží po kladném hodnocení sebe, doprovází jej pozitivní emoce a příznivý vztah jedince s ostatními a okolním světem
 - **Záporné self**: obávané a nechtěné představy o sobě, doprovázejí negativní emoce
 - o Vývoj selfkonceptu:
 - **Self jako objekt**: představa o vlastních fyzických, osobnostních, sociálních vlastnostech
 - Př.: jsem žena, vysoká, blondýna, Češka, ...
 - **Self jako subjekt**: představa o vlastní zdatnosti a jedinečné totožnosti
 - **Sebehodnocení, sebereflexe, sebeúcta**
- **Sebevědomí** (self-sentiment) představuje základní subjektivní postoj osobnosti, opěrný bod prožívajícího a uvědomělého člověka

Vývoj sebepojetí = názor člověka na sebe sama, je ze značné části formováno rodiči a dalšími významnými osobami v životě jedince

- Rodičovská péče poskytovaná bez jakýchkoliv podmínek vede k tomu, že dítě nemusí popírat žádný ze svých prožitků => podstatné je také **nepodmíněné pozitivní sebepřijetí**
- **Ideální a reálné „já“**
 - o Ideální „já“ – jací doufáme, že budeme X Reálné „já“ – přesvědčení o tom, jací jsme
 - o Rogers využíval Q-techniky (Q-třídění), kterou vytvořil William Stephenson, ke zkoumání ideálního a reálného „já“ u klientů před zahájením psychoterapie a po jejím ukončení
 - Klient třídí karty s konkrétními výroky o vlastním Já, ke každému výroku klient musí vyjádřit stupeň vlastního souhlasu či nesouhlasu
 - V první fázi seřazuje karty podle aktuálního stavu (Aktuální Já), poté o Vytouženém Já

Základní lidská motivace je tendence k **sebeaktualizaci** (obsahuje řadu potřeb – potřeba potravy, bezpečí, nezávislosti, sebeřízení...) => chování je vždy motivováno přítomnými potřebami, minulé události mohou člověka ovlivnit jen do určité míry

Organismus

- psychofyzický základem veškerého prožívání (myšlení, emoce, fyziologické odezvy, různé chování), „uspořádaný celek“, který přijímá všechny prožitky vyskytující se v jevovém poli, obsahujícím subjektivní skutečnost osoby v každém okamžiku
- Funkcemi organismu je **usilování** o sebeaktualizaci prostřednictvím naplňování potřeb a **přijímání** prožitků tak, jak se vyskytují v jevovém poli

Kongruence = shoda mezi prožitky přítomnými v organismu a tím, jak jsou symbolizovány v „já“

- Vysoká míra kongruence je známkou duševního zdraví jedince
- Symbolizace musí být přesná, bez zkreslení □ nedostatek přesné symbolizace organismického prožívání, a tedy rozpor mezi prožitky a vnímáním, je označován jako **inkongruence**

Dobrá život

- Popis „**plně fungující osoby**“, zavedl pojem „**dobrá život**“ označení způsobu, jak takoví lidé žijí
- **Dobrá život** = jedná se o proces, směřování (nikoliv cíl), které tvoří dobrý život je takové, které si volí celý organismus tehdy, má-li duševní svobodu zvolit si kterýkoliv směr
- **Znaky dobrého života (4):**
 - o 1. Vzdávající otevřenost prožívání – přijímání jakkoliv rozmanitých prožitků
 - o 2. Vzdávající existenciální kvalita žití – „já“ a osobnost se vynořují ze zkušenosti, která není překrucována
 - o 3. Vzdávající důvěra v organismus – člověk se nechá vést vlastním organismem
 - o 4. Plnější fungování – shrnutí předešlých tří bodů

Výhody sebeúcty

- Kladné sebehodnocení zvyšuje sebeúctu, příznivě působí na psychiku, fyzické zdraví a sociální relace člověka
- Osoby s vyšší sebeúctou méně trápí žaludeční vředy, nespavost a jsou odolnější vůči alkoholu, drogám a jiným závislostem, také snadněji řeší náročné situace, jsou optimističtější a méně konformní
- *Kdo si váží sebe, snadněji přijme i jiné lidi. – Maslow*

Nevýhody sebeúcty

- Osoby s nízkou sebeúctou mívají špatnou náladu, prožívají zoufalství a neštěstí, postižena je také odolnost vůči frustraci, snižuje motivaci a také pracovní, sociální a adaptační schopnosti člověka
- Osoby s chronickým nedostatkem sebeúcty prožívají úzkost a deprese
- Rogers: nepřijetí sama sebe zkresluje hodnocení ostatních lidí, narušuje interpersonální vztahy
- Vyskytují se omezení poznávacích činností – černobílé myšlení, předsudky, zjednodušené usuzování, stereotypy

Pseudovýhody sebeúcty

- Přebytek sebeúcty – snižuje kritičnost člověka, vytváří komplex nadřazenosti
- Velebení sebe sama má negativní dopad na sebe sama, komplikuje sociální vztahy osobnosti
- Fenomén „vypočítavé předpojatosti“ (self-serving bias) – lidé raději hodnotí sebe kladně

Nedostatek sebeúcty

- Vyjadřuje přehnaná kritičnost vůči své osobě, znevažování vlastních sil, odpovídající vnějšímu místu kontroly
- Typickým obranným mechanismem je introjekce: „Za všechno můžu já.“
- Také existuje jako kolektivní pocit – typ kolektivní méněcennosti odrážející specifickou výchovu, kulturní tradici nebo konkrétní historickou zkušenost
 - o Nižší sebevědomí bývá v kolektivistických kulturách – u Číňanů, Japonců

Spiritualita

- Lze přepokládat, že tvoří – alespoň u některých jedinců – integrující centrum motivů, postojů a citů i kognitivní orientace, jádro osobní identity a smyslu života
- Slabost nebo nepřítomnost takového integrujícího centra může znamenat nezralost nebo dezintegraci, rozklad osobnosti
- Nemusí nutně souviset s náboženstvím □ často se užívá pojem „nenáboženská spiritualita“

Hodnocení humanisticko-existenciálního přístupu

- Kritické humanisticko-existenciální psychologie poukazují na subjektivitu a nejasnost koncepce
- Někteří kritizují velebení sebelásky a sebeúcty, protože prý podněcují egoismus, cynismus a odcizení jedince od jiných osob a pravých hodnot
- Další kritizování souvisí s možným podněcováním individualismu, sobectví a hédonismu

Problematické je Rogersovo pojetí, kdy dobro umísťuje do centra osobnosti, zatímco vše zlé do společnosti a kultury, tím zbavuje člověka zodpovědnosti a morální regulace

Úvod do sociálně-kognitivního pojetí

- vznik v 60. letech 20. století a představuje komplexní explikaci osobnosti, který funkčně **propojuje** poznatky z významných psychologických disciplín – především **psychologie učení, myšlení a sociální psychologie**
- Významné osobnosti: **Albert Bandura, Julian Rotter a Martin Seligman**
- teoretické a výzkumné pozadí: **Jean Piaget, George Kelly** nebo **Hand Eysenck**
- chápe osobnost jako **výsledek vzájemného působení mezi člověkem a okolní situací**, kdy tuto relaci zásadním způsobem ovlivňují **myšlení, emoce a chování jedince**

Utváření osobnosti

- vytvářena v procesu **sociálního učení**, hl. pomocí **podmiňování**, ale i **pozorováním** druhých
- Díky učení jsou u člověka modelovány sociální návyky, vědění, příslušné vzorce chování a obecně člověka **kultivuje**
- Významnými působícími procesy jsou také emoce či myšlení, které mění objektivní situaci na subjektivní prožitek se specifickým osobním významem => výsledkem jsou následně individuální projevy nebo chování
 - o Pro pochopení není dostačující znalost objektivní situace, musíme znát psychologické porozumění vnitřnímu světu osobnosti a její specifické zkušenosti
- Relace mezi osobností a prostředím je něčím, co se vzájemně ovlivňuje, interaguje => **Bandura** tuto souvztažnost označil pojmem „**reciproční determinace**“
 - o Albert Bandura uznává model K. Lewina, který vnímá jedincovo chování (B) jako výsledkem funkce prostředí (E) a člověka (P), tedy $B = f(E, P)$, tzv. triadický reciproční determinismus
 - o Nicméně klade Bandura důraz právě na učení pozorováním
 - o Princip reciproční determinace je komplexní psychologickou zásadou, překonává mnohá omezení jiných koncepcí (i enviromentalistické determinaci, o vnějším původu osobnosti, o instinktivním původu osobnosti – tu zastávali McDougall nebo také Freud)
 - o Recipročním modelem lze objasnit vytvoření návyků a dalších dispozic osobnosti (např. preference)

Bandura: model interakce osobnost-prostředí

- **Bandura** rozlišoval tyto relace □
- **A) Rozdílní lidé volí rozdílné situace**
 - o Např. obor, který studujeme, kniha, kterou čteme, hudba, kterou posloucháme, lidé, se kterými se kamarádíme – toto vše je námi zvolené prostředí, které plní různé naše potřeby
 - o Námi zvolená situace nás zpětně ovlivňuje a tím modeluje naši osobnost
- **B) Naše osobnost určuje, jak vnímáme, prožíváme, interpretujeme podněty a události a reagujeme na ně**
 - o Zdůrazněny jsou zde vrozené dispozice a získané zkušenosti
 - o Např. úzkostliví lidé vnímají, prožívají a interpretují svět jako potenciální hrozbu a v souladu s tím se chovají
 - o Osobnostní predispozice mění objektivní skutečnost ve smysluplnou subjektivní danost
- **C) Naše osobnost určuje situaci, vůči které reagujeme**
 - o Vztahy mezi osobností a prostředím jsou zde určovány bezprostředními emocemi nebo náladou
 - o Např. budeme-li očekávat, že na nás někdo bude naštvaný, poskytujeme mu dostatek důvodů, aby se právě tak choval

- Postoj vůči ostatním lidem a situacím vytváří shodné postoje vůči vlastní osobě
- Člověk a jeho osobnost je výsledkem souhry genů, psychické zralosti, získaných vlastností a prostředí
- Bandura zdůrazňuje, že prostředí nepůsobí na osobnost neomezeně (čímž zamítá základní zásadu behaviorismu), a stejně tak vrozené a nevědomé dispozice nemají neomezené pole působnosti (vyvrací psychoanalytické pojetí) => tak může stejná situace u rozdílných jedinců vyvolat odlišné procesy

Albert Bandura (1925) & self-efficacy

- autorem konceptu očekávané osobní zdatnosti (jeden z překladů), neboli „**self-efficacy**“
- Dle Bandury je totiž jednání i motivace člověka také do značné míry ovlivněno očekáváním, které představuje self-efficacy – víru v to, že jsme schopni vykonávat takové činnosti, které nás povedou k dosažení našich vytyčených cílů – toto očekávání má dopad na naši každodenní volbu jednání, konkrétně bude vstupovat do takových situací, o kterých má dojem, že je se svými schopnostmi zvládne

Prožitek osobní kontroly (personal control)

- Prožitek osobní kontroly je významným rozměrem osobnosti – zahrnuje subjektivní představy o vlastních možnostech rozhodovat a ovlivňovat aspekty života (zaměstnání, finance, sociální vztahy, zdraví a nemoc, štěstí)
- Způsob vnímání svého postavení vůči různým životním situacím ovlivňuje jeho osobnost, interpersonální chování a vztahy, obecný pocit štěstí a kvalitu života

Julian Rotter (1916-2014) – místo kontroly (Locus Of Control – LOC)

- Ve své teorii sociálního učení je centrem utváření osobnosti již zmíněná interakce jedince a prostředí, která je mimo jiné závislá na konkrétní učební zkušenosti jedince a jeho životní historii => díky této interakci se vytváří široký repertoár poměrně stálých možností, jak jedinec reaguje v jednotlivých situacích
- Vytvořil jednoduchý vzorec, který vysvětluje potenciál chování (BP) jako funkci očekávání (E) a posílení (RV) => Tedy: **BP = f (E, RV)**
- autorem empirického konstruktu **místa kontroly** neboli „**locus of control**“ (LOC) = vyjadřuje míru, jakou člověk prožívá kontrolu nad danou situací, nad svým osudem; přesvědčení člověka o významných příčinách, které ovlivňují jeho životní události a situace
- Můžeme rozdělit tzv. **internalisty** a **externalisty**
 - Internalisti s **vnitřním místem kontroly** věří, že jsou schopni ovlivnit běh událostí svými schopnostmi a jsou za své jednání odpovědní
 - Naopak externalisti s **vnějším místem kontroly** se vidí spíše jako pasivní diváci v situacích, nepocítují tolik zodpovědnosti za své jednání bez ohledu na jeho výsledek
 - => Typ místa kontroly je dle Rottera dispozicí, která souvisí s učením se a se získanými zkušenostmi

Psychologická interpretace místa kontroly

- Podle empirických výzkumů bylo prokázáno, že prožitek místa kontroly je spojen s různými projevy fyzického, psychického a sociálního charakteru
- **Lidé s vnitřním místem kontroly** jsou optimističtější, vyrovnanější, šťastnější, podávají lepší výkony, jsou nezávislejší, optimističtější
 - Jejich základní povaha ale může spočívat v neustálém stanovování si náročných cílů a jejich dosahování, která souvisí se silnou potřebou úspěšnosti a navýšením své hodnoty (až riziko ohrožení adaptační schopnosti člověka)
- **Lidé s vnějším místem kontroly** jsou si méně věří, mají horší školní výsledky, často potřebují podporu silnějších osob, jsou konformní, depresivní atd.
- Vnitřní místo kontroly se nejčastěji vyskytuje u mužů a také u jedinců s vyšším profesionálním a společenským postavením, jsou bojácní, úzkostliví, pasivní, depresivní
 - Zároveň však může jejich pasivní povaha chránit osobnost před frustracemi a zklamáním

- Přesvědčení o vlastní způsobilosti také narůstá s věkem

Martin E. P. Seligman (1942) – **Naučená bezmocnost**

- M. Seligman zjistil, že traumatické zkušenosti doprovázejí pocity bezmocnosti, zoufalství, nedostatek vlastní kontroly a posléze projevy deprese => projevy označil: „**naučená bezmocnost**“
- Naučená bezmocnost je selhání volní činnosti člověka => pokud individuální úsilí vede k úspěchu, člověk to nese špatně a pociťuje vnitřní napětí
- Fenomenologicky je naučená deprese podobná exogenní depresi
- **Naučená bezmocnost je důsledkem nepříznivých okolností, které jedinec vnímá jako nevyhnutelné – nastává pak obecný stav rezignace organismu, který je přesvědčený, že ničím nemůže ovlivnit ani změnit tuto skutečnost**
- experiment se psy, kteří byli připoutáni řemeny a následně vystavováni elektrickým šokům (u těchto psů byl viditelný postupný vývoj příznaků rezignace organismu, následně nebyli psi schopni utéct ani v případě, že to bylo možné)
- doplnil své výzkumy naučené bezmocnosti o „naučeném optimismu“ a dokazuje, že je možné naučit člověka čelit zátěži konstruktivně
- Poznatky Seligmána a Eysenka našly využití při terapii závažných psychických stavů, zejména fobií – jedná se o kognitivně-behaviorální terapii, která spojuje zásady podmíněného, instrumentálního a kognitivního učení

Kritika sociálně-kognitivní perspektivy

- poukázala na význam sociálního kontaktu a subjektivního prožívání jedince, její výrazný přínos je také v oblasti léčbě fobií, naučené bezmocnosti a jiných emočních prožitků
- Kritikové upozorňují na podezřelou „dokonalost“ sociálně-kognitivní perspektivy (každý jev totiž můžeme přiřadit jeho interakční původ) a zanedbání vrozených dispozic osobnosti
- Zdrojem kritiky je také environmentální zaujatost sociálně-kognitivní teorie

Já

- Ústřední složka a činitel osobnosti
- Koncepce původu, vývoje, charakteristikách a funkcí Já zahrnutý v každé teorii kromě behaviorismu
- Nejvíce v Já-psychologii = Ego psychologii (Hartmann, Rapaport, Freudová, Kleinová)
- **Vyjadřuje vědomí o vlastní nepřetržité existenci a totožnosti**
- Nejsložitější uvědomělý fenomén psychiky
- Základní vlastnost = intencionalita: cílevědomá snaha vyhnout se nebezpečí, ovlivňovat své okolí
- Představuje integritu vzájemně se ovlivňujících vlastností konkrétního člověka
- Prožívání vlastního Já závisí na různých psychických, sociálních a fyzických činitelích; může být středem pozornosti i „pozapomenuto“
- Základy jsou dané v dědičnosti, ve vrozených, kongenitálních a konstitučních předpokladech
- Na ně zároveň působí fyzické, sociální a kulturní prostředí
- Během vývoje dochází u Já k evolučním i involučním změnám

Já a příbuzné pojmy

Já a Ego

- U obou dominuje vědomí, racionální uvažování a intencionální činnost
- Ego - vymezené psychoanalýzou
- Já - obecnější; kromě výkonných funkcí zahrnuje i vlastnosti, jež Freud vymezil pro Superego

Já a osobnost

- Osobnost - složitá psychická soustava člověka (jeho rysy, schopnosti, vědomosti, motivy, zkušenosti, postoje)
- Já - ústřední, uvědomělá a výkonnostní složka osobnosti, kterou člověk prožívá, ztotožňuje se s ní
- Mezi Já a ostatními složkami osobnosti probíhají neustálé dynamické vztahy (mnohdy nevědomé a konfliktní) => do rovnováhy pomáhají dostat kliničtí psychologové

Já a organismus

- Organismus - biologická entita přístupná objektivnímu pozorování a šetření různých odborníků
- Já - subjektivní fenomén dostupný pouze psychologickému šetření a interpretaci

Já jako objekt

- Psychický život dítěte začíná vnímáním partií vlastního těla => vizuální a motorická zkušenost utváří základ tělesného schématu
- Vývoj tělesného já úzce souvisí s vývojem poznávacích funkcí
 - o Zvyšuje se zájem o vlastní osobu
 - o Reakce na jméno (základ totožnosti)
- Postupné utváření představ o sobě
- Sebepoznání = skládá se z různých fyzických vlastností, uvědomování si svého pohlaví, aktuálního stavu těla a primárních emocí

Vývoj já

- Od egocentrického k sociálnímu bytí => postupné nahrazování reflexních projevů a pudových požadavků chováním, které je v souladu s normami společnosti
- Vyžaduje: zrání příslušných psychických a motorických funkcí, vývoj poznávacích schopností a vědomí a také trpělivost i důslednost rodičů
- Souběžně probíhá také socializace potřeb (např. odkládání uspokojení)

Kategorické já

- Vzniká v předškolním věku (= schopnost pozorovat a zařazovat sám sebe do určitých skupin)
 - o Předškolák rozpoznává své pohlaví, věk, mentální pochody, náladu, potřeby, cíle, své věci, kamarády a sociální původ

Věk dítěte	Charakteristické projevy Já a seberegulace
8.–9. měsíc	Rodiče stimulují postupy související s regulací aktivity kojence.
12.–15. měsíc	Snaha rodičů kontrolovat chování přináší batoleti pocit bezpečí, ochrany a vyhýbání se újmě ze strany ostatních; batole již projevuje první znaky seberegulace.
15.–18. měsíc	V zrcadle a na fotkách rozpoznává svůj obličej; zvyšující se očekávání rodičů vůči seberegulaci zpevňuje rodinné zvyky; zvyšuje zájem o vlastní osobu a také svou nezávislost.
18.–30. měsíc	Projevuje schopnost odkládání uspokojení.
30. měsíc – 6 let	Vymezuje Self pomocí kategoriálního usuzování; rozpoznává prostředky pro fyzickou a kognitivní výkonnost; uplatňuje zřejmou seberegulaci prostřednictvím řeči; zvyšuje se rozpoznávání účinných prostředků pro odkládání uspokojení.
6–9 let	Vymezuje Self pomocí sociálního přirovnání;

- Děti ze znevýhodněných soc. skupin mají lepší psychologickou sociální orientaci = dříve si uvědomují svoji příslušnost
- S narůstajícím věkem se dítě hodnotí abstraktněji a komplexněji
- **Školáci** – srovnávání s vrstevníky
 - o Sebeurčení z hlediska školní úspěšnosti, fyzických vlastností a sociálních dovedností, schopnost regulovat své chování apod.
- **13 let** – náznaky autonomní morálky a respekt vůči sociálním normám
 - o Vývoj rozumových schopností => prohloubení volní činnosti a sebekritičnosti
 - o Lepší odkládání potřeb a napětí
 - o Rozlišování projevů žádoucího a nežádoucího Já
- **Puberta** – nastávají významné fyzické, kognitivní a sociální změny
 - o Stabilizace abstraktního myšlení a empatického porozumění druhým
 - o Braní v úvahu mínění druhých lidí o své osobě
 - o Já identita zahrnuje i kladné i záporné vlastnosti
- **Adolescence** - vývoj individuálního myšlení, citění a jednání
 - o Odpoutání od společenského srovnávání
 - o Tvorba vlastních zásad => morální autonomie
 - o Významné pro vývoj osobnosti je členství v referenční skupině => internalizace skupinových norem a hodnot
 - o Vývoj prosociálních vlastností (porozumění) díky navozování vztahů mezi adolescenty

Já jako subjekt

- Intimní postoj člověka k vlastní osobě a existenci
- Sebepostoj se utváří hodnocením vlastní způsobilosti, svéráznosti a stálosti vlastní identity

Pocit vlastní zdatnosti

- Konstrukt sociálně-kognitivní teorie A. Bandury
- Individuální přesvědčení o tom, že člověk je schopen vykonávat určité úkoly a zvládat aktuální nebo budoucí situace

a) Bandura vymezuje následující činitele pocitu vlastní zdatnosti:

- o Předešlý výkon a odpovídající zkušenost
 - Úspěch => vyšší cíle
 - Neúspěch => skromnější cíle
- o Nepřímá zkušenost na základě chování jiné osoby
 - Úspěch u sledované osoby => ztotožnění pozorovatele s jeho chováním (dezinhibiční proces)
 - Neúspěch u sledované osoby => snížení výkonnosti (inhibiční proces)
- o Sociální mínění
 - Hodnocení ze strany druhých osob
 - Kladné => motivuje člověka zvládnout situaci nebo daný úkol
 - Záporné => omezuje úspěšnost a sebehodnocení jedince
- o Fyziologické a emoční stavy
 - Euforická nálada => dodání energie, která může být využita k dosažení cíle

- Frustrace => snižuje aspiraci
- b) Řídící motivace (White)
 - Vrozená potřeba (tendence) ovládat a řídit své okolí a sebe
 - Projevuje se už u novorozence (pohyby a zvuky sloužící k řízení rodičů)
 - Dítě určuje z reakce dospělých kladnou nebo zápornou emoční kvalitu, která zpětně ovlivní jeho řídící motivaci
 - Harterová (1987) – kladná emoční odezva matky (úsměv, pohlazení) motivuje dítě na cestě k dosažení dalšího cíle => upevnění pocitu zdatnosti a kladné sebeúcty
 - Kelley (2000) – pokud je matka lhostejná, kritická či restriktivní vůči spontánní aktivitě dítěte do 3 let => strach, stud a nedostatečná vytrvalost při řešení úkolů
- c) Při vývoji pocitu vlastní zdatnosti dochází k diferenciaci různých vlastností a schopností v souladu s morálními a školními požadavky
 - Kritické období mezi preadolescencí a adolescencí => pokud dítě získá kladné zkušenosti, vyvine se u něj důležitá složka sebereflexe = „Orientace znalce“ = přesvědčení, že vlastní výkon je výsledkem vloženého úsilí (podobnost s vnitřním místem kontroly)
 - U dětí je chybný pocit vlastní zdatnosti mnohem závažnější než u dospělých

Pocit jedinečnosti (sense of individuality)

- Vědomí o tom, co je specifické pro mou osobu a v čem se mé Já liší od jiných Já
- Damon (1983) – sebepojetí u dětí a adolescentů
 - o Předškoláci – k vymezení vlastní osoby používají jméno, rodinnou příslušnost, fyzické vlastnosti a věci, které vlastní („Jsem Honza“)
 - o Pozdější věk – abstraktní kategorie psychického, sociálního a morálního významu
- Eysenck (2004)
 - o Desetileté dítě – popis sama sebe pomocí srovnávání své výkonnosti s výkonností ostatních vrstevníků („Jsem fotbalista“)
 - o Raná adolescence – zdůrazňování psychických a sociálních vlastností („Jsem šťastný“)
 - o Strašná adolescence – vymezování své osobnosti v souladu s komplexními a jedinečnými vlastnostmi, se kterými se jedinec ztotožňuje („Jsem vlastenec“)

Pocit stability (sense of stability)

- Vědomí o kontinuitě vlastní totožnosti
- Vlastní Já vnímáme jako poměrně stále jsoucno navzdory evidentním změnám, které pozorujeme na těle
 - o Důkazem je i „Fantomova končetina“ = cítění amputované končetiny
- Základní činitele nepřetržité kontinuity: jméno, tělesné vlastnosti, pohlaví, osobní předměty, etnická příslušnost, hodnocení své osoby vnějším pozorovatelem atp.
 - o Zásah vůči nim může omezit růst osobnosti, způsobuje diskontinuitu Já a posléze odcizení
 - o Pokud nastane náhlá změna našeho hodnocení vnějším pozorovatelem, může dojít k tzv. kognitivnímu zmatku a zhoršení sebevědomí
- Dalším činitelem je časová perspektiva: předškoláci setrvávají v současnosti nebo minulosti; starší děti a adolescenti zahrnují více budoucnost (víra v kladný vývoj Já)

Uvažování o vlastním JÁ (sense of reflection)

- „Sebereflexe“
- Souvisí s vývojem nejvyšších kognitivních procesů a odpovídajících nervových struktur, tzv. terciární oblasti mozkové kůry => funkčnosti plně dosáhneme v pubertě
- Bojanin – schopnost sebereflexe souvisí s nově vzniklými možnostmi uvažovat v rovině etických, abstraktních a hypotetických vztahů
- Damon – zdokonalení rozumových činností u adolescenta vede k lepšímu pochopení a řízení svých emocí, anticipaci důsledků své emoční volby a rozlišování cílevědomé činnosti od nevědomě motivovaných činů

Sebeúcta (self-esteem)

- Přesvědčení, že moje vlastnosti a projevy jsou dobré a žádoucí
- Pocit vlastní hodnoty
- Souhrn emočních postojů vůči vlastní osobě
- Význam sebeúcty je zásadní pro Rogersovu terapii => cílem je akceptování klienta sama sebe
- Zdrojem motivace, pocitu pohody a mentálního zdraví
- Děti a adolescenti
 - a. S vyšší sebeúctou -> empatičtější, společenštější, méně konformní
 - b. S nižší sebeúctou -> častěji adaptační potíže, sociální izolace, pokles motivace a školní výkonnosti

Vývoj sebeúcty

- Je postupný
- Odvíjí se od emočních zkušeností a průběhu vývoje poznávacích funkcí
- Teprve od 8 let má dítě komplexní představu o vlastním Já (u mladších dětí nejde o sebepojetí v pravém slova smyslu)
- Hlavní činitelé ovlivňující sebeúctu:
 - a. Úspěšnost člověka ve vztahu k vysoce hodnoceným cílům: čím náročnější úkol, tím větší spokojenost sám se sebou po jeho dokončení
 - b. Kladné hodnocení vlastní osoby ze strany vnějších pozorovatelů: hodnocení jedince ze strany jiných lidí vede k postupnému vývoji subjektivní představy o vlastní hodnotě
 - c. Souběžné působení prožitku vlastního úspěchu/neúspěchu a kladných/záporných hodnot externích pozorovatelů: Vždy jde o kombinaci obou dvou vlivů
- Sebeúcta neustále kolísá
- Harterová – když má dítě řešit problém, při kterém potřebuje pomoc dospělých, klesá jeho sebeúcta
- U dětí má význam také hodnota tělesného Já
 - a. Srovnání vlastnostmi druhých a s obecně platnými estetickými hodnotami (vliv specifické kultury a aktuálních vzorů identifikace)
 - b. Vzhled je klíčovou rolí v sebeúctě u adolescentů
- Vliv etnické a pohlavní totožnosti – výzkum Adamsové (2006)
 - a. Afroameričané - stabilní, vysoká sebeúcta
 - b. Hispanoameričané – stabilní, nízká sebeúcta
 - c. Američané evropského původu – vysoká sebeúcta v časně adolescenci, potom pokles
 - d. Adolescentní dívky hispánského a evropského původu – nižší sebeúcta než chlapci ze stejné etnické skupiny
 - e. Afroamerické dívky – stejná nebo vyšší sebeúcta jako chlapci stejného původu

- Ego je struktura, která udržuje rovnováhu mezi primitivním ID a moralizujícím superegem
- Rozpory mezi id a superegem vyvolávají napětí, konflikt, úzkost; s rostoucí úzkostí roste riziko narušení psychického zdraví
- Jistá míra úzkosti je v pořádku (motivace k řešení potíží atd.), problém je, když úzkost přeroste hranici
- Vysoké napětí – ohrožení – ego aktivuje obranné mechanismy
- Zpravidla bývají nevědomé, stejně jako jsou nevědomé příčiny úzkosti
- **DEFINICE** dle Cakirpaloglu: reakce osoby s cílem snížit nebo odvrátit úzkost, a také podpora ohrožené sebeúcty osobnosti
- Povaha je reaktivní a nevědomá, vždy zkresluje realitu
- Jednorázové či krátkodobé použití OM je přínosné a žádoucí, úlevné; nadpoužívání snižuje adaptační schopnosti člověka a omezuje vhled, porozumění a sebekritičnost
- Původně Freud, navázala jeho dcera Anna Freudová (1936) definovala 10 základních OM
- Působí v krátkém časovém horizontu, v dlouhodobější perspektivě by měly nastoupit copingové strategie

Přehled nejčastějších OM dle Cakirpaloglu

1. **Vytěsnění (denial)** – z vědomí se odstraňují úzkostlivé pocity a myšlenky. Jeden ze základnějších, není však zcela účinný – frustrující obsahy se manifestují v podobě snů nebo přereků (freudian slip).
2. **Regrese (regression)** – návrat frustrované osobnosti do dřívějšího období vývoje, ve kterém přetrvává psychická energie. Př. Dítě, první dny školní docházky, úzkost, pomočování ve spánku = regrese na anální stádium vývoje. U dospělých – v těžké situaci touha po bezpečí domova.
Pozn.: další OM může být fixace – na určité vývojové období (dítě si při nástupu do školky cucá palec)
3. **Reaktivní výtvor (reaction formation)** – nevědomé úsilí Ega přeměnit nepříjemné pocity či tendence v jejich opak. Nenávist se mění v lásku, bojácnost v odvahu, pohrdání ve zdvořilost. Chrání například před kritikou společnost vůči nežádoucím tendencím jedince. Př. Latentní homosexuál odmítající zákony, které liberalizují práva homosexuálů.
4. **Projekce (projection)** – připisování vlastního neúspěchu, viny a ostatních nežádoucích vlastností jiným osobám a objektům. U osob s nedostatečným vhledem do svých potřeb a vlastností. Nenávist vůči někomu se převrátí v tvrzení „on nenávidí mě“. Kolektivní projekce – předsudky a stereotypy vůči bezbranným či méněcenným osobám a skupinám.
5. **Racionalizace (rationalization)** – kognitivní zkreslení za účelem získání zdánlivého, avšak „vhodného“ důvodu, s jehož pomocí lze ospravedlnit vlastní chování, neúspěch či nepříjemnou záležitost. Osoba vytváří argumenty, kterými se ospravedlňuje a maskuje skutečné motivy.
 - a. Kyselé hrozny: racionalizace pomocí záporných argumentů. Člověk přišel o práci, říká, že se jednalo o nezajímavou a málo placenou práci.
 - b. Sladký citron: nepříjemnou situaci maskujeme kladným hodnocením (viz meme „This is fine“).
6. **Přesun (displacement)** – vybíjíme si své frustrace, pocity a tendence vůči osobám či objektům, které vnímáme jako méně nebezpečné. Chrání osobnosti před důsledky, pokud by byla agrese naměřena na skutečný zdroj frustrace (třeba osobě).
7. **Sublimace** – egoistické a nepříjemné tendence člověka mění v sociálně prospěšné pocity, motivy a činy. Podněcuje tvořivost, umění, literaturu, vědu, charitativní činnost. Freud: sociální,

kulturní, morální a další lidské hodnoty jsou sublimát inherentních sexuálních a agresivních tužeb člověka.

Společné charakteristiky OM

1. Součástí osobnostní výbavy, posilují při zvládání situací X přehnané použití – selhání osobnosti
2. Jsou nevědomé, včetně jejich volby a použití.
3. Typ zvolené obrany závisí na vlastnosti situace, zkušenostech a vlastnostech člověka.
4. Úspěšné OM (odstranění úzkosti) se budou opakovat => neúspěšné zaniknou
5. Výhody: odstranění úzkosti, zachování sebeúcty, posiluje a zvyšuje schopnost čelit budoucím frustracím. Nevýhody: příliš časté spoléhání na OM = pokles adaptačních a poznávacích schopností člověka.
6. Obrana může podpořit vývoj člověka a společnosti. Př. Racionalizace může poskytnout jasnější náhled do situace a konstruktivní cestu při řešení problémů.
7. Selhání mechanismus = prohloubení úzkosti, ohrožení sebehodnocení a sebeúcty, snížení schopnosti čelit problémům a řešit konfliktní situace ...

Členění dle Vaillanta

- **psychotické obrany** = jedná se o primitivní patologické obrany
 - o výskyt u psychotických pacientů, zdravé u dětí do 5 let, ve snech a fantaziích dospělých
 - o slouží ke zvládání úzkosti za cenu subjektivní změny vnější reality
 - o **bludná projekce**: jedinec promítne svou nenávist do určitých objektů vnějšího světa, je přesvědčen, že mu někdo nebo něco chce ublížit
 - o **psychotické popření**: nepřipouštění si či zapomenutí nepříjemné situace, obsahy nejsou smazány, ale vytlačeny do nevědomé části
 - o **distorze reality** - tvorba iluze - upravení skutečnosti do podoby, která je pro jedince více přijatelná
- **obrány u poruch osobnosti, závislosti a depresí (nezralé OM)**
 - o běžné u dětí 3-5 let, u adolescentů, vyskytují se u poruch osobnosti
 - o zdrojem jsou poruchy mezilidských vztahů v dětství
 - o **projekce**: subjektivní pocity bezcennosti promítají do druhých lidí, které různými způsoby znehodnocují. Také pozitivní – když jsme zamilovaní, vidíme lásku i tam, kde bychom ji neviděli.
 - obviňujeme druhého za jeho nedostatky, které máme my sami nebo k nim máme blízko,
 - do druhého umísťujeme zdroj pocitů, které mají příčinu v nás, např. bázlivý člověk vnímá ze svého okolí jen strach a nic jiného, do jisté míry ho tam chce vidět, i když tam ve skutečnosti nemusí být,
 - obviňujeme druhé na základě vědomé podobnosti, která se nám stala, ale jindy a s jinou osobou,
 - v druhých hledáme opak toho, co u sebe vnímáme jako negativní
 - o **hypochondrie**: intenzivní agresivní pocity vůči blízkým lidem, pocity zneužití a osamělosti. Jedinec se zaměřuje na sebe a potom si začíná stěžovat na bolesti a somatické onemocnění. (histrionská a hraniční por. os.)
 - o **pasivně-agresivní chování**: chová se hloupě až provokativně, s nevědomým cílem upoutat pozornost, nebo okolí vyprovokovat k akci. Tito jedinci nechávají na sebe čekat, nedodržují termíny, neodpovídají na otázky apod.
 - o **agování**: jedinec přímo vyjádří nějaké nevědomé přání nebo impuls. Dochází k němu v situacích, kdy by při jakémkoliv pokusu o odložení pudového vybití vzniklo nesnesitelné vnitřní napětí – např. přímé vyjádření nějakého sexuálního impulsu
- **neurotické obrany (úzkosti, panické poruchy, poruchy přizpůsobení atd.)**
 - o Jsou běžné u jedinců od 3 let do vysokého stáří, zejména v situacích akutní zátěže.

- **Represe:** při neurotické represi si jedinec nepřipouští určité nepřijatelné impulsy, které často převádí do symbolického chování (zapomenete jméno člověka, který vás urazil).
- **Přemístění:** princip spočívá v přesměrování intenzivních citů vůči určitému objektu či situaci na jiný předmět, na němž člověku příliš nezáleží, který není tak výrazně emocionálně obsazen jako původní objekt.
- **Intelektualizace:** jedinec s nadhledem, často až ironicky a pobaveně uvažuje o svých pudových přáních. Díky tomu se mu daří udržet jejich afektivní část mimo vědomí; forma izolace, při které získáváme emoční odstup, např. vyjádření bolestných pocitů chladným a neosobním intelektuálním vyjadřováním, jakoby bez emocí.
- **Dále:** reaktivní výtvor, fobie, racionalizace
- **zralé obrany**
 - U jedinců po 12 roku.
 - Pomáhají lidem integrovat podněty vnějšího světa, interpersonální vztahy i privátní pocity.
 - **Altruismus:** snaha poskytovat druhým lidem hezké věci, které bychom od nich rádi dostávali.
 - **Humor:** umožňuje vyjádření některých záporných pocitů bez subjektivního rozladění. Přináší úlevu od bezmocnosti či bezradnosti a u druhých evokuje příznivou odezvu
 - **Potlačení:** spočívá v odsunu nějaké nepříjemnosti na okraj vědomí s tím, že se jí budeme zabývat později.
 - **Anticipace:** předvídáme nějaký možný problém a připravujeme se na jeho řešení a zvládnutí. (*př. Záchrané vesty, plán B*)
 - **Sublimace:** vyjádření pudového impulsu bez nepříjemných vedlejších důsledků. Zahrnuje vyjádření agrese prostřednictvím zábavných her, sportu či koníčků. (*př. podle Freuda: náboženství nebo umění je sublimací sex. pudu eros => přeměnit agresivní potenciál v něco společensky přijatelného – př. jsme na nešťastně zamilovaní – napíšeme ty nejlepší básně apod.*)

Diagnostika obranných mechanismů

-
- **Defense-Style Questionnaire** (Bond et al., 1983),
 - **Defense Mechanism Inventory** (Glesser et al., 1969)
 - **Life Style Index (LSI):** 97 položkový dotazník => měří 8 OM (popření, kompenzace, projekce, intelektualizace, přesun, reaktivní formace, regrese a represe)
 - **The Defense-Q** (Davidson, MacGregor, Johnson, Woody & Chaplin, 2004): 25 OM
 - **Defense Mechanism Rating Scales (DMRS)** (Perry, 1990):
 - Jedna z nejužívanějších klinických metod, do velké míry podílela na zařazení obranných mechanismů do DSM-IV
 - nahrávaný klinický rozhovor => psycholog hodnotí 27 OM na 3bodové škále dle četnosti používání
 - **Projektivní technika Defense Preference Inquiry** (Blum, 1950): navazuje na Blacky test
 - **TAT a CAT, Rorschach** (Lernerova škála obran)

Asi navíc: Poruchy osobnosti a obranné mechanismy

- **vyšší stupeň organizace** => **vyspělejší OM:** vyhýbavá, závislá, histrionská, narcistická, ...
- **nižší stupeň organizace** => **nezralá, primitivní obrana:** paranoidní, schizoidní, hraniční, antisociální, ...
- čím primitivnější osobnost, tím primitivnější obrana a naopak vyspělejší obrany používá vyspělejší dimenze

F60.0 Paranoidní porucha osobnosti

- **projekce:** tendence vnímat a chápat události z vlastního okolí jako záměrné a ohrožující => cíl je možnost hledat důvody vlastní neadekvátnosti a neúspěchů u druhých nebo v okolnostech (*Bezohledný řidič nevnímá vlastní chyby či vinu, zároveň kritizuje, nadává na ostatní řidiče*)

F60.1 Schizoidní porucha osobnosti

- **fantazie:** stažením se do svého světa člověk neutralizuje frustrující účinky situace.
- **intelektualizace:** osobnost předstírá, že vlastní postoj vůči něčemu.

F60.2 Disociální (antisociální) porucha osobnosti

- jedinec s disociální poruchou osobnosti je nezralý, infantilní, bezprostřední, egoistický, neschopný vzhledu do důsledků svých činů
- **agování:** spočívá v přímém vyjádření vlastního nevědomého přání nebo impulzu (*vynervovaný člověk řídí mimořádně riskantně, aby zmírnil neúnosné vnitřní napětí*)
- **projekce:** nedostatek sebekritiky zaměřuje na jiné osoby, na které přenáší vlastní nedostatky a vinu za problémy, které způsobuje sám.

F60.3 Emočně nestabilní porucha osobnosti

- **F60.30 Impulsivní typ**
 - o Nepřítomnost mechanismu vytěsnění
 - o **Agování** □ (disociální p.o.)
 - o **Projekce** □ (paranoidní p.o.)
 - o **Štěpení** (splitting): člověk odděluje kladné od záporných vlastností hodnocené osoby, posléze dle vlastního uvažování tyto charakteristiky používá izolovaně (*idealizuje šéfa a po určité době projevuje opačnou tendenci, znehodnocuje jeho osobnost a schopnosti*)
- **F60.31 Hraniční typ (borderline)**
 - o Nejčastější obranné mechanismy: **Štěpení** □ (Impulsivní p.o.)
 - o **Popření:** popřením lze odstranit citový význam situace nebo ohrožující události tak, že se je člověk snaží nevnímat (*řidič popírá, (nepřipouští si), že přejel chodce*)

F60.4 Histriónská porucha osobnosti

- **Vytěsnění:** „zapomíná“ citové a traumatizující zkušenosti (*Řidič vytěsňuje zkušenost z někdejší autonehody, což mu umožňuje překonat vlastní strach sednout si znovu za volant*)
- **Regrese:** posun k primitivním formám adaptace (*nezkušený řidič v nebezpečné situaci přestává mít zájem o řízení auta; v budoucnu se chová jako člověk, který nikdy nevlastnil řidičský průkaz*)
- **Konverze:** přeměna konfliktního obsahu na smyslovou/tělesnou dysfunkci.

F60.5 Anankastická porucha osobnosti

- **Projekce** □ (paranoidní p.o.)
- **Emoční izolace**
- **Reaktivní výtvor:** budování příslušného postoje, které účinně maskují původní nepřijatelnou emoci či tendenci (*Strach z řízení mění se v nebezpečnou tendenci jedince k riskantní jízdě*)
- **Izolování afektu:** redukce citových investic, což osobu přivádí do obecného stavu pasivity (dobře fungující prostředí, izolace od ostatních)

F60.6 Anxiózní (vyhýbavá) porucha osobnosti

- **Inhibice:** unik před konflikty a ohrožujícími sociálními situacemi.

F60.7 Závislá porucha osobnosti

- **Fixace:** emocionální zakotvení v orálním stadiu vývoje (emotivní vazba na pečující osobu);
- **Regrese:** návrat k méně zralým způsobům adaptace;
- **Idealizace:** velebení osoby, které poskytuje ochranu (zpevnění pocitu bezpečí, vzdávání se zodpovědnosti)

F60.8 Jiné specifické poruchy osobnosti

- **Narcistická porucha osobnosti**
 - o **sebeidealizace:** vlastní osoby, úspěchu, původu...
 - o **symbióza:** Potřeba symbiotické vazby s úspěšnými/ vysoce postavenými osobami.
- **Pasivně-agresivní porucha osobnosti**
 - o **popření** (hraniční p.o.)

- **racionalizace:** budování zdánlivě logického výkladu, zdůvodnění či ospravedlňování vlastní pozice (*Řidič, který při neštěstí neposkytl pomoc jinému člověku argumentuje, že měl naspěch*)

Vymezení pojmu emoce

- **Emoce** latinského původu **emovere**, což znamená „dát do pohybu“
- „Jedná se o stav zvýšené aktivity organismu, která se manifestuje specifickým prožíváním (příjemnost – nepříjemnost), fyziologickými změnami a odpovídajícím chováním.“
- „Reakce subjektu na podnět, který hodnotí jako důležitý a který hodnotí jako důležitý a který viscerálně, motoricky, motivačně a mentálně mobilizuje subjekt pro adaptivní aktivitu.“
- Každou emoci doprovází specifická kvalita **prožívání, komplexní fyziologické pochody, vnější projevy** (postoj těla, gestikulace, mimika)
- Jedná se o duševní proces, který je vyvolaný významnými podněty a situacemi
- Emoce mají **transakční povahu**, vznikají v sociálním kontextu a nejčastěji k němu směřují
 - o Při vývoji je významné rodinné prostředí – člověk jako příslušník sociálních skupin, kterými je ovlivňován a zpětně je také ovlivňuje
 - o Optimální psychologický přístup k problematice emocí poskytuje transakční model – analýza lidské situace vysvětluje význam vrozených a získaných činitelů vývoje a projevu emoce
- Základní **funkcí** emoce je **adaptace organismu** – člověk neustále usiluje o zachování rovnováhy mezi vnějším a vnitřním světem
 - o Pozoruje sebe, také měnící se svět okolo, to v něm může vyvolat napětí či nepříjemné pocity
 - o Důsledkem vlivu významného objektu nebo situace je vznik komplexní emoční kvality ovlivňující viscerální, pohybovou, motivační a mentální složku □
- **Emoce ovlivňují:**
 - o **A) Viscerální procesy** – informace o tom, že je organismus připraven k akci
 - o **B) Pohybové ústrojí** – svalový tonus, postoj těla a chování odpovídající situaci
 - o **C) Motivační systém** – emoce jako konativní složkou jednoty motivy-emoce, emoce zaměřují a iniciují činnost organismu
 - o **D) Mentální činnost** – vnímání, myšlení a další kognitivní procesy jsou soustředěny na porozumění situaci a zahájení adaptační aktivity
 - Adaptace zpětně signalizuje dosažení rovnováhy, přizpůsobení je doprovázeno pocity příjemnosti a potěšení, neúspěšná adaptace vyvolává negativní a frustrující pocity

Emoce a vrozenost

- **Etologické studie** zkoumající živočišné chování a emoce hovoří o **vrozeném původu emocí**
 - o považují je za inherentní vlastnost psychiky a sociálního chování vyspělejších organismů
 - o To, že se primární emoce vyskytují jak u vyšších živočichů, tak u lidí, dosvědčuje fylogenetický původ této psychické vlastnosti – vývojovou kontinuitu zabezpečuje společný nervový orgán – **limbický systém** – ten jako vývojově nejstarší kortikální útvar tlumočí informace z organismu pomocí emocí
- **Ontologické studie v psychologii** – nejvýznamnější studie Bridgesové a Izarda

Bridgesová

- teorie o kontinuálním vývoji lidských emocí, zaznamenány poznatky z pozorování novorozenců a batolat z pediatrické kliniky v Ottavě, revoluční objev = **člověk při narození nemá žádnou emoci**
 - o místo toho má jisté emoční přednastavení = **nespecifické obecné vzrušení** (jeho reakce bude pokaždé nespecifická a projeví se celým tělem)
- Kolem **3. měsíce** se oddělí **2 obecná protikladná odvětví: 1. Diskomfort a 2. Pohoda**
 - o V tomto období určují vývoj emocí zrání a proces diferenciacce
- V **6. měsíci** se z **diskomfortu** vydělují konkrétní negativní emoce: **zlost, znechucení a strach**
- kolem **1. roku** se z pohody vydělují konkrétně: **radost a obecná náklonnost**
- Kolem **18. měsíce** se **náklonnost** diferencuje k *dospělým* a až později vzniká náklonnost *k dětem*
- Ve věku **2 let** již dítě pociťuje **štěstí**
- Pořadí jednotlivých emocí má význam při hodnocení obecného psychického vývoje dítěte – emoce a intelekt jsou propojeny a z vývoje jednoho průběh vývoje druhého procesu
 - o př. emoční deprivace zpomaluje vývoj inteligence a opačně, při mentální retardaci emoce zůstávají poměrně nevyvinuté
- Konec diferenciacce je nahrazen **integrací** – emoce se slučují do obecnějších emočních kvalit a trsů – dochází k růstu osobnosti, obohacení o komplexní emoce (sentimenty lásky, já; vlastenectví)

- pořadí vývoje univerzální napříč všemi kulturami a společenskými rozdíly – vývoj emocí vrozeným psychickým programem (otázka tedy je, jaký vliv na vývoj emocí mají učení, individuální zkušenost, společnost a kultura)
- Tento koncept tedy nic neříká o vlivech individuální zkušenosti či sociálních okolnostech

Carroll E. Izard

- natáčil a pozoroval reakce kojenců na odlišné podněty (kontakt s ledem, vnímání návratu maminky, odejmutí hračky), zjištění = emoce vznikají mezi 2. a 7. měsícem života
- faciální projevy kojenců (zvedání obočí, sraštění nosu) ukazují na kvalitu aktuálního emočního prožívání (srozumitelné pro rodiče), ve které dle Izarda působí **časná zkušenost**
- Během zrání se dítě učí poznávat a třídit výrazy tváře jednotlivých emocí a osvojuje si jejich označování → osvojení vnímaného významu mimiky ve tváři probíhá mezi **3. a 6. rokem** života, slovní ovládání specifické faciální exprese až ve věku **7 až 11 let**
- Ihned po narození dítě projevuje *spokojenost, zájem a diskomfort*, v prvních **6 měsících** se vyděluje ze spokojenosti *radost (3 měsíce)*, ze zájmu *překvapení* a z diskomfortu *smutek, znechucení, zlost a strach (5.-7. měsíc)*
- Kolem **18. měsíce** dítě získává emoce týkající se prožívání vlastního Já – *nerozhodnost, závist, soucit*, kolem **2. roku** je schopno normativního hodnocení sebe sama, na což nasedají další tzv. **sebereflexní emoce** – *pýcha, stud, rozpačitost, vina* (tyto emoce pomáhají lidem regulovat vlastní chování na základě vědomí či anticipace důsledků)
- Primární emoce jsou dle Izarda biologicky dané, na což usuzuje ze svých pozorování, emoční vývoj však neoddeluje od obecného psychického vývoje, zejména od zrání kognitivních funkcí
 - o Dle novějších výzkumů vývoj emocí souběžně ovlivňuje zrání, sociální činitele a zkušenost

Emoce a učení

- Na vznik určité emoční kvality mají vliv sociální a kulturní činitelé → subjektivně hodnotíme určitý podnět nebo situaci, která v nás vyvolává specifickou emoční kvalitu, zároveň však kulturní a sociální příslušnost ovlivňují způsob projevu jednotlivé emoce (proces sociálního učení)

Sociální učení a vznik emocí

- experiment **Watsona** s devítiměsíčním Albertem, který se postupně díky asociaci bál různých předmětů bílé barvy, nejenom počátečního potkana
- Ze sociálních činitelů a učení vzniká zkušenost a odpovídající emoce na určitý podnět – Watson v tomto viděl důkaz o získaném původu lidských emocí
- Kultura a sociální učení modelují emoce ve vztahu k různým situacím:
 - o K sexuálnímu chování
 - Patriarchální kultura zakazuje předmanželské sexuální chování, promítá se zde dvojí morálka (nevěra se mužům odpouští, ženám nikoliv)
 - o Prožívání ztráty blízké osoby
 - Běžně doprovázena smutkem a truchlením
 - V některých kulturách však není smrt prožívána nijak negativně, v potaz se bere spíše víra, že duše putuje do ráje, což v pozůstalých vyvolává útěchu

Kultivace emocionálního projevu

- donedávna existovala alternativní, opačná teze, že je emocionální projev vrozený
 - o **Darwin** = emoční projevy u zvířat i lidí jsou vrozené a slouží především ke komunikaci (důkazem o vrozenosti měly být fyziologické projevy, gestika, mimika)
 - o **Kohtsová = Srovnávací studie emocí a inteligence u opic**, na základě svých výzkumů usuzovala, že primární emoce u člověka a opic jsou vyjadřovány obdobným způsobem a tato shoda mezi dvěma živočišnými druhy napovídá o vrozeném původu emocí
- Výzkumy => faciální exprese v kulturách a společenských vrstvách má rozdílný význam
- Výzkumy Ekmana či Izarda při prezentování fotografií však ukázaly na výraznou shodu při odhadu základních emocí (radost, hněv, strach)
- Kultury se liší ve faktorech navozujících určité emoce a v pravidlech pro jejich projevy
- Schopnost rozpoznat emoční výraz je lokalizována v **pravé mozkové hemisféře**, ale zároveň se odlišuje od nervových mechanismů pro rozpoznání tváří → odlišný nervový základ pro emoce a kognitivní procesy však nemusí znamenat jejich nezávislost – naopak spolu souvisí (Izard)
- Při psychologické interpretaci mimiky a gestiky je nutné analyzovat také situaci, znát okolnosti

- Vlastnosti a projevy osobnosti jsou modelovány lidskou situací a zkušeností = taktéž emoce
 - o Pozorování (např. antropologů) přineslo informace o tom, že emoce jsou nedílnou součástí lidské komunikace, ale specifická emoční exprese se utváří a přenáší v rámci sociálního učení
 - o Stejná emoce se tak v rozdílných kulturách může projevovat odlišně □ př. Eskymáci svou agresivitu vůči druhému projevují veřejným zpěvem pohrdavých písní, v západní kultuře se projevují častěji spíše fyzickým útokem a u Číňanů fixují osobu široce rozevřenýma očima a nesouhlas vyjadřují tleskáním
- Sociální determinace emočního projevu existuje také v rámci dané kultury – každý člověk má určitý sociální původ a patří do určité sociální skupiny a u každé z nich existují typické hodnoty, normy, styl života či jiné atributy mikrokultury □ ty se pomocí **výchovy** přenášejí na všechny členy skupiny, dochází tak k tzv. **institucionalizaci emočních projevů** (člověk se bude při prožívání určitého citu bude chovat v souladu se sociálními standardy a očekáváními)
 - o př. lidé z nižších společenských vrstev budou v kontaktu více otevřenější a bezprostřednější, příslušníci vyšších statusů mohou být spíše zdrženlivější a jejich emoční projev kultivovaný

Klasifikace lidských emocí (děleny dle více kritérií)

A) Podle délky:

- **Afekty** – intenzivní a prudké emoční reakce, vznikají rychle a trvají krátce, ale jejich průběh je bouřlivý, zároveň chybí racionální náhled, směřují k okamžitému vybití
 - o *Hněv, zlost, vztek, radost, děs*
- **Nálady** – trvalejšího rázu, méně intenzivní, dle **Ekmana** podněcují vznik dílčích emocí a zároveň výrazně ovlivňují paměť, motivaci, myšlení, zájmy, postoje, chování a jiné psychické funkce
- **Dlouhodobé emoční vztahy** – zahrnují **vášně**, které jsou charakterizovány svou trvalostí a různorodostí projevů – jsou patrné u jednotlivých zájmů osobnosti
 - o Jako intenzivní emoce mohou směřovat k jiným osobám (*láska k dítěti*), skupinám (*fanatická oddanost hnutí*), předmětům (*posedlost autem*), idejím (*budování ideální společnosti*), aktivitám (*charitativní činnost, sport*)

B) Podle kvality:

- **Nižší (primární) emoce** – spojeny s prožitkem pudových tendencí (*ukojení hladu, žízně, sexu*), somatických stavů (*bolest, únava*), obranných či útočných postojů jedince (*strach, pláč*)
 - o Jsou ovlivnitelné kulturou, společností a jinými osobami
 - o *Primární pocit strachu, radosti, smutku*
- **Vyšší emoce** – specificky lidské, poměrně trvalé a vesměs komplexní emoční kvality zahrnující morální, etické, estetické, intelektuální a další citové prožívání osobnosti; artikulují hlubší hodnoty člověka a promítají se do individuálního a sociálního charakteru
 - o Mezi nejvyšší emoce patří *sentimenty lásky, svobody, vlastenectví...*
- Psychologové se neshodnou ohledně **počtu základních emocí**:
 - o **Watson** uvádí 4 = *radost, strach, smutek, hněv*
 - o **Atkinsonová** mluví o 6 = *překvapení, znechucení, smutek, vztek, strach, štěstí*
 - o **Plutchik** ve své klasifikaci rozlišuje 8 primárních emocí vzhledem k situaci, kterou vyvolává
 - Smutek – ztráta milovaného člověka
 - Strach – ohrožení
 - Vztek – překážka
 - Radost – potenciální partner
 - Důvěra – členství ve skupině
 - Znechucení – odporný objekt
 - Očekávání – nové území
 - Překvapení – náhlé objevení nového objektu

Milivojević prezentuje seznam více než 30 emocí dospělého člověka

- **1 Přání:** Porozumění této emoci je podmínkou pro porozumění všem ostatním emocím (proto **Freud** postavil svou teorii na porozumění libida jakožto životního přání)
- 2 Frustrace, 3 Spokojenost, 4 Štěstí, 5 Radost, 6. Naděje, 7 Nuda, 8 Lhostejnost, 9 Naštvanost, 10 Pohrdání
 - o **Sebebopohrdání** – distancování se od sebe a přesvědčení, že nedisponuji žádnými kvalitami
 - o **Méněcennost** – sociální emoce vyvolávající pocit vlastní nižší hodnoty ve vztahu k druhým
- 11 Nenávist

- **12. Nenávist vůči sobě**
 - V případě, že člověk chápe svou osobu jako zlo, které by mělo zaniknout
 - **Horneyová** rozlišuje 6 druhů sebenenávisti: *neúprosné požadavky na sebe sama, nemilosrdné sebeobviňování, sebepohrdání, sebefrustrace, sebetýrání, sebe destruktivita*
 - **Milivojević** tvrdí, že pokud pochopíme tuto zhoubnou emoci, můžeme objasnit většinu závažných psychopatologických stavů
- **13 Závist**
 - **konstruktivní** (vyvolává přesvědčení, že cizí úspěch neznamená vlastní neúspěch)
 - **destruktivní** (cíl zničení nebo neoprávněné odcizení hodnoty, která je předmětem závisti)
- 14 Vzdor, 15 Znechucení, 16 Strach
- **17 Tréma**
 - **podněcující** (motivuje člověka přehodnotit vlastní schopnosti, vědomosti a dovednosti)
 - **inhibující** (způsobuje obecnou rezignaci a její únik z frustrující situace)
- **18. Úzkost (Freud):**
 - **reálná** (strach ze skutečné hrozby, která ve vnějším světě existuje)
 - **neurotická** (strach z vlastního nitra a nevědomých přání)
 - **morální úzkost** (strach z výčitek svědomí)
- 19 Starostlivost, 20 Důvěra, 21 Stud, 22 Pýcha, 23 Vina
- **24 Láska**
 - **Fromm:** *partnerská, rodičovská, láska k Bohu, různým předmětům, živočichům aj.*
 - Nejintimnější – sebeláska, což je původně internalizovaná rodičovská láska
- 25 Žárlivost, 26 Smutek, 27 Deprese, 28 Humor

Motivy a motivace osobnosti

MOTIVACE = proces spouštění, zaměření a regulace aktivity člověka na objekty a cíle

MOTIV = spouštěcí síla popuzující psychickou energii osobnosti k dopovídající aktivitě

- jedná se o základní pojmy dynamického výkladu člověka
- motivace jako komplexní psych. proces zahrnuje prožitek nerovnováhy a cíl, jak lze napětí odstranit
- *motiv* ≠ *potřeba*
 - *motiv* = tendence k určitému cíli, obecnější pojem než *potřeba*
 - *potřeba* = vnitřní stav přebytku/nedostatku něčeho v organismu
- *motiv* a *motivace* jsou ústředním tématem většiny teorií osobnosti
- v Ψ : postupný přesun zájmu od vnější determinace (behavioristé) k vnitřní (pudy, instinkty - McDougall) => humanismus (**Allport**) - důraz na získaný původ lidských motivů a jejich indiv. povahu:
 - funkční autonomie motivů - primát získaných motivací nad vrozenými potřebami
- **Maslow** – hierarchické uspořádání motivů a zdůrazňuje zde význam vyšších motivů nad nižšími potřebami
- ryze indiv. povaha motivace a motivů => neexistují 2 lidé s totožnou motivační sestavou (osobité významy motivu, jiná volba cest k cíli, ...)
- motivy podléhají sociálním vlivům, učení a individuální zkušenosti
- pro výklad motivace nutno znát individuální potřeby, cíle a zkušenosti, širší společenský i kulturní kontext

PŮVOD MOTIVŮ => obvyklé dělení: vrozené X získané

1) vrozené - nativistické a instinktivistické - člověk má určitý počet vrozených tendencí (motivů), kterými uspokojuje své tělesné, psychické a sociální potřeby

McDougall (18 instinktů), Freud (2 pudy), Murray 20 zákl. lidských potřeb

2) získané – hovoří se složitým motivačním systémem jedince (X vrozených potřeb + velké množství získaných psych. a soc. motivů)

- každé individuální úsilí je motivováno různými potřebami (př. sexuální tendence = vrozená potřeba + potřeba odevzdání se partnerovi)
- vznik a realizaci určuje kultura a sociální činitele
- budování vyšších motivací přispívá k rozvoji člověka

Člověk jako hračka osudu

myšlenka predestinace; člověk je řízen vnějšími (nejčastěji nadpřirozenými) silami, které určují jeho chtění a aktivitu (často v náboženství, transcendentální filozofie) *Např. antičtí Řekové věřili, že motivace člověka má božský původ – bohové určují osud a život obyčejných lidí. Jediné, co lidem zbývá, je udobřit si je, aby jim dali sílu dopracovat se k cíli.)*

závislost člověka a jeho motivace na vnějších zdrojích => naučená bezmocnost (Seligman), místo kontroly (Rotter)

Člověk jako rozumný vládce

racionalismus, odmítání pasivního člověka a vnějšího původu motivace.

člověk si uvědomuje své chtění, cíle, ... nejednotný racionální výklad o smyslu motivačních tendencí - hédonistická, egoistická nebo altruistická motivace

Člověk jako stroj

mechanistické pojetí, motivace a motivy jsou záležitostmi organismu

podobně jako u mechanického stroje i lidskou činnost zahajují fyzické podněty a zahájení činnosti na základě podnětů => specifická odpověď (reakce)

princip fyzické determinace motivace (základem jsou výzkumy reflexů) => cílem je biologické přežití organismu

Člověk jako zvíře

pokročilá varianta modelu „člověk – stroj“ a pojí se s **principem biologické determinace** redukce člověka na zvíře (lidské vlastnosti a motivace se ztotožňují s vlastnostmi a chováním živočichů)

vrozené potřeby (jídlo, pití ...), sekundární potřeby (sex, prestiž, ...) a instinkty (složitě mechanismy, které zahrnují tendence k bezprostřednímu uspokojení tužeb)

př. Freudova psychoanalýza (nejvýznamnější teorie biologické determinace)

Člověk jako produkt společnosti

biologické a sociální bytí člověka je důsledkem přirozeného sociálního výběru a adaptace

biologická selekce => vedla k vymezení základních potřeb

sociální selekce => vedla k vymezení sociálních motivů jedince a širších společ. skupin

kulturní relativismus - zdůraznění závislosti lidských motivů na kultuře (kultura určuje hodnoty, potřeby, cíle, ..) - tj. bez kultury nelze motivy interpretovat - př. náboženství

sociální determinismus - všechny lidské motivy jsou produktem soc. učení (společnost upravuje, jaké bude mít člověk potřeby a motivy) - př. reklama

Člověk jako nevědomé bytí

veškerá činnost člověka (včetně jeho motivů) má původ v nevědomí - Freud

spojení principů biologické a psychické determinace – působení nevědomé motivace

KLASIFIKACE MOTIVŮ

- **vrozené vs. získané** (dle původu)

- vrozené: biologické, fyziologické - dle dědičnosti a genů (jídlo, odpočinek, sex, ...)
- získané: tendence osvojené v průběhu života (výkonnost, afiliace, zisk, ...)

- **primární vs. sekundární**

- podobají se vrozeným a získaným
- primární jako ty, které jsou nezbytnou podmínkou existence člověka

- **biologické vs. sociální**

- biologické: tam kde je vrozený původ + získané v soc. kontaktu (např. biologická potřeba nikotinu u kuřáků)
- sociální: lze uspokojit pouze v soc. kontaktu

Maslowova hierarchie potřeb:

- holisticko-dynamická teorie
- hierarchické uspořádání motivů - zdůraznění významu vyšších motivů nad nižšími potřebami
- dominance určité potřeby může u člověka rozhodovat o jeho orientaci nebo se stát jeho životní filozofií (*např. člověk, který žije v bídě a bojuje o fyzické přežití, si nejvíce váží hodnoty jídla*)
- biologické (nižší) potřeby směřují k uspokojení a návratu k původnímu stavu klidu (*hladový člověk směřuje k jídlu a po dosažení cíle potřeba hasne*)
- vyšší potřeby směřují k růstu – čím více člověk uspokojuje určitou potřebu, tím více směřuje k jejímu dalšímu naplňování (např. různé zájmy)
- ale (pozdější kritika) - člověk není řízen biol. požadavky - neuspokojení nižších potřeb nemusí vést k zablokování vyšších potřeb (*i osoba, která má věčně neuspokojené základní potřeby, pociťuje vyšší tendence a ideály*). Rozebíral to hlavně Frankl v souvislosti se svou zkušeností z koncentračního tábora.

IDENTIFIKACE MOTIVŮ

- psychologický rozbor vyžaduje informace o specifických potřebách a cílech konkrétního člověka, tyto údaje získáme:

- rozbořen pozorovaného chování: problém: situační změny, které mohou být dílem náhody
- analýzou verbálních sdělení: náhled do motivační struktury; podmínka = člověk dokáže své motivy rozpoznat, slovy vyjádřit (problém: individuální zkreslení vlastních tužeb)
- z nevědomí - ale ne vše lze odůvodnit působením nevědomí

- dle agresivních a expresivních projevů - doplnění

DRUHY MOTIVŮ

- Allport: každá osobnost má zcela jedinečnou motivační strukturu a proto jsou klasifikace zbytečné
- zjištění obecnějších cílů individuálních tendencí vede k vymezení obecnějších kategorií motivů
- zákl. cíle: přežití, bezpečí, uspokojení, stimulace (každý člověk jim určuje prioritu a konkrétní náplň; *pro někoho je důležité přežití, pro někoho je prioritou stimulace*); přežití a bezpečí vyjadřují motivaci nedostatku, uspokojení a stimulace motivaci přebytku
- motivace nedostatku = potřeba odstranit nebezpečí, strach, úzkost a vše, co souvisí s nárůstem vnitřního napětí
- motivace přebytku = touha po uznání, odměně, poznání...

Potřeba jídla

- nutná podmínka přežití
- při chronickém nedostatku jídla dominuje nad všemi lidskými potřebami
- fyziologicky dané poklesem glukózy (běžně cca 3x denně)
- některé stavy organismu vyvolávají „specifický“ hlad (př. těhotné ženy mají potřebu konzumovat kyselé okurky)
- ovlivnění kulturou, náboženstvím, ... (*na Balkáně preferují ostrá jídla*)
- může být spojen s dalším motivem: kanibalismus (víra), hladovka (protest)...

Sebepotvrzení

- potvrzení vlastní osoby vyjadřuje potřebu bezpečí
- motivace k sebepotvrzení se projevuje jako soupeření, odmítání autorit, snaha dominovat v konverzaci, ...
- nejčastější zkoumané projevy sebepotvrzení: dominance, prestiž, moc

Dominance (nadřazenost)

- vrozené předpoklady: energičnost, vytrvalost, ...
 - vnější činitelé: kulturní normy, sociální stratifikace, skupinová organizace, pracovní kolektiv atd.
 - poměr vnitřních a vnějších činitelů se mění
 - komplementární s potřebou submisivity – člověk může dominovat pouze v přítomnosti jiného submisivního jedince nebo skupiny osob.
- (tento poměr se označuje jako cesarismus X poltronismus (*caesar = císař; (poltronne = plachý)*)
- hierarchické uspořádání skupin (u lidí i zvířat)

Prestiž (společensky uznávaná hodnota)

- lidská společnost – sociální vrstvy
- každý člověk zaujímá ve společnosti určitou sociální pozici, která s sebou nese odpovídající prestiž (hodnota, práva, privilegia)
- prestiž patří mezi sociální motivy osobnosti (protože vzniká v procesu socializace + vyžaduje odpovídající soc. kontext)
- univerzální motiv: tendence k lepšímu soc. postavení
- v některých kulturách: prestiž má ten, kdo se zrekne spol. postavení (asketa apod.)

Moc (možnost osoby rozhodovat o věcech veřejných a tím ovlivňovat ostatní jedince)

- sociologové: rozlišení politické moci a moci zasahování v oblasti průmyslu (soc. Ψ to nerozlišuje)
- moc + vzdělání + materiální status = podmínky spol. pozice člověka
- nelze snadno zkoumat (často tzv. šedé eminence)
- touha po moci - nástroj k uspokojení dalších potřeb/cílů seberealizace (Hitler, Napoleon)/zisk vlastní autonomie
- autorita (*její moc vyvěrá ze specifických vlastností a zdatnosti*) vs. pseudoautorita (*nepravá, nepodpořená osobními dispozicemi nositele*)

Sexuální chování

- běžně souvisí s potřebou uspokojení
- ovlivněno věkem, tělesným stavem, psychickým rozpoložením...
- různé druhy uspokojování sex. potřeb
- kulturní, náboženské a morální vlivy
 - nazírání předmanželského sexu, incestu, ...
- dvojité morálka pro muže a ženy
- často spojeno s dalšími motivy (potvrzení vlastní hodnoty, odevzdání se druhému, rozmnožování, ...)

Zvědavost

- neustálé zkoumání vlastního okolí, zájem o nové věci >> aktivita >> účinná adaptace organismu
- instrumentální povaha - slouží k uspokojení zákl. biologických potřeb - základní motiv pro zajištění stimulace jedince
- ☐ dvojí pojetí:
 - zvědavost jako minimální zátěž - homeostatický výklad
- pouze ve chvílích vnitřní nerovnováhy k nalezení prostředků pro nastolení rovnováhy
 - zvědavost jako maximální stimulace - více než je nezbytně nutné
- kognitivní deprivace je nesmírně nepříjemná
- v extrému může jít až proti potřebě bezpečí (př. prozkoumávání nebezpečné džungle)

21. Frustrace, úzkost, konflikt

- **Vnitřní konflikt** = specifický druh psycho-fyzické zátěže vyvolané neslučitelnými motivačními tendencemi jedince
- **Frustrace** = emoční prožitek související s pocitem vlastní neúspěšnosti (opakování neúspěchu má za následek hromadění nebo zvyšování frustrace)
- **Úzkost** = specifický strach zbavený konkrétního obsahu/objektu
 - o souvisí s procesy motivace
 - o kumulativní povaha frustrace - s opakujícím se neúspěchem se zvyšuje
 - o strach z úzkosti = anticipační úzkost => bludný kruh
 - o negativní ovlivnění ostatních psychických funkcí

Frustrace motivů

- frustrace vzniká při blokování cesty organismu k cíli, omezení/znemožnění dosažení cíle
- subjektivní fenomén => nelze hledat univerzální příčiny
 - o překážky nemusí vždy frustrovat (v totalitních státech omezení svobody není frustrující pro všechny občany, někteří berou jako samozřejmost)
 - o a zároveň při frustraci není vždy možné najít objektivní okolnosti (zdroj: katastrofické myšlenky, traumatické vzpomínky, ...)
- hlavní zdroje:
 - o intenzita: naléhavější potřeby (nedostatek nebo nadbytek) spíše vyvolají X méně naléhavé či možnost alternativy NE
 - o překážka: ale ne každá překážka vytváří
 - fyzická překážka, instituce, osoba, důvody psychické povahy
 - např: mříže ve vězení, přísný otec, negativní hodnocení situace
 - některé činitele mají obecně frustrující účinek (např.: peníze, které užíváme k uspokojení různých potřeb)
- existují rozdíly v postojích lidí k situacím, které omezují většinu potřeb (viz příklad s totalitními státy)

Frustrace a napětí

- při dlouhotrvající frustraci nastává stav vnitřního napětí
- **napětí** = obecný stav mentální/emoční zátěže nebo nepříjemného očekávání
- čas jako základní proměnná (čím dle působí překážka, tím déle existuje frustrace, tím více napětí)
- napětí souvisí s individuální vytrvalostí, schopností optimalizovat své chování a přiměřenou přizpůsobivostí vůči situaci
- **frustrační tolerance** = maximální hranice individuální odolnosti vůči frustrujícímu napětí
 - o intersubjektivně a intrasubjektivně kolísá (tj. závisí na člověku i situaci)
 - o ovlivněno věkem, nemocí, inteligencí, únavou, alkoholem, ...
 - o záleží i na situaci a jejím hodnocení (v některých situacích sneseme více), zkušenostech a schopnostech ovlivnit průběh

Účinky frustrace

- ovlivňuje psychiku, tělesné funkce a projevy jedince
- **reciproční determinismus**: někteří vnímají fatalisticky, poddají se úzkosti a vyjdou z toho jako zbabělci (nekonstruktivní účinky frustrace) a jiní se překážce optimisticky postaví a jsou z nich hrdinové (konstruktivní účinky)
- **konstruktivní účinky frustrace**:
 - o zvýšené úsilí pro dosažení cíle (první neúspěch při dosažení cíle často působí jako výzva k opakování pokusu)
 - o Adler: kompenzace = snaha překonat svůj nedostatek X nadkompenzace = přeměnění nedostatku v opak - dokonalost
 - o **změna prostředků** – selhání při pokusu dosáhnout cíle může vést k přehodnocení neúčinných postupů/prostředků či volbě vhodných alternativ (pokusem/omylem nebo racionální úvahou)

- **volba alternativního cíle** - zvážení nezbytnosti původního cíle => ústupek
- **redefinice situace**: spontánní „aha“, logické přehodnocení, výsledek percepčních změn/osobnostního růstu
- **rozhodnutí odstoupit od cíle** - nedosažitelný cíl, neodpovídá schopnostem, ...
- **nekonstruktivní účinky frustrace**:
 - **redukce kognitivních funkcí** => extrémní napětí může omezit činnost kognitivních procesů
 - **agrese** - nejčastější důsledek frustrace, snaha o odstranění překážky agresivním útokem (vybití energie)
 - při nejasnosti překážky a sílcí frustraci => generalizovaná agresivita (člověk ničí vše, co mu přijde pod ruku)
 - pokud by útok na překážku mohl způsobit ještě větší frustraci (útok na autoritativního šéfa) => přesun agresivity na jiný objekt (méně nebezpečný)
 - **snížení sebehodnocení a sebeúcty**
 - **únik ze situace**: v extrémních případech až psychopat. fuga (= *nevědomý přesun člověka z frustrující situace do zcela neznámého města či země*)
 - **dezorganizace chování** - neschopnost adaptace, stereotypní chování

Konflikt

- situace, kdy se potřeby a cíle rozcházejí
- K. Lewin - průkopník experimentálního výzkumu konfliktu
 - topologická teorie: konflikt = protiklad přibližně stejných sil působících v daném poli
- předpoklad pro vznik konfliktu = osobnost není schopna sledovat současně rozdílné cesty a vyhovět aktuálně působícím protikladům - **typy intrapsychických konfliktů**:
 - 1) **apetence X apetence** (chci jedno i druhé)
 - nejméně závažný konflikt – před člověkem se nacházejí přitažlivé objekty
 - obě možnosti lákavé => prožívá intenzivní konflikt, neboť volba jednoho cíle znamená ztrátu druhého.
 - Např: dítě – hrát si s kamarády, nebo jít na výlet?
 - **pozitivní gradient cíle** - při přibližování k jednomu cíli se zvyšuje jeho hodnota
 - 2) **negace X negace** (nechci ani jedno, ale musím si vybrat)
 - osobnost čelí dvěma negativním vlivům, kterým se nelze vyhnout
 - volba jedné z možností znamená vybrat si menší zlo
 - **negativní gradient cíle** - vzdálením se od cíle klesá jeho negativní hodnota
 - 3) **apetence X negace** (*ambivalentní*, totožný cíl zároveň chceme i nechceme, týká se jednoho předmětu)
 - někdy musíme volit dočasnou nepříjemnost k dosažení příjemného stavu
- V běžném životě často více než 2 cíle
- volba na základě analýzy situace, informovanosti o navržených možnostech, možnosti kompromisu, individuálních zkušenostech, času, ...

22. Poruchy osobnosti

- poprvé v rámci 10. verze Mezinárodní klasifikace nemocí – MKN-10
- nahrazení pejorativní kategorie psychopatie/sociopatie (=> zastánci dgn. přejmenování předpokládají, že odstranění pejorativní nálepky zlepší vztah s terapeutem a významně posune terapii postižené osobnosti)
- nová dgn. kategorie poruchy osobnosti by měla odstranit:
 - o názor, že se jedná o egocentrickou a morálně pokulhávající osobnost
 - o stereotypii, že jde o poruchu biologického a dědičného původu (čili, že je odolná vůči sociálním, výchovným či terapeutickým intervencím s cílem léčit postiženou osobu)
- PO nesplňuje dvě kritéria pro zařazení mezi ostatní duševní nemoci:
 - o obecná dekompenzace osobnosti - osoby v PO mohou být vcelku kompenzované, hl. v jejich obvyklých podmínkách, zvláště pokud se jedná o tzv. mírnou (mild) poruchu
 - o neschopnost rozhodovat o vl. osobě - osoba s PO samostatně rozhoduje (např. zda vyhledá odbornou pomoc)

Pojem porucha osobnosti

- DSM-IV: PO = Přetrvávající vzorec prožívání a chování, které se významně odlišuje od očekávání v kultuře, ve které jedinec žije, je rozsáhlý a nepružný, má počátek v adolescenci/ raném dětství, je stabilní v průběhu času a způsobuje utrpení nebo poškození
- MKN-10: Hluboce usazené maladaptivní vzorce, které se jeví v širokém spektru vztahů vůči sobě a svému okolí a směřují k značenému narušení socioprofesionálních funkcí a subjektivním problémům; porucha se objevuje v adolescenci nebo dříve, přetrvává v dospělosti a v pozdějším věku ustupuje
- alternativně se PO označuje jako chronická maladaptace osobnosti:
 - o poměrně trvalé změny osobnostních vlastností
 - o změny, které ovlivňují vnímání, myšlení, prožívání, morálku a další významné funkce
 - o pokles individuálních schopností učit se a osvojovat si nové obsahy; zvláště neschopnost pučit se ze své zkušenosti
 - o mimořádnou odolnost vůči tendencím k odstranění nebo nahrazení neadekvátních psychických funkcí nebo chování účinnějšími, sociálně přijatelnějšími modely
- **různá míra závažnosti** – mírné (*mild*) a závažné (*severe*) – V případě mírných potíží je jedinec schopen žít a fungovat ve svém pracovním a sociálním prostředí, aniž by se u něj projevil nějaké závažnější potíže.
- PO rozšířené mezi drogově závislými

Charakteristika PO:

- narušení sebehodnocení, hodnocení ostatních lidí, skutečnosti
- tíživé emoční prožívání a nálada
- nedostatek vnitřní regulace a kontroly přicházejících impulzů
- neschopnost utvářet a udržovat vztahy s jinými osobami
- chování protikladné normám a očekávání společnosti

Současné teorie:

1. Biologické:

- **Clonningerův model** (4 faktory temperamentu: vyhýbání se zranění, vyhledávání nového, závislost na odměně, vytrvalost; 3 faktory charakteru: sebeřízení, spolupráce, sebetranscendence)
- **multidimenzionální neurobehaviorální model** (odlišnosti osobnosti jsou způsobeny individuální citlivostí na podněty, 3 hlavní rysy: extraverte, úzkostnost, impulzivita)
- **teorie motivačních BIS a BAS systémů** (behaviorální inhibiční – citlivý na trest/aktivační systém – citlivý na odměnu)
- **teorie biologických a kortikálních činitelů** (propojenost projevů osobnosti s CNS, důraz na dědičnost)

2. Interpersonální: strukturální analýza sociálního chování (SACHS model)

3. Kognitivní

- **kognitivní - evoluční** (naučené strategie chování jako pozůstatek adaptace na určité prostředí)
- **dialektický přístup** (posílit hodnocení a přijetí emočních a behaviorálních stavů pacienta – tedy intervence v oblasti emoční – místo konvenční KT zaměřené na změnu myšlení a následného chování)

4. Psychodynamické

- **objektní vztahy** (problém je v raných vztazích dítěte, Kernberg, Spitz, egopsychologie)
- **teorie připoutání** (problém je v nejistém připoutání, Bowlby)
- **teorie připoutání + mentalizace** (= schopnost reflektovat a pochopit stav mysli, vzhled do prožívání vlastní a jiné osoby a příčin těchto stavů)

5. Bio-psycho-sociální

Jednotlivé kategorie: (příslušné OM viz otázka 26)

F60.0 Paranoidní PO (prevalence 0,7 – 5 %)

- **Popis:** extrémní podezíravost a očekávání nepřátelského chování ze strany okolí, nedůvěra ze strachu, že bude podveden, vnímání skrytých a ohrožujících tendencí v neškodných událostech, neustálé prověřování loajality blízkých osob, přítel a spolupracovníků, snadná ztráta kontroly včetně prudké reakce hněvu, neschopnost zapomenout urážky a ponížení
- **v práci:** podezírá kolegy, obranné stažení brání práci v týmu
- **v psychoterapii:** (obvykle o pomoc nežádají) snaží se udržet kontrolu nad situací, nedůvěřuje terapeutovi
- **psychodynamické vysvětlení:**
 - o Freud: jde o **jádrový konflikt osobnosti** (*homosexuální přání*), kde je na počátku neúnosné přání (*touha po vztahu s osobou stejného pohlaví*) => popření (*potlačení homosex. Impulzu*) => přeměna přání (*přeměna nevědomé touhy*) => projekce navenek => vědomý pocit pronásledování
 - o Kleinová (teorie objektních vztahů): neschopnost prožívat lásku a nenávisť k jedné osobě (v *raném dětství k matce*) => pokusy o integraci vyvolávají úzkost (*že negativní část objektu zničí pozitivní část*) => **projekce negativních pocitů**, impulzu, myšlenek do jiných osob (*únosnější než vnitřní napětí mezi + a – prožitky*)
- **KBT vysvětlení:**
 - o paranoidita = systém **minimalizace rizika zahanbení**, poškození nebo jiného ublížení ze strany druhých (preventivní obranné útoky skrývají zranitelnost)
 - o jádr. schéma: **já jako nedostatečný**, neschopný, nepřijatelný
 - o poselství: **lidé zaútočí, když dostanou šanci**

F60.1 Schizoidní PO (<1 %, více muži)

- **Popis:** výrazný nezájem o interpersonální vztahy, nezájem o hlubší kontakt s ostatními včetně členů vlastní rodiny, oploštělé emoce, zřídka se usmívá/rozzlobí, nedostatek touhy po sexuálním sblížení, absence přátel, lhostejnost vůči vnějším kritikám a pochvalám, preference samoty, aktivit, u kterých bude sám
- **v práci:** preferuje samostatnou práci, chybí vztahy na pracovišti
- **v psychoterapii:** obvykle nevyžadují péči
- **psychodynamické vysvětlení:**
 - o Kleinová: po fázi štěpení nedojde i integraci => jsou odtažití, odpojení od světa a zároveň uvnitř citliví, kreativní, toužící po emocích) a výsledkem je **schizoidní dezintegrace a difúzní identita**
 - o Balint: neschopnost tvořit vztahy způsobená narušením časných vztahů matka - dítě a následek výchovy **distantními a chladnými matkami**
 - o Fairbairn: **schizoidní stažení** (= obrana proti konfliktu: přáním mít vztah, ale zároveň mají strach, že to může sobě/druhému ublížit)
- **KBT vysvětlení:**
 - o **emočně chladné prostředí v dětství**
 - o jádr. schéma: **jsem nepřizpůsobivý, soběstačný, samotář**

- poselství: lidé jsou nahraditelní, vztah není k ničemu

F60.2 Disociální (antisociální) PO (více u mužů, často u závislostí, vliv nepříznivých citových okolností a nevhodného rodinného prostředí)

- **Popis:** infantilní, bezprostřední, egoistický, neschopný vzhledu do důsledků svých činů, nedostatek sebekritiky, okamžité uspokojování požadavků ID, teleologické uvažování - primitivní logika (co má stát, se stane), nezodpovědné a antisociální chování - neschopný kontinuálně pracovat, nepřízpůsobivý vůči normám..., údaje o antisociálním chování již od dětství, nezáměr o vlastní i cizí bezpečí
- **v práci:** neschopný kontinuálně pracovat
- **v psychoterapii:** obvykle je řeší výchovné a vězeňské instituce, častá manipulace
- **psychodynamické vysvětlení:**
 - **Kernberg:** **maligní grandiozita** (úmyslná snaha zneužívat lidi), **defektní superego** (chybí svědomí a vina, potřeba uplatňovat moc a kontrolu), **lakunární superego** (učí se disociální rysy od rodičů), **primitivní závist** (tendence ničit to, co závidí druhému)
 - **narcistické kontinuum disociálního chování** (projevy disoc. chování u dalších PO): neurotik => emočně nestabilní PO, histrionská PO, naranooidní PO => narcistická PO => disociální PO
- **KBT vysvětlení:**
 - jádr. přesvědčení: jsem zraněný a osamělý => (kompenzace) => jsem chytrý a silný
 - poselství: **druzí by mě mohli využívat => nedovolím to**
 - pokud nedám ránu, dostanu ji; když nebudu jednat jako první, mohou mi ublížit;...

F60.3 Emočně nestabilní PO

- **Impulzivní typ**
 - **Popis:** tendence jednat nečekaně, bez uvážení důsledků, nesnášenlivé chování vůči osobám, které dotyčného kritizují a frustrují, výbuchy hněvu, neschopnost kontrolovat vlastní explozivní tendence, nestálá, nevypočitatelná nálada, neschopnost setrvání v jakékoliv činnosti
 - **v práci:** neschopný setrvat u jednoho úkolu, potřebuje vidět okamžitý zisk
 - **v psychoterapii:** netolerance vůči frustraci a kritice
 - **nezralé OM:** agování, projekce, štěpení
- **Hraniční typ** (častěji ženy, velký vliv dědičnosti)
 - **Popis:** nestabilita a prudkost v interpersonálních vztazích, častá idealizace a znehodnocování, impulzivita s příznaky sebeohrožujících tendencí, emoční nestabilita se střídavými stavy deprese, úzkosti nebo rozčilení, bezdůvodný hněv, nedostatečná kontrola impulzů, vyhrožování, sebevražedné pokusy, sebepoškozování, nestabilní a nereálná představa o sobě a vlastních cílech, chronický pocit prázdnoty a nudy, strach z odmítnutí
 - **v práci:** nereálná představa o vlastních schopnostech a volbě profese
 - **psychodynamické vysvětlení:** („Hraniční“ původně znamenalo hranici mezi neurózou a psychózou. Postupně se o tom uvažovalo jako o atypické formě schizofrenie, až se z toho stal odpadkový koš pro obtížné pacienty.)
 - Knight: **závažné poškození ega v adolescenci** => převaha primárně procesového myšlení, neschopnost zvládat primitivní emoční impulzy
 - Ginger: **4 podtypy:** hraničně psychotický obraz => „as if“ identita => jádrový hraniční syndrom => hraniční neuróza
 - Mahlerová: patogenní konstelace matka - dítě (matka brání jeho návratům/odchodům) >> **narušení separačně-individuačního procesu** >> neustálý boj o autonomii, hrůza z postupující separace
 - **KBT vysvětlení:**
 - Linehanová: **vrozená porucha** regulace emocí + **systematicky diskvalifikující rodinné prostředí**
 - typické **ambivalentní vzorce v dětství** (př. emoce dětí jsou odmítány, ale rodiče je projevují extrémně) => aktivní pasivita, permanentní smutek

F60.4 Histriónská PO (více u žen, dědičné predispozice)

- **Popis:** neustálé vyhledávání podpory, pochvaly a uznání, nepříjemné pocity při nedostatku pozornosti, teatrální a přehnané vyjadřování emocí, prudké střídání emocí, nadměrný zájem o vlastní fyzický vzhled a atraktivitu, erotizace interpersonálních vztahů, dominance nižších potřeb, sugestibilní, sexuálně naivní, často promiskuitní
- **v práci:** touha být středem pozornosti
- **v psychoterapii:** nutno rozpoznat od hysterické neurózy, možné komplikace: kratší reaktivní psychózy, somatizace nebo konverze, častá manipulace
- **psychodynamické vysvětlení:** Orální potřeby dítěte nejsou matkou uspokojovány a dítě devalvuje matku => obrací se na otce s touhou po uspokojení potřeby závislosti a idealizace otce => dítě zjišťuje, že pomocí flirtu, zvýšené emotivity a exhibicionismu dosahuje u otce pozornosti => **uvěznění mezi orálním a Oidipálním stádiem**

F60.5 Anankastická PO (více muži, riziková rodinná predispozice)

- **Popis:** perfekcionismus, který narušuje dokončení úkolu, přehnaná zaujatost pravidly, detaily, seznamy, atp. což znemožňuje vhléd do skutečného smyslu činnosti, naléhání, aby se ostatní podřídili jeho stylu práce, nedůvěřivost, že by někdo jiný byl schopen kvalitního výkonu, přehnaná zaujatost prací na úkor odpočinku, nerozhodnost při volbě, hypermorálka, omezené emoční projevy, neschopnost rozloučit se s bezvýznamnými předměty
- **v práci:** příliš se zabývají pravidly, perfekcionisté
- **v psychoterapii:** možné komplikace: OCD, hypochondrie, deprese
- **psychodynamické vysvětlení:**
 - o Freud, Abrahám, Jones: **anální fixace** (specifické charakterové rysy: tvrdohlavost, šetrnost, pořádkumilovnost, ...)
 - o Lazare: **nevřešení II. stádium Eriksona** (autonomie vs. stud) => degradace do análního stádia => pořádkumilovnost jako obrana proti tématům vyprazdňování
 - o Shapiro: **obrana proti opravdovosti**, spontánnosti
 - o Gabbard: chladní rodiče, kteří odmítali dětské emoce => **reprezentace rodičů v primitivním superegu** (=> ztráta kontroly by tedy znamenala „zničení rodičů“)
- **KBT vysvětlení:**
 - o vzor v rodiči/prožitek protichůdných poselství => **snaha o kontrolu**
 - o spouštěč: nestrukturované blízké vztahy
 - o afektivní styl: izolace emocí, zlost při porušení pravidel
 - o kogn. styl: černobílé vidění, nadměrná generalizace, katastrofizace, ...
 - o jádr. přesvědčení: musím se vyhnout chybám, selhání je netolerovatelné

F60.6 Anxiózní PO (predispozice: vyhýbání se soc. kontaktům v dětství)

- **Popis:** přecitlivělost na kritiku a nesouhlas, pokud nemá jistotu, že ho druzí přijmou, tak se jim vyhýbá, vyhýbání se aktivitám s více osobami, uzavření do sebe, obavy ze zostuzení před veřejností, strach z prozrazení vlastní neschopnosti, zveličení potencionálního nebezpečí v aktivitách mimo rutinu
- **v práci:** dramatické prožívání kritiky
- **v psychoterapii:** možné komplikace: soc. fobie
- **psychodynamické vysvětlení:**
 - o Miloon: **touží** po vztazích, ale **vyhýbá se jim ze strachu** ze zranění
 - o dominance **studu**: nelze naplnit idealizovanou představu o sobě
 - o **problém v análním období**: negativní emoční hodnocení => představa vlastní defektnosti => generalizace => stažení, aby ho druzí nemohli blíže poznat a zesměšnit
- **KBT vysvětlení:**
 - o jádr. schéma: já jako neschopný, svět jako kritizující a znevažující => **jsem vadný a proto nejsem hoden lásky**
 - o afektivní styl: **stud**, přecitlivělost, tenze
 - o kogn. styl: přecitlivělost k odmítnutí

F60.7 Závislá PO (častěji u žen)

- **Popis:** neschopnost rozhodovat se o běžných záležitostech bez vnější podpory, nedostatek vlastní iniciativy, strach z odmítnutí, konformita s názory ostatních, i když ví, že nemají pravdu, ochota udělat cokoliv, aby získal sympatie ostatních, prožitek hluboké ztráty při rozchodu s blízkou osobou
- **v práci:** nedokáže se samostatně rozhodnout a nést zodpovědnost za vlastní volbu
- **v psychoterapii:** možné komplikace: deprese
- **psychodynamické vysvětlení:**
 - o Freud: fixace v orálním stádiu => excesivní vztahová závislost
 - o Bowlby: pochybnost o dostupnosti a spolehlivosti pečovatele => selhání procesu připoutání => **vzniká úzkostná vazba**
 - o rodiče podporují závislost dítěte na nich
- **KBt vysvětlení:**
 - o jádr. schéma: já jako neschopný, nesamostatný => **sám jsem bezmocný** => nesmím urazit své ochránce
 - o afekt. styl: nekritické důvěřování
 - o chování: spoléhání na druhé, pasivita

F60. Jiné specifické PO

Narcistická PO (2 - 8 %)

- **Popis:** nulová tolerance vůči kritice, využívání jiných osob, velikášské prožívání vlastního významu, víra, že jeho problémy jsou speciální a dokáže je pochopit jen někdo, představa o vlastní privilegovanosti, očekávání zvláštních výhod, potřeba nekonečného obdivu, nedostatek empatie, závist vůči ostatním a přesvědčení, že ostatní závidí jemu
- **v práci:** využívání ostatních, potřeba obdivu
- **v psychoterapii:** on přeci terapii nepotřebuje, protože je úžasný!
- **psychodynamické vysvětlení:**
 - o Freud: **narcismus primární** (prvotní zaujetí dítěte sebou samým) a **sekundární** (ego ideál, ke kterému aspiruji)
 - o Reich: **falicko- narcistická osobnost** (charakterový pancíř: obrana sebe sama = útok na druhé)
 - o Kernberg: **vyústění hraniční organizace osobnosti**
 - o Gabbard: 2 typy: **netečný** (tlustokožec, ostatní se ho nedotknou) X **ostrážitý** (tenkokožec, všechno se ho dotýká)
 - o Kohut: **rodiče nereagovali na normální exhibicionismus dítěte obdivem** => narušení sebedůvěry => pokračuje v dospělosti
 - o alternativní pojetí: rodiče projikují do dítěte nějaký talent, výjimečnost => vzniká falešné self
- **KBt vysvětlení:**
 - o jádr. schéma: **vlastní méněcennost kompenzovaná přesvědčením o vlastní výjimečnosti**
 - o afekt. styl: zuřivost při „zranění“
 - o kogn. styl: nekritické labilní pozitivní sebehodnocení

Pasivně agresivní (< 3%)

- **Popis:** pasivní odpor vůči normám a pravidlům, odklad/záměrné nedokončení úkolu, podrážděnost, hlavně když dostane úkol, který si nepřeje - záměrné nepracování, nekvalitní výsledky práce, neoprávněné protesty a stěžování, že po něm chtějí příliš, vyhýbání se povinností, časté ospravedlnění zapomináním, přesvědčení že pracuje více, než si ostatní myslí, odmítnutí cizích rad ke zvýšení vlastní produktivity, bezdůvodné pomluvy, kritika nadřazených osob
- **v práci:** vše viz výše
- **v psychoterapii:** možné komplikace: deprese, cyklická dystymie, závislost
- **psychodynamické vysvětlení:**
 - o popsáno Kraepelinem, Bleuerem (jako charakter), Reichem, Spitzerem (spíše stav než osobnostní rysy)
 - o záštiplní, neuspokojující pečovatelé => dítě projevuje vděk i za negativní zkušenosti >> **výchova ke stejnému mrzutému stylu**
 - o rodiče ho nutí jíst výživná, ale nechutná jídla + silný represivní postoj vůči negativním emocím => **vzniká skrytá hostilita**

- **KBT vysvětlení:** kogn. styl: negativismus, kritika autorit, představa sebe jako oběti , afekt. styl: strach z přímé konfrontace