

Hledání naplnění vztahu k sobě

Jana Cindler

Diplomová práce
2009



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta humanitních studií
Ústav pedagogických věd
akademický rok: 2008/2009

ZADÁNÍ DIPLOMOVÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Bc. Jana CINDLER**
Studijní program: **N 7507 Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Sociální pedagogika**

Téma práce: **Hledání naplnění vztahu k sobě**

Zásady pro vypracování:

Zpracování teoretických východisek z oblasti vývoje harmonické osobnosti, sebepřijetí, přijetí- nepřijetí v rodině.
Příprava metodiky výzkumné části.
Na základě teoretických východisek provést výzkum, který bude zpracovávat odpovědi na výzkumné otázky.
Zpracování a vyhodnocení výzkumu.
Prezentace výsledků výzkumu, jejich shrnutí a doporučení pro praxi.

Rozsah práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování diplomové práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

ČAČKA, O. Nástin psychologie I Brno: Paido, 2001. ISBN 80-85931-94-X.

JANKOVSKÝ, J. Etika pro pomáhající profese. Praha: Triton, 2003. ISBN 80-7254-329-6.

JUNG, K.G. Duše moderního člověka, Atlantis, 1968. ISBN 80-7108-213-9

JUNG, K.G.; WILHELM, R. Tajemství zlatého květu. Čínská kniha života. Vyšehrad: Walter-Verlag AG, 2004. ISBN 80-7021-723-5

PONĚŠICKÝ, J. Fenomén ženství a mužství. 3. vyd. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7387-106-2.

RENZETTI, C.M. Ženy, muži a společnost. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0525-2.

Vedoucí diplomové práce: **PhDr. Mgr. Emilie Dvořáčková**

Ústav pedagogických věd

Datum zadání diplomové práce: **17. února 2009**

Termín odevzdání diplomové práce: **15. května 2009**

Ve Zlíně dne 17. února 2009



L.S.

prof. PhDr. Vlastimil Švec, CSc.
děkan

Mgr. Soňa Vávrová, Ph.D.
vedoucí katedry

ABSTRAKT

Abstrakt česky

V této práci pokračuji v zamýšlení se nad souvislostmi smyslu a kvality života člověka na tomto světě. Teoretickou část tvoří kapitoly, které z mého pohledu s tímto tématem neoddělitelně souvisí; pohled na psychologii a osobnost se všemi souvislostmi (Já, Duše, pokora), dále zde uvádím psychologii gender a psychoterapii. Malou kapitolu tvoří také další cesty k zamýšlení se nad kvalitou života. Praktická část obsahuje, formou kvalitativního výzkumu, získané pohledy, poznatky a rady lidí, kteří se snaží prospívat potřebným lidem.

Klíčová slova: Psychologie, osobnost, moudrost, pokora, Já, Duše, role ženy a muže, psychoterapie, kvalita života, přijetí

ABSTRACT

This work continues with the contemplation over the context of sense and quality of human life in this world. There is a theoretical part with chapters that are in my opinion very closely connected with the theme; view of psychology and personality in the whole context (Self, Soul, Humility), then I present psychology gender and psychotherapy. A short chapter is also given to other ways leading to contemplation over the quality of human life. A practical part comprises different views and advice of people who try to provide their help to those in need, which was surveyed in a quality research.

Keywords: Psychology, personality, wisdom, humility, Self, Soul, man's and woman's roles, psychotherapy, quality of life, assumption.

Poděkování: Děkuji za čas, který dostávám.

Motto:

Opravdové dějiny ducha nejsou uchovávány v učených knihách, nýbrž v živoucím duševním organismu každého jedince.

C.G. Jung

„Nechtěl bych nikomu jinému předznamenávat cestu, protože vím, že mě cestu předsala ruka, která mě daleko přesahuje. Pokouším se jen být skromným nástrojem a cítím, že jsem všechno jiné, jen ne veliký“.

C.G. Jung

Peklo začíná dnem, kdy nám Bůh poskytne jasnou vizi všeho, čeho jsme mohli dosáhnout, všech darů, které jsme vyplýtvali a všeho co jsme mohli a neudělali.

G. Monotti

OBSAH

ÚVOD.....	9
I TEORETICKÁ ČÁST	11
1 SMĚRY A TRENDY V PSYCHOLOGII	12
1.1 UNIVERZÁLNÍ PSYCHOLOGIE	12
1.2 ZÁKLADNÍ PROBLÉM SOUČASNÉ PSYCHOLOGIE	13
1.3 SMRT A MODERNÍ SVĚT	13
1.4 SMRT A ZNOVUZROZENÍ V PSYCHOTERAPII	14
2 OSOBNOST ČLOVĚKA.....	15
2.1 OSOBNOST Z POHLEDU JUNGA.....	15
2.2 DUŠEVNÍ DĚNÍ OSOBNOSTI PODLE ČAČKY	16
2.2.1 Model vrstev duševního dění osobnosti	17
2.2.2 Vliv prenatálního vývoje na osobnost	18
2.3 BIOLOGICKÁ, PSYCHOLOGICKÁ A KULTURNÍ PODMÍNĚNOST VÝVOJE OSOBNOSTI /ŽENSKOSTI A MUŽSKOSTI/	18
2.4 JÁ	19
2.4.1 Vztah k sobě samému - pokora	19
2.5 DUŠE	20
2.5.1 Duše z pohledu filozofie	20
2.5.2 Duše v psychologii	20
2.5.3 Duše z pohledu teologie	21
2.5.4 Duše v pohádkách	21
2.5.5 Duše podle Junga	21
3 PSYCHOLOGIE GENDER	22
3.1 STUDIUM GENDER, OBECNÝ PŘEHLED.....	22
3.1.1 Genderové stereotypy	22
3.2 SOCIOLOGICKÝ POHLED NA GENDER.....	23
3.2.1 Paradigmatická revoluce	23
3.3 ROLE MUŽE A ŽENY V SOCIOLOGICKÉ PERSPEKTIVĚ.....	24
3.4 PROBLEMATIKA DISKUSE O ŽENSTVÍ A MUŽSTVÍ	25
3.5 ŽENA A MUŽ PODLE PESESCHKIANA	25
3.6 ANIMA, ANIMUS	26
3.6.1 Anima, animus – R. Wilhelm.....	26
3.7 ARCHETYPY	27

4	PSYCHOTERAPIE.....	28
4.1	PSYCHOTERAPIE JAKO OBOR.....	28
4.2	PSYCHOTERAPIE JAKO ČINNOST.....	29
4.3	DRUHY PSYCHOTERAPIE.....	30
4.4	SMĚRY PSYCHOTERAPIE	31
4.4.1	Hlubinná psychoterapie.....	31
4.4.2	Dynamická a interpersonální psychoterapie.....	34
4.4.3	Rogersovská psychoterapie	34
4.4.4	Behaviorální psychoterapie	35
4.4.5	Kognitivní psychoterapie	36
4.4.6	Gestalt psychoterapie	36
4.4.7	Existenční a humanistická psychoterapie.....	36
4.4.8	Jiné přístupy	37
4.4.9	Eklektické a integrativní pojetí	37
4.5	CÍLE PSYCHOTERAPIE	37
5	DALŠÍ CESTY K HLEDÁNÍ KVALITY ŽIVOTA	39
5.1	KVALITA ŽIVOTA	39
5.1.1	Výzkumy kvality života	42
5.1.2	Hledání duchovní cesty podle Marty Foučkové.....	42
5.1.3	Literatura k zamyšlení	43
6	CHARAKTERISTIKA /PSYCHOLOGIE, TEOLOGIE, ETIKOTERAPIE /	46
II	PRAKTICKÁ ČÁST	48
7	REALIZACE VÝZKUMU	49
7.1	VÝZKUMNÝ PROBLÉM	49
7.2	CÍLEM VÝZKUMU.....	49
7.3	VÝZKUMNÝ SOUBOR	50
7.4	METODY SBĚRU DAT	50
7.5	ZPŮSOB ZPRACOVÁNÍ DAT.....	51
7.6	DESKRIPCE VÝSLEDKŮ.....	51
7.6.1	Významné výroky.....	51
7.7	INTERPRETACE VÝSLEDKŮ.....	68
7.7.1	Porovnání jednotlivých názorů mezi sebou	68
7.7.2	Porovnání názorů terapeutů s výsledky výzkumu z bakalářské práce.....	71
7.8	ZHODNOCENÍ VÝSLEDKŮ VÝZKUMU	73
	ZÁVĚR	75
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	77
	SEZNAM TABULEK.....	80
	SEZNAM PŘÍLOH.....	81

ÚVOD

Cesty k hledání vnitřního klidu (uklidnění). Soukromá orientace základních možností a souvislostí

V této práci chci pokračovat na své myšlence hledání kvality života a zamýšlení se nad hlubším smyslem života člověka na tomto světě, kterou jsem začala rozebírat již v bakalářské práci. V minulé práci jsem se více zaměřila na pohled filozofický a hlavně jsem chtěla vyzvednout myšlenky historicky známého Sokrata. Touto diplomovou prací se více zaměřuji na psychologii dneška jako takovou a souvislosti, které z mého pohledu s ní a s tématem mé práce velmi úzce a myslím si, že i neoddělitelně souvisí. Ve své práci se tentokrát odvolávám na názory několika známých osobností, které k této problematice mnohé publikovaly. Velmi často uvádím názor švýcarského lékaře a profesora Carla Gustava Junga a také profesora Otto Čačky. Oba tyto autoři mě hluboce oslovili i když každý jinak. Názory a výklady dalších známých a renomovaných autorů jako je třeba Matějček, Dytrich, Kohoutek a Musil, ale také celé řady dalších odborníků na tuto problematiku, jsem nechtěla opomenout. Právě dva výše jmenovaní mne však oslovili opravdu nejvýznamněji a proto jsem si jejich názory a postřehy ve své práci dovolila uvést ve větším rozsahu. Do teoretické části jsem také zařadila kapitolu, která je věnována novému fenoménu v dnešní společnosti, a to kapitolu Psychologie gender. V praktické části své minulé práce jsem zpracovávala dotazník, jehož otázky byly odvozeny přímo z návodu na kvalitní život, právě tak jak je Sokrates doporučoval a předával svým žákům. V příloze I je tato část uvedena pro získání přesnějších informací. V této práci chci tento kvantitativní výzkum doplnit výzkumem kvalitativním, který zkoumá a mapuje stejné pole zase z jiného pohledu. Využila jsem proto stejný dotazník pro získání informací z praxe tří terapeutů, kteří právě ze svého pohledu mohou posoudit, jak jsou tyto myšlenky, o kterých hovořil Sokrates uplatňovány lidmi v běžném životě.

Studiem literatury a různých dokumentů, ale také cestou moderních médií, se nám dostává velké množství informací. Jsou nám sice k dispozici, ale osobně si myslím, že pro jejich velké množství je neumíme všechny ani využít. Některé z nich použijeme, některé čekají na to, až je pochopíme i několik let, no a ty zbývající projdou jen tak bez užitku/ někdy jen zdánlivě –jejich stopa však v nás zůstává, ale my ji nehledáme/. Jelikož jsem při zpracování tohoto tématu přečetla mnoho zajímavých knih a pojednání, musím bohužel kon-

statovat, že některá jsou pro mě příliš složitá a obsáhlá. Tímto osobním přiznáním jsem chtěla ukázat, že i když se člověk hodně snaží a opravdu hledá, nemusí ještě naleznout. Ani v největší fantazii jsem nepředpokládala, že pochopím všechny souvislosti a budu moudřejší, ale přece jenom jsem doufala, že mi to prospěje. Utěšuji se, že každá životní zkušenost, i ta nepříliš pozitivní, je prospěšná, ale to je jen slabá náplast na mé pocity zklamání. Zní to dost pošetile v souvislosti s tématem mé práce, ale pravda je taková. Považuji za důležité tento postřeh pojmenovat takto otevřeně hned na začátku, abych přiznala právě oněm pocitům tu velmi důležitou roli, kterou si myslím, že v našem životě hrají.

Na rozdíl od filozofie, je pojem **psychologie** relativně nedávný, a podle charakteristiky, která je uváděna ve slovnících, jako věda na kterou se pohlíží velice zešíroka. S první úvahou o psychologii podle Aristotelova spisu *Peri psychés* (O duši) a která začíná vysvětlením o co jde, si myslím, že vědu o duši můžeme asi právem pokládat za nejpřednější a že s tímto můžeme tedy směle souhlasit i dnes. Pohledy na toto téma se liší mírou poznání a ponoření se do problematiky odborníky a mysliteli, kteří se tímto tématem zabírali a zabírají. Já jsem za sebe chtěla nahlédnout hlouběji do souvislostí, které by mě měly dovést ne k větším vědomostem, ale které by prospěly mému pohledu sama na sebe.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 SMĚRY A TRENDY V PSYCHOLOGII

Ve dvacátém století se v psychologii stabilizovalo několik hlavních proudů. Zredukoval se tak velký počet psychologických škol, pojetí, názorových směrů a trendů, které se opíraly o různá hlediska a která vycházela z různých filozofií a světonázorů. Dnešní psychologie představuje demokratizaci přístupů v praxeologické rovině. V současné době je nejčastěji uváděno šest trendů, které vycházejí ze specifikovaných, teoretických a filozofických stanovisek (Musil, 2007). Jedná se o **Behaviorismus, Hlubinnou psychologii, Humanistickou psychologii, Kognitivní psychologii, Křesťanskou racionální psychologii a Marxistickou psychologii.**

Všechny tyto směry a trendy mají své příznivce a také odpůrce. Z mého pohledu je mi blízký Humanistický směr, který, jak píše Musil (2007), byl zprvu zván *Existencionální psychologií*, po své duchovní matce *Existencionální filozofií*. A její klíčovou otázkou je „Kdo jsem já“. V základech humanistické psychologie lze nalézt také fenomenologický přístup k lidskému bytí, který preferuje subjektivní zkušenost individua. Jedinec je pro humanistickou psychologii, jak poznamenává Musil, celistvou, jedinečnou osobností, která se dále vyznačuje bohatstvím vnitřních zkušeností a stálou touhou po seberealizaci. Celá lidská existence je humanistickou psychologií pojímána jako celek, který představuje jednotu subjektu a objektu, prožívání a chování jsou pak systémem, ve kterém mají hlavní úlohu hodnoty a cíle (Musil, 2007).

1.1 Univerzální psychologie

Podle všeobecné encyklopedie je psychologie věda, která se zabývá duševními jevy na všech úrovních rozvoje člověka. Zabývá se na jedné straně složkou –objektivní– navenek zaznamatelnou, ale i složkou –subjektivní– tedy prožitkovou. Zkoumá duševní jevy v jejich vývojové dynamice. Původně byla součástí filozofie (v tomto smyslu se tedy za zakladatele psychologie považuje Aristoteles – Spis o duši). V 19. století se psychologie rozvíjela jako samostatný vědní obor, jehož základem byl experiment. Psychologie spolupracuje s přírodními vědami (neurofyziologií, neuropsychologií) ale také se sociologií pedagogikou a lékařstvím (Všeobecná encyklopedie, 1997).

Musil (2007) ve svém shrnutí uvádí, že základní úroveň psychologických věd, jejich bázi a platformu, tvoří několik disciplín psychologie. Tyto dávají základ a také východisko pro

studium pedagogických disciplín nebo oborů speciální pedagogiky, které zase podle něj sytí již specializovaným informačním a poznatkovým materiálem další disciplíny nebo obory aplikované psychologie.

1.2 Základní problém současné psychologie

Pohled na současnou psychologii velice dobře vysvětluje Jung ve své knize Duše moderního člověka. Hned v první kapitole zasvěceně popisuje vývoj názorů na otázky fyzická a duševna. Zatímco středověk i antika, ba dokonce celá lidská společnost, vycházely již od svých prvopočátků z předsvědčení o substancionální duši, ve druhé polovině devatenáctého století vznikla psychologie, která „duši nebrala“. Podle vědeckého materialismu se všechno, co se nedalo spatřit očima nebo ohmatat rukama, nepřijímalo a dokonce se stávalo podezřelým. Vědecký pohled připouštěl jen to co se dalo materiálně poznat, nebo odvodit ze smyslově vnímatelných příčin. Tento obrat nevnikl den ze dne a nezačal až s příchodem materialismu, ale připravoval se pozvolna. Když skončila gotická doba, která přinesla katastrofu duchovní reformace, přišla doba moderního vědomí, velikých cest a empirického rozšiřování pojetí světa. Víra v substancionálnost duchovna pozvolna ustupovala a tento vývoj s sebou přinesl to, že byla psyché pokládána za komplikovaný biochemický fenomén, tedy v první řadě za hru elektronů anebo že byla za duševní život prohlášena nezákonnitost nitra atomu. Z psychologického pohledu to znamená neslýchanou revoluci světového názoru. Veškerý onen svět se přeměnil ve svět vezdejší. Vysvětlit a zpracovat tento obrat z filozofického pohledu je podle Junga beznadějné. Kdybychom si byli podle Junga vědomi ducha času, věděli bychom, že máme sklon interpretovat především z fyzická, zatímco dříve se interpretovalo spíše příliš z ducha. Děláme v podstatě chybu opačnou a tedy stejnou. Přijmeme-li Sokratovu uměřenost (*sófrsyné*), pak víme, že rozvoj přijímání informací by měl být oboustranný, tedy vyvážený. Ani o jednom ani o druhém toho nevíme příliš mnoho a proto je skutečnost taková jaká je. A přitom všichni někde víme o úzké spojitosti duševna s fyziologií mozku, žláz a těla vůbec.

1.3 Smrt a moderní svět

S tématem člověka a jeho života je také neoddělitelně spojena otázka smrti. K tomuto tématu jsem jen chtěla zmínit pozoruhodnou knihu Sogjala Rinpoče s názvem Tibetská kniha o životě a smrti (1996), která byla napsána, aby všechny, kdo ji budou číst, inspiro-

vala k tomu, aby se vydali na cestu za osvícením. Smrt je termín, který se stává v naší společnosti stále více frekventovaný a určitě stojí za to se dozvědět o tomto více informací. V této knize je velice zajímavá kapitola, ve které popisuje autor pohled na smrt v tomto moderním světě. Vysvětluje kontrast mezi postojem ke smrti v němž byl vychován a tím, který našel u nás na Západě. Přes všechny technické vymoženosti dneška chybí západní společnosti opravdové chápání smrti. Autor zde otevřeně popisuje situaci, že dnes většina světa žije v odmítání smrti, nebo v hrůze před ní. Už i rozhovor o smrti je považován za morbidní, a mnoho lidí věří, že již pouhá zmínka o smrti ji na mluvčího přivolává. Jung v kapitole jedné ze svých knih vysvětluje, že smrt je jednou znázorněna z hlediska já a podruhé z hlediska duše. V prvním případě je jeví jako katastrofa a vypadá to tak, jakoby člověka zabily zlé a nemilosrdné síly, avšak z druhého hlediska se smrt jeví jako radostná událost. „Sub specie aeternitatis je to svatba, mysterium coniunctionis – tajemství spojení“ (Jaffé, 1998, s.287). Avšak dnešní moderní doba je od tohoto chápání velice vzdálena.

1.4 Smrt a znovuzrození v psychoterapii

Americký lékař a psycholog dr. Stanislav Grof v souvislosti s terapeutickými účely experimentoval se změněnými stavy vědomí. Při aplikaci LSD podávalo mnoho pacientů zprávy o transpersonálních zážitcích, ve kterých šlo o neobvyklé spojení smrti s elementy porodního boje, jehož příčinou je porodní trauma. Grof nazýval tyto zážitky „*perinatálními zkušenostmi*“, které jsou podobně jako biologický porod rozloženy do čtyř oblastí: otevření, přechod, vypuzení a plodový koláč. V knize *Tajemství proroků* (2003) jsou jeho terapeutické zkušenosti uvedeny i s velmi působivými ilustracemi, které vznikly na základě výpovědí jeho pacientů při aplikaci již zmíněného LSD. Podle jeho názorů je třeba velkého psychologického útlocitu k zahrnutí démonů porodního traumatu. Grof spolu s řadou speciálně vyškolených psychoterapeutů nabízí pomoc při problémech právě s transpersonálními zážitky.

2 OSOBNOST ČLOVĚKA

Osobnost je charakterizována jako souhrn všech psychických a tělesných vlastností. Na jejím utváření se podílejí vlivy biologické, psychologické a sociální, které ji udržují v rovnováze. Během života přetrvává vědomí kontinuity, jedinečnosti, odlišnosti od okolí a účasti na vnějším dění. Uvědomování si vlastního já (*jáství*) představuje vrcholnou integraci všech složek osobnosti. Vývoj osobnosti může být narušen vážným tělesným a duševním onemocněním a traumatizujícími zážitky v průběhu života. Navenek se osobnost projevuje souborem vlastností, které jsou označovány jako povaha. V užším smyslu zde patří také charakter a jako temperament je určováno životní tempo a emoční reakce (Chudý, 2004).

Osobnost je však v psychologii stále ještě vnímána jako mlhavý pojem. Nelze vůbec říci, že by se stala, jak by jistě zasloužila, pojmem klíčovým. Jakákoliv využitelnost psychologických poznatků je nemyslitelná bez pochopení systému duševního dění osobnosti. Každý proces poznávání, prožívání či chtění, je však evidentně funkcí osobnosti, vychází z ní a jí slouží. I když psychologie prodělala v posledním století výrazný vývoj, dodnes existují jakoby dvě různé psychologie. Jedna z nich má chápající a vysvětlující tendence, a pak druhá, která pitvá duševní dění a popisuje jeho izolované složky. Vzhledem k tomu, že každá z nich odlišně vymezuje vlastní podnět a jeho pojetí, uplatňují se zde také různé metody. Z tohoto důvodu vzniká značná variabilita od faktoriálních, přes dynamické, až po typologické. Dosud tedy existuje asi dvacet psychologických směrů, které můžeme dělit na objektivizující a subjektivizující. Přestože dosud nedošlo k obecně akceptované koncepci osobnosti, lze pozorovat určitý vzájemný respekt a přiléhavější diferenciaci oblastí zájmů. V současné psychologii také existuje celá řada nejrůznějších modelů struktury duševního dění osobnosti, stejně jako principů jeho dynamiky. Všechny tyto vědecké pohledy a vysvětlení jsou však pro běžného člověka opravdu příliš složité a pro běžný život tedy nevyužitelné.

2.1 Osobnost z pohledu Junga

Výchova k „osobnosti“ se dnes stala výchovným ideálem, kterého si žádá všeobecná masovost. Toto by se mělo dít při správném poznávání historických skutečností, z kterých bychom se měli poučit. Neustále se mluví o tom, že z dítěte se musí vychovat osobnost a tento vysoký výchovný ideál je obdivován. Jung (1994) ve své knize *Duše moderního člověka*

rozebírá výchovu k osobnosti a hledá a pojmenovává nekompromisně skutečnost, že největší vliv na výchovu dítěte a formování jeho osobnosti mají rodiče. Právě tyto však hodnotil jako nekompetentní, často po celý život poloviční nebo neúplné děti. Od obvyčejného rodiče se proto ani moc neočekává, že by mohl vštípit osobnost svým dětem. Právě z tohoto důvodu se už více očekává od pedagoga, od vzdělaného odborníka, kterého jak předpokládáme všichni učili také psychologii. Od lidí, kteří si zvolili pedagogiku jako životní poslání se však očekává, že budou sami vychováni. Že by však byli také osobnostmi, to asi nikdo, jak píše právě Jung, nemůže s určitostí tvrdit. Jeden vedle druhého, podle něj, měli výchovu stejně defektní jako děti, které by měli sami vychovávat a zpravidla jsou stejně málo osobnostmi jako ony. Problém výchovy totiž všeobecně trpí jednostranným poukazováním na dítě které má být vychovááno, a právě tak jednostranným nedostatkem důrazu na nevychovanost dospělých vychovatelů. Vysoký ideál výchovy k osobnosti, podle Junga, bychom na dětech aplikovat neměli. Podle jeho názoru, to co je chápáno jako osobnost, myslí se tím určitá duševní celistvost, schopná, jak dále píše, odporu a nadaná silou, ale to je snad ideálem pro dospělého, který my však podstrkujeme dětem v období, kdy si ještě není tohoto problému vědomo, nebo se tomu vyhýbá. Jung podezírá pedagogické a psychologické zanícení pro utváření dítěte z nepoctivého úmyslu. Zde hovoří o dítěti v dospělém jedinci. V dospělém podle něj vězí dítě, tedy cosi, co pořád vzniká a nikdy nebude hotovo. Je to podle něj ta část lidské osobnosti, která by se chtěla rozvinout v celistvost, ale od které je člověk dnešní doby nesmírně vzdálen. Přemýšlí nad tím, že jsme sami ještě svým způsobem dětmi a tudíž, že do značné míry potřebujeme výchovu sami. Osobnost je v dítěti klíčícím zárodkem a může se tedy pozvolna vyvíjet jen skrze život. Je proto potřeba celého lidského života, jak konstatuje Jung, a to se všemi jeho biologickými, sociálními a duchovními aspekty, ale i tak se stává nedosažitelným ideálem.

2.2 Duševní dění osobnosti podle Čačky

Otto Čačka (1997) popisuje v předmluvě jedné ze svých publikací, a to velice lákavým způsobem, zajímavé bádání o člověku, které srovnává s „broděním“ ve zdánlivě chaotickém duševním vesmíru. Jím vnímaný model vrstev duševního dění osobnosti je popsán odbornými termíny a vazbami těchto vrstev a přístupů k realitě. Vysvětluje vrstvu sociálního vlivu, vrstvu sebeutvářejících a sebezprosazujících tendencí vlastního já a také vrstvu existencionálních a sebezpřesahujících aspektů osobnosti. Píše, že psychická činnost zajiš-

tuje, prostřednictvím přijímání, prožívání a zpracovávání informací, optimální reagování z hlediska zájmu osobnosti jako celku. Úroveň duševního dění osobnosti je podle něj podmínkou přežití a úspěšnosti. Tento proces odrazu reality přirovnává k boji subjektu s objektem „Objekt má řadu vlastností, jimiž jakoby ztěžuje své uchopení – např. značný rozsah podnětů, jejich neuspořádanost a dynamickou proměnlivost; subjekt však vůči tomu není bezmocný- je vyzbrojen především silou vlastní motivace, zkušenostmi, přiměřenou metodikou postupu, vytrvalostí apod.“ (Čačka, 2001, s. 16).

2.2.1 Model vrstev duševního dění osobnosti

Vývojový posun k některé vyšší vrstvě, jak uvádí Čačka (1997), nijak neruší dosaženou úroveň v rovině nižší, vede jen k jejímu ještě efektivnějšímu uplatnění. Člověk, jako otevřený a autorovnovázný systém, aktivně směřuje v procesu svého vývoje většinou ke stále vyšší přiměřenosti, samostatnosti a ustálenosti svých osobních východisek i svých vnějších projevů. Čačkou presentovaný model zahrnuje čtyři hierarchicky uspořádané vrstvy s rozdílnou úrovní duševního života osobnosti. Od funkcí podílejících se na bezprostředním kontaktu s realitou, přes vrstvy komplexnějších a hlubších projevů, až po nejvyšší formu v níž může dojít pochopení samotné podstaty lidskosti (Čačka, 1997, s. 22).

1. vrstva : pojednává o elementárních duševních procesech bezprostředně při kontaktu s realitou / vnímání, myšlení, prožívání, chtění/
2. vrstva : představuje osvojené a relativně ustálené řídicí složky duševna /vědomosti, postoje, role/
3. vrstva : představuje nejosobnější, až utilitární tendence každého jedince /sebeuvědomování, sebepoznávání, sebepojetí, sebehodnocení, sebeaktualizaci, sebe-realizaci/
4. vrstva : zahrnuje nejvyšší a nejobecnější útvary duševního dění osobnosti. / vzdělanost, moudrost, charakter/

„Každá vrstva duševního dění rozvíjející se osobnosti vykazuje odlišné kvality jak „poznávání“, tak i „jednání“. Zralost každé osobnosti je pak určována tím, ve které nejvyšší vrstvě je momentálně zakotveno její těžiště.“ (Čačka, 1997, s. 7)

2.2.2 Vliv prenatálního vývoje na osobnost

Vývoj osobnosti a její zrání (*maturace*) není samovolný proces, ale představuje celou řadu interakcí jak činitelů vnitřních (dědičnost, vrozené vlivy) tak také vnějších (prostředí, výchova). Kohoutek (2000) v kapitole Vývoj osobnosti vypisuje názory klasiků i současníků jak právě oni (Cicero, Komenský, Amerling, Shakespeare, Bühlerová) rozdělují a hodnotí tento vývoj. V podkapitole Prenatální vývoj (období před narozením) rozepisuje všeobecně známé dělení tohoto období na první období zárodečné (*embryonální*) a druhé období, které trvá od počátku třetího měsíce do devátého lunárního, a tím je období plodu (*fetální*). Zmiňuje zde ale také názor kanadského psychiatra a psychologa Thomase Verny, který je představitel prenatální psychologie. On uvádí, že na osobnosti ještě nenarozeného dítěte může zanechat hluboké stopy úzkostné a záporné citové ladění matky. Naopak kladné emoční ladění, těšení se na dítě a pocity jistoty významně přispívají ke zdravému psychickému a osobnostnímu vývoji člověka. Tento názor jen potvrzuje mnohem starší pohled, který zmiňuje již náš Komenský v roce 1630 ve svém díle Informatorium školy mateřské.

2.3 Biologická, psychologická a kulturní podmíněnost vývoje osobnosti /ženskosti a mužskosti/

Až do poloviny 20. století dominovala představa, že psychické rozdíly mezi pohlavími jsou určovány tělesností, která je determinována genetickou výbavou a hormonálními vlivy. Novější výzkumy v oblasti sexuologické a psycho-neuro-endokrinní však poukázaly na relativitu biologických vlivů na výslednou mužskou a ženskou identitu. Názory na toto velmi citlivé téma se různily a koncem minulého století se otevřely nové horizonty v diagnostice sexuálních anomálií k čemuž také přispěl nebývalý rozvoj genetiky. Biologicky orientovaní sexuologové opětovně tvrdili, že člověk je víceméně obětí svého „biologického osudu“ tzn. určení. Tvrdí, že ve vývoji ženství či mužství se jedná o vzájemně mezi sebou integrující biologické, psychologické i sociální faktory, které mají formující vliv a působí od časného dětství až do puberty a adolescence. Psychoterapeutická zkušenost ukazuje, že teprve silná vlastní pohlavní identita a sebejistota je podmínkou pro překročení vlastních hranic, pro přijetí a porozumění toho, co je v druhém. Teprve potom je člověk schopen se zabývat starým snem o znovunastolení celistvosti (Poněšický, 2008).

2.4 Já

Problematikou lidského Já se zabývá především filozofie, psychologie a pedagogika. Není to snadná otázka, protože zaměstnávala a dosud zaměstnává množství filozofů a psychologů. Používání pojmu *Já*, který v psychologické literatuře nahradil pojem „duše“, vzrostlo od doby, kdy bylo označeno za legitimní a velice nadějně dítě moderní psychologie, jak se k tomuto fenoménu vyjádřil Hilgard (1950). V současné psychologii je pojem *Já* pojímán jako vědomý princip, mechanismus odlišování sebe od okolí. Je nositelem sebeuvědomění a jako koncentrát individuálního sebepojetí zajišťuje kontinuitu životní činnosti. Tento pojem tedy představuje něco prvotního, jedinečného. Čačka (1997) poukazuje na některé terminologické diference (Ego, Self, I a Me), které také mohou v odlišných koncepcích představovat různé dílčí aspekty vlastního Já. Přesto není snadné se pokoušet o jakékoliv sjednocení nejrůznějších psychologických přístupů. Jáství totiž představuje organizaci složek Já. Ve svém celku je to integrující jádro osobnosti, dávající jednotný smysl a směr psychické činnosti. Jako každý komplexní útvar psychiky, má i Jáství tři složky: kognitivní (sebeuvědomování a sebepoznávání), emocionální (sebehodnocení a sebepojetí) a konativní (seberozvíjení a seberealizace). „Já je tedy uvědomovanou realitou, ale také integračním (jednotícím) činitelem subjektivního sebezažívání, nositelem vlastní identity a základní hodnotou i východiskem jedinečné existence“. (Čačka, 2001, s. 57). Já lze také vnímat, jak píše Jankovský (2003) jako ohnisko naší zkušenosti a činnosti, ale také zároveň představuje vztah k sobě samému. K pocitu vlastní hodnoty patří podle Junga i smíření se s vlastním životním příběhem. Od psychologické charakteristiky Já - vlastního já, není daleko k pojmu duše v podání filozofické antropologie. Představuje tak jednotící, integrující princip psychického života, ale také složku, jenž je spojena s osobním přesahem, transcendentí, věčností.

2.4.1 Vztah k sobě samému - pokora

Původ tohoto slova sahá až do antické filozofie, kde jí mnoho pozornosti věnoval Sokrates, Platon i Aristoteles a kde hned vedle askeze tvořila jádro filozofie stoiků. Cicero pak uvádí klasické pořadí čtyř ctností, kterými jsou: *prudentia* (rozvážnost, rozumnost), *iustitia* (spravedlnost), *fortitudo* (statečnost) a *temperantia* (umírněnost, uměřenost). Podrobně se představami o ctnosti zabývala také patristika a scholastika. Ke čtyřem výše uvedeným ctnostem pak T. Akvinský přiřadil také tři ctnosti teologické. Jsou podle něj odrazem Boží

milosti a jsou to: víra, naděje a láska. Problematikou ctností se zabývala také reformatika a filozofie (*etika*) novověká i současná (Janovský, 2003). Přijetím těchto hlavních čtyř a popřípadě následných tří, ctností si člověk vytváří životní pohodu, klid a emoční vyváženost. Tyto fungující fenomény nespolupracují totiž s našim myšlením, ale oslovují hlubší a jemnější vrstvy osobnosti a tím vytvářejí v člověku pravý a nefalšovaný pocit štěstí

2.5 Duše

Pokud bychom hledali definici duše, narazíme na názory a pohledy, které jsou si velmi podobné, ale přesná definice není dána. Ve všeobecné encyklopedii je uváděna duše jako princip oživující tělo, hybná síla života, nehmotná substance. Původ slova souvisí s „dechem“ jako projevem života. Někdy je duše spojována s vědomím, jindy vyjadřuje emoční složku duševního života. U Platóna a odtud i v křesťanství věčná osobní bytost, uvězněná v lidském těle. V novověku je duše chápána jako nehmotná stránka lidského života nebo nositel svobody a odpovědnosti (Všeobecná encyklopedie, 1997). Už i Sokrates uvedl ve své době spojitost v tom, že tělo je pouze obalem duše a je-li duše zdravá, je i tělo zdravé, onemocní-li duše onemocní i tělo.

2.5.1 Duše z pohledu filozofie

Filozofické směry, které připouštějí existenci duše, často rozlišují duši (člověka) od jeho ducha. Duše je pak považována za jakýsi životní princip a přisuzuje se všem živým jsouc-nům, tj. rostlinám i zvířatům, ač v rozličné kvalitě či stupni (*vegetativní duše, animální duše*). Duch (*spiritus*) pak má být podstatou svobodné vůle a abstraktního poznání. Platón pak považuje duši za esenci osoby a právě ona je to, kdo se rozhoduje jak jednat. Duše je podle něj nehmotná a skládá se ze tří částí. Z rozumu (*mysl či logos*), vůle (*tělo či vášeň*) a z ducha (*emoce či pathos*) (37).

2.5.2 Duše v psychologii

Tradiční psychologie pohlíží na duši jako na součást ducha a popisuje ji jako synonymum všech pocitů a změn pocitů. Duše má vyjadřovat osobitost či osobnost člověka. V tomto smyslu má být součástí duševní činnosti také paměť. Pak tedy intuice, jakožto projev duše a podporovaná mozkem tvoří smysl správného konání v pravé chvíli. Tento projev duše

tedy nemusí být v souladu s myšlenkovou konstrukcí, což je bohužel takto dneska vnímáno a pojímáno, ale tímto se člověk dostává do nejistoty, neklidu a dělá chyby (37).

2.5.3 Duše z pohledu teologie

Náboženství na duši pohlížejí jako na vyšší součást individua. Některá náboženství kladou duši do souvislosti se znovuzrozením, vzkříšením, reinkarnací. Lidská duše se však v mnoha náboženstvích liší od zvířecí tím, že obsahuje jakýsi božský faktor. Existují však také náboženství, která existenci duše popírají (Buddhismus, Svědkové Jehovovi).

2.5.4 Duše v pohádkách

V pohádkách většinou o duši lidé přicházejí, a to jak posmrtně, kdy putuje duše do nebe, nebo za života, kdy se setkáváme s „tělem bez duše“. Pohádkové příběhy upozorňují, že ne všechny lidské duše odcházejí do nebe či očištění. Některé bytosti je dokonce shromažďují (např. vodníci). Upsat duši ďáblu pak znamená jednu z variant budoucnosti duše a vždy je tu zdůrazňováno, že je to pro ni ta nejhorší situace.

2.5.5 Duše podle Junga

V rozsáhlé kapitole, kterou věnoval Jung duši moderního člověka, upozorňuje na možnou nekompetentnost hodnocení jakéhokoliv problému. Píše, že čím obecnější je problém, tím víc může do jeho vylíčení vtájit svou vlastní osobní psychologii. A právě toto může vést nepochybně na jedné straně k neúnosným zkreslením až k osudovým chybným závěrům, ale na druhé straně, podle něj, obecný problém také zachycuje a pojímá do sebe celek osobnosti a je tedy zárukou, že ten kdo o něm hovoří je ten, kdo ho také skutečně prožil. Jung zde dále píše, že zná problém duše moderního člověka jen ze své zkušenosti s jinými lidmi a se sebou samým. *Psyché* člověka je podle něj něco co je nedozírně komplikované, vykazuje neomezenou mnohotvárnost a pouhá psychologie pudů nemůže s touto skutečností nic svést (Jung, 1994).

3 PSYCHOLOGIE GENDER

V roce 1998 vzniklo na Filozofické fakultě UK v Praze Centrum studií rodu: gender studies a aktivně začalo spolupracovat s ostatními centry, programy i jednotlivci v celé republice i na Slovensku. Byla to odezva na světový trend, který přicházel hlavně z amerického kontinentu. Tento nový fenomén se začíná velice rychle dostávat do povědomí lidí, ale většina z nich se v tomto směru zatím neorientuje. Pro odbornou veřejnost vydalo nakladatelství Karolinum v roce 2005 publikaci s názvem *Ženy, muži a společnost*, která je prvním uceleným úvodem do genderových studií v České republice. Kontextuální odstup, který tato kniha nabízí, může svádět k rychlým a jednoduchým závěrům, které jakoby pro nás neplatily, ale je to jen zdánlivé. I když se tato psychologie jeví jako velice zajímavá a možná i potřebná, bohužel se postarala o odvedení pozornosti od hlubšího uvědomování si smyslu svého účinkování v životě (Renzetti, 2005).

3.1 Studium gender, obecný přehled

Lidé jsou definováni mnoha způsoby a jedním z těch nejzákladnějších je vymezení z hlediska pohlaví. Sdělení, které je tímto jednoduchým hodnocením vysíláno, přesahuje pouhý anatomický popis. Tato informace vyvolává i představu určitého souboru osobních vlastností a vzorců chování, které se k nim vztahují. Lidské pohlaví jako biologická danost /býti mužem či ženou/ slouží jako příklad, na němž lidé konstruují společenskou kategorii zvanou *gender* maskulinitu či feminitu/. Mnoho lidí se v jednání s druhými opírá o genderové stereotypy.

3.1.1 Genderové stereotypy

Genderové stereotypy jsou zjednodušené popisy toho, jak má vypadat maskulinní muž či feminní žena. O takových stereotypech lidé obvykle uvažují bipolárně, že normální muž nenese žádné rysy ženskosti a naopak. Tyto genderové stereotypy jsou univerzálně platné, protože se předpokládá, že charakteristiky tvořící genderový stereotyp sdílejí všichni příslušníci daného pohlaví. Při podrobnějším pohledu je ale zřejmé, že mnoho lidí mužského i ženského pohlaví se ve skutečnosti těmto stereotypním obrazům vymyká. Někdy se na takové případy pohlíží pozitivně, častěji se však tyto jednotlivci označují jako deviantní, abnormální či dokonce zkažení a podle toho se s nimi také nakládá. Každá společnost předepisuje svým členům vlastnosti a způsoby chování v souvislosti s pohlavím. Takovéto před-

pisy jsou zakotveny ve společenských institucích jako je hospodářství, politický systém, vzdělávací systém, náboženství, rodinné uspořádání aj. Tyto vzorce genderové diferenciacie jsou označovány jako pohlavně - genderový systém společnosti (Renzetti, 2005). Typ je označení pro zjednodušující souhrnný popis určité společenské skupiny. Může mít pozitivní či negativní charakter.

3.2 Sociologický pohled na gender

Sociologie je vymezována jako vědecké zkoumání lidských společností, kultur a společenského chování. Pohledy sociologů na tuto problematiku se různí a proto i tento společenský jev, kterým je *gender*, je různými sociology zkoumán a vysvětlován různě. Právě tato skutečnost se může jevit jako matoucí, protože se předpokládá, že by pohled právě těchto odborníků měl být jednotný (Renzetti, 2005). Praxe však potvrzuje, že všichni vědečtí pracovníci, sociology nevyjímaje, pracují pouze v rámci určitého *paradigmatu*. *Paradigma*, jako určitý model myšlení, řídí vědeckou volbu relevantního výzkumného problému a také způsob jeho vysvětlení. V každé konkrétní době je patrná tendence k převaze jednoho *paradigmatu* nad ostatními. Neznaменá to však, že by ostatní paradigmatata byla zcela zavržena, ale, že se právě toto dané paradigma jeví jako nejpřínosnější pro vysvětlení aktuálního stavu společnosti. Po významnou část nedávných dějin sociologie představoval dominantní *paradigma strukturální funkcionalismus*. V analýze genderu vycházejí právě strukturální funkcionalisté z konstatování základní skutečnosti, že se muži a ženy tělesně liší. Tyto biologické odlišnosti vedly podle funkcionalistů ke vzniku odlišností **genderových rolí**. Koncept genderových rolí odkazuje na způsob chování očekávaný od členů společnosti v souvislosti s jejich pohlavní příslušností.

3.2.1 Paradigmatická revoluce

Jak již bylo výše uvedeno, strukturální funkcionalismus představoval vládnoucí paradigma sociologie. Avšak jako většina vládnoucích paradigmat se i on opotřeboval a bylo stále zřejmější, pokud nedojde k nějakých změnám, nebude nadále schopen uspokojivě vysvětlovat stav společnosti a její problémy. Z nastalého myšlenkového víru se vynořila celá řada nových paradigmat, zvláštní význam měl právě vznik feministického paradigmatu.

3.3 Role muže a ženy v sociologické perspektivě

Velice zajímavý je pohled na kulturní a dějinné rozdíly rodových rolí na světě. K tomuto tématu se vyjadřuje Janošová (2008) a píše, že neexistuje žádná společenská skupina, národ ani etnikum, které by nevytvářely určité rozdíly mezi chlapci a dívkami a kde by se neodlišovaly mužské a ženské role. A v tomto duchu se dále odvíjí také výchova potomstva. Z toho samozřejmě vyplývá, že chlapci jsou vystavováni jiným socializačním vlivům než dívky. Právě důraz na rodové rozdíly je dobře viditelný u přírodních a tradičních společností, kde muž i žena mají přesně vymezené role, práva a povinnosti. V této společnosti lidé přijímají tyto nároky podobně jako jejich předkové a právě toto usnadňuje komunikaci v rámci partnerství a rodiny a život společnosti se i do budoucna odvíjí takřka neměnných způsobem. Role mužů a žen se v různých společnostech značně liší a v jejich tradičním pojetí jsou vymezeny jako komplementární a pro sebe navzájem do značné míry nepostradatelné. V čisté formě, jak dále píše Janošová (2008) se s rodovým *diformismem* setkáváme jen v předliterárních kulturách. Tento však zůstává významný i pro mnohé dnešní strukturované společnosti. Jako příklad je uváděn čínský princip rozdělení světa na *Jin* a *Jang*.

I takto významné rodové role téměř nic nevypovídají o vnitřní intenzitě jejich nositelů. Průmyslová revoluce v 18. století s sebou přinesla silné společenské změny, kterými narušila relativně stabilní situaci v naší západní společnosti. Práce, která byla dříve považována za typicky mužskou se stala v širším měřítku podobně vhodnou i pro ženy. Společnost se začala členit a individualizovat, což vedlo k větší variabilitě těchto rolí a ty se musely změnám přizpůsobovat. Spolu se změnou požadavků rolí mužů a žen se také pozvolna proměňovala představa o jejich ideální podobě. Některé funkce se staly nadbytečnými nebo přímo bezúčelnými a naopak se přidávaly nové nároky. A charakter těchto nových funkcí začal, vedle dřívějších tradovaných závazků, mnohem více ovlivňovat také sociální kontext jednotlivce a v tomto smyslu např. rodová identita až s dosažením jistého stupně individualizace. S možností jisté volby, kterou společnost tímto způsobem nabídla, se objevily větší možnosti svobody. Lidé začali mít možnost vnímat svoji hodnotu nejen jako součást skupiny, ale právě jako hodnotu sebe sama nezávisle na úspěšnosti v sociálním světě. V této situaci může dojít, jak dále píše Janošová (2008), k uvědomění si i takových vlastností, které nejsou v souladu s příslušností k vlastní rodové skupině nebo jsou dokonce i v rozporu s ní. Stále však existovalo i nadále povědomí o ideálu mužskosti a ženskosti jako

odlišných světů, který se odrážel v nových vlnách romantismu. Tyto představy se u nás projevovaly např. v oslovování manželek - paní doktorová apod..(Janošová, 2008).

3.4 Problematika diskuse o ženství a mužství

Zdůrazňování rozdílů mezi ženou a mužem je možno analyzovat a ptát se, jaké vědomé i nevědomé důvody k tomu motivují člověka a proč se tím vlastně zabývá. Může se totiž ukázat, že za tím vším je skryta zaujatost, která pak může být psychologicky a možná i vědecky objektivně potvrzena. Poněšický (2008) popisuje ve své knize pohled na tuto problematiku a dále také uvádí velice zajímavý názor o skryté úzkosti z oslabení či ztráty vlastní identity a kontaminace druhým pohlavím. Jistou roli, podle jeho názoru, zde také může hrát potlačovaná touha spojená se závistí, mít to, co mají bytosti opačného pohlaví, jejíž nenaplnění bývá často kompenzováno zdůrazňovanou hrdostí nebo vlastní příslušností ke své, mužské či ženské, identitě. To podle něj také potvrzují i poměrně časně dětské sny, ve kterých se objevují oboupohlavní postavy a často se jedná o vlastní matku. I zde v tomto přání po oné druhé polovině lze hledat nevědomý důvod, pro vytvoření jungovské představy, že jsou, jak on tvrdí, muž i žena založeni oboupohlavně a že je jen třeba, aby muž v sobě objevil a akceptoval animu a žena našla odvahu k sebezprosazování, aby pak ona posílila svůj jáský (pozitivní otcovský) komplex – svého anima.

3.5 Žena a muž podle Peseschkiana

Snad k žádné oblasti se nepojí tolik emocí jako právě k oblasti vztahů mezi mužem a ženou. A zároveň není snad žádná oblast, podle tohoto odborníka, tak zatížená tolika předsudky. Toto rozebírá ve svých knihách N.Peseschkian (2000). Nedorozumění, která podle něj vznikají mezi mužem a ženou, nehrají roli jen v aktuálních konfrontacích v manželství nebo v povoláních, ale vrhají velký stín i na výchovu v rodinách. Výchovný vliv sociálního prostředí se neprojevuje jen, jak tvrdí N. Peseschkian, v naší životaschopnosti, sociálním chování, agresivitě a inteligenci, ale za důsledek výchovy lze do značné míry pokládat i to, jak se chováme v sociálních rolích, zejména v rolích pohlavních. Ve své knize dále píše, že se své pohlavní role začínají děti učit – oklikou přes své rodiče - již ode dne svého narození. Pohlavní role, kterou rodiče od svého dítěte očekávají, může rozhodujícím způsobem určit jeho osud. Pohlavní archetypy ovlivňují i volbu povolání a vzdělání (Peseschkian, 2000). Na závěr této kapitoly ve své knize píše Peseschkian ponaučení, že až budou ženám

při jejich výchově, dopřány tytéž výhody jako mužům, ukáží výsledky, že oba, muž i žena, mají podobné schopnosti a jsou stejnou měrou způsobilí i ke vzdělávání. Muž se pak naučí jednat se ženami jako se sobě rovnými.

3.6 Anima, animus

Podle slovníku, Jung rozlišuje mezi *psyché* a *anima*; *psyché* je celek duševních vědomých i nevědomých pochodů, kdežto *anima* značí osobnost. Vnější charakter je pak chápán jako *persona* (Horyna a kol., 1998).

Anima a animus jsou základními pojmy teorie C.G. Junga. Feminí archetyp muže je označován jako *anima*, maskulinní u ženy jako *animus*, pak je tedy personifikace ženské povahy v nevědomí muže (*anima*) a mužské povahy v nevědomí ženy (*animus*). Tato psychologická dvojpohlavnost odpovídá biologické skutečnost, že muž v sobě odjakživa nosí obraz ženy. Ten je podle něj obrazem nevědomé zděděné látky, pocházejících z pradávných dob. Jedná se o vštěpený *archetypus* všech zkušeností řady předků s ženskou bytostí, tzv., koncentrát všech dojmů z ženy. Totéž podle něj platí o ženě, také ona má svůj vrozený obraz muže. Poněvadž je tento obraz nevědomý, je stále nevědomě v podobě projekce promítán do milované postavy a je jednou z nejdůležitějších příčin vášnivé přitažlivosti nebo jejího opaku (Jung, 1994).

3.6.1 Anima, animus – R. Wilhelm

První začal používat termíny *anima* a *animus*, podle dostupné literatury, právě Richard Wilhelm. V jeho překladech čínských textů patří k postavám nevědomí nejen bohové, ale také právě *anima* a *animus*. Slovo *chun* překládal jako *animus*, jehož znak je složen ze znaku *oblaka* a znaku *démon*. Tento výraz znamená oblačný démon, vyšší dechová duše, která přináleží principu *jang* a proto je mužská. V čínské mytologii stoupá *chun* po smrti vzhůru a stává se *šen*. Ten je považován za zjevujícího se ducha nebo boha. Naproti tomu *anima*, podle Wilhelma, zvaná *pcho*, je chápána jako bílý duch, nižší, chronická, tělesná duše, která přísluší principu *jin*, a je chápána jako ženská. Po smrti se stává démonem, často je chápána jako duch, nebo strašidlo. Již mnoho let před tím, než právě Wilhelm zprostředkoval toto vysvětlení z čínských textů Jungovi, on již použil pojmu *anima* zcela analogickým způsobem právě s touto čínskou definicí. Podle Junga není pro psychologa *anima*

čímsi transcendentálním, ale je zcela přístupná zkušenosti. A podle něj jsou právě afektivní stavy touto bezprostřední zkušeností (Jung, Wilhelm, 2004).

3.7 Archetypy

Archetyp (řec. *Archetypos*) jako praobraz, pravzor je výraz přejatý z Corpus Hermeticum z díla Dionýsia Areopagity, který píše o primitivních formách (*archetypias*). Obsahově není tento výraz příliš vzdálen Platonově *ideii*, nebo také *sebezobrazením instinktů* podle H. Bergsona. V analytické psychologii jsou chápány archetypy jako neviditelné kořeny vědomí. C.G.Jung v nich také viděl usměřující se mocnosti, které podle něj vyvolávají skutečné události, ale neztotožňuje je s rozumem ani s praktickým intelektem. Termín archetyp se začal používat až od roku 1920. Do té doby se používaly termíny jako mýtické představy nebo praobrazy anebo také dominanty kolektivního vědomí (Horyna a kol., 1998). Dále je pojem *archetyp* odvozen také z mnohokrát opakovaných pozorování, které obsahují určité motivy a které jsou zpracovávány stále znovu a všude. Tyto typické obrazy a souvislosti se podle Junga označují jako *archetypické představy*. Čím jsou zřetelnější, tím více získávají tu vlastnost, že jsou doprovázeny obzvláště živými, citovými tóny. Jsou zajímavé, působivé a fascinující. Nelze si podle něj však představit, že bychom byli schopni si archetyp vysvětlit a tím by se pak vše vyřešilo. Je přesvědčen, že ani nejlepší pokus o vysvětlení není nic jiného, než více nebo méně zdařilý překlad do jiného obrazného jazyka (Jung, 2004).

4 PSYCHOTERAPIE

Psychickou pomoc potřebuje mnoho lidí a pokud tuto nezbytnost sami uznají, nebrání se ani zajít k psychoterapeutovi. Navzdory této možnosti se všichni potýkáme s problémy, konflikty a těžkostmi ve vztahu k sobě samým, k partnerům, k bližním a také ke svým životním cílům. Bohužel psychologie jako taková je pro většinu lidí španělská vesnice a mnohdy dochází k tomu, že pacient terapeutovi nerozumí a že ani terapeut nerozumí svému pacientovi. Právě z toho plyne potřeba nových hledisek a metod v psychoterapii, ale také psychoterapeutické svépomoci. Představitel Pozitivní psychoterapie, Nossrat Peseschkian poukazuje ve své knize Psychoterapie v každodenním životě na tyto souvislosti a také nabízí jednu možnou variantu pomoci. Oblast psychoterapie jak píše Prochaska a Norcross (1999) se rozdrobila vlivem šoku z budoucnosti a byla také vyvedena z míry příliš velkým výběrem. Během posledních třiceti let proběhla hyperinflace značkových terapií a orientace v nich je opravdu složitá. Norcross ji pak definuje jako odbornou a záměrnou aplikaci klinických metod a interpersonálních postojů, které vycházejí z uznávaných psychologických principů se záměrem pomoci lidem změnit chování, myšlení, emoce a nebo osobní charakteristiky směrem, který obě strany považují za žádoucí. Klasickou psychoterapii, jak ji přehledně zpracoval Kratochvíl (2006) lze pak zařadit pod dva odlišné nadřazené pojmy. Jedná se o obor a činnost.

4.1 Psychoterapie jako obor

Psychoterapie je obor, vědní disciplína, empirická a aplikovaná věda. Tento obor je interdisciplinární, protože zasahuje do různých oblastí medicíny a psychologie. Jako většina klinických oborů, které se zabývají léčením onemocnění a poruch, má svou obecnou a speciální část. Tato empirická věda se opírá o poznatky získané zkušeností, které pak zobecňuje a jako věda aplikovaná směřuje pak k využití těchto poznatků v praxi. V této době, jak uvádí Kratochvíl, nemá psychoterapie jednotnou, obecně přijímanou teorii. Zahrnuje přibližně 10 základních uznávaných přístupů či systémů, z nichž každý má svou ucelenou teorii osobnosti, etiopatogeneze poruch, obsahu terapie a terapeutického procesu ale i zpracované metody a techniky léčby a také výcvikové programy. Tento obor se vyučuje na univerzitách ale také na postgraduální výuce. Tímto studiem se hlavně zabývají psychiatři a kliničtí psychologové, ale také lékaři některých jiných klinických oborů. Na základě absol-

vování výcviku, supervize a zkoušek je pak možno v tomto oboru získat speciální kvalifikaci (Kratochvíl, 2006).

4.2 Psychoterapie jako činnost

Psychoterapie je léčebná činnost, léčebné působení, specializovaná metoda léčení nebo také soubor léčebných metod. Jedná se o vzájemné ovlivňování, ale také proces sociální interakce. Pohled na tuto činnost lze podle Kratochvíla charakterizovat takto:

- Psychoterapie je léčebné působení psychologickými prostředky, kde se jedná o působení záměrné a plánovitě. K psychologickým prostředkům patří slova, rozhovor, podněcování emocí, neverbální chování, vytvoření terapeutického vztahu, sugesce, učení, vztahy a také interakce ve skupině.
- Psychoterapie je léčebné působení na nemoc, poruchu nebo anomálii. Jedná se tedy o upravení narušené činnosti organismu. Tento proces pomáhá osobám s psychogenními poruchami, které mají psychické následky. Je to cílevědomé působení na duševní procesy, funkce a stavy, ale také na osobnost a její vztahy, poruchy a na činitele, které tyto poruchy vyvolávají.
- Psychoterapie je působením, které má za úkol odstranit nebo zmírnit potíže a také podle možností odstranit jejich příčiny. Má napomáhat pacientům změnit prožívání a to zlepšením se a přizpůsobením se životním úkolům a situacím. Má ale také vést k pocitům sebeuplatnění a seberealizace, k naplnění životního smyslu a k pocitům vyrovnanosti a spokojenosti.
- V průběhu psychoterapie dochází ke změnám v prožívání a chování pacienta. Pracuje se zde s procesy kladného očekávání a získávání naděje, odvahy, sebeexplorace a sebeprojektivování.
- Psychoterapii provádí kvalifikovaná osoba. Požadované kvalifikace a kompetence závisí na složitosti potřebného psychoterapeutického působení. Za takto kvalifikované osoby k provádění jednodušší podpůrné psychoterapie se považují osoby s ukončeným lékařským nebo psychologickým vzděláním. Při týmové práci zde mohou být také zařazeny také vyškolené zdravotní sestry a sociální pracovníce. Dále se pro tuto práci navíc vyžaduje specifický výcvik. Jedná se především o součást léčebné činnosti ve zdravotnictví. Mimo tuto oblast se psychoterapie aplikuje

v psychologickém poradenství při práci s klienty, u nichž se zpravidla ještě nejedná o diagnostikované onemocnění.

Všechna tyto směry a systémy nabízejí své vlastní definice psychoterapie.

4.3 Druhy psychoterapie

Na psychoterapii je možno pohlízet z více hledisek, jedná se však především o možnosti psychotherapeutického přístupu, který se však v praxi jen zřídka využívá v extrémní podobě. Tato dělení jsou dichotomická a vystihují polaritu či kontrastní možnosti psychotherapeutického přístupu. Psychoterapie **direktivní** je brána jako působení terapeuta na klienta přímým usměrňováním jeho myšlení, postojů a chování. Terapeut zde dává rady a příkazy, vyžaduje splnění určitých úkolů a cvičení nebo používá bdělé či hypnotické sugesce. V **nedirektivní** psychoterapii je psychotherapeut spíše jen katalytickým činitelem. Svým neutrálním postojem jen podněcuje pacienta ke slovní, emoční nebo činnostní produkci. Vytváří příznivou atmosféru pro pacientovu sebeexploraci nebo projekci. Vyhýbá se udělování rad, sugescí nebo projevoování vlastního názoru. Dále také psychoterapie **symptomatická** je zaměřena na chorobný příznak a dále psychoterapie **kauzální** se snaží zjistit a odstranit příčinu problému. **Podpurná** psychoterapie se nesnaží měnit osobnost, ale snaží se poskytnout porozumění, podporu a pomoc osobnosti takové, jaká je. Klade důraz na její pozitivní rysy a vede k pozitivnímu myšlení a důvěře ve vlastní síly a také pomáhá při zvládání aktuálních situací a problémů. **Rekonstrukční** psychoterapie usiluje o přestavbu osobnosti, především hlubší analýzou jejího utváření, tak také závažnějšími zásahy do postojů, motivací a hodnotového systému. Psychoanalytici také někdy rozdělují psychoterapii na **odkrývající**, tj. hlubinnou anamnézu, která podle nich vynáší na povrch vytěsněné materiály z nevědomí a tím vede k jeho uvědomění a propracování a na druhé straně na psychoterapii **zakrývající**, kde patří všechny formy psychoterapie, které jsou právě jimi považovány za méně hodnotné. Neutrální dělení psychoterapie je pak na **náhledovou a akční**. Náhledová psychoterapie pak podporuje objasnění a porozumění a akční psychoterapie podporuje přímé zvládání problémů a nácvik potřebných dovedností. Další rozdělení, která uvádí ve své knize *Základy psychoterapie* dále Kratochvíl, nejsou dichotomická, ale používají tři a více kategorií. Psychologie individuální, kde je působení zaměřeno jen na jednotlivce. **Hromadná** psychoterapie pak označuje postup kde terapeut vhodně upravenými metodami individuální psychoterapie působí na více pacientů současně. **Skupinová**

psychoterapie využívá dynamiku vztahů, které vznikají mezi členy plánovitě vytvořené skupiny (Kratochvíl, 2006).

4.4 Směry psychoterapie

Jelikož zatím neexistuje jednotná teorie psychoterapie, vypracovaly různé školy vlastní výklad mechanismů vzniku psychogenních poruch, vypracovaly také metody a vytvořily také své vlastní terminologie. Znalost a seznámení se základními pojmy, východisky ale i teoretickými konstrukcemi těchto různých směrů, je předpokladem pro orientaci v této problematice. Pro účely přehledu rozdělil Kratochvíl ve své publikaci věnované psychoterapii současné směry na: **1. hlubinnou psychoterapii, 2. dynamickou psychoterapii, 3. rogersovskou psychoterapii, 4. behaviorální psychoterapii, 5. kognitivní psychologii, 6. komunikační psychoterapii, 7. Gestalt terapii, 8. existencionální a humanistickou psychoterapii, 9. jiné přístupy a 10. eklektická a integrativní pojetí.**

4.4.1 Hlubinná psychoterapie

Psychoanalýza podle Freuda

Sigmund Freud (1856-1939) vytvořil psychoanalýzu, která rozlišuje v psychice, vedle vědomí, ještě další dvě složky: předvědomí a nevědomí. Předvědomí se podle Freuda skládá z duševních obsahů, které lze snadno podle potřeby do vědomí vyvolat, nevědomí je však oblastí relativně samotnou. Obsahem nevědomí jsou pudové tendence, které mají rozhodující význam jak pro vývoj osobnosti, tak také pro vznik neuróz. Charakterizuje je jako základní sílu vytvářející pud sexuální (*eros, pud lásky či libido*) a pud destruktivní (*thanatos, pud smrti související s agresí*). Psychoanalýza pracuje s vývojem libida, ale také s vnitřními rozpory a konflikty, které z tohoto vyplývají v kontextu se společenskými, estetickými, mravními a náboženskými normami a v konečném důsledku působícími destruktivně na osobnost. Vytěsnění konfliktu vytváří předpoklad pro vznik neurózy. Tento nevědomý konflikt se podle Freuda symbolicky projevuje ve snech a chybných výkonech. Na odhalování symbolických významů zakládá pak výklad snů. V běžném životě se pak setkáváme s projevy neuvědomělých přání ve formě chybných výkonů, záměn a přeřeknutí. Podle psychoanalýzy má úzkost (strach) zásadní význam pro vznik psychoneuróz. K odstranění právě těchto úzkostí, podle Freuda, používají lidé obranné mechanismy, jako je vytěsnění,

izolace, projekce, přesunutí, přeměna v opak, racionalizace aj. Psychoanalýza nesměřuje k uvolnění pudově iracionální síly v člověku, ale chce pomocí pochopení iracionálních motivací a vytěsnění intrapsychických konfliktů napomoci jejich racionálnímu zvládnutí. Psychoanalytická terapie pracuje na reintegraci osobnosti a jedná se o postup dlouhodobý. Psychoanalýza byla jak nadšeně přijímána, tak také ostře kritizována a dokonce mnozí psychoterapeuti, ji jak píše Prochazka a Norcross (1999) ji zcela odepsali. Mezi představitele a významné osobnosti této teorie patří, vedle hlavního tvůrce Freuda, také O. Kernberg a H. Kohut (Kratochvíl, 2006).

Adlerovská psychoterapie

Alfred Adler (1870-1937) nazval svůj směr individuální psychologíí. Ona také považuje, stejně jako psychoanalýza, nevědomí za velmi významného činitele v duševním životě, ale jeho obsah si představuje jinak. Podle Adlerovy teorie je pro lidský vývoj rozhodující životní cíl a nikoliv sexuální pud. Životní cíl je určován potřebou začlenit se do společnosti (společenský pud) a potřebou jedince uplatnit se a prosadit se ve společnosti (potřeba sebeuplatnění). Podle této teorie se duševní život utváří prostředím sociálním, nikoliv vnitřní dynamikou vývoje pudů biologických. Adler vymezil určité hranice této sociální určenosti, kde se počítá se schopností člověka dělat si vlastní názory. Oba představitelé, jak Freud tak i Adler, zdůrazňují význam ranného dětství. Adlerova individuální psychologie se však zaměřuje nejvíce na tzv. rodinnou konstelaci. Sleduje zde postavení mezi sourozenci, a celkové své postavení v životě, protože na základě vrozené tendence, kterou Adler nazval společenským citem, touží každý člověk především po tom, aby se včlenil do lidské společnosti. Při této snaze dochází k obtížím z důvodů deficitů, které má člověk ve svém tělesném nebo psychickém vybavení ve srovnání s jinými lidmi. Pak také dochází k pocitům ponížení, ostrčení a rozvíjí se pocit méněcennosti. A zde, podle Adlera, záleží na odvaze jedince, zda se tyto pocity stanou hnacím motorem rozvoje osobnosti, a povedou ke kompenzaci, nebo v případě ztráty odvahy, povedou k neuróze. Charakteristické pro zdravou osobnost je, že se dovede vyrovnat se skutečnostmi a úkoly života a projevuje pocit sounáležitosti, odvalu a zdravý rozum. Přístup podle Adlerovy teorie působí jednoduše a srozumitelně a proto se využívá v poradenství a psychoterapii dětí a mládeže. Jeho koncepce přináší řadu praktických poznatků pro pochopení v oblasti motivace jedince, ale také pro psychoterapii a pro výchovné a manželské poradenství. Mnoho Adlerových myšlenek bylo

přejato pozdějšími autory bez uvedení pramene. Adleriánské hnutí má v současné době svou základnu ve spojených státech (Prochaska, Norcross, 1999).

Jungovská psychoterapie

C.G. Jung (1875-1961) vystudoval lékařství a specializoval se na psychiatrii. Svůj přístup nazval analytickou psychologií. Z jeho učení je všeobecně známa zejména tzv. typologie, která dělí lidi na extroverty a introverty a také metoda asociačního experimentu, která je prostředkem k odrývání nevědomých komplexů. Komplex je charakterizován, jak píše Kratochvíl, jako nevědomý a do určité míry samostatný soubor představ a tendencí a může blokovat přirozený běh duševního života. Podle Junga jsou z pohledu „já“ čtyři možné vztahy ke komplexu. První vztah charakterizuje jako úplnou neznalost existence komplexu, druhý jako identifikaci, další možný jako projekci a čtvrtou variantu charakterizuje jako konfrontaci. A právě poslední vztah, konfrontace, může vést podle něj k plodnému vyrovnání se s komplexem a k jeho rozřešení. V praktické práci s pacientem Jung nejdříve objasňoval nevědomé souvislosti. Terapeut v přátelské rozmluvě čeká na vynoření duševních obsahů, které souvisejí s komplexem pacienta. Psychoterapie pracuje v sedmi stupních: snížení prahu vědomí, vynořování obsahů nevědomí (ve snech a představách), zachycení a uchování obsahů nevědomí ve vědomí, prozkoumání a pochopení smyslu jednotlivých obsahů, začlenění tohoto smyslu do situace jedince, přivlastnění a zpracování smyslu a organické včlenění problému do celkové psychiky pacienta (Kratochvíl, 2006). Neoddělitelnou součástí je zde také analýza snů. Na rozdíl od Freuda chápe Jung sny jako přirozené, nezahalované vyjádření nevědomých procesů. Sny podle něj nehovoří jazykem bdělého života, ale nacházejí se v symbolickém jazyce. Právě on také rozšířil pojem nevědomí, tak, že k osobnímu nevědomí připojil kolektivní nevědomí, které obsahuje podle jeho názoru zkušenosti celého lidstva a jeho kultury, které každý jedinec dostal předané. Tyto charakteristické obrazy či vzorce nazval archetypy. Tento fenomén je již vysvětlen v předchozí části této práce. Jung představuje optimističtější pojetí lidské přirozenosti. Podle něj není vývoj rozhodnut v dětství, ale pokračuje během celého života. První polovina života člověka je zaměřena vně, kde hlavním úkolem je **socializace** a myslí se tím, že si splní povinnosti ve společnosti a v rodině, a druhá polovina je pak, podle něj, zaměřena spíše dovnitř a měla by se pak nazývat **individuace**.

Člověk se podle něj má stát „sebou samým“. On sám byl v používání metod práce velice pružný, a postup práce vždy přizpůsoboval osobnosti pacienta. Kladl veliký důraz na prožívání. Od terapeuta vyžadoval, aby se uměl vcítovat do tajemství nemocného. Jeho psychologie, jak popisuje Kratochvíl, nachází u psychóz i neuróz mnoho motivů, které vystupují v mýtech, pohádkách a ve fantazii. Právě z tohoto důvodu věnoval Jung velkou část své práce zkoumání mytologických motivů. Jeho velmi obsáhlé spisy jsou také hodnoceny jako málo systematické. Jeho analytické psychologii je vytýkáno, že pojmy nejsou jednoznačně definovány a někdy se dokonce používají v různém smyslu a právě jeho koncepce archetypu a kolektivního nevědomí jsou záležitostmi spíše víry než empirické ověřitelnosti. Příznivci Junga však přistupují k jeho názorům a práci s velkým obdivem a citlivostí a odhalují bohatství a moudrost jeho myšlenek a při případném dojmu rozporů a nejasností doporučují nad těmito podněty meditovat a snažit se je vstřebávat postupně (Kratochvíl, 2006).

4.4.2 Dynamická a interpersonální psychoterapie

Tato psychoterapie přejala koncepci významu nevědomé psychické činnosti a intrapsychických konfliktů a také o významu zážitků z dětství od psychoanalýzy. Přesunula důraz na sociální faktory a na současné problémy v interpersonálních vztazích. V těchto vztazích a současných konfliktech pacienta lze velmi často odhalit důsledky maladaptivního sociálního chování. Právě toto chování nezřídka souvisí s minulými zkušenostmi a odráží se v něm dřívější konflikty, frustrace a dramatické zážitky (Kratochvíl, 2006). Dynamická psychoterapie pomáhá pacientovi, aby porozuměl souvislostem mezi současným chováním, postojem a prožíváním, které je ovlivněno dřívějšími zážitky. Vede k získání náhledu a k prožití emoční korektivní zkušenosti a přezkoumání nového chování, které stojí na základě opravených postojů a k dosažení uspokojivé sociální adaptace (Kratochvíl, 2006). K průkopníkům tohoto přístupu patří K. Horneyová, H. Sullivan a F. Alexander. Dále je nutno připomenout pojetí V. N. Mjasiščeva, G. Klermana a M. Weissmanové (Kratochvíl, 2006).

4.4.3 Rogersovská psychoterapie

Přístup vytvořený a rozvíjený C. Rogersem je znám jako „terapie zaměřená na klienta“ (*client-centered therapy*). Používá se také termín „terapie rozhovorem“, nebo „nedirektivní

terapie“. Základním rysem této terapie je, že vychází z klienta a podněcuje jeho samostatný rozvoj. Jedná se o otevřený, důvěrný rozhovor, kdy se terapeut vcití do klienta, respektuje ho, podporuje jeho sebeprojevování a může také autenticky projevit své osobní pocity. Velkou roli zde hraje také vřelost a opravdovost terapeuta. Jako jeden z motivačních faktorů u člověka je, podle Rogerse, tendence k sebeuskutečňování (sebeaktivační tendence). Tato tendence zahrnuje, vedle uspokojování fyziologických potřeb, také snahu o duchovní růst, rozvíjení vztahů k lidem a vlastní zdokonalování. Rogers, jak dále píše Kratochvíl, vidí člověka jako dobrého a jen pod vlivem vnějších tlaků a nepříznivých životních zkušeností se u něho projevuje nepřátelské, egoistické nebo neurotické chování. V atmosféře důvěry a příznivých podmínek je pak každý schopen vlivem svých vnitřních sil se znovu rozvíjet kladným, zdravým směrem. Úkolem terapie je uvolnit cestu existujícím možnostem v každém klientovi a léčebný proces pak již pokračuje sám. V současné době se tato terapie zaměřuje na dosažení intenzivních citových prožitků s možností sebeprojevení a empatického spoluprožívání a to nejen v dyadickém vztahu, ale především ve skupině. Přístup se zaměřuje na práci k rozvoji a duševnímu růstu zdravých lidí. Rogers se také hlásí k hnutí humanistické psychologie a právě jeho terapeutický systém se řadí k humanistické psychoterapii (Kratochvíl, 2006).

4.4.4 Behaviorální psychoterapie

Podnět ke svému rozvoji získala behaviorální psychoterapie v experimentální psychologii, která se zabývala studiem procesů učení. Vychází především z pozorovatelských experimentálně zachytitelných vztahů mezi podnětem a reakcí (Kratochvíl, 2006). Má vztah ke klasickému Watsonovu behaviorismu, ale opírá se o dokonalejší metody a nové materiály. Všechny behaviorální terapeuty spojuje přesvědčení, že poruchy jsou v podstatě naučenými reakcemi. Pokud je neurotické chování naučené, musí se řídit zjištěnými zákony učení a proto musí také podléhat i přecvičování a odučování. K vyléčení neurózy nevede změna v myšlení, ale přímá změna v chování. K zakladatelům tohoto směru patří klinický psycholog anglického původu H.J. Eysenck a americký psychiatr J. Wolfe. Schematicky je možno říci, podle Kratochvíla, že behaviorální terapie využívá jednak klasického principu podmiňování, ale také principu instrumentálního podmiňování. Klasické podmiňování předpokládá spojení určitého podnětu s reakcí, a to reakcí více nebo méně mimovolní, reflexní nebo automatickou. Při terapii instrumentálního podmiňování patří reakce do kategorie vol-

ních a záměrných. Konceptuálně je charakterizována teoretickými a technickými rozdíly od ostatních psychoterapeutických systémů a tímto představuje radikální odklon od modelu psychopatologie obecně a konkrétně od psychoanalýzy (Prochaska, Norcross, 1999).

4.4.5 Kognitivní psychoterapie

Už podle názvu tato psychoterapie věnuje prvořadou pozornost poznávacím procesům. Tím se také odlišuje od behaviorální terapie, která ve své extrémní podobě vnitřní procesy zcela ignorovala. Do této skupiny patří racionálně-emoční terapie (A. Ellis) a kognitivní terapie (A. Beck). Oba tyto přístupy jsou věcně značně blízké i když mají odlišný název, odlišnou historii a v některých případech i odlišnou terminologii. Společným rysem těchto přístupů je právě orientace na vědomou činnost a přítomnost a také využití racionální či logické argumentace (Kratochvíl, 2006).

4.4.6 Gestalt psychoterapie

Gestalt terapie je expresivní forma terapie, zaměřená na přítomnost, prožívání a vyjadřování emocí. F. Perls, její tvůrce, převzal název z německé školy tvarové psychologie, která je u nás známá jako Gestalt terapie. Tento přístup experimentuje s percepcí a zdůrazňuje nutnost chápat psychické zážitky v celistvosti. Hlavním pravidlem této terapie je princip přítomnosti. Otázky jsou kladeny ve smyslu „co máte nyní na vědomí“, „co se nyní děje“, „co cítíte v tomto okamžiku“. Jedinec se v této terapii má naučit přijmout odpovědnost za své tělesné orgány a funkce. Významný pojem v tvarové terapii hrají také „nedokončené záležitosti“ jimiž jsou situace vztahující se k minulosti a zahrnující nevyjádřené pocity zlosti, smutku, zklamání, strachu nebo viny. Dokončují se tím, že si je pacient zpřítomní a pak verbálně nebo neverbálně přehraje. Tato terapie také využívá práce ve skupině, kde však terapeut pracuje vždy jen s jedním členem. V současnosti existuje množství samostatných ústavů pro Gestalt terapii a výcvik, které mezi sebou nemají většinou propojení. Ideálním výsledkem pro Gestalt terapii je, když dojdou lidé ke zjištění, že už nepotřebují a vlastně ani nikdy nepotřebovali psychoterapeuta (Prochaska, Norcross, 1999).

4.4.7 Existencionální a humanistická psychoterapie

Přístupy existencionální a humanistické psychoterapie podtrhují jedinečnost každé osobnosti a svůj hlavní úkol tato terapie vidí v podporování osobního růstu. Za důležitou nepo-

važují adaptaci člověka na prostředí, ale zdůrazňují jeho seberealizaci a uskutečňování individuálních hodnot nebo životního poslání. Některé odmítají manipulaci, jiné mají výrazně manipulativní charakter. Některé uplatňují výrazný filozofický podtext a jiné mají spíše praktickou orientaci. Humanistická psychoterapie vnikla v USA a položila důraz na svobodu a sebeaktualizaci jedince na jeho osobnostní potenciál (Kratochvíl, 2006).

4.4.8 Jiné přístupy

V předešlých kapitolách jsem poměrně obsáhle shrnula základní směry, které jsou všeobecně rozšířené a známé. Existuje však již celá řada dalších metod a přístupů a stále vznikají nové. Některé, i když měly výrazný nástup, se z povědomí odborné veřejnosti vytrácejí, jiným zůstává určitý vliv v určité sociokulturní oblasti i nadále. Pro zajímavost bych chtěla vyjmenovat alespoň některé z těchto přístupů. Patří zde **Transpersonální psychoterapie, Satiterapie, Procesorientovaná psychoterapie, Bioenergetika, terapie realitou a také pozitivní psychoterapie** (Kratochvíl, 2006).

4.4.9 Eklektické a integrativní pojetí

Tuto kapitolu jsem zde uvedla záměrně, abych doplnila i tuto reálnou skutečnost, která ukazuje, že kromě základních směrů se v psychoterapii stále častěji objevují pokusy o pojetí eklektická a integrativní. Eklektická psychoterapie (z řec. *Eklegein*, volit, vybírat) využívá různých metod bez ohledu na jejich teoretická východiska a to tak jak se to psychoterapeutovi zdá nejvhodnější. Integrativní psychoterapie se pokouší sjednotit různé teoretické přístupy do celku, nebo se snaží vytvořit novou teorii, těmto přístupům nadřazenou.

4.5 Cíle psychoterapie

V literatuře existuje dvojí výrazně odlišná formulace cílů psychoterapie. Kratochvíl (2006) uvádí:

A/ odstranění chorobných příznaků – klient přichází s jistým druhem obtíží a úkolem terapeuta je aby ho těchto potíží zbavil. Někteří autoři komentují tento cíl jako obnovení pracovní schopnosti, schopnosti požitku, kontaktu, schopnosti radovat se ze života a schopnosti naděje. Pozitivního výsledku je dosaženo, když vymizí symptomy, které bránily tomuto stavu.

B/ reedukace, resocializace, reorganizace, rozvoj či integrace pacientovy osobnosti. Osobnost se přetváří ve směru správné adaptace nebo ve směru zrání a uskutečňování svého individuálního životního poslání. Dosažený stupeň osobnostních změn určuje významnost zlepšení nebo vyléčení.

5 DALŠÍ CESTY K HLEDÁNÍ KVALITY ŽIVOTA

Každá cesta je příležitost, možnost a výzva.

5.1 Kvalita života

Kvalita života je složitý a velmi široký pojem. Je těžko uchopitelný pro svou mnohorozměrnost a komplexnost. Charakter tohoto pojmu podle Křížové (2005), se v laickém podvědomí jeví jako multidimenzionální, dlouhodobě a složitě se utvářející, značně relativistický, idealizovaný a hlavně nedosažitelný. Dotýká se chápání základů lidské existence a smyslu života. Zahrnuje hledání klíčových faktorů jako je bytí, sebepochopení a sebezpřijetí. Zkoumá materiální, sociální, duchovní a další podmínky pro zdravý a šťastný život. Komplexní pohled na život postihuje jak vnější podmínky, tak i vnitřní rozměry člověka, kde smyslem existence je, čím dál víc, život sám... Od druhé poloviny minulého století se začíná pojem kvality života objevovat a zkoumat v různých vědních disciplínách. Předmětem zájmu byla, z počátku především, materiální stránka života společnosti jako celku (založené na objektivizovaném pojetí kvality života), postupně však můžeme zaznamenávat sílící proud výzkumu nematerialistické stránky a posun k subjektivnímu vnímání a hodnocení kvality života samotného individua.

Významnou roli v pojmání kvality života sehraávají také náboženství a víra a to nejenom jejich zásady a pravidla, ale i fakt, že jsou často nabádáním k potlačování vlastních potřeb a že hodnoty a smysl žití jsou posouvány mimo reálný svět. Je zde třeba také ale uvést, že někteří lidé s hlubokou vírou v Boha pokládají své náboženství až za prvořadé. Ostatní hodnoty pak nejsou pro ně významné a dosahování osobních cílů nepovažují za důležité. Existuje tisíce článků či stovky publikací, které se aspekty či stránkami kvality života zabývají. Při vymezování pojmů kvality života, ale také postihování existencionálních a sociálních či subjektivních a objektivních stránek, pak panuje nejednotnost a nejednoznačnost.

Způsoby a přístupy zkoumání jsou velmi rozmanité. Zřejmě k nejznámějším a nejvíce citovaným patří model vyvinutý Centrem pro podporu zdraví při Univerzitě Toronto v Kanadě. Tento vícerozměrný model vychází z holistického pojetí kvality života a zahrnuje tři základní domény a devět dílčích domén. Skutečná kvalita života u konkrétního jedince je určena osobním významem jednotlivých priorit a rozsahem, v jakém u něj dochází k jejich naplňování v reálném životě. Zdůrazňovány jsou možnosti, příležitosti a omezení,

kteří každý člověk ve svém životě má a tyto jsou odrazem interakce mezi prostředím a jím samotným. Subjektivní indikátory, jako jsou pocity štěstí, uspokojení atd., jsou zpravidla získávané z kvantitativních výzkumů (40).

Tabulka č. 1

Model kvality života Centra pro podporu zdraví Univerzity Toronto

BÝT (BEING) – osobní charakteristiky člověka	
Fyzické bytí	Zdraví, hygiena, výživa, pohyb, odívání, celkový vzhled
Psychologické bytí	Psychologické zdraví, vnímání, cítění, sebeúcta, sebekontrola
Spirituální bytí	Osobní hodnoty, přesvědčení, víra
PATŘIT NĚKAM (BELONGING) - spojení s konkrétním prostředím	
Fyzické napojení	Domov, škola, pracoviště, sousedství, komunita
Sociální napojení	Rodina, přátelé, spolupracovníci, sousedé (užší napojení)
Komunitní napojení	Pracovní příležitosti, odpovídající finanční příjmy, zdravotní a sociální služby, vzdělávací, rekreační možnosti a příležitosti, společenské aktivity (širší napojení)
REALIZOVAT SE (BECOMING) – dosahování osobních cílů; naděje a aspirace	
Praktická realizace	Domácí aktivity, placená práce, školní a zájmové aktivity, péče o zdraví, sociální začleňování
Volnočasové realizace	Relaxační aktivity podporující redukci stresu
Růstová realizace	Aktivity podporující zachování a rozvoj znalostí a dovedností, adaptace na změny

Zdroj: kvalitazivota.vubp.cz

Tabulka č. 2

Model čtyř kvalit života

Čtyři kvality života	VNĚJŠÍ KVALITY Charakter. prostředí včetně společnosti	VNITŘNÍ KVALITY Charakteristiky individua
<p>PŘEDPOKLADY</p> <p>Životní šance</p>	<p>VHODNOST PROSTŘEDÍ</p> <ul style="list-style-type: none"> Životní prostředí, sociální kapitál, prosperita, životní úroveň <p><i>zahrnuje ekologické, sociální, ekonomické a kulturní podmínky, které studuje ekologie, architektura, sociologie a sociálně-politické vědy</i></p>	<p>ŽIVOTASCHOPNOST JEDINCE</p> <ul style="list-style-type: none"> Psychologický kapitál, adaptivní potenciál, zdraví, způsobilost <p><i>představuje fyzické a duševní zdraví, znalosti, schopnosti a umění života a je předmětem zájmu lékařství, psychologie a pedagogiky včetně tělovýchovy a poradenství v oblasti životního stylu</i></p>
<p>VÝSLEDKY</p> <p>Životní výsledky</p>	<p>UŽITEČNOST ŽIVOTA</p> <ul style="list-style-type: none"> Vyšší hodnoty než přežití, transcendentální koncepce <p><i>zahrnuje vnější užitečnost člověka pro jeho blízké okolí, pro společnost a lidstvo a jeho vnitřní cenu v termínech morálního vývoje, morální dokonalosti a je tradičně předmětem zájmu filosofie</i></p>	<p>VLASTNÍ HODNOCENÍ ŽIVOTA</p> <ul style="list-style-type: none"> Subjektivní pohoda, spokojenost, štěstí, pocit smysluplnosti <p><i>představuje pojetí kvality života, které je široce aplikováno ve vědách o člověku, v medicíně a vytváří vlastní metodologické postupy, zahrnuje hodnocení spokojenosti s jednotlivými životními oblastmi, hodnocení převažující nálady a celkové spokojenosti se životem</i></p>

5.1.1 Výzkumy kvality života

V rámci mezinárodního výzkumu, zaměřeného na měření subjektivně vnímané kvality života, bylo na Slovensku zrealizováno výzkumné šetření s názvem „Slovenský index kvality života (SIQZ)“. Výsledky byly expertně posouzeny a analyzovány a byly publikovány v roce 2004. Výzkum ukázal, že předpokladem pro šťastný život znamená mít rodinu, přátele a partnera, kteří jsou oporou; dále pak domov a také zdravé a šťastné děti. Následuje: mít práci, která baví a uspokojuje, finanční zabezpečení, uspokojivá životní úroveň a dostatek volného času pro sebe, blízké a přátele. Zkoumané osoby také konstatovaly, že šťastný život znamená nebýt sám, nemít bolest, trápení, problémy, nebýt bezmocný, nebo třeba nezažít katastrofu. Důležité je také zdraví (včetně blízkých osob). Celkově lze shrnout, že většina osob spojovala spokojený a šťastný život se vztahy. V závěru studie výzkum vyslovuje jistou hypotézu. Spokojenost v oblasti interpersonálních vztahů se jeví vhodnějším indikátorem (spolehlivějším měřítkem) než tradičně chápané zdraví. K podobným závěrům dospěla také Křížová (2005) na základě kvalitativní analýzy svého výzkumného šetření. Zaznamenala překvapivou shodu ohledně základních představ o kvalitním životě mezi mladou a seniorskou generací. Konstatuje, že kvalita života je pojmána značně vztahově. Je ztotožňována s něčím, co je dobré jak pro jedince tak i pro druhé, co je žádoucí (i když ne vždy plně dosažitelné) a co je výrazně subjektivně podmíněno a má relativistický charakter. Kvalitní život je chápán ve schopnosti opustit ohraničenost vlastních přání a potřeb (Křížová, 2005).

5.1.2 Hledání duchovní cesty podle Marty Foučkové

Jméno psycholožky Marty Foučkové je poměrně známé v souvislosti s mystikou. Paní Foučková patří do skupiny lidí, která měla možnost seznámit se s mnoha duchovními směry, ale žádný z nich ji neodpověděl na otázky vyčerpávajícím způsobem. Oslovila ji mystická cesta, která vyžaduje trpělivost a vytrvalost a vedle níž už nenašla lepšího prostředníka spojení s Bohem. Foučková dále říká, že pro každého je podstatné, aby pochopil smysl života, rozpoznal cestu jeho spletitostí, porozuměl zvrátům a jejich významům a naučil se čelit nepříznivým situacím. Za velmi důležitou považuje také orientaci ve změti různých nabídek a aktivit. Člověk potřebuje znát odpovědi na nejasné otázky, rozumět sám sobě i světu. V životě přicházejí chvíle, kdy si uvědomujeme, že nepatříme hmotě a právě u té nás tento svět drží a tím nabízí jen více utrpení než radosti. A pak každý začíná hledat.

Z neznalosti se potom často chytáme všemožných příležitostí jak se zbavit těžkostí a to pokud možno rychle. Oslovují nás i zvláštnosti z oblasti nadsmyslových jevů. Domníváme se, že některé praktiky nás mohou vynést až k zasvěcení a vyřešit nesnáze života. Někdo ale, místo usilovné práce na sobě, touží jenom po vysvětlení vlastních chyb a omylů. Je třeba si však uvědomit, že tak, jak je rozmanitý svět materiální, je mnohotvárný i svět mimosmyslový. Ze stejného důvodu nemáme přístup k četným skutečnostem, které by náš život učinily lépe srozumitelným. Neznáme paralelní světy ani další rozměry. Vesmír je pro nás zahalen tajemstvím. Snažíme se proto nalézt cestu ke spojení s Kosmickou inteligencí, kterou v našem kulturním zázemí nazýváme Bůh. Vede k ní mnoho cest. Některé jsou zdlouhavé, jiné rychlé. Jsou cesty jisté, ale i docela nebezpečné (40).

5.1.3 Literatura k zamyšlení

Je mnoho lidí, kteří odpovědi na své otázky hledají v knihách. Sami se snaží, podle literatury která se k nim dostane, nalézt odpovědi, nebo alespoň porozumět některým souvislostem. V dnešní době máme k dispozici nepřehledné množství literatury kvalitní i té méně a je jen na nás jak toho využijeme. Pro příklad bych uvedla několik titulů, které by mohly přispět k doplnění informací a možností najít tu svou či naši cestu poznávání sebe sama a přispět k lepší kvalitě a spokojenosti našeho života. Vůbec si nedovoluji tyto publikace doporučovat jako jedinou a zázračnou literaturu, ale chtěla bych uvedenými tituly ukázat na možnosti, které všichni máme k dispozici. Nepoužila jsem žádnou kategorizaci, jen vyjmenuji názvy a autory.

Alchymista /příběh o naplněném snu/ - P.COELHO

Proč já, proč toto, proč teď /zamyšlení nad nejdůležitějšími otázkami života/- R. NORWOOD

Život, láska, smích /zodpovědnost k vlastnímu životu/- OSHO

Kundalini a čakry /praktická kniha, cesta uvolnění životní energie/- G. L. PAULSON

Přátelství s Bohem /neobvyklý dialog/ -N. D. WALSCH

Moc přítomného okamžiku /o duchovním osvícení/- E. TOLLE

Jde o život /nejnovější poznatky světonázorového SPRINGHILL CENTRE, jak předcházet nemocem a jak je léčit/ - N. DIATES, N. JOLLYMANN

Sídlo duše /pojedenání o myšlení, duši, reinkarnaci a duchovním vývoji člověka/ - G. ZUKAV

Hluboké rány v duši /uzdravování duše po prožitku strachu a utrpení /- D. CHOPRA

Meditace jako píseň duše - K. FUNK

Nemoc jako řeč duše/ potřeba pochopení nemoci/ - R. DAHLKE

Člověk pro jeden život - J. DROZD

Non omnis de vita deced /ze života neodcházím zcela/ - R. BRETTSCHEIDER

Astro – zdraví /praktická kniha astrologické medicíny pro všechna znamení zvěrokruhu/ - E. BAUER

Tajenky života /od teorie k praxi/ - J. JONÁŠ

Život jako zázrak /cestopis duše/ - J. SKŘIVÁNEK

Pět Tibet'anů /rozšířený rituál tajných cvičení pro zdraví , energii a osobní sílu/ - CH. S. KILHAM

Diagnostika karmy /dotek s budoucností/ - S.N. LAZAREV

Nalézání vnitřního pokoje /kniha pro lidi, kteří potřebují.../ - E. G. WHITEOVÁ, L. MUNILLA, C.E.WHEELING

Numerologie /čísla lásky/ - R. STEMOVÁ

Duševní světlo /odpouštím si / - LUULE VIILMA

Okamžiky ztišení /hledání vnitřní síly/ - J. C. TAYLOR

Grafologie /systém a technické termíny/ - J. KULKA

Enigma /tajemství proroků/ -

Miluj svůj život /cesta k nalezení skutečné hodnoty života/ - L. L. HAY

Mír, láska, uzdravení /nalezení cesty/ - B.S.SIEGEL

Malá duše a Slunce /hovory s Bohem pro děti/ - N. D. WALSCH

Chtěla jsem jen ukázat kolik možností nám nabízí literatura, která může být jako pomůcka k hledání kvality, klidu, harmonie a nebojím se říci i pocitu štěstí. Jak již jsem uvedla, možností je mnoho a je na každém z nás, co s tím udělá. Lidská společnost v průběhu celé-

ho svého bytí tyto cesty hledá. Nostalgicky si uvědomuji, že jsme právě z tohoto pohledu stále stejní a touha po hledání je všem generacím vložena jako jakési poslání či smysl života.

6 CHARAKTERISTIKA /PSYCHOLOGIE, TEOLOGIE, ETIKOTERAPIE /

Psychologie – je věda, která systémově a systematicky zkoumá určitou oblast přírodní a společenské reality lidského bytí; svět, lidské životní prostředí a člověka v jeho složitých vztazích, které se mění v průběhu jeho života. Jejím cílem je snaha o průběžné, objektivní poznání vnějšího i vnitřního lidského světa (Musil, 2007). Psychologie klinická se zabývá diagnostikou, prevencí a terapií duševních chorob a poruch včetně poruch chování, dále také vztahy lékaře k pacientovi a pacienta k lékaři i postojem pacienta k nemoci (Hartl, Hartlová, 2000).

Etikoterapie

Základem **etikoterapie** je holistické vidění člověka a jeho zdraví, tzn., že člověk, který se chce uzdravit, by měl pečovat nejen o své fyzické tělo, ale i o svůj duševní a duchovní růst. Předpokladem je, že původ nemoci je duchovní a teprve v další fázi se projeví na fyzickém těle jako onemocnění. Tato metoda vyžaduje od pacienta velkou vnitřní motivaci k uzdravení a duševní i duchovní aktivitu. Nejedná se o vnikání do podvědomí pacienta, ale o vědomé hledání souvislostí mezi vnějšími okolnostmi, vnitřním prožíváním a následným objevením se potíží. Úlohou terapeuta je tyto souvislosti nalézt. Etikoterapie neléčí, ale uzdravuje nemocné vztahy (38,39).

Teologie (z řeckého *θεολογία* *theologia* < *θεός* *theos* bůh + *λόγος* *logos* slovo) je nauka o Bohu, bohosloví. Jedná se o systematický výklad doktríny daného náboženství, který využívá kromě náboženských též vědeckých a zejména filozofických, sociologických, psychologických, jazykovědních, právně teoretických a jiných prostředků (Horyna a kol., 1998). V našem kulturním kontextu se teologií obvykle rozumí teologie křesťanská, v širším významu je však možné hovořit i o teologii ostatních náboženství. Teologie vychází z předpokladu, že Bůh existuje, zatímco religionistika se snaží vědecky zkoumat a porovnávat různá náboženství, přičemž existence či neexistence boha pro ni z tohoto hlediska (z hlediska víry) není podstatná (35).

Psycholog je odborný pracovník v oboru psychologie. Dále do jeho práce spadá poradenská činnost. tzn. činnosti, které vycházejí z analýzy potřebných informací o klientovi a které klientovi poskytují doporučení pro jeho rozhodování v dané situaci (např. manželské neshody, problémy s výchovou dětí, hledání vhodného povolání, vhodného studijního obo-

ru, vhodného kurzu, výběr a rozmístění pracovníků, způsoby motivace pracovníků, cesty vedoucí ke zlepšování pracovních výsledků, apod.) Součástí je také práce psychoterapeutického charakteru, t.j. působení na klienta či pacienta individuálně (psychoanalýza, hypnóza, psychorelaxační a autogenní trénink apod.) nebo různými formami skupinové práce (skupinová psychoterapie, hraní scének, psychodrama, psychogymnastika, muzikoterapie, arteterapie apod.) - činnosti vzdělávací a trenérské (výcviky v sociálně psychologických a komunikačních dovednostech, asertivní techniky apod.).

Duchovní je obecně označení osoby, která (religionisticky viděno) je prostředníkem mezi věřícími a Bohem (což ovšem neznamena, že kontakt s Bohem nemohou věřící navázat přímo, prostřednictvím modlitby, stejně jako Bůh je může oslovit jinak než prostřednictvím duchovního). Pojem **duchovní** je často chápán jako synonymní k výrazu **kněz**, duchovní je však výraz širší (36). Pastorální terapie - vychází z premisy existence Boha a také z premisy všeobecně přítomné náboženskosti v lidské psychice. Pastorální terapie považuje náboženskost za geneticky danou a velmi mocnou sílu lidské psychiky. Pracuje s věroučnými i nevěroučnými přesvědčeními a také různými náboženskými strukturami. Pomáhá člověku najít cestu a svůj vztah nejen k Bohu, ale také k sobě samotnému a podporuje hledání smysluplnosti existence na tomto světě.

„Léčil jsem stovky pacientů a nebyl mezi nimi jediný, u něhož by konec problému nespočíval v nalezení religiózního aspektu v životě“

Kořeny a příčina vašich nemocí leží ve vašem způsobu myšlení, ve stereotypech každodenních mechanismů, v návycích, které se vám staly železnou košilí – je to zeď, kterou jste se obestavěli a tím se odpojili od Řádu (A patří do toho i vaše brýle a bolavé zuby). Z toho důvodu léčení začíná pátráním ve vašem příběhu, kde se zamotala nit....

Nemoc jako taková je disharmonií ve vědomí lidí, vystoupením z přirozeného řádu, poruchou celého člověka a nejen jeho těla. Je zároveň i výzvou, abychom se zamysleli nad svým životem, otočili směr myšlení a znovu nastolili Řád. Nemoci a také nehody jsou výzvou, abychom pochopili své problémy jako úkoly a řešili je.

C.G. Jung

II. PRAKTICKÁ ČÁST

7 REALIZACE VÝZKUMU

Jak již jsem uvedla v úvodu, navazuji v této práci kvalitativním výzkumem na výzkum kvantitativní, který jsem zpracovávala ve své bakalářské práci. I když výzkumný vzorek v minulé práci mapoval názory mladé generace a kvalitativní výzkum z této práce je zaměřen na celou populaci, přesto se domnívám, že výsledky, které ukáže tato práce mohou být přinejmenším zajímavé.

Při realizaci výzkumu jsem postupovala podle ideového a technického plánu výzkumu od Miovského (2006), který obsahuje :

- Formulaci výzkumného problému a z něj vycházející výzkumné otázky
- Zdůvodnění významu a smyslu řešit daný výzkumný problém
- Popis teoretického rámce výzkumu
- Metody získávání dat včetně popisu zamýšleného vzorku
- Metody zpracování a analýzy dat
- Přibližný časový plán

7.1 Výzkumný problém

Realizací tohoto výzkumu jsem chtěla zjistit rozdíly nebo shody v pohledech, názorech a posuzováních v kritériích psychologa klinického, psychologa poradenského a duchovního. Formulace výzkumného problému je: 1. Jaké jsou podobnosti a rozdíly z pohledu těchto profesí a jejich praxe na hledání sebe a rozpoznávání postojů k různým životním souvislostem? 2. Jak se názory těchto odborníků shodují nebo neshodují se získanými informacemi z kvantitativního výzkumu z bakalářské práce?

7.2 Cílem výzkumu

1 / Porovnání názorů terapeutů mezi sebou.

2 / Porovnání názorů terapeutů s výsledky kvantitativního výzkumu z bakalářské práce.

Chtěla jsem tímto také poskytnout lidem, kteří budou tuto práci číst, nějakou nápoředu či myšlenku pro jejich vlastní cestu k nalezení klidu a smyslu svého žití.

7.3 Výzkumný soubor

Pro výzkumný soubor jsem hledala odborníky, kteří by měli odpovídající předpoklady v oblasti vzdělání, dále pak minimálně deset roků praxe a z toho vyplývající i praktické zkušenosti. Podmínkou také bylo, že se i nadále průběžně a soustavně ve svém oboru vzdělávají a získávají další speciální odbornosti a dovednosti. Našla jsem tři terapeuty, jejichž směry jsem stručně charakterizovala v teoretické části této práce. Dva terapeuti jsou muži a jedna žena. Věkový průměr je 41 let. Poradenský psycholog s výcvikem pozitivní psychotherapie se ve své poradenské činnosti specializuje na řešení klientova problému z hlediska etikoterapeutického. Terapie spočívá v dohledávání klíče k řešení problému přes uvědomování, pojmenování a odstranění neetických, nemravných (sebe ubližujících) pocitů, které se staly podnětem pro rozpad či nabourání osobnosti. Klinický psycholog s výcvikem Rogers, pracuje na kauzálním rozpracování vzniklé situace a následném krokování nápravného procesu. Duchovní, který má kromě teologického vzdělání také výcvik Gestalt terapie, si kromě naplňování podstaty výcviku ještě vytváří zcela odlišný pohled na klienta z hlediska míry odevzdanosti a hlubšího duchovního vidění. Bylo také ale nezbytné, aby tito odborníci byli ochotni se mnou o své zkušenosti ze své praxe podělit.

7.4 Metody sběru dat

Použila jsem metodu polostrukturovaný rozhovor, kterým se získávají data více do hloubky. Připravila jsem si proto otázky do tohoto rozhovoru tak, aby měly maximální výtěžnost pro jejich zpracování. Použité doplňující otázky potom přinášejí mnoho kontextuálně vázaných informací, které mohou mnohem lépe pomoci uchopit zkoumaný problém. Možnost kombinace prvků nestrukturovaného i strukturovaného rozhovoru činí z polostrukturovaného rozhovoru téměř ideální výzkumný nástroj v oblasti aplikace většiny výzkumných plánů v rámci kvalitativního přístupu (Miovský, 2006). Všechny rozhovory jsou nahrány na diktafon, využívající technologii MP 3. Jedná se o zařízení, které ukládá data na pevný čip s vysokou kvalitou záznamu. Čipová karta pak umožňuje až 14-ti hodinovou dobu záznamu. Záznam je v digitální podobě uložen a je možné jej také uložit na pevný disk počítače, kde s ním lze dále pracovat. Neredukované přepisy rozhovorů jsou uvedeny v příloze III. a IV. ve dvou variantách. V první je vždy celý rozhovor jednoho účastníka výzkumu a jednotlivé rozhovory jsou uvedeny za sebou, ve druhé variantě je u každé otázky uvedena odpověď všech dotazovaných najednou.

7.5 Způsob zpracování dat

Využila jsem dotazník ze své bakalářské práce pro získání informací z praxe tří terapeutů. Otázky by mohly být hodnoceny jako sugestivní nebo zavádějící, ale bohužel se domnívám, že otázky týkající se hlubších kvalit a hodnot nemůžou ani jiné být. Získaná data jsem zpracovávala kvalitativně, neboť jak již jsem uvedla, chtěla jsem se dostat více do hloubky zkoumaného problému. Data jsem zpracovávala podle Švece, kde je odkrývání významu založeno na redukci dat, text se tím vyčišťuje, je hutnější a koncentrovanější. Abstrahovala jsem proto z textu signifikantní výroky, které měly vztah ke zkoumanému fenoménu. Jedná se o vymežitelné úseky přepisu interview, které jsou nositelem nějaké informace. Miovský (2006) zdůrazňuje důležitou roli, kterou ve zpracování dat hraje citlivost výzkumníka.

Postup :

1. Abstrahovala jsem z textu signifikantní výroky
2. Signifikantní výroky jednotlivých účastníků jsem porovnávala mezi sebou a zhodnotila.
3. Porovnávala jsem zjištěné skutečnosti s výsledky kvalitativního výzkumu v mé bakalářské práci a zhodnotila je.
4. Vyvodila jsem závěr.

7.6 Deskripce výsledků

Účastníci výzkumu byli velmi ochotní a otevření. Odpovědi na položené otázky byly velice spontánní, někdy však byla i odpověď váhavá. Do rozhovoru jsem se snažila vstupovat minimálně a tím jsem dávala větší prostor dotazovaným.

7.6.1 Významné výroky

Abstrahovala jsem z textu významné výroky :

1. Myslíte si, že lidé souhlasí s názorem, že život má smysl? Hledají ho?

Poradenský psycholog

- dnešní lidé si otázku o smyslu života nekladou
- přijali trend dnešní doby

- stihneme to, co stihnout chceme, to co se po nás chce
- skončí to v poloze, že lidé si tuto otázku nekladou
- ženou se za něčím a až teprve, když něco v životě nevyjde, začnou žehrat
- život nemá smysl, že to za nic nestojí, apod.
- těch pár jedinců, kteří hledají smysl života ti jsou ukřičeni.

Klinický psycholog

- lidé hledají smysl
- potřebují někomu se svěřovat potřebují si ten život
- ne vždycky ho nacházejí
- hodně hledají smysl
- pídí se po něm, ptají se kde ho najít, jak ho naplnit
- ptají se sami sebe jestli to co dělají se správné
- většinu lidských životů provází hledání smyslu života

Duchovní

- myslím si, že ano
- každý hledá smysl života
- problém přichází, když každý z nás hledá smysl života v něčem jiném
- shodnout se na něčem společném je velice těžké
- každý má nějaké jiné priority
- každý má žebříček hodnot jiný
- jinak hledá smysl života člověk věřící
- jinak ho hledá člověk nevěřící.
- jinak smysl života vnímá člověk rozvedený a jinak člověk svobodný
- záleží na životní zkušenosti, životní cestě
-

2. Setkáváte se s tím, že je skromnost vnímána jako vlastnost, která patří také k vybavení dnešního člověka?

Poradenský psycholog

- skromnost jako by nebylo ve slovníku
- skromnost se bere jako škodlivý, nedůstojný prvek
- se dneska nenosí
- skromnost se bere, jako slabost, nedostatečnost
- je neschopnost ustát nároky
- pochopení skromnosti jako nutnosti pro chápání souvislostí
- teprve zklidněním můžeme dosáhnout přístupu informací
- toto není ctěno
- tato vlastnost není vnímána jako vlastnost dnešního člověka

Klinický psycholog

- skromnost je vlastnost, která patří k vybavení člověka
- není považována za důležitou
- lidé si myslí, že skromnost je dobrá vlastnost
- přiřazují ji k askezi
- rádi se o skromnosti baví
- rádi vidí jiné lidi, když jsou skromní
- kdyby se to mělo týkat jich, tak tu skromnost raději dají stranou
- lidé si ji váží a cení
- nerádi si jí naplňují své životy

Duchovní

- o skromnosti se nemluví
- skromnost, pokora, služba patří do minulosti
- dnešní člověk se pořád žene k úspěchu, kariéře

- skromnost nepatří ke způsobu života
- je to spíše v poloze ukazování na skromnost
- člověk nehledá skromnost jako vlastnost důležitou
- je to něco co se nevyplácí,co překáží

3. Myslíte si, že lidé přemýšlí, kdo je hoden jejich důvěry? Komu dávají svoji úplnou důvěru?

Poradenský psycholog

- důvěra je dávana lidem na vyšším řebříčku -tito lidé se berou jako kvalitnější
- dávat důvěru člověku, který je vstřícný není vůbec módní
- tento člověk se chová jako by na více neměl
- dáváme důvěru tam, kde lidé vynášejí něco, co není ani pravdivé
- dáváme důvěru tam, kde lidé prezentují něco, co není vůbec přínosné
- záležitost s důvěrou není brána zodpovědně.

Klinický psycholog

- ano přemýšlejí
- hledají člověka, který je vyslechné
- hledají člověka, se kterým by mohli sdílet svoje starosti, svoje problémy.
- hledají spřízněnou duši
- člověk, který vlastně nemá nikoho, strádá

Duchovní

- určitě ano
- člověk, který prožívá těžkosti se potřebuje svěřit
- velmi opatrně otevírá nitro
- opatrně volí člověka
- v minulosti kněží, duchovní, řeholníci kterým se lidé otevírali
- dneska profesionálové: terapeuti, pracovníci linek důvěry, psychologové

4. Zamýšlí se dnes lidé nad prioritami konání nebo věcí v běžném životě v dané chvíli?

Poradenský psycholog

- zamýšlení se nad prioritami
- v dané chvíli jsou štváni předsudky, návrhy, potřebami a reklamami
- jsou hnáni někam
- zamyslet se nad prioritou konání není frekventované
- zamýšlení je pouze tendenční pro vyřešení dané věci v dané chvíli
- v tomto momentě jde o danou chvíli, ale nejde o zamýšlení se nad prioritami
- zamýšlíme se tendenčně nad tím co musíme
- zamýšlet se, je bráno jako měkkost nebo slabost člověka
- znamená to vrátit se k sobě
- znamená to uvědomit, že v této dané chvíli v běžném žití, by potřeboval se zastavit
- člověk potřebuje zodpovědné rozhodnutí a to přijde jenom s klidem duše
- když klid v duši není
- zamyslet se neznamena ještě hledat to správné
- zamyslíme se jenom tu danou chvíli
- zamyslíme se jenom nad krokem, který potřebujeme udělat
- zamýšlení se nekoná
- bylo by to do 10-15% populace
- je to chaos řízený požadavky doby, reklamou, tlakem okolí, zaměstnavatele apod.

Klinický psycholog

- zamýšlejí se co je pro ně důležité
- je těžké zhodnotit, co dát na první místo a co je pro ně důležité a co pro ně důležité není
- priority se mění hodně

- dnešní doba je zaměřená na výkon
- člověk spoléhá sám na sebe
- člověk je ten důležitý
- určuje děj věcí kolem a v okamžiku zklamání, příchodu nemoci nebo stáří lidé musí přehodnocovat, ztratí víru sám v sebe
- tato víra je křehká
- u seniorů, kteří už nejsou zaměřeni na výkon a nemohou ho takový podávat, ztrácejí smysl života, ztrácejí hodnocení sebe sama
- je smutné pozorovat jak společnost jim nedává příležitost

Duchovní

- priority každý hledá
- je to zdraví, rodina nebo práce

5. Hledají lidé hranice mezi věcí „nespravedlivou“ a zda skutečně tak nespravedlivá je?(z hlediska širších souvislostí)

Poradenský psycholog

- hledání této hranice je pofiderní
- míra vnímání a posuzování je daná mírou neštěstí, kterou člověk prožívá
- člověk, který je nešťastný a přijde o práci, odsoudí nadřízeného
- Lidé míru, hranici mezi věcí nespravedlivou a věcí, která spravedlivá je, nejsou schopni rozpoznat a to je dáno nešťastným nitrem

Klinický psycholog

- lidé mají velký problém v tom, že nedokáží rozlišit co je spravedlivé a co je nespravedlivé
- vnímají křivdu jako velmi nespravedlivou věc a mnohdy si neuvědomují, že ta současná nespravedlnost, která se jim děje, může mít z hlediska těch širších souvislostí velice pozitivní výsledek

- věci, které se na první pohled zdají být velmi pozitivní můžou mít velmi negativní výsledek
- lidé nedokáží dohlédnout těchto rozměrů
- mnoho lidí ztrácí naději, že spravedlnost může být
- mnoho těch nespokojených lidí tvrdí, že kdyby Bůh byl, tak by nebylo tolik nespravedlnosti na světě
- právě tento názor je dán tím, že jsme sice schopni pociťovat dobré a zlé, ale nedokážeme odlišit jedno od druhého

Duchovní

- slovo nespravedlivá můžeme zaměnit se slovem dobrá, nebo špatná, hříšná, mravně nedovolená
- člověk má to co je spravedlivé a nespravedlivé, zamotané
- lidé nepřemýšlejí co a proč je špatné
- dnešní svět o tom nemluví
- moderní společnost funguje na základě situační etiky, kde všechno je spravedlivé co mi prospívá, což je omylem
- spousta věcí, které jsou ve své filozofické podstatě nespravedlivé, pak nemůžou ospravedlnit naše jednání ani cíl
- cíl neposvěcuje prostředky, jak to známe
- člověk se zamotává do léčky, kterou na něho nastražil dnešní svět
- je přesvědčen, že něco je spravedlivé, protože mu to prospívá, což v žádném případě nemůže být cílem našeho jednání
- situační etika umožňuje relativismus, kde v podstatě neexistuje žádná pravda. Každý má tu svoji pravdu a situační etika jítí mravní jednání dnešního člověka

6. Myslíte si, že lidé vnímají skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky ?

Poradenský psycholog

- lidé nerozeznávají malé a velké věci

- míra velikosti věcí je dána mírou vnitřního neštěstí člověka
- člověk není schopen rozeznávat malé, velké věci a potom z toho vzniklé důsledky
- míra neštěstí jeho nitra určuje velikost věcí, která ho trápí a on o důsledcích nepřemýšlí
- uvědomit si, že malá věc může mít velké důsledky to vyžaduje myšlenkovou kázeň.
- pokud kázeň není, nejsme schopni se tam dobrat a potom děláme věci chaoticky ..
- výsledek je takový jaký je
- spojení mezi příčinou a důsledkem není

Klinický psycholog

- ano vnímají tu skutečnost
- ale nedokáží podchytit okamžiky, které mohou změnit život a mohou mít veliké důsledky
- lidé ty otázky, které se dají nazvat Karma neradi slyší
- neradi slyší, že co zasejí to také sklídí
- neradi slyší, že musí sklídit co zaseli a to co udělali musí napravit jen oni sami
- neradi slyší, že nikdo za ně nic neudělá
- snaží se zbavit zodpovědnosti,
- často bývá jenom myšlenka, která může změnit koloběh života, která může spustit lavinu dalších událostí
- lidé si toto uvědomují, ale málo si to připouštějí a vůbec se v tom neorientují
- je důležité uvědomit si přítomnost, a nezaobírat se tím, co bylo a tím co bude, ale tím co je právě teď
- jen tehdy můžou přijít na to, které věci ovlivňují budoucnost a minulost zároveň.

Duchovní

- kdo byl věrný v malé věci, bude věrný i ve velké
- mám zkušenost, že to opravdu platí

- ten, kdo nezvládá věci nejmenší, pak nezvládá věci velké
- člověk je nastavený na věci velké a utíkají mu ty malé
- není schopen ani pořádně plnit ty věci, které na jeho cestě čekají

7. Myslíte si, že lidé vnímají, že jistá míra pokory jim dává šanci prožít růst hodnoty vztahů a věcí?

Poradenský psycholog

- co je to pokora?
- téma není frekventované
- pokora, jako význam slova není lidmi pochopeno
- toto slovo používané není a pokud pak je to jenom parafráze
- slovo pokora se používá spíše významově jako ohýbání hřbetu, lezení do sedací části, popřípadě zřeknutí se sebe sama ve prospěch někoho
- je to špatně pochopený problém
- pokora je přijetí svého místa v životě, svého zařazení v životě podle dispozic a pocitu stavu vnitřního naplnění klidu
- každý jiný stav je špatný
- nedostatek pokory žene lidi do poloh, kde jim není dobře. Oni tam ale chtějí být, podle tlaku společnosti, která vyžaduje výkon a expanzi člověka
- s pokorou se nepotkáváme ani v nejmenším
- míra pokory dává šanci prožít růst hodnoty
- lidé nevnímají, že by jim pokora chyběla
- jestliže jsou lidé osloveni jenom, kdy by měli přibrzdit, kde se náznakově hovoří o tom, buď pokorný, v ten moment lidé si začnou přehrávat všechny křivdy, které na nich byly spáchány ať již to byli rodiče, šéf,
- v ten moment jdou lidé do protiútku a o to více se ztrácí naděje na uvědomění si, že míra přiznání pokory dává lidem šanci růstu hodnot
- jsme-li pod hladinou vody nejsme nikdy schopni posuzovat vlhkost vzduchu.

Klinický psycholog

- je to otázka těžká
- lidé si pokory váží, stejně jako skromnosti
- považují ji za ústupek
- neuvědomují si, že ustoupit třeba násilí, je mnohem moudřejší
- spojují si pokoru s nedostatečností
- pokorný člověk je ten, kdo se nedokáže prosadit a dnešní doba, která sází na ostré lokty, slovo pokora nemá ráda
- dnešní materiální svět je takový, že pokora se velmi nerada přijímá
- potkávám se s lidmi, kteří mají velmi nízké sebevědomí ve své podstatě a vůbec si neuvědomují, že se tím snaží udělat dojem pokory
- říkám jim, že mají najít pokoru a přijmout se taková jací jsou a lidé nemají ani pokoru přijmout sami sebe
- lidé si vyčítají, že jsou nedokonalí a neschopní přijmout svoji prohru
- kdyby měli více pokory, zvládali by svoje starosti mnohem lépe

Duchovní

- velmi zajímavá otázka
- pokora k moderním slovům nepatří
- pravda, spravedlnost, pokora to jsou věci, které nepoužíváme ve svém slovníku
- málokdo vnímá pokoru jako prostředek k vnímání věcí kolem nás
- také je problém jak pokoru vnímáme
- co rozumíme pod slovem pokora?
- jestli ji chápeme jako středověký filozofický pojem - stejným slovem tak jako ponížení člověka, kde je skoro prachem. A to nám v minulých stoletích náboženství připomínalo
- dnešní psychologie nám nabízí pokoru jako něco co je pravdou o člověku
- pokora je stav pravdy

- v tomto smyslu dnešní lidé mají problém. Přiznat si, sami sobě pravdu, je těžké

8. Uvědomují si, lidé, že moudrost „nejdříve dávej, potom ber“, má platnost i dnes z hlubšího hlediska vnímání souvislostí?

Poradenský psycholog

- jen slabé procento si to začíná uvědomovat, ale až poté, když je jim to nabídnuto jako myšlenkové téma
- nejdříve dávej, potom ber, platilo snad ještě dvě generace zpátky
- generace před námi to postavila do polohy jiné z důvodů souvislostí společnosti, ale také nemoudrostí rodičů
- dneska se to úplně vytrácí
- nejdříve dávej, potom ber to je opravdu velice hluboké téma, kde vlastně člověk s tím, že dává, koresponduje s jistou mírou pokory
- dávání, to vyžaduje od člověka něco více než brání
- my jsme se naučili jen brát, všichni dávejte, dávejte, já to chci
- máme-li nejdříve dát, pak musíme jít trošku hlouběji, kde začíná prožívání našeho kroku dávání. Tehdy je zpětná vazba dávání nám jen logickým důsledkem
- nikdo není moc ochoten dát. Proč bych měl dávat? Dejte mi vy
- Deepak Chopra v knize 7 duchovních zákonů úspěchu bere toto jako jeden ze základních pro život člověka
- naučme se nejdříve dávej, potom ber
- pletou si to matky, které dávají příklad svým dětem
- ona si hladí svoje bebínko, má deficit v citové investici do dítěte
- potom se diví, že dítě neumí jinak než přijímat
- dítě nepotřebuje dávat do ruky, potřebuje dávat cit, a ono to potom mamince vrací
- matka přichází na konzultaci a říká, já jsem dětem dala všechno a ony mě dneska ani nenavštíví a nemají pro mě slušného slova. Takové dostávají to co si zasloužily
- neuměly dát ze svého nitra, nemůžou očekávat v blízké době návratnost

- nejdříve dávej potom ber je kombinace našeho vnitřního snažení citové ochoty dávat.

Klinický psycholog

- to si uvědomují, ale zase oni chtějí, když dají, tak často od stejného člověka očekávají
- toto očekávání je problém, protože málokdy se nám dostane nazpět to co někomu dáváme
- je to velmi smutné, ale mnoho lidí právě kvůli tomu přichází o své vztahy
- něco, někomu dá a něco za to chce
- často mají celý svůj život nastavený účetním slova smyslu má dáti - dal
- vždycky vidí: tobě jsem dal, tobě jsem dal, pro tebe jsem udělal a ty teď musíš udělat pro mě
- lidé si neuvědomují, že jim někdo jiný dává, oni jsou smutní proto, že jim nedal ten od kterého to původně čekali
- dostávají se do pastí, do sítě, ze které se velmi těžko dostávají
- kdyby si lidé uvědomili, že dávání musí být upřímné, musí být právě bez očekávání braní, tak by potom dostávali mnohem víc než sami dávají
- ale oni nemají právě to hlubší hledisko vnímání těchto souvislostí
- právě ty matky, které se považují za to, že se svým dítětem obětovaly, tak velmi těžce snášejí jakékoliv projevy svobody svého dítěte
- velice často špatně snášejí odchod dětí z domova, když si děti hledají nové partnery
- velice rády mají své děti závislé na sobě

Duchovní

- jak kdo, jak kdy
- v životě se setkáváme se spoustou lidí, kteří se tímto pravidlem řídí a velmi rádi dávají a nic nečekají zpátky
- jejich zkušenost je, že dostávají zpět více než dokážou dávat sami. Jsou překvapeni, když o tom mluvíme

- bohužel jsou také lidé, kteří se podle mého názoru v žádném případě neřídí tímto heslem. Jsou naučeni, že celý život něco dostávají. A pak mají problém s tím dáváním
- v praxi mezi partnery nebo manžely, kde je vztah založen na rovnováze dáváním a braním. A když jedna z nich je narušena, tak ten vztah zákonitě nefunguje
- jsou lidé, kteří nedokážou být v životě šťastni, protože nedokážou v dávání nacházet štěstí a pak ani to brání nemůže být pro ně hodnotné
- tento základ je ve výchově, když je dítě naučené jenom přijímat od rodičů, od školy
- jde to vidět v dnešní společnosti, kde každý okamžitě cituje svoje práva ale zapomínáme na své povinnosti
- dítě, které je od malička vedené k tomu, že je důležité, aby se naučilo dávat, rozdělovat se mezi sourozenci, dát část svým sourozencům, rodičům. Pak tito lidé fungují v dospělosti úplně jinak

9. Uvědomují si, lidé, že moudrost „zamet’ si před vlastním prahem“ má z hlediska hledání klidu v sobě, platnost i dnes?

Poradenský psycholog

- minulé generace, dvě, tři zpátky, se tímto heslem řídily a řídily další generace
- dneska se to nebere vážně, protože hledání klidu v sobě není prioritou lidí a není prioritou ani člověka každého jednoho, protože tím mě neotravuj, tím mě nezlob, já nemám čas, já musím tam, tam,
- znamená to, že hledáme vůbec v sobě klid?
- hledáme ho správně?
- nezačínáme hledat klid v tom, že nejdříve odstraňujeme všechny, kteří nám nějakým způsobem vadí a říkáme tomu hledání klidu. Tím, že odstavíme lidi od sebe. Všechno špatně
- máme-li v sobě pořádek není v nás potřeba hledat problémy u jiných
- jestliže, ale si lidé mají zamést před vlastním prahem, pak hledají nepořádky u všech kolem dokola

- Zásada - zamet' si před vlastním prahem, má platnost – ne, lidé si ji neuvědomují.

Klinický psycholog

- aby člověk našel svůj klid, tak si musí udělat pořádek sám v sobě
- tady hodně platí pravidlo miluj svého bližního jako sebe sama a pokud si lidé budou pořádkem vkládat svoji vlastní hodnotu .
- lidé si ji neuvědomují a je to velmi těžké a běh na dlouhou trať
- vztah k sobě samému oslovuje bližního jako sebe sama, tak je především o tom, že musím umět odpouštět
- nejtěžší je odpustit sám sobě, že něco dělám špatně a že jsem nedokonalý
- člověk je svázán tím současným stylem života, který právě bohužel smutně klade důraz na dokonalost a to pomíjívé a neuvědomuje si že, pomíjivost dokonalosti těla je hrozně zrádná a zranitelná
- vědí, že by to měli dělat, ale dělají to hrozně neradi
- To je otázka přijetí sebe sama, protože, když by si měli zamést před vlastním prahem, tak by museli připustit, že tam to smetí je
- lidé to neradi připouštějí
- lidé se také staví do pozice dokonalých a je to zajímavé
- Ježíš popisuje druhy modlitby, kdy farizej, který je zákoníkem, který určuje jak mají lidé věřit. Stojí před Bohem a modlí se: „Bože děkuji ti, že jsem dokonalý a že jsem lepší a že nejsem tak špatný jak všichni okolo mě.“
- a pak je příklad celníka, který se modlí s říká „Bože promiň mi, že jsem tak nedokonalý a odpusť mi že takový jsem“.
- lidé kritizují, staví se do pozice soudců
- to je asi ta největší zoufalost, se kterou se setkávám, že lidé se dovedou nemít rádi pro ideologie, pro demagogii, pro dogmata a to zase jenom proto, že se schovávají za svou vlastní neschopnost a nedovedou si přiznat, že sami jsou nedokonalí a že sami nemají právo nikoho soudit a posuzovat a nemají k tomu dostatek moudrosti.

Duchovní

- Sokratovská zkušenost o zametání si u vlastního prahu
- Sokrates říkal, že člověk nemá ztrácet čas s hledáním cesty na náměstí, ale spíše si má zametat u vlastního prahu
- tato starobylá klasická filozofie má opravdu velký význam
- málokdo v dnešní době používá toto pravidlo ve svůj prospěch vnímání věcí a souvislostí
- je jednodušší dívat se na ostatní než na sebe
- méně bolí objevovat chyby a bolesti jiných lidí než ty svoje
- toto pravidlo lidé znají teoreticky, ale nepoužívají je protože je to spojené s mírou bolesti v jejich životě
- je to jeden z mechanismů obrany

10. Přemýšlejí lidé někdy o tom, že přiznání hodnoty lidem a věcem okolo, jim dává šanci být i podobně hodnocenými jejich okolím?**Poradenský psycholog**

- nepřemýšlejí vůbec o tom
- člověk si musí uvědomit, že vedle mě můžou být lidé lepší než já
- já jim tu míru úcty přiznám a postavím se do té pokornější polohy a na principu, co jsme to vyzařujeme, oni mě začínají vnímat jako osobu méně tenzní, a začíná okolí mě brát jinak
- lidé nechtějí toto přijmout jako téma
- přemýšlet nad tím, že přiznání hodnoty lidem ... se nekoná
- lidé jsou zahrnutí do kouta a v ten moment zanikají všechny šance pro přijetí okolí
- začínají třískat kolem sebe, začínají být tvrdí, a nekompromisní a nikdo kolem nich nemá žádnou cenu
- lidé jsou schopni, když jsou zatlačeni do kouta, potopit kohokoliv včetně svých sourozenců, partnerů, rodičů a někdy i dětí

Klinický psycholog

- určitě
- lidé mají mnohem nižší hodnocení o sobě samých než má o nich jejich okolí
- přiřazují hodnotu věcem kolem sebe a často jim ostatní lidé, kteří něčeho dosáhli a mají materiální základ, dělají vzory a tak často jim dávají mnohem větší hodnotu než jim ve skutečnosti přísluší
- štěstí nepřichází s materiálními hodnotami a s majetkem a neuvědomují si, že štěstí vychází z dobrých vztahů

Duchovní

- tato otázka směřuje k tomu, jestli já v ostatních vidím to čím jsem já sám
- žijeme v době, kdy svět je pluralistický a otevřený pro jiné kultury, náboženství, a když v kultuře, v náboženství hledám identitu, tak je to příliš málo
- my musíme jít do hloubky a zamyslet se nad tím, že každý člověk má svou hodnotu, která je nekonečně větší než zvířata, nebo věci kolem nás
- když přiznám druhému hodnotu jenom proto že je člověkem, tak také ho budu brát, vnímat bez ohledu na to jaké vyznává náboženství nebo do jaké kultury patří
- z jedné strany vidíme snahu nasazovat věcem a zvířatům větší hodnotu než doopravdy mají a člověka ponižovat, proto je tu kdejaký útok na hodnotu člověka i když třeba mluvíme o euthanázii
- já bych viděl tuto otázku spíše jako výzvu k tomu, dávat lidem a věcem správné hodnoty a teprve pak můžeme snáz vnímat věci nebo souvislosti kolem nás
- nejsme schopni přijmout kohokoli, když si nevážím sebe, pak nejsem schopen žít v plnohodnotném vztahu, nejsem schopen žít ve společnosti

11. Koho lidé považují, ve spojitosti s vaší praxí, obvykle za osobu blízkou a důležitou či nejdůležitější.**Poradenský psycholog**

- toto se mění s věkem a se životním mezníkem nebo situací ve které se tyto lidé nacházejí

- zde to obvykle není o důvěře. Je to postavené k devalvaci lidské osobnosti, kde se lidé svezou do polohy ctít osobu, která pro ně v životě něco znamená. Jsou to všichni lidé, kteří neznají jinou hodnotu než zavěsit se na někoho, „schopného“
- to, že se lidé na někoho zavěsí znamená to, že začnou toho člověka ctít a je to falešné ctění
- je to využívání někoho co s kvalitou člověka má méně a méně společného
- je to postaveno na vnější efekt

Klinický psycholog

- záleží na tom, kde ti lidé jsou, jak žijí
- lidé považují za osobu blízkou a důležitou, nejdůležitější právě svého partnera ve kterém se snaží realizovat
- stává se, že si nemůžou najít partnera, který by je dal na to stejné místo
- lidé kladou největší „na osobu partnera, potom jsou to teprve rodiče, a u žen to nejčastěji bývají děti

Duchovní

- jsou to lidé s kterými sdílí nejčastěji domácnost, ale také to tak být nemusí. V případech domácího násilí právě ten, který je nejbližší je mi psychicky nejvíce vzdálen jako člověk
- pro věřící je to tedy Bůh osoba duchovní, pak teprve rodiče, velmi často, nebo přátelé
- pro nevěřící je to partner a rodiče a pak jsou to ti profesionálové, kterým se svěřují se svými problémy o kterých jsem mluvil, velmi často je jím psycholog, psychiatr, terapeut
- je to dobrá věc, že takové odborníky máme, na které se můžeme obrátit, ale z druhé strany je to velmi smutné, že člověk ve svém okolí nemůže najít někoho s kým si může popovídat a musí platit velké peníze za hodinové sezení s někým kdo je školový

7.7 Interpretace výsledků

7.7.1 Porovnání jednotlivých názorů mezi sebou

1. Myslíte si, že lidé souhlasí s názorem, že život má smysl? Hledají ho?

Odpovědi se lišily. Poradenský psycholog z praxe konstatoval, že lidé smysl života nehledají a tuto otázku si nekladou. Žehrají, když jim nevychází to o co v životě usilují a hodnotí pak život tak, že nemá smysl. Odpovědi klinického psychologa a duchovního se však shodovaly. Oba tito terapeuti hovořili o hledání smyslu života lidmi, i když lidé mají priority různé a každý uznává jiný žebříček hodnot. Duchovní ještě upřesňoval, že jinak hledá smysl života člověk věřící, jinak nevěřící, jinak člověk rozvedený a jinak člověk svobodný. Rozdílnost odpovědí vychází z toho, že poradenský psycholog pracuje jen z lidmi, kteří jsou již v nějaké krizové a obvykle už tíživé situaci a právě tato skutečnost potvrzuje, že se v krizi projeví pravá skutečnost, která je v člověku.

2. Setkáváte se s tím, že je skromnost vnímána jako vlastnost, která patří také k vybavení dnešního člověka?

Na tuto otázku odpověděli dotazovaní obdobně. Všichni souhlasili s názorem, že skromnost není ve slovníku dnešních lidí, že se nenosí a že se bere jako slabost. Je to něco co se nevyplácí. Klinický psycholog ještě dodal, že je to sice dobrá vlastnost, dokonce ji u druhých lidé obdivují, ale svůj život jí nenaplnují. Duchovní doplnil, že se dnešní člověk žene za úspěchem a kariérou a skromnost, pokora a služba patří do minulosti.

3. Myslíte si, že lidé přemýšlejí, kdo je hoden jejich důvěry? Komu dávají svoji úplnou důvěru?

Všichni tři terapeuti se shodli na tom, že lidé osobu blízkou, do které vkládají svoji důvěru, stále hledají. Duchovní připomněl, že dříve lidé oslovovali v tomto smyslu kněze a řeholníky ale dnes se situace mění a pomoc a důvěru hledají u odborníků jiných. Lidé ale nejsou schopni, jak uvedli všichni dotazovaní, odhadnout člověka, který by byl jejich důvěry hoden. Poradenský psycholog konstatuje, že pošetile vkládají důvěru do člověka, kde o jeho kvalitě rozhoduje třeba postavení.

4. Zamýšlí se dnes lidé nad prioritami konání nebo věcí v běžném životě v dané chvíli?

U této otázky se zase všichni tři shodli na tom, že nad prioritami se zamýšlejí všichni lidé, ale priority jsou odlišné. Dále se klinický psycholog shoduje s poradenským psychologem v tom, že je velice těžké, vzhledem k tomu, že člověk je v kolotoči dění, odhadnout pořadí priorit. Duchovní toto pořadí přímo určil a na první místo zařadil zdraví, dále pak rodinu a práci. Klinický psycholog zdůraznil posun žebříčku hodnot v průběhu života a konstatoval smutnou bilanci u seniorů. Poradenský psycholog připomněl souvislost správného odhadu priorit s nalézáním klidu v duši.

5. Hledají lidé hranice mezi věcí „nespravedlivou“ a zda skutečně tak nespravedlivá je?(z hlediska širších souvislostí)

Všichni tři terapeuti se shodli v tom, že lidé hranice mezi spravedlivou a nespravedlivou věcí velice složitě rozlišují. Poradenský psycholog dále upřesňuje vnímání nespravedlnosti a dává ji do souvislosti s mírou neštěstí, kterou člověk právě prožívá. Všichni pak rozebírali to, že si nedovedou lidé dát do souvislostí příčinu a důsledek. Důvodem je nemoudrost, netrpělivost a nepokora. A dále duchovní ze zkušenosti konstatoval, že na základě situační etiky lidé hodnotí pozitivně jen to co jim v danou chvíli prospívá a to na základě své pravdy, a jen vlastní pravdy. Klinický psycholog také dodal názor, že lidé nejsou schopni rozeznat dobré a zlé a často všechny nespravedlnosti světa shrnou do konstatování, že kdyby Bůh byl, tak by nebylo tolik nespravedlnosti.

6. Myslíte si, že lidé vnímají skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky ?

Odpovědi na tuto otázku se nedají nějakým způsobem posuzovat a zda se na odpovědích terapeuti shodli, ale spíše můžu jen konstatovat, že poradenský psycholog uváděl, že lidé nerozeznají malé a velké věci a že míra velikosti věcí je dána mírou pocitu vnitřního neštěstí člověka. Dodává vliv absence myšlenkové kázně na výsledek chování a jednání lidí. Klinický psycholog konstatuje, že lidé vnímají tyto skutečnosti, ale dále nechtějí akceptovat skutečnost, že co zasejí, to také sklídí a že co udělali špatně musí zase jenom oni sami za sebe napravit. Lidé si to podle jeho názoru málo připouštějí a vůbec se v tom neorientují. Duchovní pak jen konstatoval, že kdo je věrný v malé věci, je věrný i ve věci velké. A podle něj jsou lidé nastaveni právě jen na věci velké a ty malé mu unikají.

7. Myslíte si, že lidé vnímají, že jistá míra pokory jim dává šanci prožít růst hodnoty vztahů a věcí?

Na tuto otázku všichni odpovídali ve smyslu, že význam slova pokora lidé nechápou. Poradenský i klinický psycholog se shodli na tom, že není frekventovaná a všichni krásně vysvětlili význam tohoto prostého slova. Duchovní přidal srovnání pohledu na pokoru v minulosti a v dnešní době. A postavil pokoru přímo jako stav pravdy. Klinický psycholog dále dodal, že si lidé pokory váží stejně jako skromnosti a oceňují ji spíše u druhých lidí. Sami pro sebe si však pokoru spojují s nedostatečností.

8. Uvědomují si lidé, že moudrost „nejdříve dávej, potom ber“, má platnost i dnes z hlubšího hlediska vnímání souvislostí?

Odpovědi byly obdobné. Všichni měli zkušenosti z praxe takové, že jen velice málo lidí si tuto moudrost ještě uvědomuje. Všichni se shodují na tom, že jsou dnešní vztahy postaveny na: chci, dej, očekávám. Všichni očekávají a když dají, pak vyžadují právě od toho komu dali zase stejnou reakci, tudíž, chtějí to vrátit. A klinický psycholog podotkl, že mnoho lidí právě z tohoto důvodu přichází o své vztahy. Všichni se shodli také na tom, že je to výsledek výchovy.

9. Uvědomují si lidé, že moudrost „zameť si před vlastním prahem“ má z hlediska hledání klidu v sobě, platnost i dnes?

U této otázky všichni konstatovali, že ani tato moudrost už není v dnešní době prioritou, že si ji lidé neuvědomují a v duchu této pravdy nežijí. Klinický psycholog dále dodal, že sice vědí, že by si měli před svým prahem zamést, ale jak podotkl, to by si pak museli přiznat, že tam to smetí vůbec mají. Všichni také z praxe potvrdili, že je tento proces pro člověka velice bolestivý a nesnadný a z časového horizontu dlouhodobý. A stejnou zkušenost také měli v tom, že je jednodušší hledat chyby na druhých než je hledat u sebe. Duchovní ještě dodal, že se jedná o určitý ochranný mechanismus člověka.

10. Přemýšlejí lidé někdy o tom, že přiznání hodnoty lidem a věcem okolo, jim dává šanci být i podobně hodnocenými jejich okolím?

Poradenský psycholog jednoznačně konstatoval, že nad touto souvislostí se lidé nezamýšlejí a že jde zde zase o určitý druh pokory. A lidé takovýto druh pokory nechtějí přijmout. Klinický psycholog naopak souhlasil, že nad tímto spojením lidé přemýšlejí, ale jelikož mají o sobě nízké a nesprávné sebevědomí, pak mají špatný odhad i na lidi v okolí. Podotkl

také, že si lidé neuvědomují, že lidské štěstí vychází z dobrých vztahů a ne z materiálních hodnot. Duchovní pak hovořil o hodnotě, kterou si člověk dává a zmínil pohled na hodnocení ostatních věcí kolem nás. Zdůraznil přímo důležitost přiznání hodnoty člověka člověku a poukázal na zvláštní fenomén hodnocení a přiznávání hodnoty stromům a zvířatům v kontrastu s hodnocením a hodnotou člověka.

11. Koho lidé považují, ve spojitosti s vaší praxí, obvykle za osobu blízkou a důležitou či nejdůležitější.

Všichni se velice dobře shodli na tom, že lidé si někoho vybírají a hlavně někoho k sobě potřebují, ale z důvodu špatného odhadu nedovedou vybírat správně. Poradenský psycholog tvrdí, že tento výběr není o důvěře, ale o závislosti a falešném ctění. Klinický psycholog se shodoval s duchovním v názoru, že blízkou osobou bývá většinou manžel, manželka partner, partnerka, potom teprve rodiče a u žen jsou to velice často jejich děti. Duchovní z pohledu věřících konstatoval, že u těchto lidí tou nejdůležitější osobou je jejich Bůh a až potom lidé. Ze své terapeutické praxe měl ale podobné zkušenosti právě jako klinický psycholog. Také on konstatoval, že se v dnešní době stává stále častěji, že tou osobou blízkou může být také třeba psycholog, psychiatr nebo terapeut.

7.7.2 Porovnání názorů terapeutů s výsledky výzkumu z bakalářské práce

(Srovnání kvalitativního a kvantitativního výzkumu)

Otázka č. 1

Porovnání odpovědí na tuto otázku je trošku složitější, protože respondenti do dotazníku vypisovali smysl života, tak jak jej vidí oni, ale v podstatě by se dalo konstatovat, že odpovědi terapeutů z praxe jen potvrzují to, že jsou lidé, kteří smysl života hledají, ptají se po něm a jsou také lidé, kteří smysl v životě nevidí a další, kteří jej ani nehledají.

Otázka č. 2

Jistá míra skromnosti, jak potvrdil výzkum je i pro mladé lidi přijatelná, ale právě míra přijetí je určitě individuální, ale to jen proto, že skutečný význam toho slova neznají. Podle hodnocení terapeutů lze říci, že skromnost už nepatří do vybavenosti dnešních lidí. Jsou orientováni na výkon a budování kariéry a skromnost by jim překážela.

Otázka č. 3

Terapeuti zhodnotili podle zkušeností z praxe, že lidé hledají osobu blízkou, ale že nejsou schopni jít za kvalitou. Jsou ovlivňováni např. postavením a úspěšností, které lidé dosáhli a toto berou jako měřítko hodnot. Zase to jen potvrdilo výsledky výzkumu u mladých lidí, že se zamýšlejí, kdo má jaké kvality, ale bohužel, až více než třetina, se nezamýšlí vůbec.

Otázka č. 4

To, že se lidé zamýšlejí nad prioritami je potvrzeno v obou výzkumech, ale jak konstatují terapeuti, každý má jiný žebříček hodnot. Podle názoru poradenského psychologa je velice podstatný klid v duši ke správnému určení pořadí hodnot v lidském životě.

Otázka č. 5

Vnímání věcí, z hlediska její spravedlnosti či nespravedlnosti v našich očích, hodnotili z praxe terapeuti, jako velice těžce uchopitelný problém. Vysvětlovali to tím, že hranice je individuální a z hlediska pohledu situační etiky, je každé vnímání spravedlnosti nebo nespravedlnosti pojímáno lidmi právě podle té jejich pravdy. To, že o tomto přemýšlejí, potvrdil výsledek kvantitativního výzkumu, a dokonce ukázal na zajímavost, že dívky jsou z tohoto pohledu právě na tuto skutečnost citlivější než hoši.

Otázka č. 6

To, že i malá věc může mít velké důsledky, konstatovalo v kvantitativním výzkumu téměř devadesát procent respondentů. Ale nutno podotknout pohledy psychologů, kteří spojují vnímání velikosti věcí s mírou vnitřního neštěstí u člověka a dále konstatují, že lidé nechtějí nést zodpovědnost za své jednání a činy. Zajímavý byl názor z praxe, že kdo je věrný v malé věci je věrný i ve věci velké.

Otázka č. 7

I když na tuto otázku odpovídali mladí lidé ve smyslu, že jistá míra pokory jim dává šanci v životě prožít růst hodnoty vztahů a věcí, se terapeuti shodli na tom, že není slovo pokora frekventované a že lidé neznají význam toho slova. A pokoru si spíše spojují s nedostatečností.

Otázka č. 8

Dvě třetiny mladých lidí sice odpověděly, že si i tuto moudrost uvědomují, praxe však ukazuje, že do života je zavedeno něco opačného. Odpovědi terapeutů přinesly toto jednání jako důsledek výchovy v rodinách a také jako příčinu narušování vztahů mezi lidmi.

Otázka č. 9

Mladí lidé odpovídali ve velkém počtu, že si i tuto moudrost uvědomují, z výsledků z praxe však vyplývá opak. Vysvětlení, které uváděli terapeuti, je sice pochopitelné, ale ke kvalitě člověka nevede. Dokonce ani argument ochranného mechanismu nevyznívá pro člověka pozitivně.

Otázka č. 10

Otázka, na kterou odpovídali i mladí lidé, že nad ní přemýšlejí, byla hodnocena terapeuty zcela odlišně. Vysvětlení, proč je situace taková, bylo více a souvislost s deficitem pokory, nesprávného sebevědomí a nepřiznání hodnoty sami sobě i druhým, to částečně vysvětluje.

Otázka č. 11

Kdo je pro člověka nejdůležitější a koho k sobě mladí potřebují, nedovedli, z důvodu špatného odhadu, vůbec vybrat. Je to dáno neujasněným pohledem na reálný život a proto někdo uvádí dokonce i sám sebe. Je podivné, že nikdo z dotazovaných mladých lidí neuvedl jako potřebnou boží existenci. Poradenský psycholog vysvětluje, že tento výběr není o důvěře, ale o závislosti a falešném ctění. Klinický psycholog se shodoval s duchovním v názoru, že blízkou osobou bývá většinou manžel, manželka partner, partnerka, potom teprve rodiče a u žen jsou to velice často jejich děti.

7.8 Zhodnocení výsledků výzkumu

Z mého výzkumu je zřejmé, že celkový stav populace, z hlediska uvědomování sebe sama v životním kontextu, není zcela dobrý. Samozřejmě jsem nepokryla všechny názorové skupiny, ale myslím si, že tento vzorek je pro vytvoření jistého pohledu dostatečně vypovídající. Rozdílnost mezi názory respondentů kvantitativního výzkumu a terapeutů je zřejmá, ale také tímto udivující. Vyplývá zde totiž jedna zvláštnost. Obecná populace hodnotí mládež jako nepoužitelnou, nezdvořilou, nemyslíci na druhé. Porovnáváním výzkumů totiž probleskuje pravda, že neovlivněním mládeže reálným žitím nedošlo ještě ke zdeformování

archetypálního vidění životních kvalit. Proto podle mého názoru, v kontextu s názvem této práce, má mládež k nalezení své podstaty mnohem blíže, než dospělá populace. Dodatečným nastudováním materiálů, jak již bylo uvedeno v úvodu, a jejich zpracováním pro potřeby této práce, jsem si uvědomovala nedostatečnost naplnění veškerých těchto poselství a pravd dnešním člověkem ač jednoznačnost pravd počínaje Sokratem je nepopiratelná. Je to dáno, podle mého názoru, množstvím vstupů, méně či více ovlivnitelných námi samotnými v průběhu našeho vývoje a které ponejvíce vznikají v člověku právě nedostatečným pochopením a přijetím výše uvedených pravd. V tomto smyslu a souvislostech je i výsledný efekt kvalitativního výzkumu, který jsem v této práci zpracovávala, a z kterého jednoznačně vyplývá neochota populace posunout se k hlubší podstatě žití z obav nebo strachu, že toto je náročné až bolestivé a proto toto raději obchází.

Mým přáním, při zpracovávání tohoto výzkumu, bylo také poskytnout lidem, kteří budou tuto práci číst, nějakou nápoředu či myšlenku, která by konkrétně jim prospěla pro jejich vlastní cestu k nalezení klidu a smyslu svého žití.

ZÁVĚR

Z počátečního, prvoplánového pohledu na zvolené téma, jsem si uvědomovala rozměr a šíři záběru, který mě čeká, a díky kterému jsem se rozhodla sáhnout i do oblastí běžně nepřijímaných snad až odmítaných. Pohled na člověka by však měl být vždy komplexní, protože z praxe víme, že cokoliv neúplné či vytržené z kontextu, přináší neúplnost či zmatek. Již pojmenování a specifikování pojmu přináší člověku pohled, který nebývá ani onomu heslu přisuzován v plné míře a jehož znění bývá často již víceméně zprofanováno. Hlubší rozbor pak nutí člověka se zamyslet. Nelze totiž jinak, než přijímat původní pohledy na lidskou existenci či spíše podstatu od klasiků, před jejichž moudrostí smekáme dodnes a jejichž studiem se více a více dostáváme k naplnění onoho „Vím, že nic nevím“, neboť jen nárůst míry poznání určuje uvědomování si míry své vlastní nedostatečnosti. Z tohoto pohledu i přijímání smrti a znovuzrození, nás přivádějí do zcela jiné polohy v životě a toto by mělo být chápáno. Proto i tvorba osobnosti člověka je výslednicí komplexního chápání života. Moudrosti starých mistrů mezi Sokratem a dneškem byly zapomenuty či opomíjeny, ale buďme vděční za vstupy Junga, Adlera, Freuda a jiných, kteří svým pohledem a vnímáním skutečností na své úrovni nám vytvořili podpory v rozvoji hledání cest k sobě samým. Zejména první ze jmenovaných také specifikoval jeden ze základních předpokladů lidské spokojenosti a pohody – což je smysl našeho lidského snažení – a tím je vyváženost ženského a mužského principu, což je téma, které dnes není vůbec rozvíjené a přitom nepořádek v tomto je neštěstí samo. Chtěla bych se proto po ukončení studia tomuto fenoménu věnovat více do hloubky, protože přijetí vlastního Já bez uvědomování si své duše a potažmo vstupů, které tuto naši duši od prvopočátku ovlivňují, ať už tuto skutečnost přijímáme nebo ne, nelze. Neboť zdravá míra pokory, což je další cizí slovo, stejně jako etika obecně, je nutností, bez níž zdravý vývoj osobnosti skončí v půli cesty. Nezvládnutí těchto pohledů a přístupů v životě vede potom člověka k neúplnosti a následnému vnitřnímu nepořádku či až k rozpolcenosti. Pro nastolení opětovného klidu je pak potřeba pomáhajících profesí, které více či méně úspěšně vnitřní neklid člověka zpracovávají a dávají mu jakýsi návod či směr jak dál. Ve své práci jsem proto pro svůj kvalitativní výzkum použila názory tří těchto odborníků, kteří svými názory na daná témata hodnotili stav populace za svého pohledu a tím i vytvářeli jiným šanci k zamýšlení se.

Nakonec bych chtěla uvést citát sv. Františka z Assisi:

„Pane, dej mi klid mysli, abych uměl přijmout věci, které změnit nemohu, odvahu změnit věci, které změnit mohu, a moudrost, abych rozpoznal jedno od druhého“.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] JAFFÉ, A. *Vzpomínky, sny, myšlenky. C.G. Junga*. Brno: Atlantis, 1998. ISBN 80-7108-178-7
- [2] ASMUS, V. F. *Antická filozofie*. 1. vyd. Praha: Nakladatelství Svoboda, 1986. 25-132-86
- [3] ČAČKA, O. *Nástin psychologie I*. Brno: Paido, 2001. ISBN 80-85931-94-X
- [4] ČAČKA, O. *Psychologie vrstev osobnosti*. Brno: Masarykova univerzita, 1997. ISBN 80-7239-010-4
- [5] ČAČKA, O. *Psychologie duševního vývoje*. Brno: Masarykova univerzita, 2000. ISBN 80-7239-060-0
- [6] DYTRYCH, Z., MATĚJČEK, Z., SCHULLER, V. *Zprávy č.34 (část A) Nechtěné děti*. Praha: 1975
- [7] DYTRYCH, Z., MATĚJČEK, Z., SCHULLER, V. *Zprávy č.34 (část B) Nechtěné děti*. Praha: 1975
- [8] ENIGMA, *Tajemství proroků*. Praha: Euromedia Group, 2003. ISBN 80-242-0962-4.
- [9] HART, P., HARTLOVÁ, H. *Psychologický slovník*. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-303-X-303-X
- [10] HORYNA, B. a kol. *Filozofický slovník*. Olomouc: 1995. ISBN 80-7182-064-4.
- [11] CHUDÝ, Š. *Základy společenských věd pro pomáhající profese*. Univerzita T. Bati ve Zlíně. 2004. ISBN 80-7318-176-2.
- [12] PROCHASKA, J.O., NORCROSS, J.C. *Psychotherapeutické systémy - průřez teoriemi*. Praha: Grada, 1999. ISBN 80-7169-766-4.
- [13] JANKOVSKÝ, J. *Etika pro pomáhající profese*. Praha: Triton, 2003. ISBN 80-7254-329-6.
- [14] JANOŠOVÁ, P. *Dívčí a chlapecká identita. Vývoj a úskalí*. Praha: Grada Publishing, 2008. ISBN 978-80-247-2284-9.
- [15] JUNG, K. G. *Duše moderního člověka*, Atlantis, 1994. ISBN 80-7108-213-9

- [16] JUNG, K. G.; WILHELM, R. *Tajemství zlatého květu. Čínská kniha života*. Vyšehrad: Walter-Verlag AG, 2004. ISBN 80-7021-723-5.
- [17] KOHOUTEK, R. *Základy psychologie osobnosti*. Brno: Akademické nakladatelství CERM, 2000. ISBN 80-7204-156-8.
- [18] KESSIDI, F. CH. *Sókrates*. 1. vyd. Praha: 1980. 25-053-80.
- [19] KRATOCHVÍL, S. *Základy psychoterapie*. 5. vyd. Praha: Portál, 2006. 368 s. ISBN 80-7367-122-0.
- [20] KŘÍŽOVÁ, E. *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton, 2005. ISBN 80-7254-657
- [21] MAŇÁK, J., ŠVEC, Š., ŠVEC, V. *Slovník pedagogické metodologie*. Brno: Paido, 2005. ISBN 80-7315-102-2.
- [22] MAŇÁK, J., ŠVEC, V. *Cesty pedagogického výzkumu*. Brno: Paido, 2004. ISBN 80-7315-078-6.
- [23] MATĚJČEK, Z. *Dítě a rodina v psychologickém poradenství*. Praha: 1992. ISBN 80-04-25236-2.
- [24] MIOVSKÝ, M. *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Praha: Grada Publishing, 2006. 332 s. ISBN 80-247-1362-4.
- [25] MUSIL, V. J. *Základy psychologie*. Olomouc: 2007. ISBN 80-903449-3-3.
- [26] PAPROTNY, T. *Stručné dějiny antické filozofie*. Praha: Portál, 2005. ISBN 80-7178-900-3.
- [27] PESECHKIAN, N. *Psychoterapie v každodenním životě*. Brno: Cesta, 2000. ISBN 80-7295-010-X.
- [28] PESECHKIAN, N. *Příběhy jako klíč k dětské duši*. Praha: Portál, 1999. ISBN 80-6612-056-2.
- [29] PLACHETKA, J. *Velká encyklopedie citátů a přísloví*. Praha: KMa, 2008. ISBN 987-80-7309-527-7.
- [30] PONĚŠICKÝ, J. *Fenomén ženství a mužství*. 3. vyd. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7387-106-2.

- [31] POPKIN, R. H.; STROLL, A. *Filozofie pro každého*. 1. vyd. Praha: 2000. ISBN 80-240-0257-4.
- [32] RENZETTI, C. M. *Ženy, muži a společnost*. Praha: Karolinum, 2005. ISBN 80-246-0525-2.
- [33] RINPOČHE, S. *Tibetská kniha o životě a smrti*. Praha: Knižní klub, 1996. ISBN 80-7176-357-8.
- [34] VŠEOBECNÁ ENCKLOPEDIÉ. Praha: Nakladatelský dům Diderot, 1997

Elektronické zdroje

- [35] *Wikipedie, otevřená encyklopedie* [online]. 2008, 7.12.2008 [cit. 2009-03-13]. Dostupný z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Teologie>>.
- [36] *Wikipedie, otevřená encyklopedie* [online]. 2008, 18.9.2008 [cit. 2009-03-18]. Dostupný z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Duchovní>>.
- [37] *Wikipedie, otevřená encyklopedie* [online]. 2008, 18.9.2008 [cit. 2009-03-18]. Dostupný z WWW: <<http://cs.wikipedia.org/wiki/Du%C5%A1>>.
- [38] *Boss66 - Etikoterapie* [online]. 2008, [cit. 2009-03-31]. Dostupný z WWW: <<http://www.boss66.estranky.cz/stranka/etikoterapie>>.
- [39] *Etikoterapie – léčení mravností* [online]. 2006, listopad 2006 [cit. 2009-03-31]. Dostupný z WWW: <<http://www.calendula.cz/etikoterapie.htm>>.
- [40] *kvalitazivota.vubp.cz* [online]. 2006, 27.10.2006 [cit. 2009-03-31]. Dostupný z WWW: <kvalitazivota.vubp.cz/prispevky/sbornik_kvalita_pracovniho_zivota.doc>.

SEZNAM TABULEK

Tabulka č. 1 - Model kvality života Centra pro podporu zdraví Univerzity Toronto

Tabulka č. 2 - Model čtyř kvalit života

SEZNAM PŘÍLOH

P I.....	Podklad - Sokratova závěť
P II.....	Dotazník
P III.....	Transkripce rozhovorů dotazovaných
P IV.....	Transkripce odpovědí podle otázek
P V.....	Výsledky kvantitativního výzkumu

PŘÍLOHA - PI : PODKLADY Z BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Dějiny řecké filozofie lze znázornit jako rodokmen, který vychází od Sokrata a stále se rozvětňuje. Jedna z jeho méně sledovaných větví vede až k arabské filozofii. Z této větve také pochází zvláštní text – „Závěť Sokratova“. Sokrates svým žákům, podle ní, přikázal devět věcí:

- přivykejte své povahy skromnosti od chvíle, kdy začnete být schopni rozpoznávat; pak budete vděční, obdržíte-li více, a váš život bude příjemný (*sófrósyné*).
- nečiň strážcem svého tajemství nic než své srdce; neboť nemáš žádnou jistotu, že ti čas jednou neukáže nespravedlivou tvář, tak jako ti nyní ukazuje spravedlivou.
- Nepovažuj žádnou věc za malou, i když je malá ve chvíli, kdy se k tobě blíží; neboť může vyrůst a změnit se ve velkou.
- Vychovávej svého přítele láskou a ctností, stejně jako vychovááš dítě, a neprojevuj mu svou náklonnost naráz; neboť postřehne-li, že se tvůj cit dále nevyvíjí, odmění tě nepřátelstvím.
- Vystříhejte se nespravedlnosti; neboť vede ke ztrátě cti a ničí šlechtnost a ctnost.
- Jednejte s láskou a zapomeňte ve styku s druhými na zásadu odplaty; pak bude vaše duše bezpečná před zlými lidmi a přiblížíte se k dobru.
- Nekárejte nikoho za to, co činí, pokud sám nikdy nečiníš to, co káráš
- Neodháněj prosebníka. Děkuj spíš bohu za to, co ti dal, nech prosícího přistoupit a splň jeho žádost.
- Přiznávej věcem jejich hodnotu, pak dojde uznání i hodnota tvá; jestliže opravdově miluješ, budeš milován.

Tento text pochází z arabské čarodějné knihy ze středověkého Španělska a již na první pohled je zřejmá duchovní hloubka těchto myšlenek a rad. Je velice zajímavé, že se tato kniha stala v 15. a 16. století jednou z nejnebezpečnějších ďábelských knih. Novější sokratovskou interpretaci určilo hodnocení Hegelovo. Hegel nazval Sokrata roku 1825 „hlavním bodem obratu ducha k sobě samému“. Co se týká Sokratova životopisu, existuje mnoho variant, které se i v docela podstatných bodech jeho života zcela odlišují, ale podle mého

názoru zase nejsou až tak podstatné jednotlivé fragmenty jeho života, ale výsledek a ponaučení, které si můžeme odnést sami pro sebe.

PŘÍLOHA - P II: DOTAZNÍK

- 1. Myslíte si, že lidé souhlasí s názorem, že život má smysl? Hledají ho?**
- 2. Setkáváte se s tím, že je skromnost vnímána jako vlastnost, která patří také k vybavení dnešního člověka?**
- 3. Myslíte si, že lidé přemýšlí, kdo je hoden jejich důvěry? Komu dávají svoji úplnou důvěru?**
- 4. Zamýšlí se dnes lidé nad prioritami konání nebo věcí v běžném životě v dané chvíli?**
- 5. Hledají lidé hranice mezi věcí „nespravedlivou“ a zda skutečně tak nespravedlivá je?(z hlediska širších souvislostí)**
- 6. Myslíte si, že lidé vnímají skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky ?**
- 7. Myslíte si, že lidé vnímají, že jistá míra pokory jim dává šanci prožít růst hodnoty vztahů a věcí?**
- 8. Uvědomují si, lidé, že moudrost „nejdříve dávej, potom ber“, má platnost i dnes z hlubšího hlediska vnímání souvislostí?**
- 9. Uvědomují si, lidé, že moudrost „zameť si před vlastním prahem“ má z hlediska hledání klidu v sobě, platnost i dnes?**
- 10. Přemýšlejí lidé někdy o tom, že přiznání hodnoty lidem a věcem okolo, jim dává šanci být i podobně hodnocenými jejich okolím?**
- 11. Koho lidé považují, ve spojitosti s vaší praxí, obvykle za osobu blízkou a důležitou či nejdůležitější.**

PŘÍLOHA - P III: TRANSKRIPCE ROZHovorŮ DOTAZOVANÝCH

Dotazník - Poradenský psycholog

1. Myslíte si, že lidé souhlasí s názorem, že život má smysl? Hledají ho?

Odpověď: „Tato otázka je velice zajímavá. Zejména proto, že dnešní lidé si otázku o smyslu života nekladou. Protože přijali trend dnešní doby, který jim říká, že naplňování života to je ono, to pravé. To, že stihneme to co stihnout chceme, to co se po nás chce, že to je ten smysl, ale to už zase nikdo neřekne. Skončí to v poloze, že lidé si tuto otázku nekladou. Jenom se ženou za něčím a až teprve, když něco v životě nevyjde začnou žehrat. Že život nemá smysl, že to za nic nestojí, apod. Tato otázka není pokládána drtivou většinou společnosti a těch pár jedinců, kteří hledají smysl života ti jsou ukřičeni“. **„Děkuji“.**

2. Setkáváte se s tím, že je skromnost vnímána jako vlastnost, která patří také k vybavení dnešního člověka?

Odpověď: „ Skromnost jako slovo v tomto významu jako by nebylo vůbec ve slovníku lidí. Skromnost se bere jako škodlivý, nedůstojný prvek, který se dneska nenosí. Skromnost se bere jako slabost, nedostatečnost, neschopnost ustát nároky na něj kladené. Takže pochopení skromnosti jako nutnosti pro chápání širších souvislostí v životě, protože teprve zklidněním můžeme dosáhnout širšího přístupu informací. Tak toto není ve společnosti ctěno. Ještě jednou. Tato vlastnost není vnímána jako vlastnost, která patří do vybavení dnešního člověka“. **„Děkuji“.**

3. Myslíte si, že lidé přemýšlí, kdo je hoden jejich důvěry? Komu dávají svoji úplnou důvěru?

Odpověď: „Důvěra je dáвана lidem, kteří jsou nějakým způsobem uváděni na vyšším stupni společenského řebříčku. Protože se berou jako lidé kvalitnější, než ti, kteří žijí „kvalitnějším životem“. Dávat důvěru člověku, který je vstřícný, který je otevřený a který je přímý, to není vůbec módní, protože tento člověk se chová jako by na více neměl a proto dáváme důvěru tam, kde lidé vynášejí něco, co třeba není ani zdaleka pravdivé a kde lidé prezentují něco, co není vůbec přínosné, ale prodávají to co mají, než ti co se jenom chovají slušně a upřímně. Proto si myslím, že tato záležitost s důvěrou není brána ve společnosti vůbec zodpovědně“. **„Děkuji“.**

4. Zamýšlejí se dnes lidé nad prioritami konání nebo věcí v běžném životě v dané chvíli?

Odpověď: „Zamýšlení se nad prioritami, to je taková trošku volnější poloha otázky. V dané chvíli totiž, jak již jsem předeslal, jsou lidé vesměs v presu, štvání vlastními předsudky, návrhy, vlastními potřebami a reklamami, jsou hnáni někam. Zamyslet se nad prioritou konání v běžném životě není v dnešní době příliš frekventované, protože zamýšlení se je pouze tendenční pro vyřešení dané věci v dané chvíli. V tomto momentě bychom mohli říct, že jde o danou chvíli, ale nejde o zamýšlení se nad prioritami. Ale my se zamýšlíme tendenčně jen nad tím co musíme. Zamýšlet se tedy nad prioritami konání nebo věcí je bráno jako měkkost nebo slabost člověka, který není schopný utíkat s davem dopředu, lokty bouchat kolem sebe a dobírat se někde k něčemu na co upozorňuje reklama jako na veledůležitou věc. Zamyslet se nad prioritou, to znamená vrátit se k sobě a uvědomit si, že v této dané chvíli v běžném žití, by potřeboval se zastavit. Protože potřebuje zodpovědné rozhodnutí a to zodpovědné rozhodnutí, přijde jenom s klidem duše. Když klid v duši není, tak zamyslet se neznamena ještě hledat to správné, protože my se zamyslíme jenom v tu danou chvíli nad krokem, který potřebujeme udělat. Budeme-li se koukat na lidi kolem nás, pak zamýšlení se v běžném životě v dané chvíli se nekoná. Pokud bych to mohl percentualizovat, bylo by to do 10-15% populace. Jinak je to chaos více či méně řízený požadavky doby, reklamou, tlakem okolí, zaměstnavatele a podobně“. **Děkuji**“.

5. Hledají lidé hranice mezi věcí „nespravedlivou“ a zda skutečně tak nespravedlivá je?(z hlediska širších souvislostí)

Odpověď: „Hledání této hranice je velice pofiderní. Míra vnímání jako věcí nespravedlivou je daná mírou neštěstí, kterou člověk v sobě prožívá. Vezměte si například svůj pocit z drobných kamínek po kterých jdete bosýma nohama. Když máte nohy zdravé je to pro vás příjemné. Jestliže ale před tím jste měli drobný úraz, protože jste šlápli na hřebík, pak tyto kamínky budou pro vás takovým neštěstím, že nebudete chtít vůbec po těch kamínkách jít. Při zdravých nohou jsou tyto kamínky pro vás osvěžující a tak je to v životě se vším. Věc nespravedlivá je posunovaná mírou neštěstí člověka samotného. No a pokud si to uvědomíme v širších souvislostech, pak se to může projevit v tom, že člověk, který je nešťastný a přijde o práci, si neuvědomuje, že se stal pouze součástí obětí, kterou vykonalo soukolí krize. V dnešní době velice frekventované téma. Ale odsoudí prvního nadřazeného, že se ho nezastal a dovolil, že tento člověk vypadl z výrobního procesu nebo z pracovního sys-

tému. Lidé tu míru, hranici mezi věcí nespravedlivou a věcí, která spravedlivá je, nejsou schopni rozpoznat a to je dané opravdu jejich vlastním více či méně nešťastným nitrem“.

„Děkuji“.

6. Myslíte si, že lidé vnímají skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky? Jak se to projevuje?

Odpověď: „Dnešní lidé poplatní době, bohužel se k tomu musím vracet, nerozeznávají malé a velké věci. Bude to podobné jako u předcházejícího tématu. Míra velikosti věcí je dána mírou vnitřního neštěstí člověka. V tom případě člověk není schopen rozeznávat malé či velké věci a potom z toho vzniklé důsledky, protože míra neštěstí jeho nitra určuje velikost věcí, které ho trápí a on o důsledcích nepřemýšlí. Mají-li lidé vnímat skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky, to moc jako ne. Postavme to trochu jinak. Uvědomit si, že malá věc může mít velké důsledky to vyžaduje myšlenkovou kázeň. Není-li myšlenková kázeň, pak toto vytvoření myšlenkových synapsí, které přivedou člověka k uvědomění si důsledků malých věcí, nenastane. Pokud kázeň není, nejsme schopni se tam dostat a potom děláme věci chaoticky.... Potom se divíme, že výsledek je takový jaký je. Spojení mezi příčinou a důsledkem není“.

„Děkuji“.

7. Myslíte si, že lidé vnímají, že jistá míra pokory jim dává šanci prožít růst hodnoty vztahů a věcí?

Odpověď: „Prosím Vás co je to pokora? To je téma, které dneska vůbec není frekventované, protože pokora, jako význam slova není lidmi pochopeno“.

„Používají lidé v životě

toto slovo“? „Toto slovo používané není a pokud, pak je to jenom parafráze, protože se slovo pokora používá spíše významově jako ohýbání hřbetu, lezení do sedací části, popřípadě zřeknutí se sebe sama ve prospěch někoho. Špatně pochopený problém. Pokora je přijetí svého místa v životě, svého zařazení v životě podle dispozic a pocitu stavu vnitřního naplnění klidu. Každý jiný stav je špatný a nedostatek pokory žene lidi do poloh, kde jim není dobře. Oni tam ale chtějí být, protože jednají podle tlaku společnosti, která vyžaduje výkon a expanzi člověka. To se s pokorou nepotká ani v nejmenším. Znovu, míra pokory dává šanci prožít růst hodnoty. Lidé nevnímají, že by jim pokora chyběla, protože nepřijetí pokory v jakékoliv podobě je náplní dnešních lidí. Víte, jestliže jsou lidé osloveni jenom, kde by měli přibrzdit, kde se náznakově hovoří o tom, buď pokorný, v ten moment si lidé začnou přehrávat všechny křivdy, které na nich byly spáchány ať to byli rodiče, šéf, V

tomto momentu jdou lidé do proti útoku a o to více se ztrácí šance pro uvědomění si, že míra přiznání pokory dává lidem šanci prožít růst hodnot. Totiž jsme-li pod hladinou vody nejsme nikdy schopni posuzovat vlhkost vzduchu“. **„Děkuji“.**

8. Uvědomují si, lidé, že moudrost „nejdříve dávej, potom ber“, má platnost i dnes z hlubšího hlediska vnímání souvislostí?

Odpověď: „Ze své praxe můžu říct, že jen slabé procento si to začíná uvědomovat, ale až poté, kdy je jim to nabídnuto jako myšlenkové téma. Protože nejdříve dávej, potom ber platilo ještě tak dvě generace zpátky. Generace před námi ta už to postavila do polohy jiné z důvodů souvislostí společnosti, ale také nemoudrostí rodičů. Dneska se to už úplně vytráčí. Nejdříve dávej, potom ber- to je opravdu velice hluboké téma, kde vlastně člověk s tím, že dává, koresponduje s jistou mírou pokory. To dávání, to vyžaduje od člověka něco více než brání. My jsme se naučili brát, všichni dávejte, dávejte, já to chci. Máme-li nejdříve dát, pak musíme jít trošku hlouběji, kde začíná prožívání našeho kroku dávání. Tehdy je zpětná vazba dávání nám jen logickým důsledkem. Pokud to probírám v praxi-nikdo není moc ochoten dát. Proč bych měl dávat? Dejte mi vy! Přitom Deepak Chopra v knize 7 duchovních zákonů úspěchu tento problém bere jako jeden ze základních pro život člověka. Naučme se nejdříve dávej, potom ber. V dnešní době si to hlavně pletou matky, které dávají příklad svým dětem, že dětem je dáváno. Děti se to naučily brát a matka si to silně plete. Ona si hladí svoje bebínko, protože má deficit v citové investici do dítěte. Potom se diví, že dítě neumí jinak než přijímat. Ani dítě nepotřebuje dostávat do ruky, jako potřebuje dostávat cit, a ono to potom mamince vrací. Nechoďme do materiální oblasti, zamysleme se nad dnešním stavem rodiče – děti, matky – děti a pak přichází na konzultaci matka, a říká, já jsem těm dětem dala všechno a ony mě dneska ani nenavštíví a nemají pro mě slušného slova. Dostávají jen to co si zasloužily. Neuměly dát ze svého nitra, nemůžou očekávat v blízké době návratnost. Dávají materiální věci a pomyšlení... A tady v tomto to platí. Nejdříve dávej potom ber je kombinace našeho vnitřního snažení citové ochoty dávat. A k tomu přidáme něco materiálního a tato úroveň dávání vytváří předpoklad pro stejnou úroveň návratnosti“. **„Děkuji“.**

9. Uvědomují si, lidé, že moudrost „zameť si před vlastním prahem“ má z hlediska hledání klidu v sobě, platnost i dnes?

Odpověď: „Naši staříci - minulé generace, dvě, tři zpátky, se tímto heslem řídily a řídily další generace velmi. Dneska se to příliš nebere vážně, protože hledání klidu v sobě není prioritou lidí a není prioritou ani člověka každého jednoho, protože tím mě neotravuj, tím mě nezlob, já nemám čas, já musím tam, tam, To znamená, že hledáme vůbec v sobě klid? A pakliže ho hledáme, hledáme ho správně? Nezačínáme hledat klid v tom, že nejdříve odstraňujeme všechny, kteří nám nějakým způsobem vadí a říkáme tomu hledání klidu. Tím, že odstavíme lidi od sebe. Všechno špatně. Tak jako u předcházející otázky, zameť si před vlastním prahem, udělejme si v sobě, lidé si mají udělat v sobě pořádek. A máme-li v sobě pořádek není v nás tenze hledat problémy u jiných. Jestliže, ale si lidé zamést si před vlastním prahem, pak hledají nepořádky u všech kolem dokola. Takže - uvědomění, zameť si před vlastním prahem, má platnost - lidé si ji neuvědomují“. **„Děkuji“.**

10. Přemýšlejí lidé někdy o tom, že přiznání hodnoty lidem a věcem okolo, jim dává šanci být i podobně hodnocenými jejich okolím?

Odpověď: „Odpovím ve zkratce – NE. Nepřemýšlejí vůbec o tom, že přiznání hodnoty lidem jim dává šanci být podobně hodnoceným, protože... Víte. Podobně jako u předcházející otázky je to o moudrosti uvědomování si pokory. Člověk si musí uvědomit, že vedle mě sice můžou být lidé lepší než já. Já jim tu míru úcty přiznám a postavím se do té pokornější polohy a na principu co jsme, to vyzařujeme, oni mě začínají vnímat jako osobu méně tenzní, a začíná mě to okolí brát jinak. Ale toto lidé nechtějí přijmout jako téma. Takže přemýšlet nad tím, že přiznání hodnoty lidem ... se nekoná. **Nestává se to ani v případě, že řeší nějakou důležitou životní situaci nebo krizi v rodině a v podstatě jsou před tuto otázku postaveni?** Tak to vůbec ne. Protože, jestliže jsou lidé zahrnutí do kouta v ten moment zanikají všechny šance pro přijetí okolí. V ten moment začínají třískat kolem sebe, začínají být tvrdí, a nekompromisní a nikdo kolem nich nemá žádnou cenu. ...divili byste se jak jsou lidé schopni, když jsou zatlačeni do kouta, potopit kohokoliv včetně svých sourozenců, partnerů, rodičů i někdy i dětí“. **„Děkuji“.**

11. Koho lidé považují, ve spojitosti s vaší praxí, obvykle za osobu blízkou a důležitou či nejdůležitější?

Odpověď: „Toto se mění s věkem a se životním mezníkem nebo situací ve které se tyto lidé nacházejí. Jelikož jsme se už v průběhu tohoto rozhovoru zmínili o tom, že jsou osoby pro důvěrný vztah nebo pro komunikaci, tak tady, když se ptáte na osobu důležitou, tak

zde to obvykle není o důvěře. Je to postavené k devalvaci lidské osobnosti, kde se lidé svezou do polohy ctít osobu, která pro ně v životě něco znamená. Všichni lidé, kteří neznají jinou hodnotu než zavěsit se na někoho „schopného“. Ale to, že se lidé na někoho zavěsí znamená to, že začnou toho člověka ctít a je to falešné ctění. Je to v podstatě využívání někoho co s kvalitou člověka má méně a méně společného. Řekl bych, že vůbec nic. Definovat je to velice různé a obvykle je to osoba, která si stojí na společenském řebříčku vysoko, z hlediska materiálního, mediálního. Z hlediska niterního prožívání to ale není. Je to postaveno na vnější efekt. Zkráceně můžu říct. Lidé, kteří mi procházejí rukama, z různých oblastí našeho veřejného života. Jak tito lidé se těší na „důležité“ lidi ve společnosti. Těmto lidem je to až nepříjemné, ale průměrný člověk, který sebe nectí vůbec, protože nebyl veden ke kvalitě sebepřijetí, takže to neumí a proto si musí vytvořit nějaký vnější idol, který není postavený vůbec na kvalitě vnitřní. Bohužel ve 4,5 z 5 je to postavené na hledisku společenské užitečnosti, využitelnosti atd.“. **„Děkuji“.**

Dotazník - Klinický psycholog

1. Myslíte si, že lidé souhlasí s názorem, že život má smysl? Hledají ho?

Odpověď: „Ano lidé hledají smysl, protože potřebují někomu se svěřovat. Potřebují si ten život, bez existenčního záměru v životě si myslím, že by se jim žilo hodně těžko“. **„Nacházejí ho“?** „Ne vždycky. Lidé hodně hledají ten smysl. Pídí se po něm, ptají se kde ho najít, jak ho naplnit. Častokrát se ptají sami sebe jestli to co dělají se správné. Ale v celku si myslím, že to většinu lidských životů provází to hledání smyslu života“. **„Děkuji“.**

2. Setkáváte se s tím, že je skromnost vnímána jako vlastnost, která patří také k vybavení dnešního člověka?

Odpověď: „Skromnost je vnímána jako vlastnost, která patří k vybavení člověka, ale není považována za tak důležitou. Lidé si myslí, že skromnost je dobrá vlastnost. Přiřazují ji často k askezi. Rádi se o skromnosti baví, rádi vidí jiné lidi, když jsou skromní ale častokrát, kdyby se to mělo týkat jich, tak tu skromnost raději dají stranou. Ale je to vlastnost, které si lidé dost váží a cení, ale co si tak všímám si neradí s ní naplňují svoje životy“. **„Děkuji“.**

3. Myslíte si, že lidé přemýšlí, kdo je hoden jejich důvěry? Komu dávají svoji úplnou důvěru?

Odpověď: „Ano přemýšlejí, protože hledají člověka, který je vyslechne. Se kterým by mohli sdílet svoje starosti, svoje problémy. Hledají určitě nějakou spřízněnou duši se kterou by si mohli povídat a něco sdílet. Člověk, který vlastně nemá nikoho komu by mohl dát důvěru velmi často strádá“. **„Děkuji“.**

4. Zamýšlejí se dnes lidé nad prioritami konání nebo věcí v běžném životě v dané chvíli?

Odpověď: „Ano zamýšlejí se nad tím, co je pro ně důležité. Často je pro ně velmi těžké zhodnotit, co dát na první místo a co je pro ně důležité a co pro ně důležité není“. **„Jak se potom ty priority odráží v tom dalším životě? Mění se priority v životě lidí“?** „Určitě ano. Mění se hodně. Protože oni vlastně dnešní doba je zaměřená na výkon, na to, že člověk spoléhá sám na sebe. Člověk je ten důležitý ten, který jakoby děj všech věcí kolem a v okamžiku jakéhokoliv zklamání. Příchodu nemoci nebo příchodu stáří si musí lidé ty priority nějakým způsobem přehodnocovat. Já vám lidi, kteří právě ztratí takovou tu víru

sám v sebe. Protože je to víra velice křehká a hodně to pozoruji u starší generace seniorů, kteří už nejsou zaměřeni na ten výkon a nemohou podávat takový výkon ve společnosti. Právě častokrát ztrácejí smysl života. Ztrácejí hodnocení sebe sama a je to velice smutné pozorovat jak společnost jim ani nedává tu příležitost, aby smysl života mohli nějak naplnit“. **„Děkuji“.**

5. Hledají lidé hranice mezi věcí „nespravedlivou“ zda skutečně tak nespravedlivá je?(z hlediska širších souvislostí)

Odpověď: „Lidé mají celkově velký problém v tom, že nedokáží rozlišit co je spravedlivé a co je nespravedlivé. Častokrát vnímají křivdu jako velmi nespravedlivou věc a mnohdy si neuvědomují, že ta současná nespravedlnost, která se jim děje, může mít z hlediska těch širších souvislostí velice pozitivní výsledek. A mnohokrát věci, které se na první pohled zdají být velmi pozitivní můžou mít velmi negativní výsledek. Ano častokrát si lidé nedokáží dohlédnout těchto rozměrů. A častokrát u těch spravedlivých kteří, se snaží konat všechno dobré špatně nesnáší, když vidí nespravedlnost, které se děje kolem nás. Mnoho lidí, právě ztrácí tu naději, že spravedlnost někdy může být. A právě mnoho těch nespokojených lidí tvrdí, co se týká víry, že kdyby Bůh opravdu byl, tak by nebylo tolik nespravedlnosti na světě. Ale já si myslím, že právě tento názor je dán ten, že tím že my jsme sice schopni pociťovat dobré a zlé, ale občas nedokážeme právě odlišit jedno od druhého“. **„Děkuji“.**

6. Myslíte si, že lidé vnímají skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky ?

Odpověď: „Ano vnímají tu skutečnost, ale nedokáží podchytit ty okamžiky opravdu mohou změnit život a mohou mít veliké důsledky. Lidé ty otázky, které se dají nazvat Karma neradi slyší, že také co zasejí to také sklídí a hlavně neradi slyší, že musí sklídit co zaseli a to co udělali musí napravit jen oni sami. Že nikdo za ně nic neudělá. Častokrát se snaží různými způsoby zbavit se té zodpovědnosti, tuto skutečnost, že malé věci mohou mít veliké důsledky, často to bývá jenom myšlenka, která může změnit koloběh života, která může spustit lavinu dalších událostí. A myslím si, lidé si toto uvědomují, ale velice málo si to připouštějí a častokrát se v tom vůbec neorientují a myslím si, že je tu právě velmi důležité uvědomit si tu přítomnost, a nezaobírat se tím, co bylo a tím co bude, ale tím co je právě teď. Jen tehdy můžou přijít na to, které věci ovlivňují budoucnost a minulost zároveň“. **„Děkuji“.**

7. Myslíte si, že lidé vnímají, že jistá míra pokory jim dává šanci prožít růst hodnoty vztahů a věcí?

Odpověď: „To je otázka velmi těžká. Lidé opravdu poměrně často si pokory váží, stejně jako skromnosti, ale považují ji za ústupek. Vůbec si neuvědomují, že ustoupit třeba násilí, je mnohem moudřejší. Spojují si často pokoru s nedostatečností, ..s sebevědomí. Pokorný člověk je ten, kdo se nedokáže prosadit a ta dnešní doba, která sází na ostré lokty, tak slovo pokora nemá moc ráda. To je něco co jim bere tu sílu k tomu se prosadit. Dnešní materiální svět je takový, že pokora se velmi nerada přijímá a právě často se mi stává, že se setkávám s lidmi, kteří mají velmi nízké sebevědomí ve své podstatě a vůbec si neuvědomují, tím že se snaží za každou cenu udělat dojem. Ukázat jak jsou dobří, silní, tak jim říkám že mají najít pokoru a přijmout se takoví jací jsou a lidé ani nemají tu pokoru přijmout sami sebe jakoby se svými nedostatky, se svými těžkostmi, které je trápí. Lidí si často vyčítají, že jsou nedokonalí a neschopni přijmout svoji prohru. Já si myslím, že kdyby měli více té pokory, tak by svoje starosti zvládali mnohem lip“ . **„Děkuji“**.

8. Uvědomují si, lidé, že moudrost „nejdříve dávej, potom ber“ , má platnost i dnes z hlubšího hlediska vnímání souvislostí?

Odpověď: „Určitě si to uvědomují, ale zase oni chtějí když dají, tak často od stejného člověka očekávají. To očekávání je velký problém, protože málokdy se nám dostane nazpět to co někomu dáváme. Je to velmi smutné, ale mnoho lidí právě kvůli tomu přichází o své vztahy. Protože něco, někomu dá a něco za to chce. A často mají celý svůj život nastavený v tom účetním slova smyslu má dátí dal. Vždycky vidí- tobě jsem dal, tobě jsem dal, pro tebe jsem udělal a ty teď musíš udělat pro mě. A přitom je mnohem jednodušší nechat to všechno plavat a všimnout si toho, že jednomu člověk dám ale někdo úplně jiný dá mě. Lidé si vůbec neuvědomují, že jim někdo jiný dává, oni jsou smutní proto, že jim nedal ten od kterého to původně čekali. A potom se dostávají do takové pasti, do sítě, ze které se velmi těžko dostávají. Kdyby si lidé uvědomili, že to dávání musí být upřímné, musí být právě bez očekávání brání, tak by potom dostávali mnohem víc než sami dávají. Ale oni nemají právě to hlubší hledisko vnímání těchto souvislostí“ . **„Souvisí to s výchovou“?** „Určitě ano, Právě ty matky, které se považují za to, že se svým dětem obětovaly, tak velmi těžce snáší jakékoliv projevy svobody svého dítěte. Velice často špatně snáší odchod dětí

z domova, když si děti hledají nové partnery. A velice rády mají své děti závislé na sobě. A zase potom, naopak některé matky mají potřebu zase dávat jiné věci, když nemají ten materiální základ, nebo neúplnou rodinu, tak se jim snaží dávat ze všech sil a u těch dětí očekávají zase nějakou závislost a to také není dobré“. **„Děkuji“**.

9. Uvědomují si, lidé, že moudrost „zameť si před vlastním prahem“ má z hlediska hledání klidu v sobě, platnost i dnes?

Odpověď: „K tomu, aby člověk našel svůj klid, tak si především musí udělat pořádek sám v sobě. A tady hodně platí to pravidlo miluj svého bližního jako sebe sama a pokud si lidé budou pořád vkládat svoji vlastní hodnotu, jak je přijímají ostatní lidé a nedokáží oni sami sebe přijmout právě takové jací jsou, tak ta platnost je sice, ale lidé si ji neuvědomují a je velmi těžké a běh na dlouhou trať, když se lidem snažím vysvětlit, že právě ten vztah k sobě samému oslovuje bližního jako sebe sama, tak je především o tom, že musím umět odpouštět. Nejtěžší je odpustit sám sobě, že něco dělám špatně a že jsem nedokonalý. A vlastně se to tady prolíná pořád dokola, že člověk je svázán tím současným stylem života, který právě bohužel smutně klade důraz na dokonalost a to pomíjí a neuvědomuje si že, ta pomíjivost, dokonalosti těla je hrozně zrádná a zranitelná“. **„Lidé si tedy uvědomují, že ta moudrost platí, ale z nějakého důvodu to v podstatě nedělají“**. „Ví, že by to měli dělat, ale dělají to hrozně neradi. Je to otázka přijetí sebe sama, protože, když by si měli zamést před vlastním prahem, tak by museli připustit, že tam to smetí je. A to oni velice neradi připouštějí. Lidé se často také staví do pozice dokonalých a je to zajímavé, když je to podobně v písmu zmiňované. Když Ježíš popisuje druhy modlitby, kdy farizej, který je zákoníkem, který určuje jak mají lidé věřit. Stojí před Bohem a modlí se:“Bože děkuji ti, že jsem dokonalý a že jsem lepší a že nejsem tak špatný jak všichni okolo mě.“ A pak je tam příklad druhé člověka celníka, který se modlí s říká „Bože promiň mi, že jsem tak nedokonalý a odpusť mi že takový jsem „. A to je tak se spoustou lidí, a mě velice mrzí, že lidé v této společnosti velice kritizují, staví se do pozice soudců a říkají, že to co si oni myslí, je to správné. A co mě na této společnosti nejvíce mrzí, že jako by své názory vůbec a na život kolem sebe prolínají do vztahů. To je asi ta největší zoufalost, se kterou se setkávám, že lidé se dovedou nemít rádi pro ideologie, pro demagogii, pro dogmata a to zase jenom proto, že se schovávají za svou vlastní neschopnost a nedovedou si přiznat, že sami jsou nedokonalí a že sami nemají právo nikoho soudit a posuzovat a nemají k tomu dostatek moudrosti“. **„Děkuji“**.

10. Přemýšlejí lidé někdy o tom, že přiznání hodnoty lidem a věcem okolo, jim dává šanci být i podobně hodnocenými jejich okolím?

Odpověď: „Určitě. Nevýhoda je v tom, že lidé velice často mají mnohem nižší hodnocení o sobě samých než má o nich jejich okolí. A často přiřazují hodnotu věcem kolem sebe a často jim ostatní lidé, kteří něčeho dosáhli a mají hodně ležet a mají drahá auta a mají materiální základ. Tak velice často jim dávají mnohem větší hodnotu než jim ve skutečnosti přísluší. Tady se hodnotí podle toho, že oni to nemají, že když vidí, že soused má krásný dům, krásné auto, ale třeba rozpadlou rodinu a rodinné vztahy to málo kdo vidí. Nejčastěji lidé vidí to auto, ten dům a přitom si nevšímají právě těch vztahů. Že je člověk sice nemusí mít drahé auto, velký dům ale ta blízkost rodiny a láska je to co je mnohem méně pomíjivé a to málo lidí uvědomuje. Mají to hodně posunuté. Štěstí přichází s materiálními hodnotami a s majetkem a neuvědomují si, že štěstí vychází z dobrých vztahů“. **„Děkuji“.**

11. Koho lidé považují, ve spojitosti s vaší praxí, obvykle za osobu blízkou a důležitou či nejdůležitější.

Odpověď: „Tady záleží na tom, kde ti lidé jsou, jak žijí. Často se setkávám, že lidé považují za osobu blízkou a důležitou, nejdůležitější právě svého partnera ve kterém se snaží realizovat. Často se stává, že si nemůžou najít partnera, který by je dal na to stejné místo. Ve své praxi se setkávám s tím, že lidé kladou největší nárok na osobu partnera, potom jsou to teprve rodiče, a u žen to nejčastěji bývají děti“. **„Děkuji“.**

Dotazník - Duchovní

1. Myslíte si, že lidé souhlasí s názorem, že život má smysl? Hledají ho?

Odpověď: „Myslím si, že ano. Každý z nás hledá smysl svého života. Problém přichází, když každý z nás hledá smysl života v něčem jiném a shodnout se na něčem, na něčem společném kde ten smysl nacházíme je velice těžké. Protože každý z nás má nějaké priority, každý má žebříček hodnot stanoven jinak a jinak hledá smysl života člověk věřící a jinak ho hledá člověk nevěřící. Jinak smysl života vnímá člověk rozvedený a jinak člověk svobodný“. **„Záleží tedy na fázi života a na pochopení, kterého v tom životě dosáhl“?** „Myslím si, že ano. Záleží také na životní zkušenosti, životní cestě, kterou člověk prochází“. **„Děkuji“.**

2. Setkáváte se s tím, že je skromnost vnímána jako vlastnost, která patří také k vybavení dnešního člověka?

Odpověď: „Málo kdy. O skromnosti se dnes už skoro vůbec nemluví. Přejde mi, že skromnost, pokora, služba, to jsou pojmy, které patří do minulosti, protože dnešní člověk se pořád žene k úspěchu, kariéře a určitě skromnost k tomu nepatří ke způsobu života dnešního člověka. Takže je to spíše v poloze ukazování na skromnost k potřebě výchovy. Dnešní člověk nehledá skromnost jako vlastnost důležitou do svého života“. **„Je to možná tím že je skromnost považována spíše za slabost“?** „Do jisté míry určitě ano, je něco co se nevyplácí co se nám spíše překáží v hledání postavení, hledání lepší práce mé v kariéře“. **„Děkuji“.**

3. Myslíte si, že lidé přemýšlí, kdo je hoden jejich důvěry? Komu dávají svoji úplnou důvěru?

Odpověď: „Určitě ano. Myslím si, že ano. Dnešní člověk, zvláště ten, který prožívá nějaké těžkosti, problémy s kterými se potřebuje svěřit, velmi opatrně otevírá svoje nitro a velmi opatrně volí člověka, kterému se může svěřit. V minulosti to byli nejčastěji kněží, duchovní, řeholníci ke kterým lidé přicházeli, kterým se lidé otevírali. Dneska tuto jejich službu přejímají profesionálové v pomáhajících profesích, to jsou terapeuti, pracovníci linek důvěry nebo psychologové“. **„Děkuji“.**

4. Zamýšlí se dnes lidé nad prioritami konání nebo věcí v běžném životě v dané chvíli?

Odpověď: „Na první část otázky odpovídám určitě ano, protože priority každý z nás ve svém životě určitě hledá. Když se podíváme na ten žebříček hodnot dnešního člověka je to nejčastěji zdraví, rodina nebo práce. To jsou takové tři nejdůležitější priority na žebříčku hodnot dnešního člověka. Ale v dané chvíli mi nepřijde, že by člověk v dané chvíli nad nějakou hodnotou přemýšlel“. **„Děkuji“.**

5. Hledají lidé hranice mezi věcí „nespravedlivou“ zda skutečně tak nespravedlivá je?(z hlediska širších souvislostí)

Odpověď: „Slovo nespravedlivá můžeme zaměnit se slovem dobrá, nebo špatná. Nebo v tom církevním prostředí hříšná, mravně nedovolená. Myslím si, že dnešní člověk má pod vlivem dnešní moderní výchovy tu pravdu a to co je s tím spojené spravedlivé a nespravedlivé, jestli je to dobré nebo nikoliv to má to nějak zamotané. A často lidé nepřemýšlejí, ale často také potřebují jasně slyšet nejenom ve výchově Co a proč je špatné. A přijde mi, že ten dnešní svět o tom moc nemluví, právě opačně. Nějaká věc už není spravedlivá to už není ten moderní co člověk používá. Spíše fungujeme nebo moderní společnost funguje na základě situační etiky, kde všechno je spravedlivé co mi prospívá. Což je samozřejmě velkým omylem, protože je spousta věcí, které jsou ve svém podstatě filozofické nespravedlivé a pak nemůžou ospravedlnit to naše jednání ani cíl, protože cíl neposvěcuje prostředky jak to známe. Tady se zamotává dnešní člověk do takové léčky, kterou na něho nastražil dnešní svět. Je přesvědčen, že něco je spravedlivé, protože mu to prosívá, což v žádném případě nemůže být tím cílem našeho jednání. Ale situační etika, jak víte, je všeobecná umožňuje relativismus, kde v podstatě neexistuje žádná pravda. Každý má tu svoji pravdu a situační etika jítí to mravní jednání dnešního člověka“. **„Děkuji“.**

6. Myslíte si, že lidé vnímají skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky ?

Odpověď: „Teď mě napadá k této otázce co řekl pán Ježíš v evangeliu, že kdo byl věrný v malé věci, bude věrný i ve velké. Ze své praxe, mám zkušenost, že to opravdu platí. Ten kdo bývá věrný v malých věcech, bývá věrný i v těch věcech velkých. A opačně. Ten kdo nezvládá ty věci nejmenší, pak nezvládá věci, které jsou velké. Ty které chtějí velké nasazení a myslím si, že se to pomaličku vytrácí. V dnešní době člověk je nastavený na věci

velké a utíkají mu ty malé a tím není schopen ani pořádně plnit ty věci, které na jeho cestě čekají“. **„Děkuji“.**

7. Myslíte si, že lidé vnímají, že jistá míra pokory jim dává šanci prožít růst hodnoty vztahů a věcí?

Odpověď: „Velmi zajímavá otázka, protože pokora jak již jsem říkal k moderním slovům dnešní doby určitě nepatří. Právě pravda, spravedlnost, pokora to jsou věci, které nepoužíváme ve svém slovníku. Málo kdo vnímá pokoru jako prostředek vnímání věcí kolem nás. Tady také problém jak tu pokoru vnímáme. Co rozumíme pod slovem pokora. Jestli ji chápeme jako Starověkým filozofickým pojmem - slovem tak jako unížení člověka, kde skoro je prachem. A to nám také v minulých stoletích náboženství připomínalo. Člověk je pokorný, protože pochází z prachu země a celá liturgie Popeleční středy mám toto připomíná. Slovy - Člověče pamatuj, že jsi prach a v prach se obrátíš. A dnešní psychologie nám zase nabízí pokoru jako něco co je pravdou člověku. Jako něco z jedné strany neznamená, že já popírám to co je ve mně dobré, to co je ve mně silné. Právě opačně. Pokora je stav pravdy. Myslím si, že i v tomto smyslu dnešní lidé mají problém. Přiznat si, sami sobě pravdu, je hodně těžké v dnešní době pro dnešního člověka. Myslím si, že ta pokora i v tom psychologickém smyslu je těžko přijatelná pro dnešního člověka“. **„Děkuji“.**

8. Uvědomují si lidé, že moudrost „nejdříve dávej, potom ber“, má platnost i dnes z hlubšího hlediska vnímání souvislostí?

Odpověď: „Jak kdo, jak kdy. Protože ve svém životě se setkáváme se spoustou lidí, kteří se tímto pravidlem řídí a velmi rádi dávají a nic nečekají zpátky. A jejich zkušenost je, že dostávají zpět více než dokážou dávat sami. Jsou překvapeni, když o tom mluvíme. Ale bohužel jsou také lidé, kteří se podle mého názoru v žádném případě neřídí tímto heslem. Jsou naučeni, že celý život něco dostávají. A pak mají problém s tím dáváním. To především vidím ve své praxi mezi partnery nebo manžely, kde je tento vztah založen na rovnováze dáváním a braním. A když jedna z nich je narušena, tak ten vztah zákonitě nefunguje. Takže jsou lidé, kteří nedokážou být v životě šťastni, protože nedokážou v dávání nacházet štěstí a pak ani to braní nemůže být pro ně hodnotné“. **„Souvisí to s tím jak jsou vychovávání“?** „Určitě. Ten základ je ve výchově. Když od základu je dítě naučené jenom přijímat od rodičů, od školy. Jde to vidět v dnešní společnosti, kde každý okamžitě cituje svoje práva ale zapomínáme na své povinnosti. A dítě které je odmalička vedené k tomu, že je

důležité, aby se naučilo se dávat, rozdělovat se mezi sourozenci, dát část svým sourozencům, rodičům. Pak tito lidé fungují v dospělosti úplně jinak“. „**Děkuji**“.

9. Uvědomují si, lidé, že moudrost „zamet’ si před vlastním prahem“ má z hlediska hledání klidu v sobě, platnost i dnes?

Odpověď: „To je také krásná a zajímavá otázka. Sokratovská zkušenost o zametání si u vlastního prahu. Dokonce si pamatuji, že Sokrates jednou říkal, že člověk nemá ztrácet čas hledáním cesty na náměstí, ale spíše si má zametat u vlastního prahu. Tato starobylá klasická filozofie má opravdu velký význam. Ale zase myslím si, že málokdo to v dnešní době používá toto pravidlo ve svůj prospěch vnímání věcí a souvislostí jako říkáte. Protože spíše je nám to jednodušší dívat se na ostatní než na sebe. Méně bolí objevovat chyby a bolesti jiných lidí než ty svoje. Když zjišťuji, že nějaké starosti, bolesti, to co je těžké ve svém životě, tak mě to několika násobně více bolí než, to že moje sousedka nebo souseď je takový. Myslím si, že toto pravidlo lidé znají teoreticky, ale nepoužívají je protože je to spojené s mírou bolesti v jejich životě“. „**Nebo také se strachem, že tím zametáním se odrývá něco co by nejraději zapomněli, nebo co si nechtějí vzpomínat“?** „Je to jeden z mechanismů obrany, tak jak je známe z klasické psychologie. Kde nám brání v prožívání bolesti nějakých těžkých věcí je to spíše v té řadě nezametat, abychom se nedotkli něčeho co je bolestivé“. „**Děkuji**“.

10. Přemýšlejí lidé někdy o tom, že přiznání hodnoty lidem a věcem okolo, jim dává šanci být i podobně hodnocenými jejich okolím?

Odpověď: „Tato otázka směřuje k tomu, jestli já v ostatních vidím to čím jsem já sám. To je velice důležité pro dnešní dobu. Protože žijeme v dnešní době v době kdy svět je pluralistický a otevřený pro jiné kultury, náboženství, a když v kultuře, v náboženství hledám identitu, tak je to příliš málo. My musíme jít do hloubky a zamyslet se nad tím, že každý člověk má svou hodnotu, která je nekonečně větší než zvířata, nebo věci kolem nás. A když přiznám druhému hodnotu jenom proto že je člověkem, tak také ho budu brát, vnímat bez ohledu na to jaké vyznává náboženství nebo do jaké kultury patří a s tím lidé mají dnes problémy. Protože, na jedné straně svět ve kterém žijeme za každou cenu ty hodnoty neuznává. Vidíme snahu ekologie, která sama o sobě není špatná, ale našli hodnotu větší než má člověk. Lidé dokážou se poutat ke stromu a budou chránit zvířata a když se vraždí lidé, tak jsou ticho. To už je nepopulární, nmoderní. Tady z jedné strany vidíme snahu nasazo-

vat věcem a zvířatům větší hodnotu než doopravdy mají a člověka ponižovat, protože každý útok na hodnotu člověka i když třeba mluvíme o euthanázii. Která je pro spoustu lidí vhodná jako dobrá smrt, je přijatelná pro spoustu moderních lidí a na druhé straně euthanasie pro stromy je nepřijatelná. Já bych viděl tuto otázku spíše jako výzvu k tomu, dávat lidem a věcem správné hodnoty a teprve pak můžeme snáz vnímat věci nebo souvislosti kolem nás“. „**Není to také v tom, že tu hodnotu nedáváme sami sobě**“? Je to určitě i v tom. Zase mě napadá, že nejsme schopni přijmout sebe, když si nevážím sebe, pak nejsem schopen žít v plnohodnotném vztahu, nejsem schopen žít ve společnosti“. „**Děkuji**“.

11. Koho lidé považují, ve spojitosti s vaší praxí, obvykle za osobu blízkou a důležitou či nejdůležitější.

Odpověď: „Tak toto bych rozdělil na dvě části podle praxe, kterou dělám. Duchovního člověka, který pracuje v pastoraci to je určitě systém hodnot a tam Bůh k nim patří. Protože křesťanství vnímá Boha jako osobu, tak Bůh pro spoustu lidí je nejdůležitější osobou. V terapeutické praxi, tak mi přijde, že takovou nejdůležitější osobou jsou pro rodiče děti, pro manžela manželka, pro manželku manžel, pro partnera partnerka. Jsou to lidé s kterými sdílí nejčastěji domácnost, ale také to tak být nemusí. V případech domácího násilí právě ten, který je nejbližší je mi psychicky nejvíce vzdálen jako člověk..Pro věřící je to tedy Bůh osoba duchovní, pak teprve rodiče, velmi často, nebo přátelé. Pro nevěřící je to partner a rodiče a pak jsou to ti profesionálové, kterým se svěřuji se svými problémy o kterých jsem mluvil. Velmi často je jím psycholog, psychiatr, terapeut. Z jedné strany je to dobrá věc, že takové odborníky máme, na které se můžeme obrátit, ale z druhé strany je to velmi smutné, že člověk ve svém okolí nemůže najít někoho s kým si může popovídat a musí platit velké peníze za hodinové sezení s někým kdo je školený“ „**Děkuji**“.

PŘÍLOHA - P IV: TRANSKRIPCE ODPOVĚDÍ PODLE OTÁZEK

Odpovědi na jednotlivé otázky všech účastníků

1. Myslíte si, že lidé souhlasí s názorem, že život má smysl? Hledají ho?

Odpověď:

Poradenský psycholog

„Tato otázka je velice zajímavá. Zejména proto, že dnešní lidé si otázku o smyslu života nekladou. Protože přijali trend dnešní doby, který jim říká, že naplňování života to je ono. To pravé. To, že stihneme to co stihnout chceme, to co se po nás chce, že to je ten smysl, ale to už zase nikdo neřekne. Skončí to v poloze, že lidé si tuto otázku nekladou. Jenom se ženou za něčím a až teprve, když něco v životě nevyjde začnou žehrat. Že život nemá smysl, že to za nic nestojí, apod. Tato otázka není pokládána drtivou většinou společnosti a těch pár jedinců, kteří hledají smysl života ti jsou ukřičeni“. **„Děkuji“.**

Klinický psycholog

„Ano lidé hledají smysl, protože potřebují někomu se svěřovat. Potřebují si ten život, bez existenčního záměru v životě si myslím, že by se jim žilo hodně těžko“. **„Nacházejí ho“?**
„Ne vždycky. Lidé hodně hledají ten smysl. Pídí se po něm, ptají se kde ho najít, jak ho naplnit. Častokrát se ptají sami sebe jestli to co dělají se správné. Ale v celku si myslím, že to většinu lidských životů provází to hledání smyslu života“. **„Děkuji“.**

Duchovní

„Myslím si, že ano. Každý z nás hledá smysl svého života. Problém přichází, když každý z nás hledá smysl života v něčem jiném a shodnout se na něčem, na něčem společném kde ten smysl nacházíme je velice těžké. Protože každý z nás má nějaké priority, každý má žebříček hodnot stanoven jinak a jinak hledá smysl života člověk věřící a jinak ho hledá člověk nevěřící. Jinak smysl života vnímá člověk rozvedený a jinak člověk svobodný“. **„Záleží tedy na fázi života a na pochopení, kterého v tom životě dosáhl“?** „Myslím si, že ano. Záleží také na životní zkušenosti, životní cestě, kterou člověk prochází“. **„Děkuji“.**

2. Setkáváte se s tím, že je skromnost vnímána jako vlastnost, která patří také k vybavení dnešního člověka?

Odpověď:

Poradenský psycholog

„Skromnost jako slovo v tomto významu jako by nebylo vůbec ve slovníku lidí. Skromnost se bere jako škodlivý, nedůstojný prvek, který se dneska nenosí. Skromnost se bere, jako slabost, nedostatečnost, neschopnost ustát nároky na něj kladené. Takže pochopení skromnosti jako nutnosti pro chápání širších souvislostí v životě, protože teprve zklidněním můžeme dosáhnout širšího přístupu informací. Tak toto není ve spojitosti ctěno. Ještě jednou. Tato vlastnost není vnímána jako vlastnost, která patří do vybavení dnešního člověka“. **„Děkuji“.**

Klinický psycholog

„Skromnost je vnímána jako vlastnost, která patří k vybavení člověka, ale není považována za tak důležitou. Lidé si myslí, že skromnost je dobrá vlastnost. Přiřazují ji často k askezi. Rádi se o skromnosti baví, rádi vidí jiné lidi, když jsou skromní ale častokrát, kdyby se to mělo týkat jich, tak tu skromnost raději dají stranou. Ale je to vlastnost, které si lidé dost váží a cení, ale co si tak všímám si neradí s ní naplňují svoje životy“. **„Děkuji“.**

Duchovní

„Málo kdy. O skromnosti se dnes už skoro vůbec nemluví. Přejde mi, že skromnost, pokora, služba, to jsou pojmy, které patří do minulosti, protože dnešní člověk se pořád žene k úspěchu, kariéře a určitě skromnost k tomu nepatří ke způsobu života dnešního člověka. Takže je to spíše v poloze ukazování na skromnost k potřebě výchovy. Dnešní člověk nehledá skromnost jako vlastnost důležitou do svého života“. **„Je to možná tím že je skromnost považována spíše za slabost“?** „Do jisté míry určitě ano, je něco co se nevyplácí co se nám spíše překáží v hledání postavení, hledání lepší práce mé v kariéře“. **„Děkuji“.**

3. Myslíte si, že lidé přemýšlí, kdo je hoděn jejich důvěry? Komu dávají svoji úplnou důvěru?

Odpověď:

Poradenský psycholog

„Důvěra je dáвана lidem, kteří jsou nějakým způsobem uváděni na vyšším stupni společenského řebříčku. Protože se berou jako lidé kvalitnější, než ti kteří žijí „kvalitnějším životem“. Dávat důvěru člověku, který je vstřícný, který je otevřený a který je přímý to

není vůbec módní, protože tento člověk se chová jako by navíc neměl a proto dáváme důvěru tam, kde lidé vynášejí něco, co třeba není ani zdaleka pravdivé. Kde lidé prezentují něco, co není vůbec přínosné, ale prodávají to co mají, než ti co se jenom chovají slušně a upřímně. Proto si myslím, že tato záležitost s důvěrou není brána ve společnosti vůbec zodpovědně“. **„Děkuji“.**

Klinický psycholog

„Ano přemýšlejí, protože hledají člověka, který je vyslechne. Se kterým by mohli sdílet svoje starosti, svoje problémy. Hledají určitě nějakou spřízněnou duši se kterou by si mohli povídat a něco sdílet. Člověk, který vlastně nemá nikoho komu by mohl dát důvěru velmi často strádá“. **„Děkuji“.**

Duchovní

„Určitě ano. Myslím si, že ano. Dnešní člověk, zvláště ten, který prožívá nějaké těžkosti, problémy s kterými se potřebuje svěřit, velmi opatrně otevírá svoje nitro a velmi opatrně volí člověka kterému se může svěřit. V minulosti to byli nejčastěji kněží, duchovní, řeholníci ke kterým lidé přicházeli, kterým se lidé otevírali. Dneska tuto jejich službu přejímají profesionálové v pomáhajících profesích, to jsou terapeuti, pracovníci linek důvěry nebo psychologové“. **„Děkuji“.**

4. Zamýšlejí se dnes lidé nad prioritami konání nebo věcí v běžném životě v dané chvíli?

Odpověď:

Poradenský psycholog

„Zamýšlení se nad prioritami, to je taková trošku volnější poloha otázky. V dané chvíli tož, jak již jsem předeslal jsou lidé vesměs v presu, štvání vlastními předsudky, návrhy, vlastními potřebami a reklamami jsou hnáni někam. Zamyslet se nad prioritou konání v běžném životě to není v dnešní době příliš frekventované, protože zamýšlení se je pouze tendenční pro vyřešení dané věci v dané chvíli. V tomto momentě bychom mohli říct, že jde o danou chvíli, ale nejde o zamýšlení se nad prioritami. Ale my se zamýšlíme tendenčně nad tím co musíme. Zamýšlet se tedy nad prioritami konání nebo věcí je bráno jako měkkost nebo slabost člověka, který není schopný utíkat s davem dopředu, loktama bouchat kolem sebe a dobírat se někde k něčemu na co upozorňuje reklama jako na veledůležitou věc. Zamyslet

se nad prioritou, to znamená vrátit se k sobě a uvědomit, že v této dané chvíli v běžném životě, by potřeboval se zastavit. Protože potřebuje zodpovědné rozhodnutí a to zodpovědné rozhodnutí, přijde jenom s klidem duše. Když klid v duši není, zamyslet se neznámá ještě hledat to správné, protože my se zamyslíme jenom tu danou chvíli přijali. V danou na chvíli se zamyslíme jenom na chvíli nad krokem, který potřebujeme udělat. Budeme-li se koukat na lidi kolem nás, pak zamýšlení se v běžném životě v dané chvíli se nekoná. Pokud bych to mohl procentualizovat, bylo by to do 10-15% populace. Jinak je to chaos více či méně řízený požadavky doby, reklamou, tlakem okolí, zaměstnavatele a podobně“. **„Děkuji“.**

Odpověď:

Klinický psycholog

„Ano zamýšlejí se nad tím, co je pro ně důležité. Často je pro ně velmi těžké zhodnotit, co dát na první místo a co je pro ně důležité a co pro ně důležité není“. **„Jak se potom ty priority odráží v tom dalším životě? Mění se priority v životě lidí?“** „Určitě ano. Mění se hodně. Protože oni vlastně dnešní doba je zaměřená na výkon, na to, že člověk spoléhá sám na sebe. Člověk je ten důležitý ten, který jakoby děj všech věcí kolem a v okamžiku jakéhokoliv zklamání. Příchodu nemoci nebo příchodu stáří si musí lidé ty priority nějakým způsobem přehodnocovat. Já vám lidi, kteří právě ztratí takovou tu víru sám v sebe. Protože je to víra velice křehká a hodně to pozoruji u starší generace seniorů, kteří už nejsou zaměřeni na ten výkon a nemohou podávat takový výkon ve společnosti. Právě častokrát ztrácejí smysl života. Ztrácejí hodnocení sebe sama a je to velice smutné pozorovat jak společnost jim ani nedává tu příležitost, aby smysl života mohli nějak naplnit“. **„Děkuji“.**

Odpověď:

Duchovní

„Na první část otázky odpovídám určitě ano, protože priority každý z nás ve svém životě určitě hledá. Když se podíváme na ten žebříček hodnot dnešního člověka je to nejčastěji zdraví, rodina nebo práce. To jsou takové tři nejdůležitější priority na žebříčku hodnot dnešního člověka. Ale v dané chvíli mi nepřijde, že by člověk v dané chvíli nad nějakou hodnotou přemýšlel“. **„Děkuji“.**

5. Hledají lidé hranice mezi věcí „nespravedlivou“ a zda skutečně tak nespravedlivá je?(z hlediska širších souvislostí)

Odpověď:

Poradenský psycholog

„Hledání této hranice je velice pofiderní. Míra vnímání věci nespravedlivou je daná mírou neštěstí, kterou člověk v sobě prožívá. Vezměte si například svůj pocit z drobných kamínků po kterých jdete bosýma nohama když máte nohy zdravé je to pro vás příjemné. Jestliže ale před tím jste měli drobný úraz, protože jste šlápli na hřebík, pak tyto kamínky budou pro vás takovým neštěstím, že nebudete chtít vůbec po těch kamínkách jít. Při zdravých nohou jsou tyto kamínky pro vás osvěžující a tak je to v životě se vším. ...je posunovaná mírou neštěstí člověka samotného. No a pokud si to uvědomíme v širších souvislostech, pak se to může projevit v tom, že člověk, který je nešťastný a přijde o práci si neuvědomuje, že se stal pouze součástí obětí, kterou vykonalo soukolí krize. V dnešní době velice frekventované téma. Ale odsoudí prvního nadřazeného, že se nezastal a dovolil, že tento člověk vypadl z výrobního procesu nebo z pracovního systému. Lidé tu míru, hranici mezi věcí nespravedlivou a věcí, která spravedlivá je, nejsou schopni rozpoznat a to je dané opravdu jejich vlastním více či méně nešťastným nitrem“. **„Děkuji“.**

Odpověď:

Klinický psycholog

„Lidé mají celkově velký problém v tom, že nedokáží rozlišit co je spravedlivé a co je nespravedlivé. Častokrát vnímají křivdu jako velmi nespravedlivou věc a mnohdy si neuvědomují, že ta současná nespravedlnost, která se jim děje, může mít z hlediska těch širších souvislostí velice pozitivní výsledek. A mnohokrát věci, které se na první pohled zdají být velmi pozitivní můžou mít velmi negativní výsledek. Ano častokrát si lidé nedokáží dohlédnout těchto rozměrů. A častokrát u těch spravedlivých kteří, se snaží konat všechno dobré špatně nesnáší, když vidí nespravedlnost, které se děje kolem nás. Mnoho lidí, právě ztrácí tu naději, že spravedlnost někdy může být. A právě mnoho těch nespokojených lidí tvrdí, co se týká víry, že kdyby Bůh opravdu byl, tak by nebylo tolik nespravedlnosti na světě. Ale já si myslím, že právě tento názor je dán ten, že tím že my jsme sice schopni pociťovat dobré a zlé, ale občas nedokážeme právě odlišit jedno od druhého“. **„Děkuji“.**

Odpověď:

Duchovní

„Slovo nespravedlivá můžeme zaměnit se slovem dobrá, nebo špatná. Nebo v tom církevním prostředí hříšná, mravně nedovolená. Myslím si, že dnešní člověk má pod vlivem dnešní moderní výchovy tu pravdu a to co je s tím spojené spravedlivé a nespravedlivé, jestli je to dobré nebo nikoliv to má to nějak zamotané. A často lidé nepřemýšlejí, ale často také potřebují jasně slyšet nejenom ve výchově Co a proč je špatné. A přijde mi, že ten dnešní svět o tom moc nemluví, právě opačně. Nějaká věc už není spravedlivá to už není ten moderní co člověk používá. Spíše fungujeme nebo moderní společnost funguje na základě situační etiky, kde všechno je spravedlivé co mi prospívá. Což je samozřejmě velkým omylem, protože je spousta věcí, které jsou ve svém podstatě filozofické nespravedlivé a pak nemůžou ospravedlnit to naše jednání ani cíl, protože cíl neposvěcuje prostředky jak to známe. Tady se zamotává dnešní člověk do takové léčky, kterou na něho nastražil dnešní svět. Je přesvědčen, že něco je spravedlivé, protože mu to prosívá, což v žádném případě nemůže být tím cílem našeho jednání. Ale situační etika, jak víte, je všeobecná umožňuje relativismus, kde v podstatě neexistuje žádná pravda. Každý má tu svoji pravdu a situační etika jítí to mravní jednání dnešního člověka“. **„Děkuji“**.

6. Myslíte si, že lidé vnímají skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky ?Jak se to projevuje?

Odpověď:

Poradenský psycholog

„Dnešní lidé poplatní doby bohužel se k tomu musím vracet nerozeznávají malé a velké věci. Bude to podobné jako u předcházejícího tématu. Míra velikosti věcí je dána mírou vnitřního neštěstí člověka. V tom případě člověk není schopen rozeznávat malé, velké věci a potom z toho vzniklé důsledky, protože míra neštěstí jeho nitra určuje velikost věcí, která ho trápí a on o důsledcích nepřemýšlí. Mají-li lidé vnímat skutečnost, že i malé věci mohou mít velké důsledky, to moc jako ne. Postavme to trošku jinak. Uvědomit si, že malá věc může mít velké důsledky to vyžaduje myšlenkovou kázeň. Není-li myšlenková kázeň, pak toto vytvoření myšlenkových synapsí, které přivedou člověka k uvědomění si přivedou k uvědomění si důsledků malých věcí...Pokud kázeň není, nejsme schopni se tam dobrat a potom děláme věci chaoticky Potom se divíme, že výsledek je takový jaký je. Spojení mezi příčinou a důsledkem není“. **„Děkuji“**.

Odpověď:

Klinický psycholog

„Ano vnímají tu skutečnost, ale nedokáží podchytit ty okamžiky opravdu mohou změnit život a mohou mít veliké důsledky. Lidé ty otázky, které se dají nazvat Karma neradi slyší, že také co zasejí to také sklídí a hlavně neradi slyší, že musí sklídit co zaseli a to co udělali musí napravit jen oni sami. Že nikdo za ně nic neudělá. Častokrát se snaží různými způsoby zbavit se té zodpovědnosti, tuto skutečnost, že malé věci mohou mít veliké důsledky, často to bývá jenom myšlenka, která může změnit koloběh života, která může spustit lavinu dalších událostí. A myslím si, lidé si toto uvědomují, ale velice málo si to připouštějí a častokrát se v tom vůbec neorientují a myslím si, že je tu právě velmi důležité uvědomit si tu přítomnost, a nezaobírat se tím, co bylo a tím co bude, ale tím co je právě teď. Jen tehdy můžou přijít na to, které věci ovlivňují budoucnost a minulost zároveň“. **„Děkuji“.**

Odpověď:

Duchovní

„Teď mě napadá k této otázce co řekl pán Ježíš v evangeliu, že kdo byl věrný v malé věci, bude věrný i ve velké. Ze své praxe, mám zkušenost, že to opravdu platí. Ten kdo bývá věrný v malých věcech, bývá věrný i v těch věcech velkých. A opačně. Ten kdo nezvládá ty věci nejmenší, pak nezvládá věci, které jsou velké. Ty které chtějí velké nasazení a myslím si, že se to pomaličku vytrácí. V dnešní době člověk je nastavený na věci velké a utíkají mu ty malé a tím není schopen ani pořádně plnit ty věci, které na jeho cestě čekají“. **„Děkuji“.**

7. Myslíte si, že lidé vnímají, že jistá míra pokory jim dává šanci prožít růst hodnoty vztahů a věcí?

Odpověď:

Poradenský psycholog

„Prosím Vás co je to pokora? To je téma, které dneska vůbec není frekventované, protože pokora, jako význam slova není lidmi pochopeno“. **„Používají lidé v životě toto slovo“?**
„Toto slovo používané není a pokud pak je to jenom parafráze, protože se slovo pokora používá spíše významově jako ohýbání hřbetu, lezení do sedací části, popřípadě zřeknutí se sebe sama ve prospěch někoho. Špatně pochopený problém. Pokora je přijetí svého místa

v životě, svého zařazení v životě podle dispozic, pocitu stavu vnitřního naplnění klidu. Každý jiný stav je špatný a nedostatek pokory žene lidi do poloh, kde jim není dobře. Oni tam ale chtějí být, protože podle tlaku společnosti, která vyžaduje výkon, expanzi člověka. To se pokorou nepotká ani v nejmenším. Znovu, míra pokory dává šanci prožít růst hodnoty. Lidé nevnímají, že by jim pokora chyběla, protože nepřijetí pokory v jakékoliv podobě je náplní dnešních lidí - nepřijetí pokory. Víte, jestliže jsou lidé osloveni jenom, kde bys měl přibrzdit, kde se náznakově hovoří o tom, buď pokorný, v ten moment lidé si začnou přehrávat všechny křivdy, které na nich byly spáchány ať to byli rodiče, šéf, v ten moment jdou lidé do proti útoku a o to více se ztrácí šance uvědomění si, že míra přiznání pokory dává lidem šanci růst hodnot. Totiž jsme-li pod hladinou vody nejsme nikdy schopni posuzovat vlhkost vzduchu“. „**Děkuji**“.

Odpověď:

Klinický psycholog

„To je otázka velmi těžká. Lidé opravdu poměrně často si pokory váží, stejně jako skromnosti, ale považují ji za ústupek. Vůbec si neuvědomují, že ustoupit třeba násilí, je mnohem moudřejší. Spojují si často pokoru s nedostatečností, ..s sebevědomím. Pokorný člověk je ten, kdo se nedokáže prosadit a ta dnešní doba, která sází na ostré lokty, tak slovo pokora nemá moc ráda. To je něco co jim bere tu sílu k tomu se prosadit. Dnešní materiální svět je takový, že pokora se velmi nerada přijímá a právě často se mi stává, že se setkávám s lidmi, kteří mají velmi nízké sebevědomí ve své podstatě a vůbec si neuvědomují, tím že se snaží za každou cenu udělat dojem. Ukázat jak jsou dobří, silní, tak jim říkám že mají najít pokoru a přijmout se takoví jací jsou a lidé ani nemají tu pokoru přijmout sami sebe jakoby se svými nedostatky, se svými těžkostmi, které je trápí. Lidí si často vyčítají, že jsou nedokonalí a neschopni přijmout svoji prohru. Já si myslím, že kdyby měli více té pokory, tak by svoje starosti zvládali mnohem lip“. „**Děkuji**“.

Odpověď:

Duchovní

„Velmi zajímavá otázka, protože pokora jak již jsem říkal k moderním slovům dnešní doby určitě nepatří. Právě pravda, spravedlnost, pokora to jsou věci, které nepoužíváme ve svém slovníku. Málo kdo vnímá pokoru jako prostředek vnímání věcí kolem nás. Tady také problém jak tu pokoru vnímáme. Co rozumíme pod slovem pokora. Jestli ji chápeme jako sta-

rověkým filozofickým pojmem - slovem tak jako unížení člověka, kde skoro je prachem. A to nám také v minulých stoletích náboženství připomínalo. Člověk je pokorný, protože pochází z prachu země a celá liturgie Popeleční středy mám toto připomíná. Slovy - Člověče pamatuj, že jsi prach a v prach se obrátíš. A dnešní psychologie nám zase nabízí pokoru jako něco co je pravdou člověku. Jako něco z jedné strany neznámá, že já popírám to co je ve mně dobré, to co je ve mně silné. Právě opačně. Pokora je stav pravdy. Myslím si, že i v tomto smyslu dnešní lidé mají problém. Přiznat si, sami sobě pravdu, je hodně těžké v dnešní době pro dnešního člověka. Myslím si, že ta pokora i v tom psychologickém smyslu je těžko přijatelná pro dnešního člověka“. **„Děkuji“**.

8. Uvědomují si, lidé, že moudrost „nejdříve dávej, potom ber“ , má platnost i dnes z hlubšího hlediska vnímání souvislostí?

Odpověď:

Poradenský psycholog

„Ze své praxe můžu říct, že jen slabé procento si to začíná uvědomovat, ale až po té, když je jim to nabídnuto jako myšlenkové téma. Protože nejdříve dávej, potom ber platilo ještě dvě generace zpátky. Generace před námi ta už to postavila do polohy jiné z důvodů souvislostí společnosti, ale také nemoudrostí rodičů. Dneska se to úplně vytrácí. Nejdříve dávej, potom ber to je opravdu velice hluboké téma, kde vlastně člověk s tím, že dává, koresponduje s jistou mírou pokory. To dávání, to vyžaduje od člověka něco více než brání. My jsme se naučili brát, všichni dávejte, dávejte, já to chci. Máme-li nejdříve dát, pak musíme jít trošku hlouběji, kde začíná prožívání našeho kroku dávání. Tehdy je zpětná vazba dávání nám je logickým důsledkem. Pokud to probírám v praxi nikdo není moc ochoten dát. Proč bych měl dávat? Dejte mi vy! Přitom Deepak Chopra v knize 7 duchovních zákonů úspěchu tento problém bere jako jeden ze základních pro život člověka. Naučme se nejdříve dávej, potom ber. V dnešní době si to hlavně pletou matky, které dávají příklad svým dětem, že dětem je dáváno. Děti se to naučily brát a matka si to silně plete. Ona si hladí svoje bebínko, má deficit v citové investici do dítěte. Potom se diví, že dítě neumí jinak než přijímat. Ani dítě nepotřebuje dávat do ruky jako potřebuje dávat cit, a ono to potom mamince vrací. Nechodme do materiální oblasti, zamysleme se nad dnešním stavem rodiče – děti. Matky – děti a pak přichází na konzultaci matka, a říká, já jsem těm dětem dala všechno a ony mě dneska ani nenavštíví a nemají pro mě slušného slova. Dostávají to

co si zasloužily. Neuměly dát ze svého nitra, nemůžou očekávat v blízké době návratnost. Dávají materiální věci a pomyslení A tady v tomto to platí. Nejdříve dávej potom ber je kombinace našeho vnitřního snažení citové ochoty dávat. A k tomu přidáme něco materiálního a tato úroveň dávání vytváří předpoklad pro stejnou úroveň návratnosti“. **„Děkuji“**.

Odpověď:

Klinický psycholog

„Určitě si to uvědomují, ale zase oni chtějí když dají, tak často od stejného člověka očekávají. To očekávání je velký problém, protože málokdy se nám dostane nazpět to co někomu dáváme. Je to velmi smutné, ale mnoho lidí právě kvůli tomu přichází o své vztahy. Protože něco, někomu dá a něco za to chce. A často mají celý svůj život nastavený v tom účetním slova smyslu má dáti dal. Vždycky vidí- tobě jsem dal, tobě jsem dal, pro tebe jsem udělal a ty teď musíš udělat pro mě. A přitom je mnohem jednodušší nechat to všechno plavat a všimnout si toho, že jednomu člověk dám ale někdo úplně jiný dá mě. Lidé si vůbec neuvědomují, že jim někdo jiný dává, oni jsou smutní proto, že jim nedal ten od kterého to původně čekali. A potom se dostávají do takové pasti, do sítě, ze které se velmi těžko dostávají. Kdyby si lidé uvědomili, že to dávání musí být upřímné, musí být právě bez očekávání braní, tak by potom dostávali mnohem víc než sami dávají. Ale oni nemají právě to hlubší hledisko vnímání těchto souvislostí“. **„Souvisí to s výchovou“?** „Určitě ano, Právě ty matky, které se považují za to, že se svým dětem obětovaly, tak velmi těžce snášejí jakékoliv projevy svobody svého dítěte. Velice často špatně snášejí odchod dětí z domova, když si děti hledají nové partnery. A velice rády mají své děti závislé na sobě. A zase potom, naopak některé matky mají potřebu zase dávat jiné věci, když nemají ten materiální základ, nebo neúplnou rodinu, tak se jim snaží dávat ze všech sil a u těch dětí očekávají zase nějakou závislost a to také není dobré“. **„Děkuji“**.

Odpověď

Duchovní

„Jak kdo, jak kdy. Protože ve svém životě se setkáváme se spoustou lidí, kteří se tímto pravidlem řídí a velmi rádi dávají a nic nečekají zpátky. A jejich zkušenost je, že dostávají zpět více než dokážou dávat sami. Jsou překvapeni, když o tom mluvíme. Ale bohužel jsou také lidé, kteří se podle mého názoru v žádném případě neřídí tímto heslem. Jsou naučeni, že celý život něco dostávají. A pak mají problém s tím dáváním. To především vidím ve

své praxi mezi partnery nebo manžely, kde je tento vztah založen na rovnováze dáváním a braním. A když jedna z nich je narušena, tak ten vztah zákonitě nefunguje. Takže jsou lidé, kteří nedokážou být v životě šťastni, protože nedokážou v dávání nacházet štěstí a pak ani to braní nemůže být pro ně hodnotné“. „**Souvisí to s tím jak jsou vychovávaní“?** „Určitě. Ten základ je ve výchově. Když od základu je dítě naučené jenom přijímat od rodičů, od školy. Jde to vidět v dnešní společnosti, kde každý okamžitě cituje svoje práva ale zapomínáme na své povinnosti. A dítě které je od malička vedené k tomu, že je důležité, aby se naučilo se dávat, rozdělovat se mezi sourozenci, dát část svým sourozencům, rodičům. Pak tito lidé fungují v dospělosti úplně jinak“. „**Děkuji**“.

9. Uvědomují si, lidé, že moudrost „zameť si před vlastním prahem“ má z hlediska hledání klidu v sobě, platnost i dnes?

Odpověď

Poradenský psycholog

„Naši staříčci - minulé generace, dvě, tři zpátky, se tímto heslem řídily a řídily další generace velmi. Dneska se to příliš nebere vážně, protože hledání klidu v sobě není prioritou lidí a není prioritou ani člověka každého jednoho, protože tím mě neotravuj, tím mě nezlob, já nemám čas, já musím tam, tam, To znamená, že hledáme vůbec v sobě klid? A pakliže ho hledáme, hledáme ho správně? Nezačínáme hledat klid v tom, že nejdříve odstraňujeme všechny, kteří nám nějakým způsobem vadí a říkáme tomu hledání klidu. Tím, že odstavíme lidi od sebe. Všechno špatně. Tak jako u předcházející otázky, zameť si před vlastním prahem, udělejme si v sobě, lidé si mají udělat v sobě pořádek. A máme-li v sobě pořádek není v nás tenze hledat problémy u jiných. Jestliže, ale si lidé zamést si před vlastním prahem, pak hledají nepořádky u všech kolem dokola. Takže - uvědomění, zameť si před vlastním prahem, má platnost - lidé si ji neuvědomují“. „**Děkuji**“.

Odpověď

Klinický psycholog

„K tomu, aby člověk našel svůj klid, tak si především musí udělat pořádek sám v sobě. A tady hodně platí to pravidlo miluj svého bližního jako sebe sama a pokud si lidé budou pořádek vkládat svoji vlastní hodnotu, jak je přijímají ostatní lidé a nedokáží oni sami sebe přijmout právě takové jací jsou, tak ta platnost je sice, ale lidé si ji neuvědomují a je velmi

těžké a běh na dlouhou trať, když se lidem snažím vysvětlovat, že právě ten vztah k sobě samému oslovuje bližního jako sebe sama, tak je především o tom, že musím umět odpouštět. Nejtěžší je odpustit sám sobě, že něco dělám špatně a že jsem nedokonalý. A vlastně se to tady prolíná pořád dokola, že člověk je svázán tím současným stylem života, který právě bohužel smutně klade důraz na dokonalost a to pomíjívé a neuvědomuje si že, ta pomíjivost, dokonalosti těla je hrozně zrádná a zranitelná“. **„Lidé si tedy uvědomují, že ta moudrost platí, ale z nějakého důvodu to v podstatě nedělají“.** „Ví, že by to měli dělat, ale dělají to hrozně neradi. Je to otázka přijetí sebe sama, protože, když by si měli zamést před vlastním prahem, tak by museli připustit, že tam to smetí je. A to oni velice neradi připouštějí. Lidé se často také staví do pozice dokonalých a je to zajímavé, když je to podobně v písmu zmiňované. Když Ježíš popisuje druhy modlitby, kdy farizej, který je zákoníkem, který určuje jak mají lidé věřit. Stojí před Bohem a modlí se:“Bože děkuji ti, že jsem dokonalý a že jsem lepší a že nejsem tak špatný jak všichni okolo mě.“ A pak je tam příklad druhé člověka celníka, který se modlí s říká „Bože promiň mi, že jsem tak nedokonalý a odpusť mi že takový jsem „. A to je tak se spoustou lidí, a mě velice mrzí, že lidé v této společnosti velice kritizují, staví se do pozice soudců a říkají, že to co si oni myslí, je to správné. A co mě na této společnosti nejvíce mrzí, že jako by své názory vůbec a na život kolem sebe prolínají do vztahů. To je asi ta největší zoufalost, se kterou se setkávám, že lidé se dovedou nemít rádi pro ideologie, pro demagogii, pro dogmata a to zase jenom proto, že se schovávají za svou vlastní neschopnost a nedovedou si přiznat, že sami jsou nedokonalí a že sami nemají právo nikoho soudit a posuzovat a nemají k tomu dostatek moudrosti“. **„Děkuji“.**

Odpověď

Duchovní

„To je také krásná a zajímavá otázka. Sokratovská zkušenost o zametání si u vlastního prahu. Dokonce si pamatuji, že Sokrates jednou říkal, že člověk nemá ztrácet čas hledáním cesty na náměstí, ale spíše si má zametat u vlastního prahu. Tato starobylá klasická filozofie má opravdu velký význam. Ale zase myslím si, že málokdo to v dnešní době používá toto pravidlo ve svůj prospěch vnímání věcí a souvislostí jako říkáte. Protože spíše je nám to jednodušší dívat se na ostatní než na sebe. Méně bolí objevovat chyby a bolesti jiných lidí než ty svoje. Když zjišťuji, že nějaké starosti, bolesti, to co je těžké ve svém životě, tak mě to několika násobně více bolí než, to že moje sousedka nebo soused je takový. Myslím

si, že toto pravidlo lidé znají teoreticky, ale nepoužívají je protože je to spojené s mírou bolesti v jejich životě“. „**Nebo také se strachem, že tím zametáním se odrývá něco co by nejraději zapomněli, nebo co si nechtějí vzpomínat“?** „Je to jeden z mechanismů obrany tak jak je známe z klasické psychologie. Kde nám brání v prožívání bolesti nějakých těžkých věcí je to spíše v té řadě nezametat, abychom se nedotkli něčeho co je bolestivé“. „**Děkuji**“.

10. Přemýšlejí lidé někdy o tom, že přiznání hodnoty lidem a věcem okolo, jim dává šanci být i podobně hodnocenými jejich okolím?

Odpověď

Poradenský psycholog

„Odpovím ve zkratce – NE. Nepřemýšlejí vůbec o tom, že přiznání hodnoty lidem jim dává šanci být podobně hodnoceným, protože... Víte. Podobně jako u předcházející otázky je to o moudrosti uvědomování si pokory. Člověk si musí uvědomit, že vedle mě sice můžou být lidé lepší než já. Já jim tu míru úcty přiznám a postavím se do té pokornější polohy a na principu co jsme to vyzařujeme, oni mě začínají vnímat jako osobu ménětenzní, a začíná to okolí mě brát jinak. Ale toto lidé nechtějí přijmout jako téma. Takže přemýšlet nad tím, že přiznání hodnoty lidem ... se nekoná“. „**Nestává se to ani v případech, že řeší nějakou důležitou životní situaci nebo krizi v rodině a v podstatě jsou před tuto otázku postaveni“?** „Tak to vůbec ne. Protože, jestliže jsou lidé zahrnutí do kouta v ten moment zanikají všechny šance pro přijetí okolí. V ten moment začínají třískat kolem sebe, začínají být tvrdí, a nekompromisní a nikdo kolem nich nemá žádnou cenu. ...divili byste se jak jsou lidé schopni, když jsou zatlačeni do kouta, potopit kohokoliv včetně svých sourozenců, partnerů, rodičů i někdy i dětí“. „**Děkuji**“.

Odpověď

Klinický psycholog

„Určitě. Nevýhoda je v tom, že lidé velice často mají mnohem nižší hodnocení o sobě samých než má o nich jejich okolí. A často přiřazují hodnotu věcem kolem sebe a často jim ostatní lidé, kteří něčeho dosáhli a mají hodně ležet a mají drahá auta a mají materiální základ. Tak velice často jim dávají mnohem větší hodnotu než jim ve skutečnosti přísluší. Tady se hodnotí podle toho, že oni to nemají, že když vidí, že soused má krásný dům,

krásné auto, ale třeba rozpadlou rodinu a rodinné vztahy to málo kdo vidí. Nejčastěji lidé vidí to auto, ten dům a přitom si nevšímají právě těch vztahů. Že je člověk sice nemusí mít drahé auto, velký dům ale ta blízkost rodiny a láska je to co je mnohem méně pomíjivé a to málo lidí uvědomuje. Mají to hodně posunuté. Štěstí přichází s materiálními hodnotami a s majetkem a neuvědomují si, že štěstí vychází z dobrých vztahů“. **„Děkuji“.**

Odpověď

Duchovní

„Tato otázka směřuje k tomu, jestli já v ostatních vidím to čím jsem já sám. To je velice důležité pro dnešní dobu. Protože žijeme v dnešní době v době kdy svět je pluralistický a otevřený pro jiné kultury, náboženství, a když v kultuře, v náboženství hledám identitu, tak je to příliš málo. My musíme jít do hloubky a zamyslet se nad tím, že každý člověk má svou hodnotu, která je nekonečně větší než zvířata, nebo věci kolem nás. A když přiznám druhému hodnotu jenom proto že je člověkem, tak také ho budu brát, vnímat bez ohledu na to jaké vyznává náboženství nebo do jaké kultury patří a s tím lidé mají dnes problémy. Protože, na jedné straně svět ve kterém žijeme za každou cenu ty hodnoty neuznává. Vidíme snahu ekologie, která sama o sobě není špatná, ale našli hodnotu větší než má člověk. Lidé dokážou se poutat ke stromu a budou chránit zvířata a když se vraždí lidé, tak jsou ticho. To už je nepopulární, nemoderní. Tady z jedné strany vidíme snahu nasazovat věcem a zvířatům větší hodnotu než doopravdy mají a člověka ponižovat, protože každý útok na hodnotu člověka i když třeba mluvíme o euthanázii. Která je pro spoustu lidí vhodná jako dobrá smrt, je přijatelná pro spoustu moderních lidí a na druhé straně euthanásie pro stromy je nepřijatelná. Já bych viděl tuto otázku spíše jako výzvu k tomu, dávat lidem a věcem správné hodnoty a teprve pak můžeme snáz vnímat věci nebo souvislosti kolem nás“.

„Není to také v tom, že tu hodnotu nedáváme sami sobě“? „Je to určitě i v tom. Zase mě napadá, že nejsme schopni přijmout sebe, když si nevážím sebe, pak nejsem schopen žít v plnohodnotném vztahu, nejsem schopen žít ve společnosti“.

„Děkuji“.

11. Koho lidé považují, ve spojitosti s vaší praxí, obvykle za osobu blízkou a důležitou či nejdůležitější?

Odpověď

Poradenský psycholog

„Toto se mění s věkem a se životním mezníkem nebo situací ve které se tito lidé nacházejí. Jelikož jsme se už v průběhu tohoto rozhovoru zmínili o tom, že jsou osob pro důvěrný vztah nebo pro komunikaci, tak tady, když se ptáte na osobu důležitou, tak zde to obvykle není o důvěře. Je to postavené k devalvací lidské osobnosti, kde se lidé svezou do polohy ctít osobu, která pro ně v životě něco znamená. Všichni lidé, kteří neznají jinou hodnotu než zavěsit se na někoho, „schopného“. Ale to, že se lidé na někoho zavěsí znamená to, že začnou toho člověka ctít je to falešné ctění. Je to v podstatě využívání někoho co s kvalitou člověka má méně a méně společného. Řekl bych, že vůbec nic. Definovat je to velice různé a obvykle je to osoba, která si stojí na společenském řebříčku vysoko, z hlediska materiálního, mediálního. Z hlediska niterního prožívání to ale není. Je to postaveno na vnější efekt. Zkráceně můžu říct. Lidé, kteří mi procházejí rukama, z různých oblastí našeho veřejného života. Jak tito lidé se těší na „důležité“ lidi ve společnosti. Těmto lidem je až nepříjemné, ale průměrný člověk, který sebe nectí vůbec, protože nebyl veden ke kvalitě sebepřijetí, takže to neumí a proto si musí vytvořit nějaký vnější idol, který není postavený vůbec na kvalitě vnitřní. Bohužel ve 4,5 z 5 je to postavené na hledisku společenské užitečnosti, využitelnosti atd.“. „**Děkuji**“.

Odpověď

Klinický psycholog

„Tady záleží na tom, kde ti lidé jsou, jak žijí. Často se setkávám, že lidé považují za osobu blízkou a důležitou, nejdůležitější právě svého partnera ve kterém se snaží realizovat. Často se stává, že si nemůžou najít partnera, který by je dal na to stejné místo. Ve své praxi se setkávám s tím, že lidé kladou největší na osobu partnera, potom jsou to teprve rodiče, a u žen to nejčastěji bývají děti“. „**Děkuji**“.

Odpověď

Duchovní

„Tak toto bych rozdělil na dvě části podle praxe, kterou dělám. Duchovního člověka, který pracuje v pastoraci to je určitě systém hodnot a tam Bůh k nim patří. Protože křesťanství vnímá Boha jako osobu, tak Bůh pro spoustu lidí je nejdůležitější osobou. V terapeutické praxi, tak mi přijde, že takovou nejdůležitější osobou jsou pro rodiče děti, pro manžela manželka, pro manželku manžel, pro partnera partnerka. Jsou to lidé s kterými sdílí nejčas-

těji domácnost, ale také to tak být nemusí. V případech domácího násilí právě ten, který je nejbližší je mi psychicky nejvíce vzdálen jako člověk..Pro věřící je to tedy Bůh osoba duchovní, pak teprve rodiče, velmi často, nebo přátelé. Pro nevěřící je to partner a rodiče a pak jsou to ti profesionálové, kterým se svěřuji se svými problémy o kterých jsem mluvil.Velmi často je jím psycholog, psychiatr, terapeut. Z jedné strany je to dobrá věc, že takové odborníky máme, na které se můžeme obrátit, ale z druhé strany je to velmi smutné, že člověk ve svém okolí nemůže najít někoho s kým si může popovídat a musí platit velké peníze za hodinové sezení s někým kdo je školený“. **„Děkuji“**.

PŘÍLOHA - P V: VÝSLEDKY KVANTITATIVNÍHO VÝZKUMU

Podmínky výzkumu

Výzkum jsem prováděla na dvou školách.: Obchodní akademie ve Valašském Meziříčí a Gymnázium v téže městě. Zvolila jsem záměrně tento výběrový soubor respondentů, protože se domnívám, že zvolené skupiny mohou být reprezentativním vzorkem mladé generace pro můj výzkum. Tyto rozdílné skupiny respondentů jsem si vybrala proto, abych také mohla posoudit názory mladých lidí, kteří si zvolili odlišný typ školy. Pro dotazník jsem volila věkové rozpětí 17-20 let.

Složení respondentů podle pohlaví, a školy

Škola	Pohlaví		Celkem
	dívky	chlapci	
Gymnázium	25	25	50
Obchodní akademie	25	25	50
Celkem	50	50	100

Tabulka 1

Vyhodnocení dotazníků

1. Myslíš si, že život má smysl? Napiš vlastními slovy jaký.

První otázka byla otevřená a dávala možnost odpovídat podle vlastního uvážení vlastními slovy. Všichni respondenti na tuto otázku odpověděli. Někteří však svou odpověď napsali obsáhleji. Některé zajímavé odpovědi jsem si dovolila citovat celé.

- Život má svůj smysl, když víš proč ho žiješ.
- Měli bychom si každého dne vážit a užívat si ho naplno, protože nevíme, který den bude náš poslední.
- Má smysl jeho užití a dosáhnout toho, po čem toužíme a co je pro nás uspokojením.

- Život má smysl, a měl by se žít tak, aby zanechal něco dobrého pro ostatní.
- Kdyby život neměl smysl, tak tady ani nejsme.
- Život určitě smysl má, ale někdo jej hledá i celý život.
- Život má smysl, protože na světě je přece krásně.
- Ano má smysl obohatit svět a lidi kolem nás.
- Má smysl, takový jaký si jej každý vytvoří.
- Život má smysl, ale netuším jaký.
- Jistě smysl má, a to že jsme na to jaký, někteří ještě nepřišli, vůbec nevadí.
- Momentálně mám pocit, že smysl život nemá žádný.
- Každý člověk má určité poslání, i kdyby měl být jeho život jen ponaučením pro druhé.
- Určitě ano, ale kdybych věděl jaký, tak tady nesedím.
- Smysl má a pak rozplynu se v transcendentnu.....
-

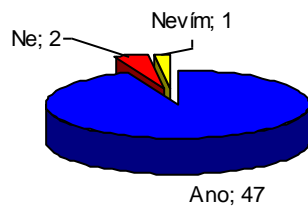
2. Je jistá míra skromnosti pro tebe přijatelná ?

Tato otázka přijatelnosti jisté míry skromnosti byla studenty hodnocena takto: 85% respondentů na ni odpovědělo ano, 10% ne a 5% neví. Děvčata až na tři výjimky, tuto otázku zodpověděla stejně. Je potěšující, že slovo skromnost ještě nepatří mezi výrazy, které jsou už považovány za nemoderní.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	24	20	44	88	23	18	41	82	47	38	85
Ne	0	4	4	8	2	4	6	12	2	8	10
Nevím	1	1	2	4	0	3	3	6	1	4	5
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

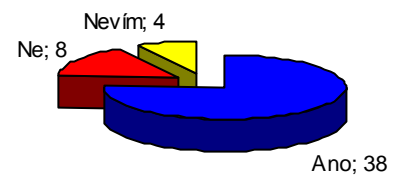
Tabulka 2

Struktura odpovědí dívek v počtu osob



Graf 1

Struktura odpovědí chlapců v počtu osob



Graf 2

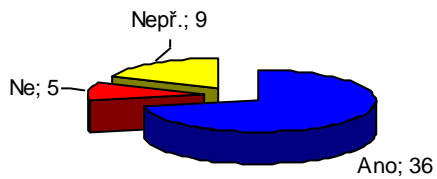
3. Přemýšlel(-a) jsi někdy o tom, zda tvůj nejlepší přítel (-kyně) je hoden (-na) tvé úplné důvěry?

Tato otázka o přátelích byla zodpovězena velice zajímavě. Počet odpovědí ano je pro oba ústavy zcela shodný 32 respondentů, to je 64 %, ne odpovědělo dokonce 15 %, a nepřemýšlel jsem o tom odpovědělo až 21 % respondentů. Výsledky dále ukázaly, že se dívky nad kvalitou přátel zamýšlejí více než chlapci. Odpovědi na tuto otázku ukazují, že se vždy mladí lidé nezamýšlejí nad tím, jaké přátele si vybírají a nesnaží se je ani moc hodnotit.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	17	15	32	64	19	13	32	64	36	28	64
Ne	1	5	6	12	4	5	9	18	5	10	15
Nepř.	7	5	12	24	2	7	9	18	9	12	21
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

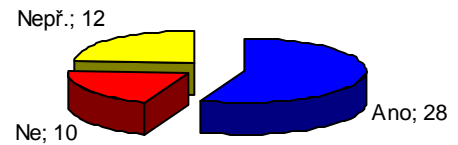
Tabulka 3

Struktura odpovědí dívek v počtu osob



Graf 3

Struktura odpovědí chlapců v počtu osob



Graf 4

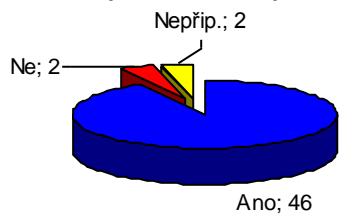
4. Zamýšlíš se někdy nad prioritami konání nebo věcí v běžném životě v dané chvíli?

Výsledky výzkumu priorit v životě respondentů ukázaly, že až 80 % respondentů odpovědělo na tuto otázku ano, 11 % ne a 9 % odpovědělo nevím. A zase zřetelně více dívek se zamýšlí nad prioritami v životě než u chlapců.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	24	18	42	84	22	16	38	76	46	34	80
Ne	1	4	5	10	1	5	6	12	2	9	11
Nepřip.	0	3	3	6	2	4	6	12	2	7	9
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

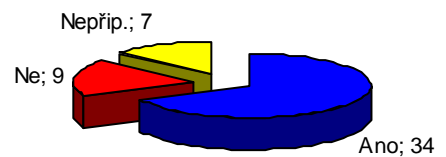
Tabulka 4

Struktura odpovědí dívek v počtu osob



Graf 4

Struktura odpovědí chlapců v počtu osob



Graf 5

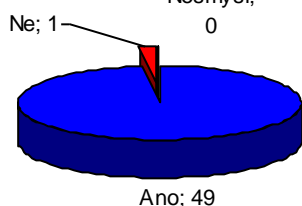
**5. Přemýlíš někdy nad věcí „nespravedlivou“ zda skutečně tak nespravedlivá je?
(z hlediska širších souvislostí)**

Na tuto otázku o nespravedlnosti odpovědělo až 89 % dotázaných ano přemyslím, 6 % ne a 5 % se přiklonilo k odpovědi, že je to nesmysl. Děvčata téměř jednoznačně až na jednu výjimku odpověděla na tuto otázku ano, četnost odpovědí ano byla u chlapců mnohem menší (40 respondentů), a také se objevilo více odpovědí ne a nesmysl.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	25	22	47	94	24	18	42	84	49	40	89
Ne	0	2	2	4	1	3	4	8	1	5	6
Nesmysl	0	1	1	2	0	4	4	8	0	5	5
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

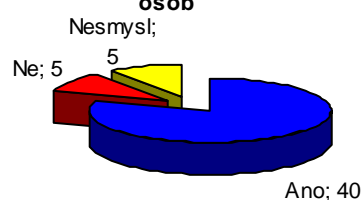
Tabulka 5

Struktura odpovědí dívek v počtu osob



Graf 6

Struktura odpovědí chlapců v počtu osob



Graf 7

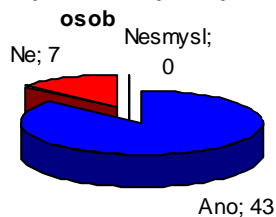
6. Přemýlíš někdy nad tím, že i malé věci mohou mít velké důsledky ?

Až 89 % bylo odpovědí ano, 11 % ne a nikdo se nepřiklonil k odpovědi nesmysl. I na tuto otázku odpověděla děvčata častěji ano než chlapci. Z těchto odpovědí je ale zřejmé, že se nad možnými důsledky, třeba i malých věcí, mládež zamýšlí a četnosti jednotlivých odpovědí na obou školách jsou téměř totožné.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	23	22	45	90	23	21	44	88	46	43	89
Ne	2	3	5	10	2	4	6	12	4	7	11
Nesmysl	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

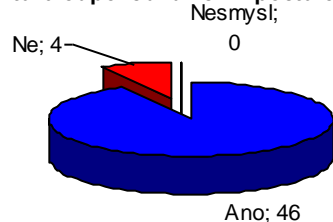
Tabulka 6

Struktura odpovědí chlapců v počtu osob



Graf 8

Struktura odpovědí dívek v počtu osob



Graf 9

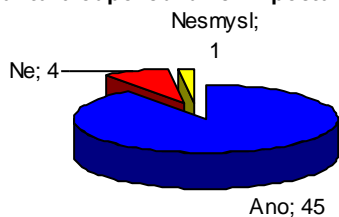
7. Myslíš si, že jistá míra pokory ti dává šanci prožít růst hodnoty vztahů a věcí?

Odpovědi na tuto otázku, která se týkala pokory a prožitku hodnot dopadly takto: 77 % bylo odpovědí ano, 19 % ne, a 4 % souhlasily s odpovědí, že je to nesmysl. Četnost odpovědí ano u děvčat byla i na tuto otázku vyšší než u chlapců. Velice zajímavá je zřetelně vyšší četnost odpovědí ne na tuto otázku u chlapců. Mezi četnostmi odpovědí jednotlivých ústavů nebyl rozdíl téměř žádný.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	23	16	39	78	22	16	38	76	45	32	77
Ne	2	7	9	18	2	8	10	20	4	15	19
Nesmysl	0	2	2	4	1	1	2	4	1	3	4
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

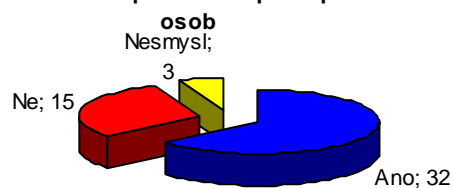
Tabulka 7

Struktura odpovědí dívek v počtu osob



Graf 10

Struktura odpovědí chlapců v počtu osob



Graf 11

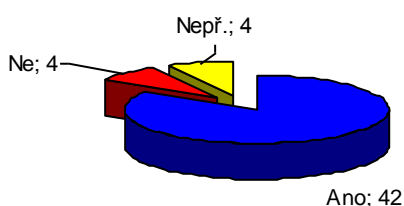
8. Uvědomuješ si, že moudrost „nejdříve dávej, potom ber“ , má platnost i dnes z hlubšího hlediska?

Ano na tuto otázku odpovědělo 77 % , ne 13 % a 10 % respondentů odpovědělo, že o tom nepřemýšlí. I zde byla četnost odpovědí ano u dívek vyšší než u chlapců. Četnost odpovědí ano na tuto otázku byla vyšší u studentů G než u studentů OA. Jeví se, že je to příliš těžká otázka na rychlost dnešní doby.

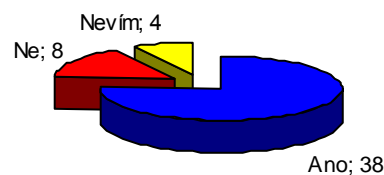
Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	22	18	40	80	20	17	37	74	42	35	77
Ne	1	4	5	10	3	5	8	16	4	9	13
Nepř.	2	3	5	10	2	3	5	10	4	6	10
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

Tabulka 8

Struktura odpovědí dívek v počtu osob



Struktura odpovědí chlapců v počtu osob



Graf 12

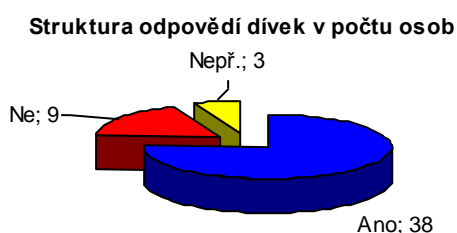
Graf 13

9. Uvědomuješ si, že moudrost „zamet’ si před vlastním prahem“ má z hlediska hledání klidu v sobě, platnost i dnes?

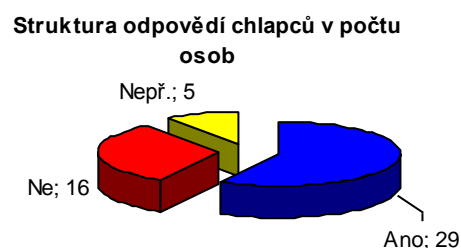
Hodnocení této otázky dopadlo takto: 67% odpovědí ano, 25 % odpovědí ne a 8 % odpovědí je to nesmysl. Četnost odpovědí ano byla zřetelně vyšší u G než u OA. A zase i zde děvčata mnohem častěji odpovídala na tuto otázku ano než chlapci.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	20	17	37	74	18	12	30	60	38	29	67
Ne	3	7	10	20	6	9	15	30	9	16	25
Nepř.	2	1	3	6	1	4	5	10	3	5	8
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

Tabulka 9



Graf 14



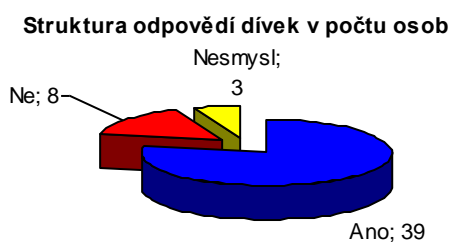
Graf 15

10. Přemýšlel jsi někdy o tom, že přiznání hodnoty lidem a věcem okolo, ti dává šanci být podobně hodnocen okolím?

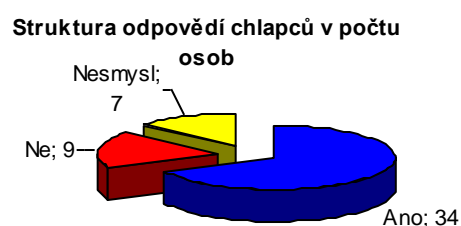
K přemýšlení o přiznání hodnoty lidem a věcem kolem sebe se přiznalo 73 % respondentů, k odpovědi ne 17 % a k názoru, že je to nesmysl se přiklonilo 10 % respondentů. Rozdíly odpovědí na tuto otázku mezi oběma ústavami velké nebyly. I tady opět byly u děvčat četnější odpovědi ano než u chlapců.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ano	20	18	38	76	19	16	35	70	39	34	73
Ne	3	4	7	14	5	5	10	20	8	9	17
Nesmysl	2	3	5	10	1	4	5	10	3	7	10
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

Tabulka 10



Graf 16



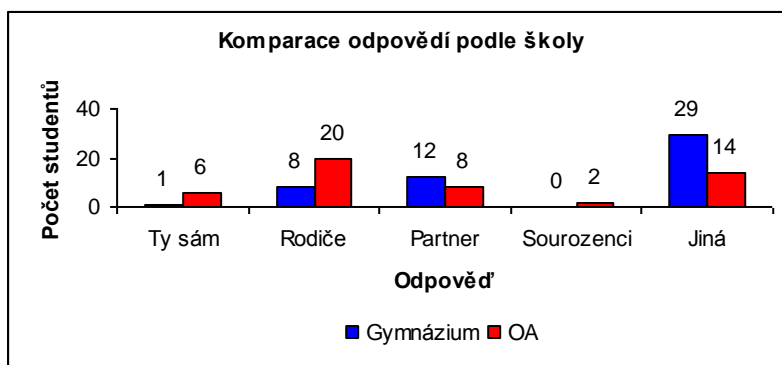
Graf 17

11. Kdo je pro tebe nejdůležitější? Zvol jen jednu možnost nebo napiš svou variantu.

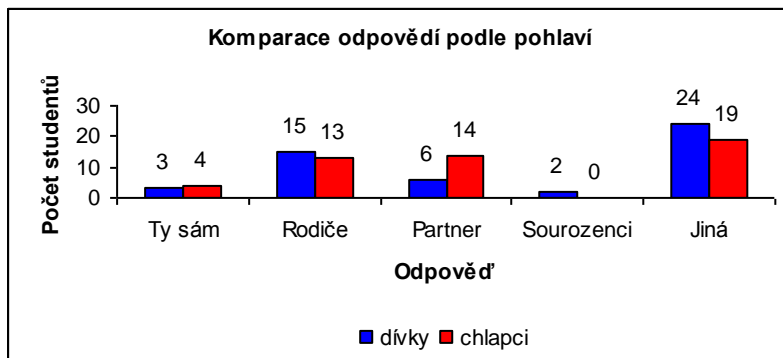
Odpověď, že je pro sebe nejdůležitější každý sám zvolilo jen 7 %, preferování rodiny zvolilo 28 %, 20% respondentů odpovědělo, že je pro ně nejdůležitější partner, 2 % zvolilo sourozence. Až 43 % respondentů odpovědělo, že je pro ně nejdůležitější ještě někdo další a připsaná odpověď zněla, že jsou to kamarádi. Pohled na rozdílnosti odpovědí jednotlivých škol ukazuje například, že 8 respondentů z G volilo rodiče jako nejdůležitější a u OA tuto variantu volilo až 20 respondentů. Dále například kamarády si zvolilo až 29 respondentů z G na rozdíl od 14 respondentů z OA. Velice zajímavé bylo také zjištění, že jen 6 děvčat zvolilo variantu partner a u chlapců si tuto možnost označilo až 14 respondentů.

Odpověď	Gymnázium		Celkem	Podíl v %	OA		Celkem	Podíl v %	Celkem		Celkem (i v %)
	dívky	chlapci			dívky	chlapci			dívky	chlapci	
Ty sám	1	0	1	2	2	4	6	12	3	4	7
Rodiče	3	5	8	16	12	8	20	40	15	13	28
Partner	4	8	12	24	2	6	8	16	6	14	20
Sourozenci	0	0	0	0	2	0	2	4	2	0	2
Jiná	17	12	29	58	7	7	14	28	24	19	43
Celkem	25	25	50	100	25	25	50	100	50	50	100

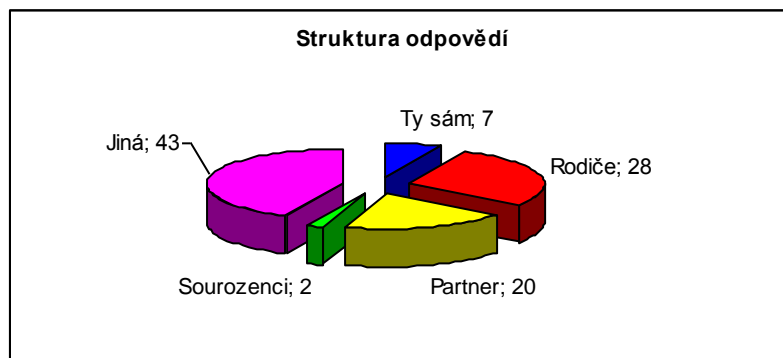
Tabulka 11



Graf 18



Graf 19



Graf 20