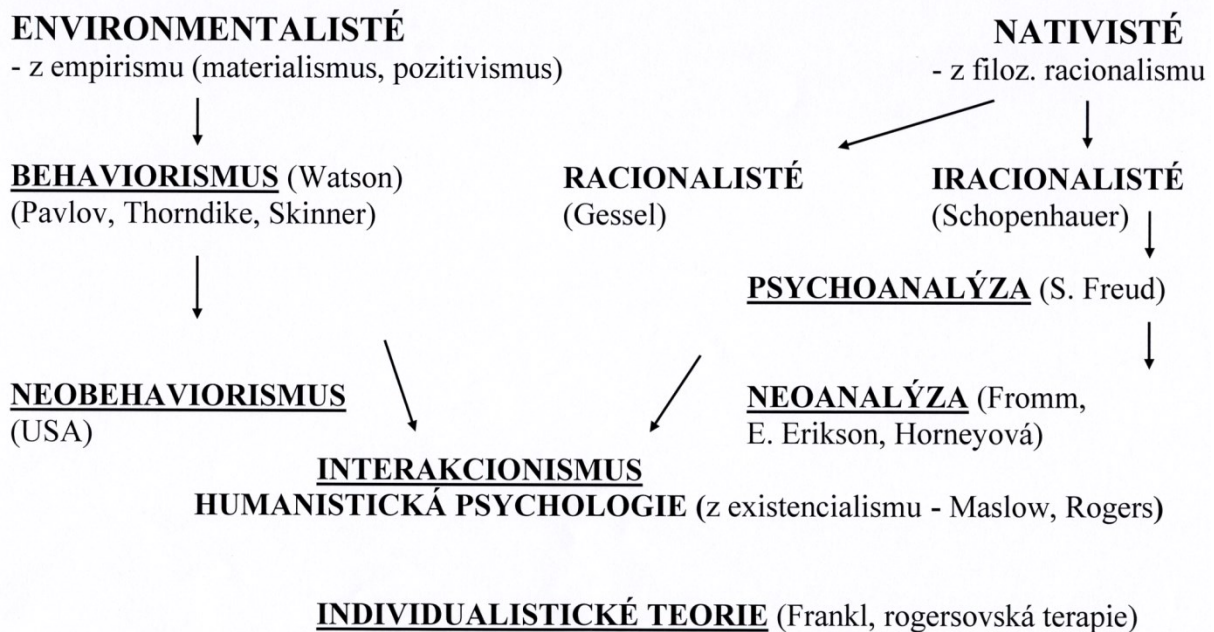


Na úvod

Krátký exkurz do dějin psychologie

Na níže uvedeném schématu uvádím základní fakta týkající se vývoje psychologie osobnosti v průběhu 20. století. Poté si stručně shrneme základní informace k jednotlivým paradigmatům.

Historické pojetí vývoje lidské psychiky



ENVIRONMENTALISTICKÉ TEORIE:

FILOZOFICKÉ A SOCIOLOGICKÉ KOŘENY PSYCHOLOGIE

Rozhodující vliv pro vývoj jedince mají v tomto pojetí vnější faktory: výchova, vnější podněty, vliv lidí okolo, učení. Tyto teorie tedy přehlížely vliv dědičných dispozic a vnitřní dynamiky osobnosti.

Uvedené teorie mají své kořeny v novověkém filozofickém směru - **empirismu** (představiteli byli vesměs Angličani - F. Bacon, J. Locke, D. Hume), příbuzný je těmto myšlenkám též materialismus 18. stol. (La Mettrie: *člověk je pojímáný jako stroj*), a pozitivismus (A. Comte - 19. stol., zakladatel sociologie, jejímž cílem byla mimo jiné i *snaha vysvětlit chování společnosti jako celku určitými celospolečenskými změnami*).

Empirismus považoval za východisko vývoje osobnosti lidskou smyslovou zkušenost - *veškeré myšlenky člověka mají svůj původ v tom, co zachytily jeho smysly - to teprve poté mysl zpracovává*. Uvedení filozofové byli přesvědčeni, že se lidé rodí jako „*tabula rasa*“, že každý člověk má v okamžiku zrození stejné podmínky (uvedený slavný výrok je připisován J. Lockovi, i když už před ním jej uváděli někteří antičtí myslitelé).

PSYCHOLOGICKÝ SMĚR - BEHAVIORISMUS

Z těchto představ vyšel na začátku 20. stol. **behaviorismus** - psychologický směr, který se zaměřoval především nebo pouze na vnější, dobře pozorovatelné jevy. Tím, co bylo možné takto sledovat a měřit, bylo chování (proto behaviorismus). Orientace na vnější podmínky a pozorovatelné chování jedince v sobě odráželo také fascinaci tehdy moderními („objektivními“) vědeckými metodami, zejména experimenty. Jednalo se i o určitý pokus přiblížit psychologii, její obsah i výzkumné zaměření, exaktním vědám. Je však zřejmé, že v psychologii lze objektivně „měřit“ jen omezenou část psychologické reality. Ostatní jevy byly opomíjeny jako nedůležité.

Behavioristický směr ve svých počátcích opomíjel: emoce, prožívání, uvažování, motivaci, pozornost, volní vlastnosti a také genetické a vrozené dispozice. Výzkumné poznatky byly často získávány na základě laboratorních pokusů na zvířatech a rozdíly mezi jejich reakcemi a lidskými reakcemi nebyly příliš reflektovány. Předchůdce behavioristů, I. P. Pavlov, si těchto rozdílů byl vědom a nastínil je ve své teorii 1. a 2. signální soustavy (druhou signální soustavou rozuměl specificky lidské kognitivní funkce, především různé myšlenkové operace a schopnost myšlenkové reflexe).

Behaviorismus navázal na Pavlovův výzkum *klasického podmiňování* (podnět => objekt => reakce, tj. P – O – R). Při něm byl zkoumán konkrétně vztah: „podmiňovaný podnět => nepodmíněný podnět => reakce“ (PP – NP – R), kdy *podmiňovaným podnětem* byl nějaký opakující se, pro zvíře nezajímavý podnět (světlo), *nepodmíněným podnětem* byl podnět, který byl pro zvíře od počátku příjemný nebo nepříjemný (potrava), a *reakcí* jeho projevy (slinění). Nejprve se například vždy rozsvítilo světlo, poté zvířata dostala potravu, na kterou reagovala sliněním. Po nějaké době začala reagovat na podmiňovaný podnět podobně jako na podnět nepodmíněný – začala slinit už ve chvíli, kdy se rozsvítilo světlo (původní vzorec jeví se zredukoval na: PP – R).

Na uvedené výzkumy navázali v USA další autoři (zejména Thorndike a Skinner) experimentováním v oblasti *operantního podmiňování* (PP – R – NP). Při něm je zvíře nejprve vystavené nějaké nové situaci (například bedýnce s páčkami). V této situaci má nějak reagovat. Pokud zareaguje správně (dotkne se jedné konkrétní páčky), přichází nepodmíněný podnět (např. potrava). Zvířata v daných podmínkách zpočátku reagovala velmi chaoticky, dokud se omylem nedotkla správné páčky, kdy následoval přísun potravy. Postupně se v dalším čase jejich reakční časy zkracovaly, až si postupně zafixovala spojení mezi potravou a konkrétní páčkou.

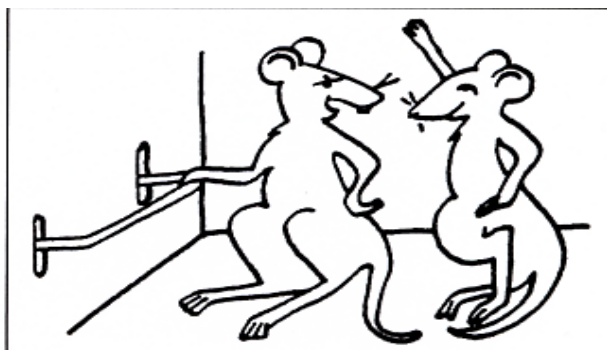
Výzkumy v oblasti podmiňování předpokládaly, že v téže situaci bude každý člověk reagovat stejně nebo podobně na stejný podnět. Znamenalo by to, že chování každého člověka je téměř na sto procent předvídatelné. Původní behavioristé vycházeli z toho, že chování člověka je zcela určováno podněty z prostředí. Chování bylo podle nich pouhou *reakcí na vnější podněty*.

Za zakladatele behaviorismu je považovaný John Watson (USA), který v roce 1924 vydal behavioristický manifest (*...dejte mi tucet zdravých, dobře rostlých nemluvnat a odpovídající*

prostředí a já vám z každého z nich vychovám, co budete chtít - právníka, dělníka, kriminálního...). Vše bylo podle nich v rukou vychovatelů, učení mělo neomezené možnosti. Dítě bylo pouhým objektem výchovy, konzumentem vnějších podnětů.

CO TAKOVÉ POJETÍ OPOMÍJÍ? - člověk se stává strojem - nemá svobodu, motivaci, emoce, schopnost rozhodovat se ve prospěch vyšších zájmů oproti okamžitému uspokojení. Původní behavioristé opominuli i to, že ten, kdo se učí, zároveň svým jedinečným jednáním mění své okolí. Automaticky také předpokládali, že v běžném světě bude platit totéž co v ideálních podmínkách v laboratoři. Nezabývali se tím, že v běžném světě působí na učícího se jedince mnoho podnětů najednou. Některé z nich bývají často dokonce silnější než cílené podněty vychovatele (*žák se například nepřihlásí, i když zná správnou odpověď na učitelovu otázku, pokud se bude bát toho, že by ho ostatní spolužáci považovali za šprta*).

Níže uvedený vtip poukazuje na to, že i zvíře ve skřínce při výzkumu operantního podmiňování je subjektem (nikoliv objektem) a že v důsledku svého technického (invariantního) způsobu uvažování se stali „strojem“ sami experimentátoři:



Že ho ale máme napodmiňovaného! Jen stlačím páku, a hodí kus bašty.

Jestliže behaviorismus odmítl existenci *vnitřních činitelů*, tak *musel nějak vysvětlit jejich projevy*, které nemohl popřít. Citové prožívání proto zredukoval na fyziologické procesy a projevy vegetativního nervového systému. Tím se tento směr dostal pod kritickou palbu a musel tato extrémní přesvědčení opustit. Uznal existenci vrozených dispozic i dalších „skrytých“ vlivů. Přibližně od 30. let 20. stol. přicházejí jeho představitelé s konceptem **intervenující proměnné**, jíž je nitro člověka jako celek, do kterého nevidíme (proto „*black box*“, „*černá skříňka*“). Víme však, že tato nejasná proměnná má na chování a učení člověka značný vliv. Původní rovnice klasického a operantního podmiňování je přepsána do této podoby: $R = f(S, O)$ (slovy: *reakce jedince je funkcí podnětu i organismu*).

Nedostatky behaviorismu se ukázaly zejména v pedagogice (obsah „*černé skříňky žáka*“ je zásadní a je tím, čím se pozdější pedagogické směry zabývaly na prvním místě: vnitřní předpoklady, kognitivní styly, připravenost učit se, motivace, sebemotivace, volní [exekutivní] vlastnosti a zralost centrální nervové soustavy apod.)

ČÍM BEHAVIORISMUS NAOPAK INSPIROVAL?

- *Využívání odměn a trestů (operantní podmiňování; zpevnování)*

- *Klasické podmiňování se uplatňuje v utváření motivace a očekávání (školní fobie, odpor ke vzdělávání; vznik zálib a obliby školních předmětů).*
- *Observační učení a zástupné podmiňování (nápodoba chování druhých, které je odměněno).*
- *V psychoterapii jde v současnosti zejména o směr kognitivně behaviorální terapie (KBT), který vychází z léčebného vlivu porozumění vlastní situaci a souběžné změny chování. Pokud se například člověku podaří v situaci nadměrného stresu a úzkosti se co nejvíc uvolnit, stres a úzkost se zmírní. Prožívání lze také postupně měnit tím, jak člověk uvažuje: pokud sám sebe vnitřně povzbuzuje a oceňuje, získá lepší motivaci k činnosti. Naopak častá vnitřní sebekritika zhoršuje výkon i kvalitu života. Technika expozice se používá například při odstraňování fobií, např. strachu z pavouků. Klient se postupně učí zvládat své reakce při přibližování se k nim, až je nakonec bude schopný vzít do ruky.*
- *Z uvedeného terapeutického směru vycházejí také některé novější terapeutické přístupy založené na všímavosti či vhledu (mindfulness), např. kognitivně behaviorální terapie založená na všímavosti.*
- *Podobným způsobem jako KBT, rozpracovala některé poznatky behavioristů také **pozitivní psychologie**, např. M. Seligman je potvrdil ve svém výzkumu naučené bezmoci jako výsledku opakovaných zkušeností nezdaru a chybějící pomoci zvenčí. Platí to i naopak, existuje i možnost naučeného optimismu.*
- *Na behavioristických poznatcích jsou založeny i různé nácviky asertivity, brožury typu „Jak se stát úspěšným“ apod.*

Současný směr **neobehaviorismus** se v rámci své tradice rozvíjí především v USA. Neobehaviorismus plně respektuje existenci vnitřních procesů, ale zkoumá a ovlivňuje spíše chování a uvažování. To je správně, protože člověk je systém. Změníme-li některou z jeho složek, třeba chování, většinou se nějak změní i prožívání.

Jednou z nejvíce se rozvíjejících neobehavioristických odnoží je **sociálně kognitivní teorie**. Její hlavní představitel je A. Bandura a budeme se jím více zabývat v sociální psychologii.

NATIVISTICKÉ TEORIE:

FILOZOFICKÉ A PŘÍRODOVĚDECKÉ KOŘENY PSYCHOLOGIE

Podle nativistických představ je duševní vývoj člověka určený především vrozenými dispozicemi. Naopak prostředí má na jeho vývoj jen malý vliv. Člověk je podle těchto představ vhozen do světa a vše podstatné je již rozhodnuto ve chvíli jeho narození. Další vlivy i jeho vlastní úsilí mají pouze podružný význam. Lidské vlastnosti jsou chápány jako vrozené, anebo k nim podle tohoto pojetí existují vrozené dispozice, díky nimž se tyto vlastnosti vesměs samy a bez vnějších zásahů postupně rozvíjejí.

PŮVODNÍ FILOZOFICKÝ RACIONALISMUS

Výše uvedené myšlenky se začaly formovat z tradice evropské novověké filozofie. **Racionalismus** se začal vyvíjet v určitém protikladu vůči anglickému empirismu (R. Descartes, B. Spinoza, G. Leibniz, částečně I. Kant, později Hegel), ale jeho počátky jsou ještě ranější (Descartes psal svá díla v 17. stol.). Tito představitelé předpokládali, že tím nejpodstatnějším nástrojem pro lidský vývoj a poznávání je **rozum**. Základy lidského uvažování jsou podle nich vrozené (Descartovo „*Cogito, ergo sum*“ – myslím, tedy jsem). Teprve pomocí rozumu člověk vstupuje do kontaktu se světem. Racionalisté se přitom opírali o fakt, že některé poznatky jsou předem dané a lze k nim dospět bez nutnosti ověřovat je experimentálně ve světě jevů. Např. tvrzení: „ $1+1=2$ “ platí bez ohledu na jakékoli okolnosti.

Pozdější filozofové a pedagogové, které lze považovat za pokračovatele původních filozofických myšlenek racionalistů, poukazovali na nutnost neomezovat samostatný vývoj a růst jedince. Má-li dítě dost prostoru a málo překážek, jeho potenciál v něm se vyvine. **Předpokládali, že se dítě rodí jako primárně dobré.** Toto přesvědčení najdeme např. u J. J. Rousseaua (18. stol.) v jeho spisu „Emil aneb O výchově“. Dítě je podle něj jakýsi ušlechtilým divochem, který sám ví nejlíp, jak a čím se má rozvíjet: „*Všechno je dobré, co vychází z rukou tvůrce světa, ale kazí se, jakmile se dostane do rukou člověka. Civilizace porušila přirozenou dobrotu člověka tím, že ho uzavřela do institucí, svázala zvyklostmi, předsudky, pózami, tradicemi i zákony, které znemožňují, aby se jeho přirozená povaha opravdu rozvíjela.*“

Podobný pedagogický přístup uplatňoval též v 19. století L. N. Tolstoj ve škole v Jasné Poljaně (jde o tzv. naturální školství). Racionalisté podceňovali význam vnějších podnětů, podmínek a učení.

Dnes samozřejmě víme, že vrozené dispozice se bez učení rozvinou málo nebo vůbec ne: např. hra na hudební nástroj. Dokonce i výkony v IQ testech v posledním století ukazují, že společnost je „chytřejší“ nebo naopak „hloupější“ podle mnoha vnějších okolností (kvalitní strava, kvalitní školství, rozmanitost zájmů, seberozvoj či naopak nevhodná životospráva a preference pohodlí či zábavy prostřednictvím ICT). Čím byli lidé ve 20. století narozeni později, tím měli větší šanci na vyšší IQ. To však platí přibližně do roku 1975. U lidí, kteří se narodili později, je naopak zaznamenávaný postupný pokles inteligence měřené standardními IQ testy.

Jednotlivé teorie měly a dodnes mají určitý vliv na společnost a na přístup k dětem i na vyučování. Mnohé z výše uvedených myšlenek aplikují i různé alternativní školské směry (Waldorfská škola, Montessori aj.), mnozí současní rodiče své děti vychovávají v duchu tzv. volné výchovy či nevychovy.

PŮVODNÍ FILOZOFICKÝ IRACIONALISMUS A POZNATKY Z ETOLOGIE

Někteří filozofové vycházeli z představy o stěžejním významu vrozených dispozic, ale za klíčovou komponentu nepovažují rozum, nýbrž nějaké jiné dispozice, které jsou podle nich pro budoucí vývoj zásadní. Podle A. Schopenhauera byla touto zásadní dispozicí **vůle**. Vůli je podle něj disponovaný veškerý život. Každý živý tvor je obdařený určitou vnitřní silou, která ho pudí k určitému chování (pavouka tkát síť, ptáky k teritoriální obraně svého hnízda apod.), včetně člověka. Ten však má také schopnost představitivosti a sebereflexe, díky níž může jednat i jinak než způsobem, k němuž je puzený.

Tyto filozofické představy mají blízko i k etologickým výzkumům z 20. století, založeným na pozorování zvířat. (**Etologie** - věda o chování zvířat; viz např. knihu K. Lorenze „*Takzvané zlo*“.) Chování zvířat je skutečně do značné míry zakódováno v instinktech a rozvíjí se během jejich života i bez výchovy (např. mateřské chování ptáků a savců, rituální namlouvání apod.).

Je však zapotřebí uvést, že zvířata mají - na rozdíl od člověka - poměrně krátké mládí. Jsou brzy samostatná, zatímco člověk je dlouho závislý na druhých. Člověk má také nepoměrně slabší instinktivní výbavu. O to víc je naopak ovlivnitelný výchovou. Díky tomu je lidské chování mnohem rozmanitější, navzdory vysoké genetické podobnosti lidí všech ras. Důkazem této behaviorální rozmanitosti jsou obrovské rozdíly v chování a zvycích u různých přírodních kmenů, které byly zjištěny díky prvním etnologickým výzkumům M. Meadové, Forda a Beache v první polovině 20. stol. V některých společenstvích je například homosexualita normálním chováním a je dokonce doporučovaná jako možné sexuální chování před uzavřením sňatku. V jiných jsou homosexuální a transsexuální jedinci považováni za obdarované zvláštním nadáním a jsou jim svěřovány duchovní funkce šamanů. V dalších je homosexualita naopak trestuhodným chováním, za které hrozí aktérům závažné tresty, a je u nich spojena s odporem. Podobně si lze všimnout např. rozdílů v projevech agrese i mezi národy současného globalizovaného světa (Itálie versus Japonsko). Mnoho zajímavých poznatků přinášejí také studie jednovaječných (geneticky identických) dvojčat, které byly vychovávány v různých prostředích.

ODRAZ NATIVISTICKÝCH MYŠLENEK V PSYCHOLOGII

K racionalistickému pojetí mají blízko i některé pozdější psychologické koncepty. Jde zejména o autory, kteří kladou důraz na vrozené dispozice pro kognitivní schopnosti. Lze mezi ně zařadit např. psychologa Arnolda Gesella, který se zabýval vývojem dětí kojeneckého věku a popsal jednotlivé vývojové stupně (gradienty; jde například o vývoj úchopu, od hrabavého ke klíšťovému). K jejich rozvoji dochází u dětí na základě vrozených dispozic. Podněty z prostředí jsou v dané oblasti druhotné a mohou pouze správně (či nesprávně) stimulovat vrozený vývojový program dítěte.

Převládající nativistické či naopak environmentalistické implicitní představy v jednotlivých společnostech ovlivňují i školní výkony dětí. Např. euroamerické školství staví na poznatku, že intelektové schopnosti žáka jsou z větší části dané vrozenými dispozicemi. Pokud máme u konkrétního žáka dojem, že jeho výkon odpovídá jeho schopnostem, zpravidla se snažíme ho již víc nepřetěžovat. V Japonsku se klade důraz spíše na to, že každé dítě se pravděpodobně ještě může zlepšit, protože strop jeho možností neznáme a je pravděpodobné, že ho dítě ještě nedosáhlo. I ty méně nadané děti jsou tedy velmi podněcovány k úsilí zlepšit se. To zpravidla k nějakému zlepšení vede, ovšem s rizikem nadměrného přetěžování těch žáků, kteří již svého stropu reálně dosáhli.

Iracionalistické filozofické představy našly v psychologii rozpracování především v psychoanalytické teorii Sigmunda Freuda. I podle něj jsou vrozenou základní hybnou psychologickou silou instinkty. Ty se během života vyvíjejí v **pudy** díky vnitřní vrozené energii, **libidu** (touze po slasti). Hlavním pudem je podle něj pud života (Eros). Později Freud popsal ještě pud smrti (Thanatos).

Podle Freuda je lidské jednání řízeno především pudovými potřebami, které nás podněcují k jejich uspokojování. Podněty vycházející z prostředí měly podle Freuda druhotný charakter.

Chování novorozenců a kojenců je určováno principem slasti. Na začátku života je vše řízeno **nevědomou složkou ID**. Ta je jakýmsi vrozeným „skladištěm“ pudových tužeb i pudové síly, která dítě nutí k jejich uspokojování.

Od konce kojeneckého věku však tuto touhu po slasti začne narušovat realita a výchovné zásahy zvenčí. Dítě zjišťuje, že něco smí a něco ne. Postupně začíná chápat, že své pudové potřeby může uspokojovat jen v určitých společensky přijatelných podmínkách. Díky frustraci ze zákazů a překážek při pudovém uspokojování u něj dochází k uvědomění JÁ. Vedle ID se tak vytváří nová část osobnosti, EGO, které spojuje pudovou energii s vědomím reality světa. Dalo by se říci, že se z pudů začínají vytvářet společensky přijatelnější potřeby. **Velká většina obsahů EGA je přístupná našemu vědomí.**

Třetí, vývojově nejmladší částí lidské psychiky, je SUPEREGO, které se začíná podle Freuda utvářet na začátku předškolního věku. Tato složka osobnosti obsahuje zvnitřněné normy chování. Předškolák už ví, že se některé věci dělat nesmí, a začíná rozumět i důvodům, proč nejsou správné. Superego obsahuje mravní normy a svědomí, je tedy odpovědné i za prožitky viny, výčitek a studu, nebo naopak za hrdost při chování, které považuje za správné. Jde o jakéhosi zvnitřněného rodiče. **Obsah SUPEREGA je přístupný vědomí pouze zčásti.**

Vývoj osobnosti ve Freudově psychoanalytické teorii probíhá v rámci vrozeného programu, podle na sebe navazujících stadií: orální, anální, falické, latentní a genitální. Pro každé z nich je charakteristický jiný způsob chování, jímž dítě dosahuje slasti. Tento způsob chování je (s výjimkou latentního období mladšího a středního školního věku) spojený s drážděním různých erogenních zón (více viz Vágnerová, Základy psychologie).

Následovníci Freudova psychoanalytického přístupu brali na rozdíl od něj v potaz součinnost obojího – vlivů vrozených i vlivů prostředí (E. Erikson, E. Fromm, H. S. Sullivan, K. Horneyová a další – viz schéma na první straně tohoto textu).

INTERAKCIONISTICKÉ PSYCHOLOGICKÉ POJETÍ

Při postupné konfrontaci obou původně protichůdných táborů začalo ubývat jejich skalních zastánců (viz na str. 1 přibližující se šipky z obou původních táborů blíž ke středu schématu). Roli zde hrály i nové výzkumné poznatky a také různé společenské vlivy (v USA např. hnutí hippies). Postupně docházelo k tomu, že se obě původně protichůdná paradigmatata začala vzájemně více inspirovat a mísit. Novější koncepce začaly brát v potaz oba vlivy, vrozené dispozice i výchovné působení, proto hovoříme o interakcionismu. Základem těchto teorií je tedy **interakce dispozic a prostředí**, tj. toho, co je vrozené, a toho, co je získané výchovou.

V interakcionistickém pojetí však **hraje roli i samotný vyvíjející se jedinec**, který se stává třetím specifickým činitelem svého vlastního vývoje. V dětství jde o vliv nezamýšlený (např. děti, které jsou po narození plačtivější, zlobivější, vyvolávají jiné reakce u rodičů než děti hodné). Tím, jak dítě získává stále více kompetencí, však začíná být také schopné svůj vývoj nějak ovlivňovat. Začíná si aktivně vybírat určité podněty a jiné odmítat. Stále více také dokáže ovlivňovat své chování.

HUMANISTICKÁ PSYCHOLOGIE

Humanistický psychologický směr lze považovat za hlavního představitele interakcionismu. Vznikl v 50. letech 20. století v USA jako reakce na tamější behaviorismus. Humanistická psychologie bere v potaz i faktor samotného člověka, který se aktivně podílí na vlastním vývoji a zároveň svým chováním spoluutváří vnější prostředí. U zrodu tohoto psychologického směru stáli A. H. Maslow, C. R. Rogers a další.

Z hlediska filozofie je humanistická psychologie nejvíce inspirovaná *existencialismem*. Z něj přejímají představitelé humanistické psychologie představu, že člověk má **vrozenou tendenci k sebenaplnění, seberealizaci**. Seberealizace je základní lidský motiv. Tendence k seberealizaci je dána každému člověku. Každý má v sobě touhu po určitém harmonizovaném prožívání a chování, které by bylo v souladu s jeho potřebami i vnitřním přesvědčením. Důležitý je v této souvislosti *prvek volby*, kdy o sobě člověk v určitých situacích rozhoduje. Při ní je do značné míry svobodný. Dále je klíčový *aspekt opravdovosti* (autenticity, tedy kontakt s vlastními pocity, jejich uvědomování a jejich respektování při rozhodování a jednání).

Vlastní cíle, potřeby a hodnoty jsou pro vlivem prostředí určitým způsobem ovlivňovány. Lidé, které na naší cestě potkáváme, nás mohou k určitým cílům přivést, nebo naopak odradit. Prostředí však může naše cíle i blokovat. Tím aktivuje určité mechanismy, může např. dojít k rozvoji pocitu méněcennosti. Ztráta kontaktu s vlastními tužbami a emocemi může podle Rogerse vést k sebeodcizení, ke ztrátě smyslu života a k rozvoji deprese (viz níže).

To, co bylo humanistické psychologii vytýkáno, byl její značně subjektivistický přístup k jedinci i světu. Realitou je v tomto pojetí to, co za ni jedinec považuje, jak ji prožívá.

INDIVIDUALISTICKÉ PSYCHOLOGICKÉ POJETÍ

Většina teorií osobnosti předpokládá určité složky či znaky, z nichž se osobnost jedince skládá. V nejčastějších definicích osobnosti se také uvádí, že osobnost má určitou strukturu, která je sice proměnlivá, ale vykazuje i určité trvání v čase. Zároveň se v nich zdůrazňuje i fakt jedinečnosti a neopakovatelnosti každého člověka. Každý z nás má jednotlivé osobnostní složky v různé míře (a v tom jsme většinou nějak nahraditelní), ale míra těchto složek v celé jejich komplexitě je již originální a nenahraditelná. To se týká i geneticky identických jednovaječných dvojčat, které vyrůstají ve stejné rodině.

Předchozí teorie vycházely spíš z toho, v čem se lidé shodují, a opomíjely jedinečnost každé lidské osobnosti a lidského příběhu. Všude tam, kde pracujeme s konkrétními lidmi, je však zapotřebí vzít v potaz právě tento aspekt osobnosti. Potřeba individuálního přístupu se ještě více zvyšuje v poradenství nebo v tzv. odkrývajících psychoterapiích, které se zaměřují na analýzu situace a životního příběhu klienta. Zvýrazněna je také v nedirektivních psychoterapeutických směrech, které kladou důraz na autonomii klienta při hledání řešení svých problémů. Tedy i v rogersovské psychoterapii. Čím dál víc se prosazuje i v medicíně, zejména v celostních oborech, v psychosomatice, v paliativní léčbě nevyléčitelně nemocných. Podobně je to dnes i v pastorační práci, v níž jsou věřící duchovními stále častěji podněcováni k uvědomování svého skutečného vztahu k Bohu, Kristu apod. Jsou také častěji než dříve

podporování v opravdovosti ve víře a v přijetí všech prožívaných spirituálních emocí, včetně pochyb či hněvu na Boha (v kontrastu s dřívějšími požadavky duchovních na konformitu věřících s věroučnými předpisy).

Potřeba individuálního přístupu k člověku je patrně nejsilněji vyjádřena v **logoterapii V. E. Frankla**. Tento vídeňský psycholog přežil koncentrační tábor. V něm si ověřil svůj předchozí předpoklad, že s větší pravděpodobností v něm přežili ti, kteří neztratili smysl svého života. Po válce se Frankl věnoval psychoterapii zaměřené na pomáhání při hledání smyslu života i smyslu různých náročných životních situací, v nichž se na něj jeho klienti obraceli. Jeho nalezení podle něj přispívá k osobní vyrovnanosti (ke stejným výsledkům dospěly i pozdější výzkumy zaměřené na resilenci či nezdolnost, např. Kobasová).

Každá životní situace, ať je jakkoli nepříjemná, poskytuje podle Frankla možnost získávat nové poznatky, nacházet nové hodnoty a zážitky. Jde o to, aby v ní dotyčný našel smysl, který je srozumitelný právě pro něj. Frankl upozorňoval na tři typy hodnot, v nichž lze najít smysl: **tvůrčí** (jakákoli aktivita, která je smysluplná a užitečná), **prožitkové** (láska, umělecké prožívání) a **postojové** (ve vztahu k různým situacím). Smysluplná je podle Frankla jakákoli práce, která přináší druhým užitek. Dále jakýkoli pozitivní emoční či vztahový prožitek (smyslové prožitky a různé typy lásky a přátelství). Podstatným zdrojem smysluplnosti je však i utrpení, protože přináší moudrost. Ve všech těchto hodnotách je zároveň obsažena přesažnost, kdy jedinec transcenduje svou životní situaci směrem k vyšším hodnotám.

Do individualistického paradigmatu však „jednou nohou“ spadá i výše zmiňovaný **C. G. Rogers** (viz rogersovská psychoterapie). Patří sem i díky svému pojmu „**JÁ**“, *které je typické a zároveň individuální.*

Rogers poukazuje na to, že vedle tendence k seberealizaci hraje ve vývoji jedince významnou roli také potřeba pozitivního přijetí (druhými i sebou samým). Vznikne-li mezi potřebami konflikt, snaží se jej citově nezralé dítě často vyřešit nadměrným přizpůsobením za cenu odcizování sobě samému a omezeného osobnostního rozvoje. Dojde-li ke ztrátě vlastní identity, vzniká osobní krize. **Rogersovská psychoterapie** klientovi nenabízí hotová řešení, neradí, ale *podporuje jej v hledání jeho vlastních řešení a v uvědomování jeho vlastních prožitků a potřeb.*

Také individualistické teorie jsou kritizovány za svůj přílišný subjektivismus a za to, že se v jejich perspektivě jeví ostatní strukturované teorie osobnosti jako málo užitečné (viz chybějící šipky, které by spojovaly individualistické teorie s těmi ostatními – schéma str. 1). V praxi však mají své místo: pomáhající pracovník potřebuje mít přehled o různých teoriích osobnosti. Ty strukturovanější jsou např. vodítkem k tomu, co všechno je zapotřebí v kontaktu s klientem (žákem, studentem apod.) brát v potaz. Zároveň by však v kontaktu s konkrétním člověkem měl být schopen všechny teoretické znalosti uzávorkovat. „Vklouznout do jeho mokasin“ a podívat se na jeho životní příběh z jeho emoční, sociální, kognitivní, somatické a duchovní perspektivy.