

Osobností je každý, respektive každý z nás se vyvíjí jako osobnost. POJEM OSOBNOST TEDY POUKAZUJE NA URČITÝ ÚHEL POHLEDU NA ČLOVĚKA.

Chápeme-li člověka jako osobnost, znamená to, že k němu budeme přistupovat

- **jako k prožívajícímu a jednajícímu SUBJEKTU...**
- **Jako k jedinci, vyjadřujícímu ve svém prožívání a jednání svou svéráznost, tedy INDIVIDUALITU...**
- **Při čemž tuto individualitu vytváří strukturovaný celek navzájem souvisejících VLASTNOSTÍ.**

Pojetí člověka jako osobnosti je důležité k tomu,

- *abychom se v něm vyznali, abychom mu rozuměli.*
- *abychom mohli předvídat, jak se v různých situacích zachová.*
- *Abychom v komunikaci s ním volili adresný přístup.*
- *Abychom mu byli účinnou oporou.*

V pedagogice, ve výchově a vzdělávání (edukaci) nás ten, o koho jde, tedy dítě, žák, student musí zajímat jako osobnost. Teprve budeme-li jej brát jako osobnost, budeme-li vůči němu realizovat osobností přístup, budeme-li náš vztah k němu personalizovat, můžeme mu být skutečným pedagogickým dobrodiním.

Vytkneme deset zřetelů, které budeme považovat za důležité, ba nezbytné, chceme-li se zabývat člověkem jako osobností. Nazveme je souhrnně PERSONALIZAČNÍM DESATEREM. Slovem personalizace míníme, že chceme brát v patrnost komplexitu člověka, že nechceme opomenout nic z toho, co je důležité máme-li jej pochopit a pomoci mu – jako rodiče, partneři, učitelé, vychovatelé...

Personalizační desatero tvoří zřetele k

1. základním vlastnostem, tvořícím rozhodující, stabilní vnitřní předpoklady jeho výkonnosti, jeho prožívání a jeho morálních postojů – tedy zřetele k jeho schopnostem, temperamentu, charakteru, odolnosti.
2. zaměřenosti - bereme v úvahu, že člověk o něco usiluje, vytyčuje si cíle, prostě jde mu o něco.
3. začleněnosti - bereme v úvahu, že člověk je součástí mezilidských vztahů, patří do skupin a kolektivů v nichž zaujímá postavení, prožívá sounáležitost, srovnává se s nároky na něho kladenými a také sám klade na druhé své vlastní nároky.
4. sebepojetí - bereme v úvahu, že člověk se zabývá sám sebou, svou identitou, usiluje o svou seberealizaci.
5. autoregulaci - bereme v úvahu, že člověk sám sebe ovládá a řídí, chce mít sebe sama v moci (pod kontrolou).

- 6. genderu, neboli rodu - bereme v úvahu že člověk je mužem či ženou, což vyvolává tomu odpovídající rozdíly v přístupu druhých k němu, v životních příležitostech, v pohledu na sebe sama.**
- 7. potencialitám - bereme v úvahu, že člověk není jen tím kým právě je a dokáže jenom to čeho je momentálně schopen; máme v patrnosti, že má možnosti / potenciality se měnit a vyvíjet, dokázat něco co dosud nedokázal (ovšem, vyvstanou-li náležité podmínky, které jeho potenciality mobilizují, aktualizují).**
- 8. přesahu, neboli transcendování - bereme v úvahu, že člověk se nezabývá jen sám sebou a svými běžnými starostmi či radostmi; máme v patrnosti, že mu také záleží na něčem co jej přesahuje, co je více než on, co dává jeho životu vyšší cíl a smysl;**
- 9. komplexní, strukturované celistvosti individua, vyjadřující jeho svéráznost, jedinečnost, nenahraditelnou svébytnost;**
- 10. životní cestě - bereme v úvahu, že člověk se vyvíjí, že se svým životem ubírá odněkud někam, což na něho klade nároky, apeluje na jeho zodpovědnost za svůj život.**

1. Zřetel k základním vlastnostem:

Schopnostem, temperamentu, charakteru, odolnosti

Jeden z nejčastěji projevovaných zájmů, vědět něco o člověku tak, abychom se v něm vyznali a mohli na něho adresně působit, se týká

- **toho co dokáže, jaké výkony je s to podat, na co ještě stačí a na co už ne, jak náročné úkoly zvládne... Je to zájem o jeho schopnosti.**
- **toho jak prožívá, jaké citově/afektivně prožitkové ladění v něm převládá, jak je to s jeho životní energií dovolující či nedovolující mu žít svůj život v tempu plného nasazení, či unaveně, mdle... Je to zájem o jeho temperament.**
- **toho, jaká je jeho morální výbava, jakými principy jak důsledně se řídí; jak odolává pokušení; jak na něho můžeme spoléhat, mít k němu důvěru... Je to zájem o jeho charakter.**
- **Toho, jak zvládá zátěže: chápe-li náročné životní situace spíše jako výzvu anebo jako ohrožení. Je to zájem o jeho odolnost.**

1.1. Schopnosti

Termínem schopnosti označujeme vnitřní, základní a nezbytné předpoklady orientovat se v situacích, kdy jedinec je vystaven nárokům / požadavkům to či ono zvládnout, podat výkon.

1.2. Temperament

Tímto termínem označujeme soubor vrozených vlastností, vztahujících se

° k citovému (emocionálnímu, afektivnímu) prožívání,

° a /nebo k síle vzrušivosti oproti útlumu a jejich vzájemnému vztahu.

Termínem CHARAKTER označujeme ty vlastnosti, které souvisí s morálkou jedince - s principy a zásadami kterými se řídí, s hodnotami o které usiluje a na kterých mu záleží. Charakter je osvojen zvnitřňováním / interiorizací požadavků okolí, které jedinec přijal za své, s nimiž se ztotožnil.

K VYZRÁLÉMU CHARAKTERU DOSPÍVÁME MORÁLNÍM ROZHODOVÁNÍM.

Slovy CHARAKTEROVÁ VYHRANĚNOST, PEVNOST, stálost označujeme to, že jedinec je neochvějný ve svých zásadách; že v situacích pokušení či vyhrožování obstojí a od svých zásad neustoupí. Naopak slovy charakterová slabost myslíme to, že pokušením podléhá, v tom oč mu jde kolísá...

Za důležité KOMPONENTY CHARAKTERU tedy považujeme

- **Hodnotové životní orientace, cíle dávající životu smysl...životní zásady jimiž se jedinec řídí, normy které si ukládá.**
- **Vůdčí ideály, které jedince zavazují.**
- **Morální/etické postoje (ve vztahu k přírodě, druhým lidem ...) a tomu odpovídající sebeovládání. Tak zvané morální kvality osobnosti, jako například statečnost, opravdovost, čestnost ...**
- **Svědomí.**

S velkou naléhavostí se prosazuje zejména téma ODOLNOSTI ČLOVĚKA VŮČI ZÁTĚŽÍM, STRESU. Vystávají otázky, proč někdo zátěže zvládá, dokonce se díky konfrontaci s nimi stává aktivnějším, zdravě sebevědomým; upevňuje se v něm pocit, že v životě o něco jde a on se toho dokáže chopit. A proč někdo jiný zátěží naopak podléhá jak oběť, neví si s nimi rady, utápí se ve starostech, úzkostech, depresích; je jimi ohrožena nejen jeho vnitřní pohoda, ale dokonce i zdraví, včetně zdraví tělesného.

ZÁTĚŽ A STRES

ZÁTĚŽÍ zde myslíme namáhání adaptačních způsobilostí osobnosti/organizmu... Jedinec ji v kladném případě přijímá jako výzvu vynaložit maximum sil a prokázat svou zdatnost. Anebo naopak v negativním případě jako hrozbu že situaci nezvládne; je sužován obavami, cítí se ohrožen.

Jako STRES označujeme zátěž, dosahující takového stupně, že hrozí přesáhnout síly jedince ji zvládat. To vyvolává celou řadu psychických i fyziologických procesů, ohrožujících zdraví jedince...

TYPY OSOBNOSTI A STRES

Osobnostní typ A. Jedinci toho typu usilují o co nejvyšší výkon, baží neúnavně po úspěchu a sebeprosazení, jsou soutěživí, netrpěliví. Nedopřávají si oddechu...

Osobnostní typ B. Jejich pracovní zaujetí není tak výrazné, dokáží ocenit i jiné věci (hodnoty). Dokáží odpočívat, bavit se, odreagovat se, relaxovat...Jejich ohrožení stresem je podstatně menší.

- Rosenman se spolupracovníky uvádí, že z počtu 258 mužů, kteří prodělali v posledních devíti letech infarkt myokardu, bylo 69 % osobnostního typu A, a jen 31 % typu B.

Typ C: je charakterizován jako „cancer personality“... Charakterizuje jej silná emocionalita, ale prožívané city jsou důsledně potlačovány...

VULNERABILNÍ VERSUS RESILIENTNÍ VLASTNOSTI

Termín vulnerabilita znamená zranitelnost. Za vulnerabilní považujeme takové vlastnosti osobnosti, které snižují odolnost vůči zátěži, stresu. Psychickým základem vulnerability jsou vlastnosti, vyjádřené v postojích a stavech jako:

- **Postoje a stavy bezvýchodnosti.**
- **Postoje a stavy opuštěnosti.**
- **Postoje a stavy zatrpklé rezignace.**
- **Postoje a stavy fatalizmu.**

RESILIENTNÍMI VLASTNOSTMI OSOBNOSTI jsou ty, které posilují způsobilost člověka přijmout zátěž jako výzvu, odolávat stresu:

- **Evidování a upevňování zkušenosti s tím, co se podařilo, a transformace těchto zkušeností v odvalu věřit, že se to či ono podaří i v budoucnu.**
- **Kritický, analytický, reflektující pohled na příčiny nezdaru a vyvozování nosných poučení jak dál příště.**
- **Plánování, elaborování cesty jak postupovat...Nezdolnost zkusit to znovu, jinak.**
- **Vzájemnost – vytváření pevných, posilujících vztahů souznění a opory, součinnosti...**
- **Sebedůvěra, pozitivní sebepojetí.**
- **Umět dělat radost sobě a druhým**
- **Přijetí minulosti...Zhodnotit to co se stalo jako zdroj cenné zkušenosti, která mne obohacuje do další cesty životem.**
- **Otevřený horizont budoucnosti.**

2. ZŘETEL K ZAMĚŘENOSTI - ČLOVĚK O NĚCO USILUJÍCÍ, VYTYČUJÍCÍ SI CÍLE

Zaměřenost je hnací silou našeho života, dává mu cíl a směr. A to jak v konkrétních situacích, kdy naléhavě něco žádáme, potřebujeme, tak i tehdy, když chceme v dlouhodobém výhledu dát svému životu smysl, žádoucí celkové vyústění. Bez zaměřenosti nelze životu člověka porozumět. Ujasnit si, čeho a jak chce dosáhnout, či také čemu a jak se chce vyhnout, tvoří jeden ze základů poznání někoho druhého, ale stejně tak i sebe sama.

3. ZŘETEL K MEZILIDSKÝM VZTAHŮM - OSOBNOST JAKO ZAČLENĚNOST

Vytyčujeme-li mezilidské vztahy, respektive začleněnost jako jednu ze složek pohledu na osobnost (tedy personalizačního desatera), pak máme na mysli, že se tyto vztahy promítají do důležitých charakteristik jedince; že podmiňují jeho vlastnosti a postoje, jednání a životní cíle, dokonce i pohled na sebe sama.

4. ZŘETEL K SEBEPOJETÍ – OSOBNOST JAKO JÁ

Termínem sebepojetí poukazujeme na závažný, ne-li přímo klíčový znak člověka. A sice na to, že mu jde v neposlední řadě (často dokonce v první řadě) o sebe sama. Základními složkami sebepojetí je

- **Sebepoznání:** *chceme vědět co dokážeme, jak vypadáme, co si o nás myslí druzí a jací jsme doopravdy.*
- **Sebecit:** *Naše sebepoznávání zpravidla není citově neutrální – máme se rádi, nacházíme sami v sobě zalíbení, anebo také naopak, stydíme se sami za sebe, pohrdáme sebou či se nenávidíme apod.*
- **Sebehodnocení:** *Vyslovujeme sami o sobě soudy, porovnáváme své současné výkony a vlastnosti s minulostí či s výkony a vlastnostmi jiných lidí a vyvozujeme hodnotící závěry o sobě.*
- **Seberealizace:** *Usilujeme o svůj vývoj, o své zdokonalení – chceme být takovými jakými bychom měli / chtěli být...*

5. ZŘETEL K AUTOREGULACI – OSOBNOST JAKO ČLOVĚK SÁM SEBE OVLÁDAJÍCÍ

Pojmem autoregulace (sebeřízení) poukazujeme na skutečnost, že jedinec se svým vlastním úsilím vymaňuje z odkázanosti na ovládání druhými a ovládá sám sebe. Ovládá, reguluje, řídí své myšlenkové postupy, své učení, své chování; zvažuje alternativy jak se zachová a co udělá, rozhoduje se a vyvíjí úsilí... Autoregulace úzce souvisí se sebepojetím a ve své rozvinuté podobě se stává předpokladem osobnostní zralosti, nezávislosti, svébytnosti.

8. PŘESAHA, NEBOLI TRANSCENDO VÁNÍ - bereme v úvahu, že člověk se nezabývá jen sám sebou a svými běžnými starostmi či radostmi; máme v patrnosti, že mu také záleží na něčem co jej přesahuje, co je více než on, co dává jeho životu vyšší cíl a smysl.

Významné přesahové kvality osobnosti:

- **Lidskost**
- **Láskyplnost**

LIDSKOST – ZNAKY LIDSKOSTI:

- **VCÍTIVOST / empatie: beru druhého / druhé jako sebe sama a sebe jako je. Skrze druhého rozumím sám sobě s tím, že i já tomu druhému napomáhám aby si ujasnil sám sebe a stal setím kým má být.**
- **ZÁBRANA UBLÍŽIT, TEDY OHLEDUPLNOST. Chci mu udělat radost, jeho radost umocňuje radost mou.**
- **NENECHAT V NOUZI, PŘISPĚCHAT NA POMOC, BÝT OPOROU.**
- **DŮSTOJNOST, která člověka napřimuje a dodává mu sebevědomí hledat smysl svého života a konat dílo kterým je tento smysl naplňován – ať se děje co se děje.**

Lidskost se projevuje

- **ve vztazích já a ty...**
- **v pospolitosti, vzájemnosti...**
- **ve vztazích my a oni, ti druzí, jiní...**
- **ve všelidské obsáhlosti.**

LIDSKOST výlučně otázku vztahů mezi lidmi, není krátkozraká; netýká se jenom vztahů mezi lidmi. Týká se i vztahu k životním podmínkám, k zemi, ke světu. Tato idea nabývá na významu tím, že **ŽIJEME V ANTROPOCÉNU**, tedy v období dějin země a člověka, kdy se člověk vymaňuje z řádu přírodního dění do té míry, že toto dění ovládá se stále většími důsledky – bohužel takovými, které zpětně jeho samého, život na zemi a v posledku zemi samotnou ohrožují.

Můžeme rozlišit

- **antropocén kořistný: podmanění jako vydání všanc dobyvateli který si nedělá starost s nějakými ohledy....**
- **atropocén procitlý k lidské zodpovědnosti za svět a tato zodpovědnost se stává novou, do značné míry i ústřední dimenzí lidskosti.**

Palouš, Sobodová: „Proč tak všeobsáhlý zřetel ? Protože je to člověk, jemuž bylo a je uloženo starat se o svět, aby to s veškerenstvím dobře dopadlo (viz Komenský)“.Moldan: **Lidskost v tom, že vyvineme vůči zemi, přírodě „přátelské a ohleduplné jednání.**

LÁSKYPLNOST JAKO PŘESAHA

Láska ve svém přesahovém významu je

- **cit, emoce;**
- **mezilidský vztah;**
- **potřeba;**
- **ctnost;**
- **dobrodiní.**

10. OSOBNOST NA ŽIVOTNÍ CESTĚ – ÚSILÍ O SMYSL A NAPLNĚNÍ ŽIVOTA

Podstatné zde je, že *pohyb života není jenom plynutím jako je plynutí řeky, ani odžíváním jako je tomu u subhumánních tvorů. Člověk si chce svůj život užít a stará se jak; chce ve svém životě něčeho dosáhnout a pracuje na tom; chce svému životu dát smysl a zápasí o něj. Tyto skutečnosti, ať jsou co do svého obsahu jakkoliv rozdílné, mají nicméně společného jmenovatele. Lze jej vyjádřit formulací, že JSME NA ŽIVOTNÍ CESTĚ, ŽE SE SVÝM ŽIVOTEM POHYBUJEME ODNĚKUD NĚKAM A ŽE CHCEME TENTO POHYB OVLIVNIT, BÝT JEHO AKTÉRY ČI REŽISÉRY, ŽE SE CHCEME DOBRAT ŽIVOTNÍHO AUTORSTVÍ.*