

## PSYCHOLOGIE – PŘÍLOHA ČÍSLO 5

### TÉMA 5. HODINY: HISTORICKÝ VÝVOJ A SOUČASNÁ PSYCHOLOGIE – SEMINÁŘ

V rámci hlubinné psychologie vznikly tři hlavní směry rozvíjející psychoanalýzu Sigmunda Freuda. Jsou to:

#### ☉ Individuální psychologie

Založil ji původní Freudův spolupracovník, rovněž vídeňský lékař, **Alfred Adler**. Proti Freudově sexuální teorii zastával názor, že ve vývoji osobnosti má hlavní význam rozpor mezi snahou o vyniknutí a společenským citem („skromnost“).

Člověk je v podstatě dobrý a touží po spolupraci a dobrých vztazích, ale již v dětství v něm (velmi často neoprávněně) vzniká komplex méněcennosti. Vyplývá z podceňování a posměšků okolí. Člověk jej chce překonat, a tak se snaží vyniknout za každou cenu, případně bezohledně bojuje o dosažení moci nad druhými.

Nereálné mocenské cíle pak poznamenávají jeho vztahy k ostatním lidem, nebo vedou k psychickému narušení, delikvencí či drogové závislosti. Úkolem psychologa pak je pomoci mu vytyčit cíle, které berou ohled na druhé.

#### ☉ Analytická psychologie

S psychoanalýzou se rozešel také zakladatel analytické psychologie **Carl Gustav Jung**. Ve své psychotherapeutické praxi (léčba psychických poruch) zjistil, že v mládí na člověka silně působí sexuální problematika, jak ji popsal Freud, v dospělosti se do popředí dostává touha vyniknout, což vystihl Adler, ve středním věku však člověk začne přemýšlet o smyslu vlastního života. V příznivém případě se více začne zabývat kulturou, uměním a filosofií, kde hledá odpovědi na své otázky.

V jeho snech se začínou objevovat nové, dosud nepoznané momenty: nadpřirozené postavy, mytologické příběhy a situace, mystické symboly. Jung to označuje za projev kolektivního nevědomí – to je jakási kolektivní paměť celého lidstva. (Vzpomeňte si na postavy, symboly a příběhy, ukazující řešení rozličných životních situací v pohádkách, bájích a pověstech.) Jung tyto projevy kolektivního nevědomí nazval archetypy (pravzory pro náš skutečný život) a měl za to, že pomohou změnit příliš jednostranné zaměření jedince k nějakému životnímu cíli na vytvoření harmonicky rozvinutého jedince s bohatším životem.

#### ☉ Neocanalýza (kulturní psychoanalýza)

Zakladatel neocanalýzy **Erich Fromm** rozpracoval kritiku konzumní společnosti jak západní (zejména americké), tak sovětské. Kritizoval způsob života, vyznačující se honbou za bohatstvím a mocí, vnějšími úspěchy a povrchními vztahy mezi lidmi.

Takový život vede k pocitům prázdnoty a ztráty životního smyslu, před kterými často lidé utíkají např. k drogám či alkoholu.

Člověk se vyvíjí příznivě, pokud u něj není v popředí snaha mít, ale úsilí být opravdovým člověkem. Kniha „Mít nebo být?“ je také Frommovým nejznámějším titulem. Být znamená být aktivním a tvořivým, pracovat s druhými a pro druhé. Neomezovat se na brání od druhých, ale spíše jim dávat. Frommovy názory již tvoří přechod od psychoanalýzy k humanistické (lidské, pro člověka) psychologii.

## PSYCHOLOGIE – PŘÍLOHA ČÍSLO 6

### TÉMA 5. HODINY: HISTORICKÝ VÝVOJ A SOUČASNÁ PSYCHOLOGIE – SEMINÁŘ

#### ☉ Logoterapie

Nizev tohoto psychologického směru vznikl slovením ze dvou slov: Logos = řád a terapie = léčba. Jde skutečně o léčbu pomocí znovunalezení životního řádu. Logoterapie se snaží pomoci lidem, jejichž život byl vykořeněn nějakou otiesnou událostí, a oni se s tím nedokáží vyrovnat.

Zakladatel **Viktor Emanuel Frankl** vyšel ze svých osobních zkušeností vězně koncentračního tábora. Položil si otázku, co vlastně pomohlo lidem přežít se zdravým rozumem tak otřesné zhřtky. Dospěl k závěru, že to byl jistý řád, kterému v nejtěžších chvílích zasvětili svůj život. Člověk je bytost hledající smysl.

K němu podle Frankla vedou tři cesty:

- 1) práce pro druhé
- 2) láska k bližnímu
- 3) přeměna utrpení ve výkon

Na vysvětlenou k třetímu bodu: Jen si vzpomeňte, že v těžkých chvílích není dobré zdat sedět a myslet na své trápení, ale lepší je začít něco dělat, abychom na své trápení snáz zapomněli.

„Člověku lze v koncentračním táboře vzít všechno, až na možnost jednat svobodně, zachovat se tak, nebo tak. Duchovní svobodu člověku nikdo nemůže vzít, daltud dýchá, a také mu, dokud dýchá, zůstává příležitost davat svému životu smysl.“

V. E. Frankl

#### ☉ Transpersonální psychologie

Od všech uvedených psychologických teorií se výrazně liší transpersonální (= nadosobní, překračující jednotlivou osobnost) psychologie. Představitelem je americký psychiatr českého původu **Stanislav Grof**. Je to teorie, navazující na tradiční orientální filosofické, náboženské a mystické směry.

Jejím východiskem jsou zážitky osob ve stavu změněného vědomí, navozeného meditací, různými cvičeními, ale také použitím drog. Tyto mimořádné stavy otevírají člověku cestu ke zkušenostem, přesahujícím hranice prostoru a času, života a smrti.

Stoupenci tohoto směru předpokládají, že si člověk dokáže vybavovat zkušenosti z prenatálního vývoje (vývoj plodu před narozením), z minulých životů, že může prožít jednotu se zvířaty, rostlinami a kosmickými tělesy, že tedy může překračovat své Já, svou individuální osobnost.

Tato psychologie je zatím přijímána s rozpaky a teprve časem prokáže, zda skutečně doplní či oprávi dosavadní pohledy na osobnost člověka.