

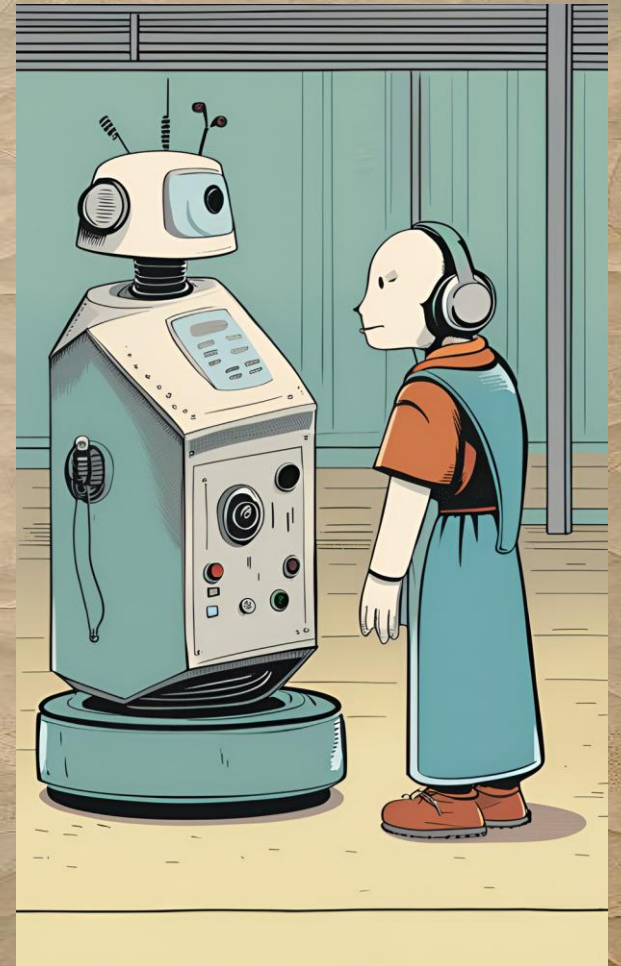
Kognitivní přístup k osobnosti

Myslit je obtížné jako chůze v dešti,
Když sílí vítr a zdá se, že prší víc.

Alberto Caeiro

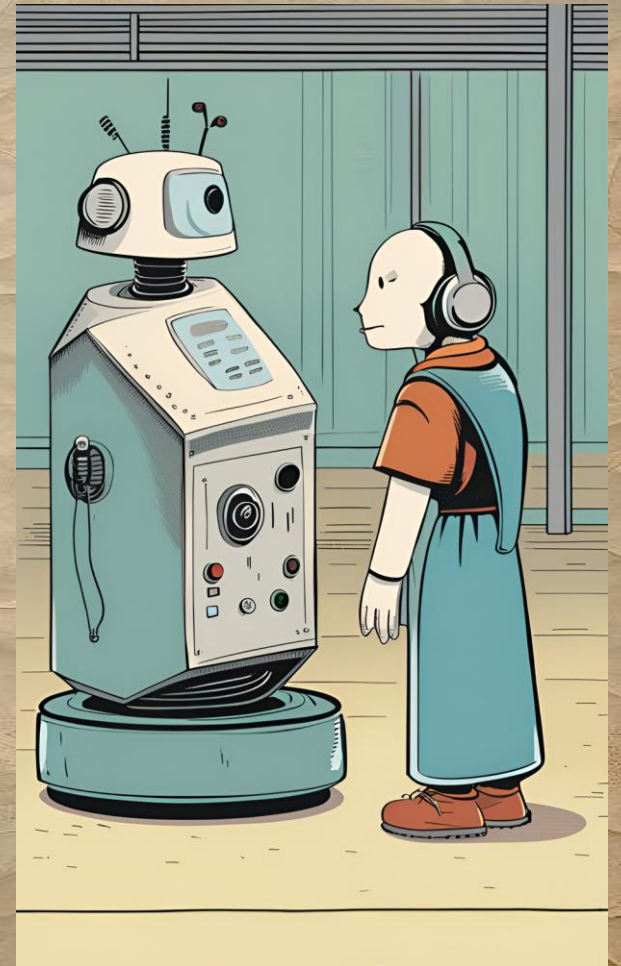
Kognice – chováme se dle toho, jak svět interpretujeme

- Osobnost je víc než stabilní esence
- Dynamický systém, do kterého vstupují naše strategie interpretace světa kolem nás, kognitivních a afektivních reakcí spuštěných konkrétních situací
- Poznávací procesy (jejích kapacita), strategie a interpretace světa vytváří jedinečnou osobnost



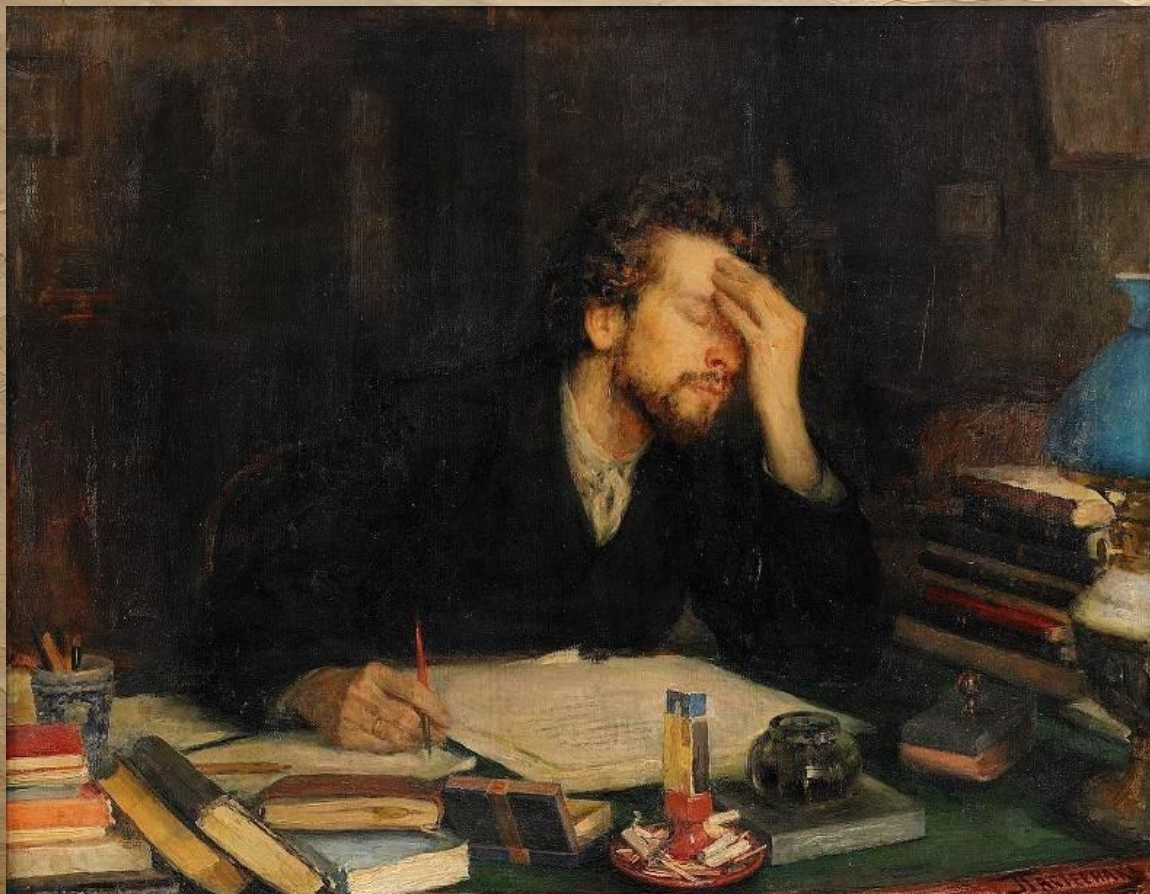
Kognice – chováme se dle toho, jak svět interpretujeme

- **personalizující kognice** - vztahování vnější události k sobě a svým vzpomínkám
- **objektivizující kognice** - soustředí se na fakta a vnější principy
- 3 fáze:
 - **Percepce** – jak selektujeme informace z našich smyslů (např. detaily vs celkový obraz)
 - **Interpretace**
 - **Vědomé cíle** – jak jednáme na základě vnímání a interpretace



Kognitivní styly

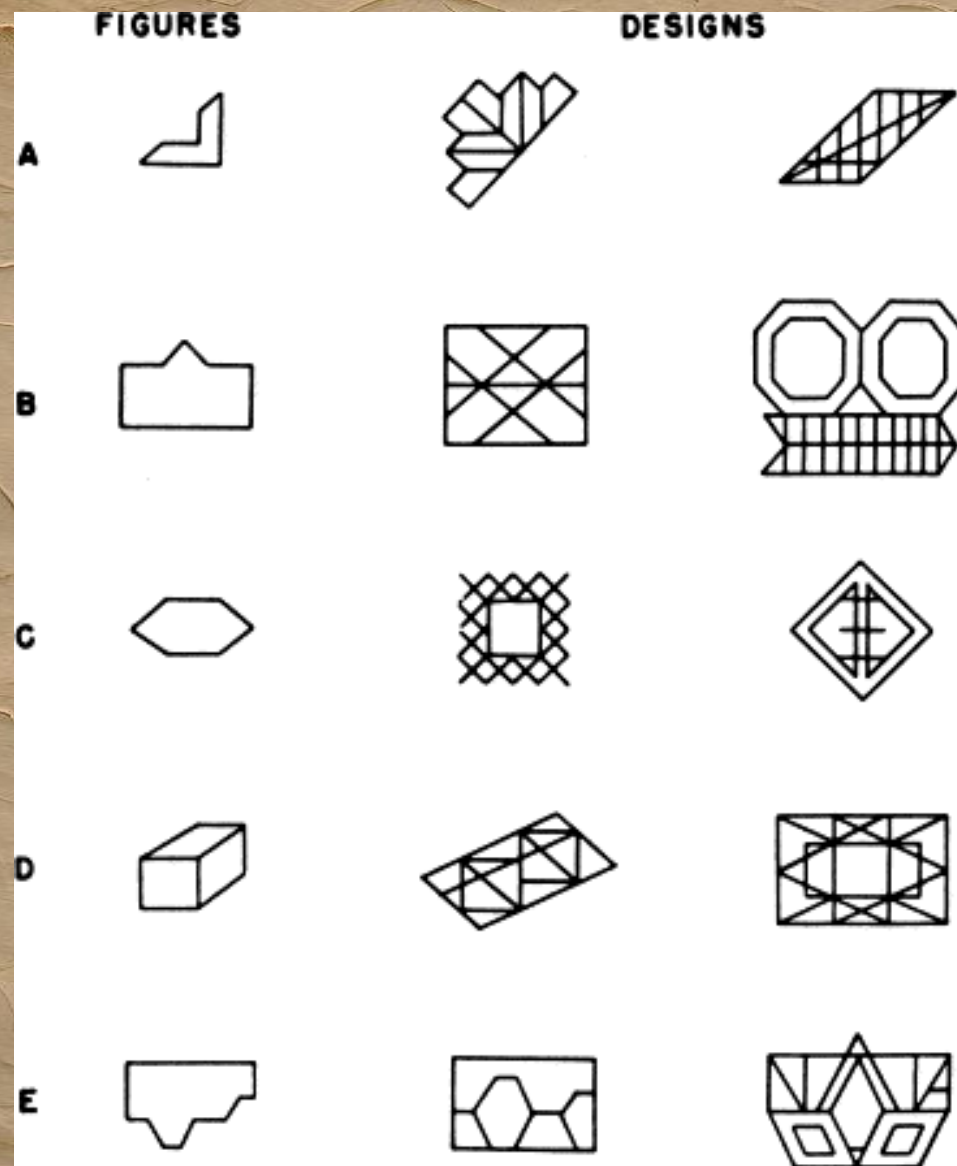
- Způsob, jak přistupujeme ke světu – jaké informace vyhledáváme, jak je zpracováváme



Witkin (1962)	Závislost na poli	Jedinec nemá tendence měnit organizaci okolního pole podle sebe, ale pasivně přijímá předloženou strukturu.
	Nezávislost na poli	Jedinec vnímá své okolí jako nezávislé prvky, vnáší do vnímaného svou organizaci a strukturu.
Guilford (1950)	Konvergentní	Jedinec se schopností řešit problémy vyžadující jednu obvyklou správnou odpověď, kterou lze jasně získat z poskytnutých informací.
	Divergentní	Jedinec se schopností řešit problémy, které vyžadují několik stejně přijatelných odpovědí, kde je kladen důraz na jejich množství, různost a originalitu.
Kagan (1964)	Reflexivita	Jedinci, kteří uvážlivě reagují, pečlivě zvažují každou alternativu. Pomalejší tempo, menší pravděpodobnost chyb.
	Impulzivita	Jedinec má rychlé reakce, bez důkladnějšího zvažování a na úkor možného chybování.

Závislost na poli -
embedded figures test
(EFT) - Herman Witkin





Závislost na poli -
embedded figures test
(EFT) - Herman Witkin

Teorie osobních konstruktů

(George Kelly, 1905-1967)

- „člověk jako vědec“
- Soustředí se na proces, jak lidé zpracovávají a interpretují životní zkušenosti, aby dokázali **předvídat** a **mít pod kontrolou**
- Lidé prostředí a situace **aktivně** zpracovávají a interpretují

„Lidské procesy jsou určovány tím, jak člověk anticipuje budoucí události“
(fundamentální postulát)



Teorie osobních konstruktů

(George Kelly, 1905-1967)

Osobní konstrukt

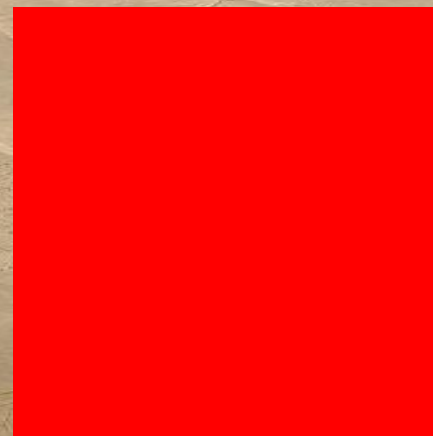
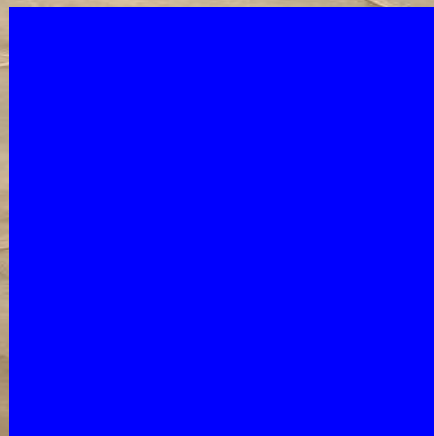
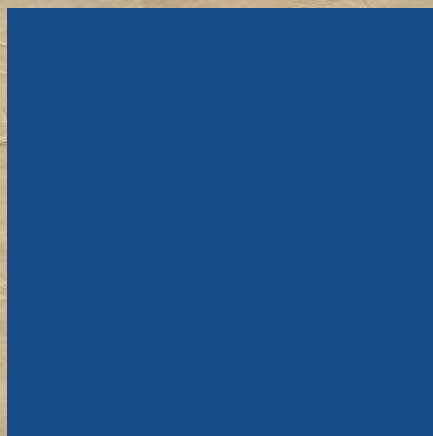
- Způsob, kterým se některé věci/události asociují jako podobné, či odlišné od jiných
- Šablona, která nám umožňuje interpretovat nové situace na základě minulých (protože jsou „podobné“ anebo „odlišné“)
- Založené na bipolárních/dichotomních dimenzích – dva podobné, jedna odlišná zkušenost



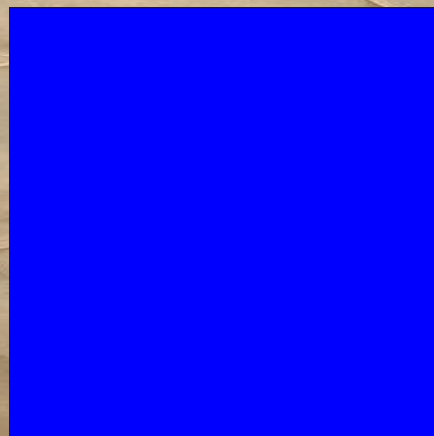
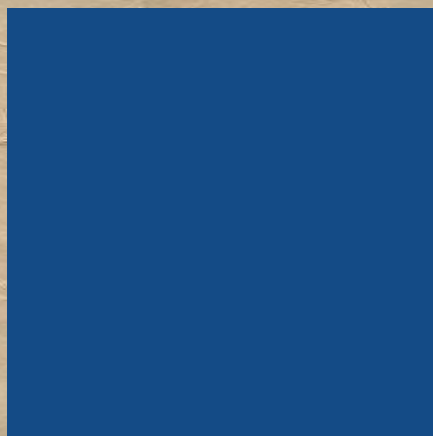
Je tohle modrá?



Je tohle modrá?



Je tohle modrá?



Teorie osobních konstruktů

(George Kelly, 1905-1967)

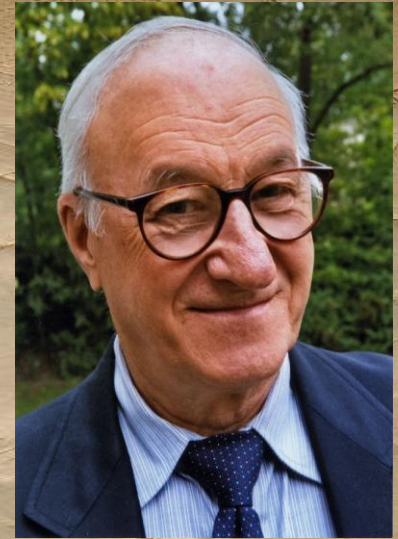
Osobní konstrukt

- Když se konstrukt rozpadne – tedy když selhává predikce anebo interpretace – **úzkost**
- Vlastnosti:
 - **Rozsah vhodnosti** (dobro/zlo vs. Paralelní/podélné parkování)
 - **Ohnisko vhodnosti** – některé situace jsou pro daný konstrukt typičtější než jiné
 - **Propustnost** – lze konstrukt měnit?



Sociálně- kognitivní teorie

(Albert Bandura, 1925-2021)



- Důraz na **sociální učení** a **observační učení**
- Pro vývoj je důležitá role kognitivních procesů, vč. **vědomí vlastní účinnosti** (self-efficacy = kompetence)
 - Přesvědčení člověka, že je schopen dosáhnout požadovaného cíle a přizpůsobit tomu své chování
 - Je spojeno s lepšími výsledky na poli vztahů práce a zdraví
 - Vede k větší výkonnosti a odolnosti vůči zátěži

pozorování



učení



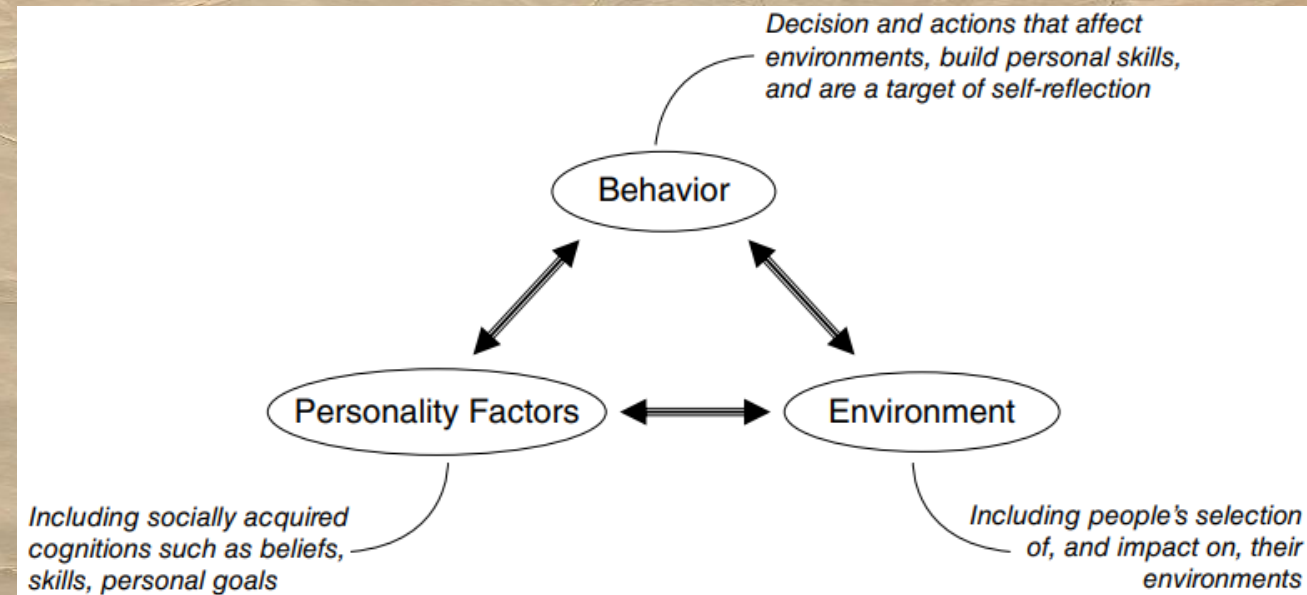
napodobení

Sociálně- kognitivní teorie

(Albert Bandura, 1925-2021)

- **Reciproční determinismus**

- Lidé jsou ovlivněni a zároveň ovlivňující faktor v dynamickém systému chování-prostředí-osobnost
 - Člověk je aktivní tvůrce významu, regulátor vlastního chování a interpret sociální reality



(Cervone & Pervin, 2019 p. 345)

Sociálně- kognitivní teorie (Albert Bandura, 1925-2021)

- Můžeme vnímat vztah mezi určitým chováním a jeho reálnými důsledky (odměna či trest) – a tím si vytváříme internalizována očekávání.

Autoregulace

- jedinečná lidská schopnost
- Uplatňuje se při uspořádávání prostředí, vytváření kognitivních podpor, postihování důsledků vlastních činností
- Vyšší intelektová schopnost symbolického myšlení umožňuje člověku ovlivňovat vnější prostředí
- Umožňuje vytváření behaviorálních strategií, směřujících k dlouhodobým cílům
- Možnost předvídat důsledky chování a podle toho modifikovat své chování
- Pomocí verbální a imaginativní reprezentace zpracovává a uchovává zkušenosti a zážitky



Courtesy: Albert Bandura, Stanford University

Sociálně- kognitivní teorie (Albert Bandura, 1925-2021)

„Bobo Doll Experiment“ – děti
napodobovali chování dospělých
vůči panákovvi (agrese/hra)

Pozorování

- Pozorováním chování druhých si člověk vytváří kognitivní představy
- Učení pozorováním může vést ke zcela rozdílným stylům chování
- Tento proces je řízen čtyřmi navzájem spjatými procesy:
 - 1. **Pozornost** – pozorování modelového chování
 - 2. **Paměť** – zapamatování a udržování dříve pozorovaného mentálního chování
 - 3. **motorická reprodukce** – přenes kódované paměti do nových vzorců odezvy
 - 4. **motivace** – realizace modelového chování při potenciální přítomnosti posílení



Naučená bezmocnost

(Martin Seligman, 1942)

- opakované zkušenosti s nekontrolovatelnými negativními událostmi vedou k přesvědčení, že žádné chování nemá smysl
 - Apatie
 - Pasivita
 - Deprese
- Účastníci v „naučené bezmocnosti“ vykazovali horší výkon i v dalších, zcela řešitelných úlohách - **generalizace bezmoci**
- Deprese a další duševní nemoci můžou být důsledek naučené bezmocnosti

- generalizované očekávání, zda výsledky našich činů závisí na vlastním úsilí (interní LoC), nebo na vnějších silách (externí LoC).

- **Interní LoC**

- lepší zdraví, školním a pracovní výkone a vyšší míra sebekontroly
- v dětství predikuje nižší míru obezity ve středním věku (Gale et al., 2008) a vyšší kreditní skóre v dospělosti.

- **Externí LoC**

- Někdy se dělí také na **mocní druzí** vs **náhoda** (škála IPC)
- souvisí s pasivitou a úzkost

Locus of Control

(Julian Rotter, 1914-2014)



Cognitive-Affective Processing System CAPS (Walter Mischel, Yuichi Shoda)



- Reakce na nespolehlivost rysových teorií k vysvětlení situační podmíněnosti chování
- Osobnost – systém kognitivních a afektivních jednotek, které se aktivují jako odpověď na specifický typ podnětů
- Lidé se chovají konzistentně v určitých typech situací – intraindividuální stabilita (behavioral signature)
- „když ... tak ...“ vzorce chování

Literatura – Kognitivní přístupy

- Larsen & Buss: Personality Psychology (*kap. 12: Cognitive Topics in Personality*)

Doporučená:

- Mikšík, O.: Psychologické teorie osobnosti (*kap. 2.3.5: Bandura, kap. 2.6: Kognitivní teorie os.*) – pro UK dostupné online
- Vágnerová: Psychologie osobnosti, *kap. 9: Kognitivní aspekty osobnosti* (s.211-217).
- Cervone & Pervin: Personality: Theory and Research (*kap. 11: Kelly, kap. 12: Social-Cognitive Theory*)
- Mischel, Shoda & Ayduk: Introduction to Personality (*kap. 14: Social Cognitive Conceptions*).

