

Abstrakt

Tato diplomová práce se zabývá souvislostí osobnostních charakteristik a schopnosti vizualizovat. Literárně přehledová část obsahuje přehled informací o samotné technice vizualizací, jejich typech a vymezení od ostatních mind-body intervencí (např. hypnózy či meditace). Dále jsou shrnuty studie pojednávající o možnostech využití vizualizací a individuálních rozdílech v účinnosti této techniky. Na studie zabývající se tím, jaké osobnostní charakteristiky se pojí s lepší schopností vizualizace, navazuje výzkumná část. Realizovaný výzkum se zabývá otázkou, jaké osobnostní charakteristiky souvisí se schopností vizualizovat mentální obrazy. Účastníci byli požádáni o poslech krátké relaxační vizualizace, po níž následovalo vyplnění dotazníku sloužícího ke zhodnocení celého prožitku a také vyplnění osobnostního dotazníku NEO-FFI.

Klíčová slova

vizualizace; mind-body intervence; osobnostní rysy; pětifaktorový model osobnosti; NEO-FFI