Psychologie Osobnosti

skripta pro přípravné kurzy psychologie na VŠ

AKADEMIE PSYCHOLOGIE

9. revize

2024

Úvod do psychologie osobnosti

Psychologie osobnosti je jednou ze základních (teoretických) psychologických disciplín. Stojí tak třeba hned vedle obecné, vývojové či sociální psychologie, se kterými se blízce proplétá a spolupracuje. Má za sebou dlouhý vývoj a skrývá se pod ní velké množství definic, pojmů a názorů. V následujících podkapitolách se proto podíváme na to, jak psychologie osobnosti vznikla, jak je to vůbec s pojmem osobnost, co pro nás v psychologii znamená, z jakých úhlů se na osobnost můžeme dívat a jak ji můžeme zkoumat a poznávat.

? *vznik psychologie osobnosti, sebeuvědomění, činitelé vývoje, cíle psychologie osobnosti, metodologie, přístupy k osobnosti*

Krátký historický exkurz

Psychologie osobnosti se vydělila ze sociální psychologie jako samostatná disciplína až **ve 30. letech 20. století**. Za „otce zakladatele" této disciplíny jsou pak považováni zejména **Gordon W. Allport**, který v roce 1937 vydává jednu z prvních ucelených učebnic psychologie osobnosti, následován **Henrym Murrayem a Raymondem B. Cattellem**. Mohlo by se tedy mylně zdát, že témata rozdílů a podobností osobnosti se dostala do středu zájmu před méně než 100 lety. Opak je však pravdou a témata psychologie osobnosti sahají do hlubší historie.

Jistě si z dějin psychologie vzpomenete například na jméno Franze Josepha Galla a pojem kraniologie či frenologie[1], který se věnoval souvislostí mezi lidskými vlastnostmi či schopnostmi a stavbou lidských lebek.

Na Galla navázal i třeba Cesare Lombroso[2], který stojí za tzv. italskou školou kriminologie. Hledal totiž obličej rozeného kriminálníka a věnoval se tak spojitostí mezi fyzickými rysy v obličeji (vzdálenost očí, délka lícních kostí) a sklony k deviantnímu a kriminálnímu chování.

Posledním důkazem toho, že dějiny osobnosti sahají hlouběji je i jména **Francise Galtona**, který se zabýval dědičností inteligence a je považován za zakladatele eugeniky[3] (snaha o získání těch nejlepších genetických vlastností pomocí křížení vhodných jedinců, a naopak snaha o vymýcení nežádoucích vlastností z populace).

video o eugenice

Co si o eugenice myslíte Vy? Zkuste se zamyslet nad etickými aspekty této praktiky.

Předmět psychologie osobnosti

Samotný pojem **osobnost** je těžce definovatelný, jelikož je vysoce abstraktní a nelze tak přímočaře popsat. Jako odborný termín se objevil teprve nedávno a nahradil zejména pojem duše.

I přesto se však téměř každý jednotlivý autor či představitel určité teorie pokusil o definici osobnosti. Allport uvádí, že existuje kolem 50 definic (v současné době to bude již více) a rozdělil je do 5 základních skupin, podle jejich hlavního zaměření:

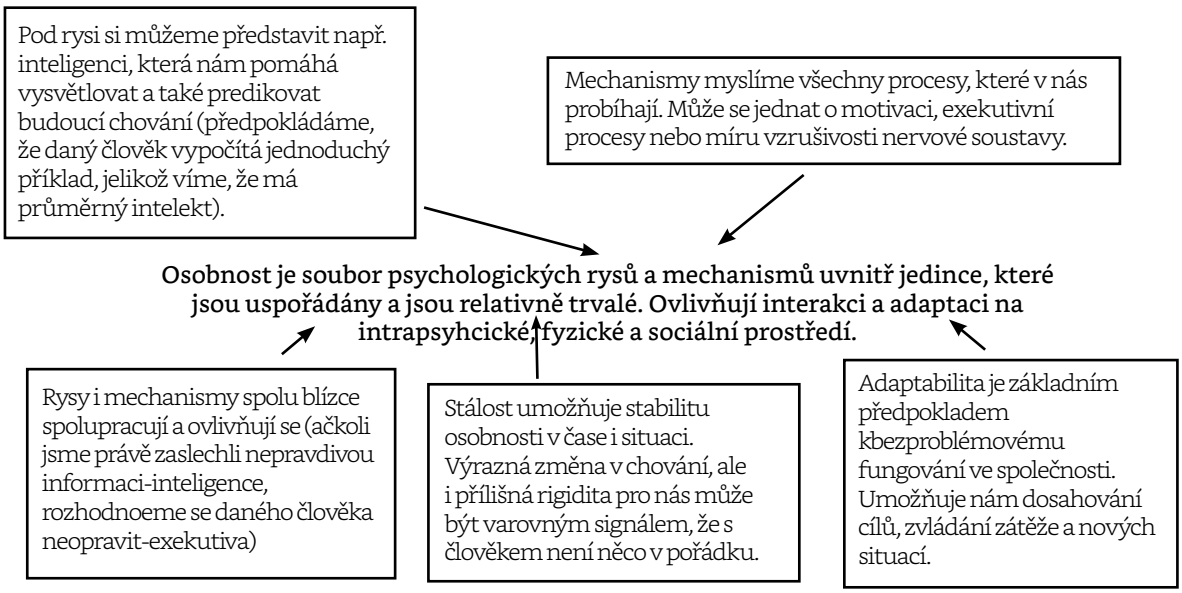
- **Osobnost jako prostý soubor vlastností, dispozic a vloh** (např. temperament, charakter, inteligence)
- **Osobnost jako integrace (sjednocení) jejích částí** (vzájemná spolupráce)
- **Osobnost jako hierarchie** (uspořádání a spolupráce jednotlivých částí, např. Id, Ego a Superego)
- **Osobnost jako interakce člověka s prostředím** (zahrnuje vzpomínky a jedinečnou životní zkušenost)
- **Osobnost jako souhrn diferencujících znaků** (co nás spojuje či odlišuje od ostatních)

Některé vybrané definice osobnosti:

- **Gordon W. Allport** (1937)
  - Osobnost je dynamická organizace uvnitř individua, a to takových psychofyzických systémů, které determinují jeho jedinečné přizpůsobení se svému okolí.
- **Hans Eysenck** (1947)
  - Souhrn skutečných a potenciálních vzorů chování organismu, které determinují dědičnost a prostředí; osobnost vyvěrá a vyvíjí se skrze funkční součinnost čtyř hlavních odvětví. Kognitivní (inteligence), konativní (charakter), afektivní (temperament) a tělesná oblast (konstituce).
- **Raymond Cattel** (1967)
  - Osobnost je konstrukt, který nám odhaluje způsob, jakým se člověk zachová v konkrétní situaci.
- **Rita L. Atkinosnová** (2003)
  - Osobnost charakterizují příznačné a charakteristické vzorce myšlení, emocí a chování, které určují individuální model interakce jedince s jeho vlastním fyzickým a sociálním prostředím.
- **Definice z pohledu psychometrie**
  - Osobnost je možno vyjádřit na základě výsledků měření – cílem je vědeckým způsobem pochopit, předvídat a řídit lidské chování.
- **Henry Murray** (2008)
  - Osobnost je soubor psychologických rysů a mechanismů uvnitř jedince, které jsou uspořádány a jsou relativně trvalé. Ovlivňují interakci a adaptaci na intrapsychické, fyzické a sociální prostředí.

TIP: K přijímacím zkouškám si vyberte jednu definici, o které dokážete mluvit a vysvětlit ji.

Právě poslední zmíněná definice osobnosti je poměrně komplexní a výstižná. Na jejím příkladu si tedy ilustrujeme a shrneme, co vše patří do oblasti psychologie osobnosti.



Součástí této definice je také „intrapsychické prostředí“, které představuje vůbec možná nejdůležitější pojem, a to je individuální vědomí, které tvoří vůbec jádro samotné osobnosti. V různých teoriích je individuální vědomí nazýváno různě, možná jste se tak setkali s označením jako je např. Já nebo Self. Všechny tyto pojmy však odkazují ke schopnosti uvědomění si sebe sama jako samostatné žijící bytosti s individuálními vlastnostmi, dispozicemi a vlastní životní zkušeností, které jsme schopni reflektovat a hodnotit.

Vývoj našeho Já je sice celoživotní a nikdy nekončící proces, jelikož je tvořen naším jedinečným životním příběhem, avšak i přesto existují významné vývojové mezníky. Vývoj procesu sebeuvědomění u dětí popsala zejména **Margaret Mahlerová** (teorie je také známá pod názvem separace-individuace):

- **Normální autistická fáze (1.-2. měsíc)**
  - Fáze je pojmenována jako autistická, jelikož dítě je zaměřené pouze na své fyziologické potřeby
  - Nerozlišuje sebe, matku ani okolní svět
- **Normální symbiotická fáze (3.-4. měsíc)**
  - Díky zrání nervové a smyslové soustavy dítě odlišuje okolní svět
  - Dítě neodlišuje matku a sebe a vnímá ji jako součást sebe
- **Separační fáze (od 5. měsíce do 2 let)**
  - **Diferenciační subfáze (5.-9. měsíc)** – dítě začíná odlišovat matku od jiných lidí
  - **Praktikující subfáze (9.-18. měsíc)** – dítě projevuje separační úzkost, když se matka vzdálí; s rozvojem chůze se ale samo od matky pokouší vzdalovat, vždy se chodí zpět „načerpat“ k matce (odběhne, vrátí se, odběhne, vrátí se)
  - **Znovusbližovací fáze (18.-24. měsíců)** - dítě se s dalším rozvojem schopností definitivně uvědomí, že matka není jeho součástí, vyděsí ho to -> vyžaduje blízký kontakt s matkou
- **Vlastní separace (od 2 let)** – dítě se vnímá jako samostatná osoba, přestává o sobě mluvit ve třetí osobě (Anička má), funkčně začíná používat slovo „já“, „moje“

K testování sebeuvědomění u dětí, ale i zvířat se využívá tzv. **zrcadlový test sebeuvědomění (mirror test)**[4]. Během něj je dítěti (či zvířeti) namalována barevná tečka na tvář či čelo a je postaveno před zrcadlo. Následně sledujeme, jestli dítě pozná svůj odraz v zrcadle a uvědomí si, že barevná tečka je na jeho těle (sahá na ni, snaží se ji smýt). Toto chování se začíná u **dětí vyskytovat od 18. měsíce věku**. Před tímto obdobím děti na odraz v zrcadle nereagují nebo se snaží dívat za zrcadlo a hledat další dítě v místnosti.

Tradiční psychologie osobnosti a současný pohled na ni tedy rozlišuje tyto její dílčí složky:

1. **stavbu těla (konstituci)** – to jak náš vzhled a zevnějšek ovlivňuje hodnocení druhých lidí se budeme věnovat v sociální psychologii
2. **temperament**
3. **schopnosti** – kam patří např. inteligence nebo tvořivost (které jsme se věnovali v obecné psychologii)
4. **motivace** – jako dynamická složka osobnosti (součástí obecné psychologie)
5. **jáství** – sebepojetí a vnímaní vlastního já
6. **charakter**
7. **životní dráha** – jednotlivé vývojové mezníky jsou součástí vývojové psychologie, jedinečnost individuálního životního příběhu je pak daná každému z nás

Charakteristiky a předpoklady, které jsou společné pro normální (bez přítomnosti patologie) osobnost, a na které stojí všechny další teorie.

1. **Harmonie, ucelenost, jednota, intrapsychická koherence** – soulad mezi charakteristikami osobnosti (opak disharmonie, vnitřní napětí, nesoulad)
2. **Stabilita v čase** – důležitá pro předpověditelnost v jednání, obsahů vědomí a prožitků osobnosti (nestálá osobnost je nevypočitatelná – její charakteristiky se bezdůvodně mění)
3. **Konzistence** – slouží k posouzení prožitků a chování v různých situacích (někdy je přílišná konzistence maladaptivní – např. smích na pohřbu)
4. **Integrovanost** (=koheze, soudržnost) – nejdůležitější vlastnost, která vyjadřuje vztahy mezi charakteristikami (u poruch osobnosti soudržnost chybí -> osobnost je rozervaná, dezintegrovaná)
5. **Šíře a hloubka osobnosti** – dostatečná bohatá a zralá osobnost, nepovrchní a bez patosu
6. **Formát a velikost osobnosti** – jde o významnost osobnosti a dosah jejich činů (myslí se spíše v pozitivním slova smyslu, ale může jí být i rozvratník)
7. **Síla a kouzlo osobnosti, krása osobnosti** – dojmové vlastnosti, které nelze objektivně zjišťovat, ale lidé se v nich liší (dáváme je lidem, aniž víme, co příslušný dojem vyvolává – zdrojem může být charisma)
8. **Individuálnost** – celostní vlastnost (čím je osobnost vyspělejší, tím je zodpovědnější a uvážlivější v interpersonálních vztazích)

Vývoj osobnosti

Tím, jestli se člověk člověkem (osobností) rodí nebo se jím stává, se zabýval již **John Locke** se svojí tabulou rasou a **René Descartes** s výrokem „Myslím, tedy jsem.“ Dnes již víme, že pravdu měli tak trochu oba, jelikož je vývoj osobnosti celoživotní proces, na kterém se

podílí různí **činitelé vývoje**, které můžeme rozdělit do tří skupin:

1. **Biologické** – geny, nervový systém, endokrinní soustava
2. **Sociální** – rodina, kultura, vrstevníci
3. **Individuální** – seberealizace, vůle, využití vlastního potenciálu

Dodnes ale visí ve vzduchu rozpor mezi tzv. **nature vs nurture** (geny vs prostředí, dědičnost vs výchova). Samotní psychologové a autoři různých teorií osobnosti nezaujímají jednotné stanovisko, pokud jde o význam jednotlivých činitelů v procesu vývoje osobnosti. Jednotlivým činitelům tak věnují ve svých teoriích různou pozornost a přikládají jim různou váhu.

Biologickým činitelům se věnuje např. **Ernst Kretschmer, Ivan Petrovič Pavlov či Sigmund Freud**.

Sociální činitele ve své teorii zahrnuje třeba **Erik Erikson, Albert Bandura nebo Lev Vygotskij**.

Se **subjektivními činiteli** potom pracuje zejména **Abraham Maslow, Viktor Emil Frankl nebo Carl Rogers.**

Podrobněji jsou vývojové teorie představeny v předmětu vývojová psychologie.

V nalézání odpovědí na tyto otázky nám pomáhají například výzkumy dvojčat či výzkumy na dětech v náhradní rodinné péči. V současné době má ale velký podíl i biometrické modelování, molekulární genetika nebo antropologie.

Cíle psychologie osobnosti

Psychologie osobnosti jako obor si vytyčuje hned několik hlavních cílů:

1. **Deskripce (popis)** – snažíme se o prostý popis osobnosti, uvádíme její složky, ale dále je neanalyzujeme a nevysvětlujeme
2. **Explanace (vysvětlení)** -dochází k analýze toho, co jednotlivé složky osobnosti znamenají, jakou mají funkci
3. **Predikce (předpověď)** – ze znalosti hlavních složek a jejich funkce a významu se pokoušíme o předpovídání chování, reakcí
4. **Ovlivnění** – pokud známe jednotlivé složky, jejich funkci a dokážeme předpovědět výsledek jejich interakce, můžeme se snažit o změnu vhodnou intervencí - využití v psychoterapii
5. **Výzkum** – přináší hlubší poznatky, podložené daty

Metodologie

Jedním z cílů psychologie osobnosti, jako disciplíny, je právě zmíněný výzkum. Tedy získávání a rozšiřování poznatků o osobnosti, ověřování hypotéz (předpokladů) a tvorba nových teorií. K tomu můžeme využít tři základní metody:

Klinický přístup

Jedná se o vůbec nejstarší, systematický, individuálně zaměřený a hloubkový přístup. Zaměřujeme se tedy na **malý počet lidí** (nebo pouze jednu osobu) velmi **detailně** a soustředíme se na všechny aspekty (např. inteligence, emoce, motivace, temperament), často v jejich přirozeném prostředí, je tedy i nejpřirozenější. Využíváme nejrůznější techniky, které různě kombinujeme **(rozhovory, pozorování, analýza kresby a deníků, dotazníky)**. Získáváme tak informace o široké škále jevů a fungování osobnosti jako celku. Výsledkem jsou tzv. kazuistiky (případové studie). Nevýhodou je značná **subjektivita** (jde

o výklad daného psychologa), časová náročnost a problém s ověřením druhou osobou. Může však sloužit k získávání hypotéz (předpokladů), které jsou dále ověřovány jinými způsoby (nejčastěji statisticky).

Experiment

Experimenty byly často využívány v minulosti, dnes jsou však některé z nich považovány za kontroverzní a eticky nepřijatelné (studie malého Alberta-J.B. Watson). Jedná se však o relativně **objektivní** a nepostradatelnou metodu, která často přináší zásadní poznatky. V průběhu experimentu systematicky **manipulujeme s proměnnými** (míra hluku, světla, počtu lidí v místnosti apod.). Zároveň využíváme tzv. **kontrolní skupinu**, která má nulovou úroveň proměnné (běžná úroveň hluku, světla, placebo apod.). Získáváme tak kauzální vztahy (příčinné, „čím více je v místnosti lidí, tím méně lidí je ochotno pomoci zraněnému“) a objevujeme obecné zákonitosti. Často je však časově i finančně náročný a návrhy experimentů prochází přísným etickým posuzováním. Standardem je využití dvojitě slepého experimentu (účastníci experimentu ani samotný experimentátor neznají experimentální podmínky).

Statistický (korelační) přístup

Jednou z nejčastěji používaných statistických metod je tzv. **korelace** (vzájemný vztah), proto korelační přístup. Nejčastěji využíváme data od **velkých skupin** (stovky až tisíce) sesbíraných pomocí **dotazníků a škál**. Měříme tak **vzájemný vztah** dvou či více proměnných (např. vztah mezi agresivními projevy u dětí a sledováním akčních filmů). Předpokladem je, že s **rostoucí hodnotou jedné proměnné, roste či klesá i hodnota druhé proměnné**. Výsledkem může být grafické znázornění toho, že čím více děti sledují akční filmy, tím více agresivních projevů se u nich objevuje. Dochází však k **velkému zobecnění,** jelikož sledujeme jen úzké vymezení problému, do kterého mohou vstupovat další proměnné, o kterých nevíme nebo předpokládáme, že A (sledování akčních filmů) má vliv na B (agresivní projevy). Ačkoliv pravda může být taková, že B (agresivní děti) má vliv na A (rádi sledují akční filmy). To se však pomocí korelace nedozvíme a lze to ověřit pouze experimentem. **Korelace tedy neznamená kauzalitu!**[5]

Přístupy k psychologii osobnosti

V psychologii osobnosti se potkáme hned s několika přístupy, jak se na osobnost můžeme dívat. Jedním z nich je systémový a strukturální přístup.

1. **Systémový přístup** vidí osobnost jako propojený systém, který lze pochopit jen jako celek. Zdůrazňuje tak celistvost proti jeho jednotlivým složkám a zaměřuje se zejména na funkci, dynamiku a interakci.
2. **Strukturální přístup** potom osobnost vnímá jako strukturu složenou z jednotlivých prvků. Zaměřuje se tedy spíše na jednotlivé části, ze kterých je osobnost složená a snaží se je popsat.

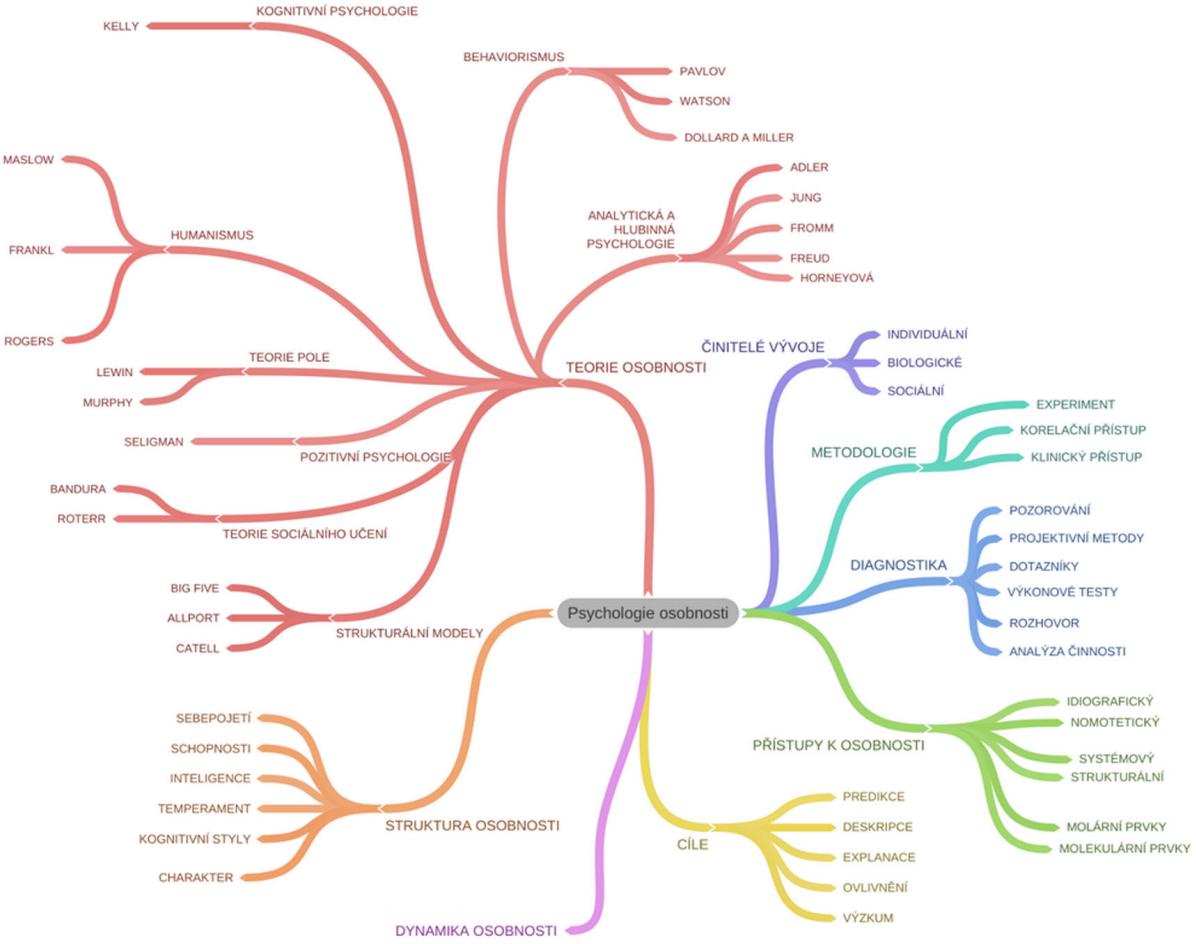
Dalším dělením, se kterým se můžete setkat je rozdělení na molární a molekulární povahu osobnostních prvků:

1. **Molární prvky** jsou univerzální a obecné zákony psychiky. Máme je tedy všichni. Jedná se hlavně o temperament, charakter, Id, Ego, superego
2. **Molekulární prvky** jsou ryze individuální a jedinečné pro každého z nás. Jde o jednotlivé projevy, unikátní pro daného jednotlivce.

Posledním druhem přístupů, používaných v souvislosti s výzkumem či s teoriemi osobnosti je rozdělení na idiografický a nomotetický přístup.

1. **Idiografický (idiosynkratický) přístup** zdůrazňuje jedinečnost každého člověka, jeho neopakovatelným a individuálním psychickým projevům. Je klinický a kvalitativní.

2. **Nomotetický přístup** hledá všeobecné normy a obecnosti, které jsou společné všem lidem. Je akademický a kvantitativní.



Již víme, že otázky týkající se podstaty lidské osobnosti mají dlouhou historii. Současným předmětem studia psychologie osobnosti je pak zejména snaha o nalezení rozdílů a podobností mezi lidmi, jejich chováním a vysvětlení těchto odlišností. Zabývá se tedy nejen strukturou osobnosti a jejími komponenty, ale také její dynamikou a procesy, které se v nás dějí. Známe již také hlavní cíle psychologie osobnosti společně s dvěma hlavními přístupy, kterými se můžeme na osobnost dívat.

Základní pojmy psychologie osobnosti jako jsou například vlastnosti, charakter, temperament nebo inteligence se dostali do povědomí nás všech. V následujících kapitolách se však podíváme na to, co tyto pojmy znamenají pro psychologii a jak se na ně dívali různí psychologičtí velikáni.

Kontrolní otázky

- Jaké autory považujeme za otce zakladatele psychologie osobnosti?
- Kdo byl zastánce eugeniky?
- Co je to frenologie?
- Kdo popsal proces sebeuvědomění u dětí?
- Co se děje v průběhu separační fáze?
- Co je to zrcadlový test a jak probíhá?
- Jaké známe činitelé vývoje?
- Jaké jsou cíle psychologie osobnosti?
- Které tři metodologické přístupy v psychologii osobnosti známe? Jak se liší?
- Co je to korelace?
- Jak se liší idiografický a nomotetický přístup?

Opakovací tabulka I.

Pojem	Termín
Zakladatelé psychologie osobnosti	Gordon Allport, Henry Murray, Raymond Cattell
Zástupce Frenologie	Franz Joseph Gall
Představitel eugeniky	Francis Galton
Teorie separace-individuace	normální autistická -> normální symbiotická -> separační -> znovusbližovací -> vlastní separace
Činitelé vývoje	biologické, sociální, individuální
Cíle psychologie osobnosti	deskripce, explanace, predikce, ovlivnění, výzkum
Metody výzkumu	klinický přístup, experiment, kolerace

Zajímavé odkazy

1) video o frenologii

2) video o práci Lombrosa

3) video o eugenice

4) ukázka zrcadlového testu

5) ukázka nesouvisejících korelací