

Osobnost

PaedDr. Mgr. Hana Čechová



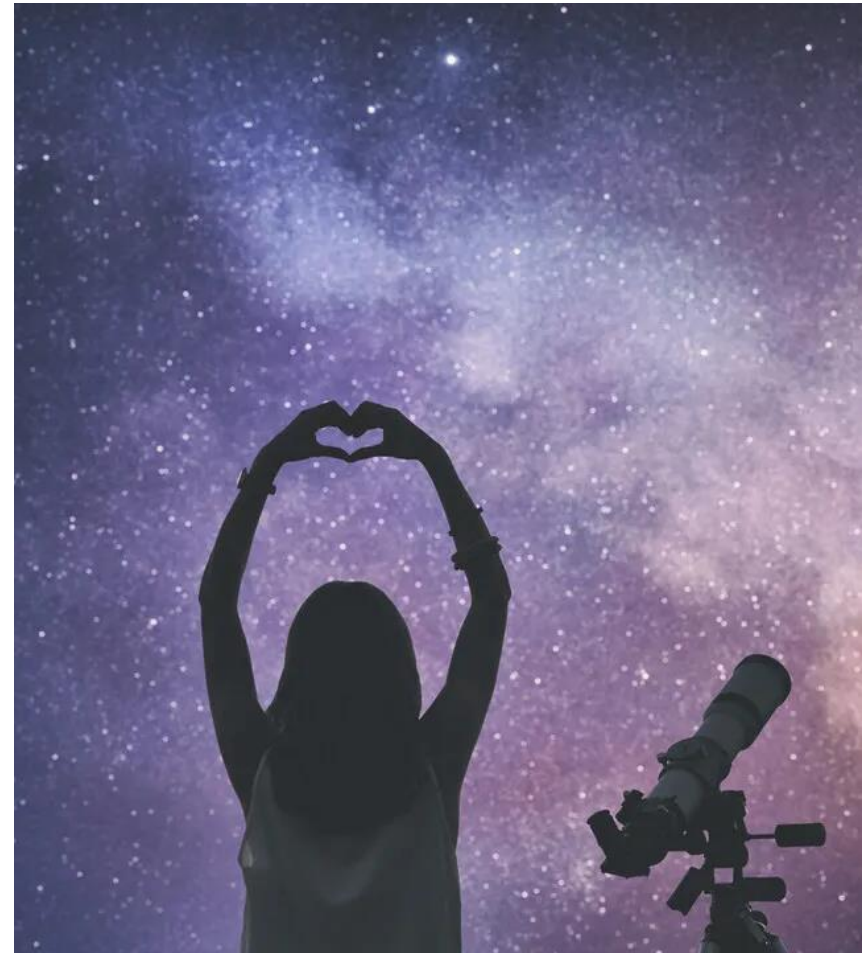
Chytrý člověk vyřeší problém.

Moudrý člověk se mu vyhne.

Albert Einstein

Osnova

1. **Pojem osobnost**
2. **Rozdíly mezi lidmi**
3. **Činitelé ovlivňující tvorbu osobnosti**
4. **Formování osobnosti**
5. **Typy osobnosti – Galénova čtveřice**
6. **Typy osobnosti – Velká pětka**
7. **Poruchy osobnosti**
8. **Znaky poruchy osobnosti**



<https://www.zeny.cz/lifestyle/test-osobnosti-co-vidite-na-obrazku-prozradi-to-jaci-skutecne-jste-5316.html>

1/ Osobnost

- **ČLOVĚK** – biopsychosociální jednotka => jednotlivé složky se od sebe nedají oddělit
- **OSOBNOST** => označení člověka se všemi jeho psychickými, biologickými a sociálními znaky
 - > **soubor jeho vlastností a schopností** => jedinečné, neopakovatelné, dynamické a harmonické spojení fyzických a psychických vlastností jedince
 - > celistvý systém
 - > **utváří se celý život** – počtím začíná, smrtí končí
- Neexistují dva naprosto stejní jedinci
- Řada teorií, které se snaží vysvětlit podstatu a utváření osobnosti, její charakterové vlastnosti...

2/ Rozdíly mezi lidmi

- **Individuální** – rozdíly, kterými se liší jedinci navzájem
-> výška, barva vlasů, zručnost, pracovní tempo, náladovost...

- **Typologické** – rozdíly, kterými se liší celé skupiny lidí
-> lidé žijících v jižních oblastech (temperamentní, hluční, veselejší...)
-> lidé žijící v severních oblastech (vážní, klidnější povaha...)

3/ Činitelé ovlivňující utváření osobnosti

➤ VNITŘNÍ BIOLOGICKÉ PODMÍNKY (DĚDIČNÉ)

-> dědictví po předcích

-> vlivy, které působily na vývoj dítěte v těhotenství, během porodu a těsně po porodu

-> růst a zrání jedince

➤ VNĚJŠÍ VLIVY – VLIVY PROSTŘEDÍ

1/ materiální: kvalita životního prostředí a jeho změny, klimatické podmínky, přírodní prostředí

2/ sociální: DŮLEŽITĚJŠÍ než prostředí materiální (rodina, škola...); důraz na výchovu

➤ VLASTNÍ ČINNOST ČLOVĚKA

-> hra, učení, zájmová činnost, práce...

-> získávání nových poznatků, dovedností

-> rozvoj psychických vlastností

-> utváření vztahů k lidem, věcem

-> poznání nových souvislostí

4/ Formování osobnosti

ČINITELÉ OVLIVŇUJÍCÍ FORMOVÁNÍ OSOBNOSTI

- 1) **Motivace**
- 2) **Citový vztah** k osobám, se kterými je činnost vykonávána
- 3) **Množství činností**
- 4) **Metody řízení činnosti**
- 5) **Velikost požadavků**
 - > přiměřené x nepřiměřené požadavky
 - > pozitivní x negativní vliv

5/ Typy osobnosti

(Galénova čtveřice vychází z teorie Hippokratovy)

SANGVINIK (krev)	CHOLERIK (žluč)	FLEGMATIK (sliz, hlen)	MELANCHOLIK (černá žluč)
veselý, společenský	dráždivý, vznětlivý až agresivní	klidný až lhostejný	vážný až smutný
názorově a emočně nestálý	dynamický	vyrovnaný	přecitlivělý
čilý	aktivní, workoholik	pomalý	pomalý
sklon k optimismu	vstřícný, optimistický	spolehlivý	málo přizpůsobivý, perfekcionista
často povrchní	agrese netrvá dlouho	umí se ovládat	podléhá depresím
stabilní extrovert	labilní extrovert	stabilní introvert	labilní introvert



6/ Typy osobnosti

(Velká pětka)

- USA 2. ½ 20. století
- Osobnostní test – **Big Five test** (v překladu „**Velká pětka**“) – zobrazuje **5 ROZMĚRŮ OSOBNOSTI**
 - 1/ otevřenost vůči zkušenosti** (jak moc je člověk tolerantní, otevřený vůči zkušenosti)
 - 2/ svědomitost** (jak moc je člověk náročný a spolehlivý)
 - 3/ extroverze** (jak moc je člověk společenský, aktivní a energický)
 - 4/ přívětivost** (jak moc člověk umí být soucitný, přátelský, velkorysý, nápomocný ostatním)
 - 5/ neurotismus** (jak moc je člověk vyrovnaný, odolný proti psychické zátěži)
- Zahrnuje několik skupin všeobecných tvrzení o chování člověka
- Big Five test je nutné **pečlivě přečíst a porozumět zadání**
- S danými tvrzeními můžete souhlasit zcela, částečně nebo vůbec ne

charakteristika jednotlivých rozměrů osobnosti

OTEVŘENOST VŮČI ZKUŠENOSTI	SVĚDOMITOST	EXTROVERZE	PŘÍVĚTIVOST	NEUROTICISMUS
Fantazie	Způsobilost	Vřelost	Důvěra	Úzkostnost
Estetičnost	Pořádkumilovnost	Družnost	Upřímnost	Hněv
Prožívání	Zodpovědnost	Asertivita	Poddajnost	Deprese
Inovace	Cílevědomost	Aktivita	Skromnost	Rozpačitost
Ideje	Disciplína	Pozitivní emoce	Jemnocit	Impulzivnost
Hodnoty	Rozvážnost	Vzrušení	Altruismus	Zranitelnost

7/ Poruchy osobnosti

- **Odchylky od zdravé stavby osobnosti**
- **Podstata poruchy osobnost**
-> určité vlastnosti a jejich projevy musí člověku výrazně **komplikovat život** nebo výrazně **negativně ovlivňovat jeho okolí**
- Člověk, který je "svůj", ale zvládá život a nefunguje na úkor jiných lidí, žádnou diagnózu či nálepkou nepotřebuje
- **Akcentovaná osobnost** = mírný nestandard
-> podobně jako poruchy osobnosti je **trvalou součástí charakteru** -> člověk prostě takový, vždycky byl a takový i je

8/ Znamky poruchy osobnosti

- Člověk výrazně **trpí svými osobnostními rysy a/nebo jimi trpí jeho okolí**.
-> př. PSYCHOPAT – člověk navenek **okouzující**, umí si získat lidi, vzbudit důvěru a soucit. Pod tím je ukryta **touha po moci či výhodách**. Lidi vnímá jen jako prostředek k uskutečňování vlastních cílů, není schopen empatie, city pouze napodobuje. Slušností pohrdá – bere ji jako slabost, bez problémů lže a **manipuluje**. Úspěšný psychopat sedí v nejjemnější kůži, neúspěšný ve vězení.
=> Psychopat je sám se sebou v pohodě, problém mají blízcí.
- **Stále stejné vzorce chování** – i když se **xkrát přesvědčil, že nefungují**
-> pokud okolí reaguje negativně, nevhodné vzorce chování zesilují
- Poruchy osobnosti jsou **z principu nevyléčitelné**. Určitých změn lze dosáhnout **psychoterapií (ale MUSÍ CHTÍT)**
- **Soužití** = velká výzva
-> přijmout, že ten druhý se ve své podstatě **nezmění**, a brát ho **takového, jaký je**

zdroje

- Vágnerová Marie, Základy obecné psychologie, Liberec 2017
- https://wiki.rvp.cz/Kabinet/Ucebni_texty/Psychologie_pro_stredn%ad%a1koly/Osobnost_1._-pojem_a_podstata%2c_utvoren%99en%ad%2c_formov%a1n%ad + následují další podkapitoly (Metodický portál RVP)
- https://www.wikiskripta.eu/w/Poruchy_osobnosti přehled poruch osobnosti
- [https://test-mbti.hys.cz/Myers-Briggs Type Indicator \(MBTI\) - test osobnosti online zdarma](https://test-mbti.hys.cz/Myers-Briggs_Type_Indicator_(MBTI)_-test_osobnosti_online_zdarma)
- <https://www.16personalities.com/cs/osobnostni-test>
- <https://testosobnosti.zarohem.cz/>