Univerzita Karlova v Praze

Bakalářská práce

INTERNÍ RESILIENCE

JEJÍ SPECIFIKA A PODMÍNKY

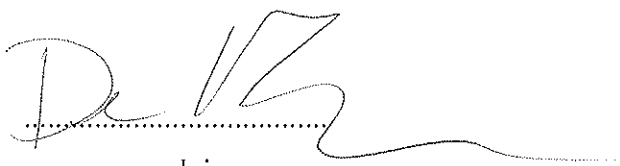
Vedoucí práce: doc. PhDr. Václav Břicháček

Vypracovala: Adriana DeMartini

Praha 2007

Prohlašuji, že jsem práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a souhlasím s jejím eventuálním zveřejněním v tištěné nebo elektronické podobě.

V Praze dne 15.2.2007



podpis

Mé zvláštní poděkování patří panu doc. PhDr.Václavu Břicháčkovi a to nejen za jeho pomoc při psaní mé bakalářské práce, ale zejména za jeho zájem a nadšení pro pozitivní psychologii a za laskavost, s níž vedl nás studenty k pochopení tohoto bohatého vědního oboru.

Můj dík patří i profesoru Jeffu Gerlachovi, který mi poskytl neocenitelnou pomoc při mém pobytu v USA a umožnil mi tak přístup k dalším poznatkům a zkušenostem.

V neposlední řadě děkuji i svým prarodičům, kteří mne podporovali po celou dobu mých studií a byli mi vždy příkladem, jak správně žít.

Obsah

Úvod 6

1 Teoretická část 8

1.1 Teoretická východiska 9

1.1.1 Kompetence 9

1.1.1.1 Základy kompetence v raném dětství 10

1.1.1.2 Interní versus externí rozsah kompetence 11

1.1.1.3 Kognitivní základ kompetence 12

1.1.1.4 Vývojové požadavky 13

1.1.1.5 Systémy stojící v základu resilience 14

1.1.1.5.1 Vztah s pečujícím dospělým 14

1.1.1.5.2 Seberegulace 15

1.1.1.5.3 Kompetence v průběhu vývoje 17

1.1.1.6 Aktivity 19

1.1.1.7 Kompetence u jedinců v ohrožení 20

1.1.2 Hodnoty 21

1.1.2.1 Hodnoty v obecném pojetí, definice a etymologie pojmu hodnota 21

1.1.2.2 Členění hodnot, jejich typologie 22

1.1.2.3 Kvalita hodnotového systému a jeho uspořádání 24

1.1.3 Subjective Well Being 25

1.2 Sjednocení: Hodnotový systém, SWB a interní kompetence 27

1.2.1 Vztah hodnot a SWB 27

1.2.2 SWB a interní kompetence 32

1.2.3 Hodnoty, SWB a interní kompetence 32

1.3 Socializace jako proces směřující ke kongruenci a integritě jedince 34

1.3.1 K socializaci obecně 35

1.3.2 Socializace a interiorizace jako procesy směřující ke kongruenci a integritě jedince 37
1.3.3 Problémy socializace: ohrožení interní kompetence 40

1.4 Resilience 44
1.4.1 Resilience mezi dětmi v ohrožení 44
1.4.2 Externí versus interní resilience 46

2 Praktická část 48
2.1 Výzkum: Externí resilience 49
2.1.1 Výsledky 52
2.2 Výzkum: Vztah Attachmentu a SWB 59
2.2.1 Výsledky 60
2.2.1.1 Externě resilientní osoby bez položek 2, 5 a 6 60
2.2.1.2 Externě resilientní osoby bez položek 5 a 6 63
2.2.1.3 Externě resilientní osoby bez položky 6 65
2.2.1.4 Externě resilientní osoby - všechny položky 68
2.2.1.5 Externě resilientní osoby bez položky 5 70
2.2.1.6 Grafické znázornění ŽS všech skupin externě resilientních osob 72
2.2.2 Závěrečná diskuse 73

Závěr 75
Literatura 77

Úvod

Otázky rozvoje kompetence a podpory resilience jsou odbornou veřejností zkoumány již několik desetiletí a dostalo se jim publicity v mnoha teoretických diskuzích i praktických programech. Z dnešního pohledu se zdá být jasné, že zájem veřejnosti o tento problém nejen že neklesá, ale naopak se dostává stále více do centra pozornosti. Je to způsobeno jednak rostoucí potřebou zodpovědět mnohé z otázek, jejichž důležitost stoupá spolu s množícími se problémy ve společnosti a jednak také tím, že mnohé z otázek zatím odolávají veškerým pokusům o zodpovězení.

Po dlouhých letech výzkumů jsme schopni určit, s jakými osobnostními a jinými faktory je kompetence a resilience spojena, stále se však ptáme po směru kauzality, po možnostech ovlivnit některé proměnné, atd. Přitom je to již více jak 30 let, co se v USA začaly objevovat první studie resilience. Tyto práce - vzniklé z výzkumů o rizicích[1] - ukázaly, že existují děti prospívající uprostřed nepříznivých podmínek. Objevil se nápad, že tyto děti nás mohou učit, jak snížit rizika, podpořit kompetenci a napřít směr rozvoje pozitivnějším směrem. Zjištěné nálezy ze současných studií kompetence a resilience mají vliv na širokou oblast pozitivní psychologie, psychoterapii, sociální politiku, výzkum a vývoj intervenčních programů a další.

Ke zvolení tohoto tématu mne vedl dlouhodobý zájem o problematiku psychologie zdraví a pozitivní psychologii. Zpočátku jsem se zabývala fenoménem nadaných a talentovaných jedinců, později pak specifickou částí této problematiky, takzvanými „twice exceptional children". Avšak pod vlivem myšlenek M.Csikszentmihalyiho, A.S.Mastenové, C.R.Snydera, K.Horneyové a dalších se má pozornost zvolna obracela na problematiku resilience. Má zkoumání v této oblasti a četba dostupných pramenů mne přivedly na otázku, která je základní otázkou a tématem této práce. **Existuje něco jako externí resilience?** Je vůbec relevantní hovořit o resilienci v pojmech externí-interní, jak je tomu často u kompetence? A co je přesně resilience, vynecháme-li tak vágní určení jako „kompetence v kontextu signifikantních překážek adaptace nebo vývoje". Neboť hlavním problémem zůstává to, že zatímco dokážeme poměrně spolehlivě určit externí

[1] „study of risk" (pozn. překlad)

nebo interní rozměr kompetence, u resilience je otázkou, do jaké míry soudíme vnější faktory a do jaké míry osobnost. Je pro nás jedinec, který překonal nepřízně osudu a stal se úspěšný ve vnějších projevech svého života, resilientním i tehdy, když je úzkostný a vnitřně neintegrovaný, když jeho pocit životní spokojenosti je neuspokojivý? Těmito otázkami se zabývá teoretická část práce, která ve svých kapitolách představuje i nejdůležitější kooperanty fenoménu resilience. Jsou jimi hodnotový systém, životní spokojenost, úroveň a kvalita socializace a kompetence. Posouzení těchto entit a jejich pochopení nám může pomoci při zkoumání resilience. Ta je s nimi úzce spojena a ve své postatě je jimi vytvářena. V následujících kapitolách je proto pozornost věnována podrobnému výčtu těchto fenoménů, jsou nastíněny možnosti jejich vzájemného ovlivnění i vývoje.

Všechny důležité poznatky, které jsou v úzkém vztahu k položeným otázkám, jsou zvýrazněny, aby tak mohl čtenář lépe sledovat provázanost jednotlivých témat. Jejich postupné spojování a doplňování vytváří konečný obraz, jenž je možno chápat jako jednu z odpovědí na otázku, zda je možné hovořit o resilienci jako o externí, nebo tento termín postrádá validitu už tím, že nepřítomnost interní resilience znemožňuje výskyt resilience vůbec.

Praktická část práce, tzn. samotný výzkum, odráží můj zájem o komparativní studie resilience, které chápu jako nezbytné pro odlišení obecných a specifických faktorů. Spíše než o ucelený a propracovaný výzkum se jedná o pokus o nahlédnutí do dané problematiky a to z poněkud jiného směru než tak běžně výzkumy resilience činí. Více k němu uvádím v předmluvě k praktické části.

Záměrem této práce a mým cílem je více než jen sestavit stručný přehled dosavadních poznatků o problému resilience. Spíše naopak, čtenáři se snažím nabídnout také jiný pohled na to, co znamená úspěšně obstát v náročných životních podmínkách a poskytnout mu impuls k zamyšlení nad tím, co znamená být kompetentní v horizontu začátku a konce, tedy v rámci celého života.

1 Teoretická část

1.1 Teoretická východiska

Vzhledem ke komplexnosti problematiky resilience a s ní spojených témat nastává problém už při samotném definování bazálních pojmů. Termínům kompetence, hodnota, životní spokojenost a dalším jsou věnovány četné definice, které však jen velmi těžko můžeme označit za vyčerpávající. Samotný výklad pojmu resilience by si zasloužil desítky stran, nehledě na to, že ohledně něho dosud panují veliké neshody. Je nicméně zřejmé, že pojmy jako "subjective well being" (dále SWB), hodnoty a hodnotový systém a kompetence jsou s její definicí úzce spojeny a bez jejich porozumění by nemělo smysl pokoušet se o jakoukoli hlubší analýzu.

1.1.1 Kompetence

Kompetence má v psychologii hned několik významů, obecně však odkazuje k modelu efektivní adaptace v prostředí, buď'to široce definované v termínech **zdravý úspěch v hlavních vývojových požadavcích**[2] (předpokládaných pro osobu daného věku a pohlaví v kontextu jeho kultury, společnosti a doby), nebo úžeji definované v termínu **specifických oblastí úspěchu**, jako je akademický úspěch, přijetí vrstevníky, atd.

Kompetence je výsledkem komplexní interakce mezi dítětem a jeho prostředím; vše se mění spolu s vývojem dítěte i s vývojem prostředí kolem něj. Dítě je živoucí systém, vsazený do mnoha dalších systémů, jako je rodina a škola. Jak roste, kontext, v němž musí fungovat, se mění a výzvy, které musí zdolávat, aby ukázalo svou kompetenci, jsou také odlišné. Obojí, schopnosti dítěte a povaha okolí, v němž dítě žije, ovlivní kompetenci. Třebaže dítě se musí snažit a pracovat na své kompetenci, která může být z velké části zapříčiněna geneticky, je také pravdou, že druhým hlavním činitelem (a nikoli nutně co do významu) je okolí. Dítě může dosáhnout vyšší úrovně,

[2] „developmental tasks" (pozn. překlad)

pokud mu schopný dospělý poskytne strukturu a podporu. O tomto procesu hovoří Vygotskij jako o„scaffoldingu" a dnes je psychology považován za klíčový při formování osobnosti člověka.

Definujeme-li kompetenci, je nutné uvést i skutečnost, že dítě může být považováno za kompetentní v jednom kontextu a nekompetentní v kontextu jiném. Podobně tak i schopné dítě nemusí být úspěšné díky danému společenskému uspořádání, které mu staví do cesty různé překážky. Příkladem mohu být menšiny nebo utlačované společenské skupiny.

1.1.1.1 Základy kompetence v raném dětství

Expandující znalosti o vývoji v raném dětství signalizují jeho význam pro základ pozdější kompetence. Relevantními jsou pro porozumění kompetence (zejména ve školním období) například raný vývoj motorických dovedností, jazyka, sebedůvěry, hry a schopnosti řešit problémy. Naprosto fundamentálním se pak ukazuje být vývoj mozku. Současné studie lidského druhu i druhů jiných jasně ukázaly, že mozek – jeho struktura i funkce - je hluboce vnímavý ke zkušenostem (fenomén známý jako plasticita). V tomto směru jsou pak na pokrocích v neurologii závislé i programy intervence, protože trvalé změny v chování závisí na přizpůsobitelnosti funkcí mozku.

Stejně tak ústřední se pro kompetenci jedince zdá být motivační systém. Již kojenci projevují radost při procvičování nových dovedností, jakými jsou například vyfukování bublin, vydávání různých zvuků nebo třeba házení jídla na zem, zatímco starší děti nacházejí potěšení v aktivitách jako zpívání (i nesmyslných) písní, dělání vtipů, skládání puzzlí nebo řízení kola. R. White o těchto úkazech hovoří jako o „mistrovském motivačním systému", který je našemu druhu implicitní. Je snadno rozpoznatelný v inklinaci malých dětí k aktivnímu zaměstnávání se prostředím a jeho projevem je i zjevné dětské potěšení ze zkušeností. Jinými slovy, kompetence je motivována potěšením v mistrovství.

Studie ukázaly, že kojenci neexhibují pouze projevy spojené s mistrovskou motivací, ale že jejich chování je už v raném věku ovlivněno kognitivním ohodnocením = úspěchem. 2 roky staré dítě vykazuje distres, když dospělý vytvoří úkol, o němž dítě tuší, že ho nemůže zvládnout. Úloha vnímané „self efficacy"[3] a dalších poznatků o vlastních schopnostech a kontrole je v tomto případě neopominutelná.

Obecně se má za to, že úzké pouto se schopnými rodiči je spojeno s lepšími výsledky u dětí s normálním životem stejně jako u dětí, které jsou vystaveny manželským hádkám, dětskému zneužívání, bezdomovectví nebo jinému mnohostrannému riziku. Tyto nálezy reflektují skutečnost, že pečovatelé a attachment vytvořený mezi pečovatelem a dítětem jsou základní pro lidskou adaptaci a rozvoj. Skrze procesy adaptace bylo rodičovství formováno tak, aby ochránilo vývoj a příroda vytvořila v rodičích mocný protektivní systém pro vývoj dítěte.

1.1.1.2 Interní versus externí rozsah kompetence

Velmi často se můžeme setkat s rozlišením interní a externí kompetence. Za interně kompetentního jedince považujeme individuum s kongruentními osobnostními rysy, uvědomělým systémem hodnot a cílů, které jsou ve vzájemné kooperaci, s „ILoC"[4], jedince se schopností sebereflexe, majícího zdravé sebevědomí a zodpovědnost. Externí kompetencí se myslí akademický a pracovní úspěch, schopnost dosahovat vytyčených cílů, společenské postavení, atd. Vrstevnické a jiné vztahy, včetně pozitivního fungování rodiny, jsou na hranici interní a externí kompetence. Ukazuje se, že lidé s externí kompetencí ještě nemusí mít interní kompetenci a naopak.

[3] zdatnosti (pozn. překlad)
[4] „internal locus of control"

1.1.1.3 Kognitivní základ kompetence

Poznatky o souvislosti hladiny IQ a schopnosti dobře řešit problémy odrážejí ústřední důležitost kognice a jazyka pro adaptaci v lidském vývoji. IQ může být důležitý ukazatel toho, že rozvoj mozku a související vývoj kognice postupují normálně navzdory nepříznivým podmínkám. Jestliže nepříznivé podmínky zabraňují kognitivnímu vývoji (deprivací nebo poškozením mozku), budou následky pravděpodobně mnohem vážnější a dlouhodobější než u nepříznivých podmínek neovlivňujících bazální kognitivní systém. Mezi nejzajímavější teorie IQ patří možnost, že inteligence funguje jako regulátor nebezpečí tím, že ovládá prosociální nebo antisociální chování. IQ není jednoduše spojeno s lepšími výsledky obecně, zdá se však mít specifickou protektivní nebo vulnerabilní roli v procesech spojujících nepřízeň osudu se sociálním chováním (Kandel a kol, 1988[5]; Kolvin, Miller, Fleeting a Kolvin, 1988[6]). Ve velmi nepříznivém prostředí se dobré intelektové schopnosti ukazují pro rozvoj jako velmi důležité. Existuje k tomu velké množství důvodů. Dobrý výkon v IQ testech požaduje rozmanitost informačně-procesních schopností, které mohou být užitečné pro zvládání nepříznivých podmínek. Inteligentnější děti mohou řešit problémy nebo se ochránit lépe, mohou přitahovat zájem učitelů, mohou mít lepší sebe-regulační schopnosti, které jim pomohou fungovat ve škole a předejít problémům s chováním.

Laicky řečeno, děti, kterým se daří dobře, mají dospělé, kteří se o ně starají, mozky, které se rozvíjejí normálně, a jak stárnou, získávají schopnost zvládnout svou vlastní pozornost, emoce a chování. Tyto adaptivní systémy se navzájem podporují. Nepochybně existují i jiné protektivní procesy zvyšující kompetenci, tyto tři skupiny však hrají ústřední roli v rozličných doménách kompetence.

---

[5] Kandel, E., Mednick S.A., Kirkeegard-Sorenson L., Hutchings. B., Knop. J., Rosenberg R., Schulsinger F.: IQ as a protective factor for subjects at high risk for antisocial behavior. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 56, str. 224-226, 1988 (in: Masten&Coatsworth 1998)

[6] Kolvin, I., Miller F.J., Fleeting M., Kolvin, P.A.: Risk/protective factors for offending with particular reference to deprivation. In Rutter M.: Studies of psychosocial work: Power of longitudinal data (str.77-95). New York: Cambridge University Press 1988 (in: Masten&Coatsworth 1998)

ve většinové společnosti hodnoceném jako nevhodné. J. Ogbu (1981)[8] ve své práci připomíná, že mladí afroameričani, kteří mají omezený přístup k možnostem a příležitostem většinové společnosti, hledají úspěch v alternativních ekonomických a sociálních strukturách reprezentovaných ilegálními aktivitami a gangem. Stejně tak i etnografické studie naznačují, že městští afroameričani v adolescenci a jejich rodiče mohou používat jiná kritéria pro to, co je úspěšný vývoj, což například Burton nazývá „zrevidovaný americký sen". Je důležité si připomínat, že kompetence a resilience jsou viděny různě v odlišných společenskokulturních kontextech.

1.1.1.5 Systémy stojící v základu resilience

Existuje hned několik systémů stojících v základu rozvoje kompetence. Za nejdůležitější však obvykle bývají považovány dva, které jsou sice zpětně velmi těžko nahraditelné, zato jsou však ovlivnitelné. Myslím jimi **vztah s pečujícím dospělým a seberegulaci[9].**

1.1.1.5.1 Vztah s pečujícím dospělým

Za normálních podmínek mají dospívající jedinci značně vyvinutou schopnost získat pomoc od starších členů druhu - zejména rodičů – při učení se regulaci emocí a chování, při zdolávání požadavků okolí a při zdokonalování dovedností, které budou potřebovat pro vývojové úkoly. Kompetence mladistvých je zasazena v pečovatelském systému „matka-dítě", kde kompetence dítěte spočívá v zajištění toho, co potřebuje, a to prostřednictvím ovlivnění chování vnímavé matky.

Je množství důvodů se domnívat, že pečovatelství[10] neboli také „attachment systém", je ve svém funkčním založení víceúčelnější a neslouží tedy pouze k zabezpečení fyzické péče. Naopak, poskytuje i uklidnění a stimuluje emoce prostřednictvím

[8] Ogbu, J.U.: Origins of human competence: A cultural-ecological perspective. Child development, 52, 413 -429, 1981 (in: Masten&Coatsworth 1998)
[9] Záměrně se vyhýbám použití slova sebekontrola, které je sice v našem jazyce přirozenější, ale neodpovídá plně významu slova seberegulace.
[10] "caregiving" (pozn. překlad)

pečovatele, který pomáhá dítěti regulovat emoce do té doby, dokud se dítě nenaučí sebe-regulaci. Navíc nabízí bezpečnou základnu pro exploraci okolí a seznamování se s prostředím. Existují četné důkazy, že kvalita tohoto unikátního vztahu má určující význam pro úspěch v pozdějších vývojových úkolech, např. v řešení problémů v batolecím věku a v lepších vrstevnických vztazích ve středním dětství. Mnohé longitudinální studie kompetentních dětí a adolescentů, které zažily náročné životní situace, ukazují na důležitost pečovatelského vztahu pro úspěšnou adaptaci.

Nedostatečné vytvoření tohoto specifického pouta mezi dítětem a pečovatelem – které můžeme poměrně často sledovat například u autistických poruch nebo v situacích extrémního zanedbání – se obyčejně zřetelně projeví už v raném věku. Pohotovost tohoto bazálního systému je kritickým základem pro kompetenci v našem druhu.

1.1.1.5.2 Seberegulace

Na základě vztahu dítě – dospělý si dospívající jedinec začíná osvojovat další soupravu nástrojů, která mu umožní všestranně kontrolovat jeho chování. Získává zvyšující se kontrolu nad svou pozorností, emocemi a chováním a skupinu schopností známou jako seberegulace, která má historické kořeny v konceptech ega, ego-resilience a ego kontroly.

V prvních letech života se zkvalitňuje zaměřená pozornost dětí. Díky tomu si dítě lépe osvojuje schopnosti, které mu pomohou lépe fungovat ve škole a ve vztazích s vrstevníky. V pozdějším vývoji je dobrá regulace pozornosti spojena s prosociálním chováním a popularitou mezi vrstevníky, zatímco potíže v ní mohou ukazovat na ADHD, případně jsou spojeny s antisociálním chováním a akademickými problémy. Z uvedeného je patrné, že regulace pozornosti je úzce spojena s rozvojem kompetence v mnoha oblastech.

Podobně také potíže s regulací negativních emocí bývají spojeny s problémy během raného dospívání. Některé děti se zdají být disponovány prožívat spíše negativní emoce, jako např. úzkost a distres. Velmi rychle se rozzlobí a trvá jim déle zbavit se zlosti. Agresivní a destruktivní chování jsou v bezpočtu studií dávány do souvislosti s emocionální reaktivitou, vznětlivostí a problematickými charakterovými rysy, které se

obvykle projeviły již v raném dětství. Sociální kompetence je naproti tomu spojena s nižší reaktivitou (vysoký reakční práh) a lepším sebeovládáním, s dobrou regulací pozornosti a chování a také se sklonem vyjadřovat pozitivní emoce.

Ochota a prosociální chování jsou oblasti seberegulace, které jsou nezbytné pro úspěšné fungování ve společnosti. Sebekontrola jako nutný předpoklad řízení se danými pravidly se začíná objevovat již ve druhém roce života. Tehdy rodiče začnou sdělovat svá očekávání, zpočátku s požadavky na bezpečí dítěte, později pak se zaměřením na rodinný a kulturní standard. Děti se těmto pravidlům učí prostřednictvím rodinných zvyků a rituálů. Očekává se přitom od nich, že se ve zdravé míře stanou svolnými k rodičovským požadavkům a že internalizují rodinné standardy pro chování tak, aby se jich drželi i v nepřítomnosti dohledu. Sebekontrola tohoto druhu se stane zřetelnou během třetího roku života. S jejím rozvojem je spojena vřelá, citlivá a důsledná péče, zatímco mocensko-asertivní metody kontroly chováni dítěte (zvláště výchovné styly s hostilním podtextem) jsou obyčejně spojeny s menší poslušností a nižší interiorizací standardů.

Selhání při vývoji poslušnosti v raných letech života může vážně ohrozit pozdější sociální fungování ve škole a ve vztazích s vrstevníky. Patterson[11] při svých výzkumech zaznamenal, že extrémní neposlušnost dítěte, ve spojení s donucovacími metodami rodičů, ustavuje základ pro agresivní a nepřátelské chování ve třídě a vrstevnických vztazích, což může vést k odmítnutí vrstevníky a k akademickým problémům. V některých případech mohou podobné problémy vést až ke spolčování se s deviantními vrstevníky, kteří jen dále povzbuzují budoucí antisociální chování.

Výzkumy seberegulace ukazují na skutečnost, že tato schopnost - extrémně důležitá pro rozvoj kompetence - je tvarována ranými dětskými zkušenostmi a vrozenými dispozicemi. Zlostné dítě může vyvolat rozdílnou péči u rodičů a rodičovské chování může zvýšit nebo snížit náchylnost dítěte k vnímání distresu, takže obě strany ovlivňují kvalitu vztahu. Tento vztah může střídavě podporovat rozvoj seberegulace nebo mu naopak překážet.

[11] Patterson, G.: Performance models for antisocial boys. American Psychologist, 44, 432-444, 1986

1.1.1.5.3 Kompetence v průběhu vývoje

Když děti vstoupí do školy, setkají se s novými výzvami a očekáváními vně rodiny. Některé z těchto dětí si přinesou množství dovedností, jsou motivované a mají schopnost sebepercepce, což jim bude napomáhat při učení a ve vztazích. Jiné děti naopak přijdou s behaviorálními a sebepercepčními problémy a negativními očekáváními vůči sobě i okolí, které bude bránit učení se i přátelství. Nelze se proto nezmínit o třech charakteristických ukazatelích úspěchu (zejména ve středním dětství a adolescenci), kterými jsou vrstevnické vztahy, chování respektující pravidla a normy a akademický úspěch.

Sociální kompetence ve vztahu s vrstevníky byla studována po mnoho let a je brána jako jeden z hlavních ukazatelů současné a budoucí kompetence. Obvykle bývá spojována i s lepším prospěchem, vyšším IQ a mnoha dalšími příznivými atributy, včetně pozitivního stylu rodičovství. Kladná reputace u vrstevníků predikuje budoucí sociální kompetenci, pracovní kompetencí, četné zájmové aktivity, kladnější vnímání hodnoty sebe sama a mentální zdraví. Naproti tomu zamítnutí vrstevníky je spojováno s agresivním a destruktivním chováním, s nejrůznějšími poruchami (ADHD, poruchy chování), slabým prospěchem a negativním vývojem rodičovství. Vrstevnické problémy také v jistém smyslu předznamenávají budoucí maladaptaci. Odmítnuté děti jsou obyčejně agresivní, třebaže v některých vrstevnických skupinách je agresivní chování populární. Zdají se také zpracovávat sociální informace maladaptivním způsobem, lidem například častěji připisují hostilní úmysly, což může vést k negativnímu defenzivnímu chování nebo provokativním útokům proti vrstevníkům. Současné teorie o dětech s poruchami pozornosti a chování naznačují, že potíže s regulací pozornosti a emocí mohou přispívat k sociálním problémům. Odborníci na dětský vývoj podotýkají, že vztahy mezi vrstevníky mají kořeny v rodinných vztazích a tento jejich názor dokládají i četné studie. Nemnoho z nich však zaměřilo svou pozornost na popsání obousměrnému vlivu vrstevníků a rodiny v souvislosti s rozvojem kompetence. Rodičovský vliv na úspěch a prosociální chování může být například závislý na povaze adolescenčních skupinových vztahů. Pozitivní rodičovské vlivy mohou být omezeny adolescenčním připoutáním

k deviantním vrstevníkům, avšak za podmínek prosociální nebo neutrální skupiny bývá kvalitní rodičovství zpravidla spojeno s úspěchem a prosociálním chováním. Z uvedeného vyplývá důležitost úsilí směřovat děti k prosociálním vrstevníkům pokud možno co nejdříve.

Sociální kompetence také názorně ukazuje, jak mohou děti ovlivnit svůj vlastní vývoj prostřednictvím rozdílných rozhodnutí. Prosociální děti inklinují k výběru vrstevníků, kteří mají prosociální vliv, agresivní děti naopak k těm, kteří posilují jejich negativní chování. Současné úvahy o vztazích vrstevníků reflektují možnost, že vrstevníci mohou mít projektivní roli ve vývoji (Collins a Larsen)[12]. Ku příkladu to, že má dítě přátele, mu může pomoci zvyknout si na novou třídu. Dodají mu emocionální podporu a mohou i podporovat jeho akademický úspěch.

Sociálně vhodné chování je druhým významným ukazatelem a jedním z nejdůležitějších kritérií, kterými jsou děti hodnoceny dospělými. Děti jsou charakterizovány jako hodné, spíše než jako poslušné. Naopak, při nedodržování norem jako antisociální nebo i zlé, nikoli jako neposlušné. Mnoho výzkumů se také zaměřuje na negativní chování (agrese, delikvence), spíše než na chování respektující pravidla. Agresivní chování nebo obecněji antisociální chování ukazuje značnou stabilitu v čase, od dětství přes adolescenci až do dospělosti (Coie a Dodge, 1998[13], Olweus 1995). Nadto, antisociální chování se ukazuje podkopávat akademickou a pracovní kompetenci. Lze však konstatovat, že pokud se chování zlepšilo, neexistoval žádný důkaz trvalých důsledků chování v dětství.

Spojení mezi akademickým úspěchem a pravidla dodržujícím chováním je jistě silné a zůstává stále otázkou, co je jeho hlavní příčinou. Kvalita rodičovství, IQ a funkce pozornosti jsou spojeni s oběma oblastmi kompetence a nepochybně může hrát významnou roli způsob, jakým byly ve vývoji spojeny. Seberegulační problémy mohly například zasahovat jak do učení, tak i do chování. Akademické selhání mohlo být příčinou agrese a vzteku, distresu a neangažovanosti, která posléze vedla k destruktivnímu chování nebo spojení s deviantní skupinou. Podobně také antisociální

[12] Collins, W.A., Laursen B.: The Minnesota Symposia on Child Development : Vol. 30. Relationship as developmental contexts. Hillsdale, NJ: Erlbaum (in: Masten&Coatsworth 1998)

[13] Coie, J.D., Dodge, K.A.: Aggresion and antisocial behavior. In W.Damon&N.Eisenberg: Handbook of child psychology: Vol. 3.Social, emotional, and personality development 15th ed., str. 779-862. New York 1998 (in: Masten&Coatsworth 1998)

chování mohlo interferovat s učením, přijetím učiteli a vrstevníky a výsledek akademického umístění mohl být důsledkem méně příležitostí pro učení nebo spojení se s nekompetentními vrstevníky.

Obojí, fungování intelektu a rodičovské chování, jsou výrazně zapojeny do vývoje pravidla respektujícího chování. Studie resilience také ukazují na význam kvality dobrého rodičovství při prevenci antisociálních problémů mezi dětmi vystavenými vysoké úrovni psychosociálního ohrožení (Masten 1994). Rodiče, kteří jsou vřelí, ale mají strukturovaná a konzistentní pravidla a vysoká očekávání, mají zpravidla děti s lepším chováním a vyšší sociální a akademickou kompetencí (Maccoby 1980[14]). Antisociální děti často mají přísné, trestající a inkonzistentní rodičovské vedení. U antisociální děti a také u delikventních dospělých je obvykle konstatováno horší fungování intelektu, naopak resilientní děti mají většinou intelektové schopnosti silně vyvinuté . Je zřetelné, že lepší fungování intelektu může vyústit ve vyšší kompetenci a to i díky podpoře akademického úspěchu na základní škole. Děti, které uspěli ve škole, mohou spíše přijmout sociální normy a najít si cestu do prosociální vrstevnické skupiny.

Shrneme-li předchozí, výzkum ukazuje na důležitost 3 adaptivních systémů při rozvoji kompetence: **rodičovská výchova, seberegulační schopnosti** a **kognitivní fungování.**

1.1.1.6 Aktivity

Zkušenosti v oblasti práce a angažovanost v mimoškolních aktivitách jsou obecně považovány za důležité pozitivní ukazatele. Rozvíjení kompetence na pracovišti – zejména v období adolescence - je jedním ze signálů posunu do dospělé role. Rozsáhlé studie středoškolských studentů naznačují, že zkušenosti adolescentů s prací mohou zvýšit pocit kompetence, podpořit adolescenční SWB a utužit vztah mezi adolescenty a jejich rodiči. I přes zjevný význam je na původ kompetence v pracovní oblasti zaměřeno jen málo pozornosti, stejně jako na důležitost volnočasových aktivit. Skromné znalosti

[14] Maccoby, E.E.: Social development: Psychological growth and the parent-child relationship. San Diego. CA: Harcourt Brace Jovanovich 1980 (in: Masten&Coatsworth 1998)

ukazují na takové přínosy jako např. nižší počet odchodů ze školy, pozitivní socializační efekt a zvýšení pocitu kompetence, výkonnosti a spokojenosti. Mimoškolní aktivity mohou sloužit i jako podpora angažovanosti tradiční sociální sítě.

1.1.1.7 Kompetence u jedinců v ohrožení

Pro přehled a orientaci zde uvádíme velmi zevrubnou definici resilience, která ji vymezuje jako - již v úvodu zmíněnou - zjevnou kompetenci v kontextu signifikantních překážek adaptace nebo vývoje. Jedna z nejdůležitějších otázek v souvislosti s vývojem kompetence je, zda existuje něco jedinečného nebo speciálního v souvislosti s resilientními dětmi, co jim umožňuje překonat nepřízeň a podporuje je v dosažení kompetence, zatímco ostatní děti zaostávají. Pro pozitivní identifikaci resilience je nutná přítomnost dvou skutečností:

1) a) existuje signifikantní ohrožení jedince, typický indexované jako vysokorizikové (narození v chudobě do neúplné rodiny, rodičům, kteří nemají skončenou střední školu,..)
   b) jedinec je vystaven mnoha nepříznivým podmínkám nebo traumatům (násilí v rodině, válka, smrt rodičů)
2) a) kvalita adaptace nebo rozvoje je velmi dobrá

Je zřejmé, že resilience znamená i mnohem více než to a že je zde stále množství sporných bodů, do jaké míry můžeme ještě hovořit o resilienci a do jaké míry bychom daný stav měly nazývat externí resiliencí. K tomuto výkladu se však vracíme až v kapitole o Resilienci, neboť pro lepší pochopení je nutné zabývat se i oblastí hodnot, SWB a socializací.

1.1.2 Hodnoty

Psychologie se hodnotami začala systematičtěji zabývat až ve 30. letech, kdy vyšla Allportova a Vernonova „Study of Values". Jejími předchůdci byli Dlitheyová a Spranger se svou „duchovní" psychologií, oba však museli čelit velkému tlaku empirického a pozitivního proudu. Chápání hodnot záleží z velké části na tom, z jaké pozice na ně nahlížíme. Jinak s nimi bude zacházet filosofie, jinak psychologie a jinak etika. Avšak i v rámci jedné z vědních disciplín se jejich chápání může značně lišit, a to v závislosti na době, úhlu pohledu, kontextu, povaze a obsáhlosti definice, atd.

1.1.2.1 Hodnoty v obecném pojetí, definice a etymologie pojmu hodnota

Protože pochopení hodnot je pro problematiku resilience důležité, avšak nejde o ústřední téma, dovolím si zmínit snad jen jedno ze známějších vymezení, a to vymezení Kluckhohnovo[15], které určuje hodnotu jako *„...conception, explicit or implicit, distinctive of a individual or characteristic of a group, of the desirable which influences the selection from available modes, means and ends of action."* Tato definice je zvláště vnímavá k rozlišení kognitivní, konativní i afektivní stránky hodnot. To není nepodstatné, neboť mnozí se shodují na tom, že podobná diferenciace je skutečně zapotřebí. Tak např. Rokeach (1973) mluví o kognitivní složce, kde hodnota je poznání žádoucího, složce afektivní, kde představuje citový vztah k objektu a nakonec o složce behaviorální, kdy je hodnota univerzální proměnnou, vedoucí k nějaké činnosti. Tato složka bývá někdy také nazývána konativní. Subjekt má tendenci dávat některým činnostem přednost před druhými a stejně tak dává i přednost způsobu provádění této činnosti. Faktorem ovlivňujícím výběr může být právě hodnota.

[15] Kluckhohn, F.R., Strodtbeck, F.L., Variations in Value Orientations, New York 1961, cit. v Robinson, J.R., 1991

Záleží na jejím postavení v systému, v tomto případě především na pozici v kontextu horizontálním[16]. Hodnota je však charakterizována i racionalitou a verbalizací. Je logickým konstruktem, abstrakcí ze skutečnosti, tedy z dat, které nám okolní svět poskytuje a které jsme ochotni zpracovávat. Naproti tomu v jejím základu leží emoce. Afektivní zpracování může být výrazným faktorem a víme ze zkušenosti, že se na našem hodnocení nezřídka podílí.

1.1.2.2 Členění hodnot, jejich typologie

Hodnoty můžeme rozdělovat na nižší a vyšší (Vondráček, 1964), neboť i hodnocení může mít oba charaktery. Mezi nižší pak bude patřit potřeba majetku, jídla a pití, bezpečí, atraktivity,...tedy to, co zajišťuje přežití, případně usnadňuje existenci. Záměrně je zde použito slovo potřeby, neboť většina současných psychologů se v souvislosti s tímto typem hodnot opravdu spíše kloní k užívání zmíněného slova. **Za hodnoty označují to, co myslí Vondráček hodnotami vyššími, tedy svoboda, pravda, spravedlnost,..**K hodnocení vyššímu dochází v 2. signální soustavě a to opět ve třech podobách. První z nich je hodnocení logické, jehož kritériem je pravda. Kritériem pro etické hodnocení je mravnost a pro poslední, estetické, krásno. Tato kritéria jsou však už zase bližší tomu, co psychologové někdy označují za normativní aspekt hodnoty. Hodnotící člověk totiž bere v potaz i sociokulturní prostředí a to, co je v něm žádoucí. Přejímá hodnoty, které se pro společnost ukázali jako prospěšné a dochází tedy k **internalizaci** zásad přijatých zvnějšku. I tato hypotéza má však své odpůrce. Jedním z nich je Rogers, domnívající se, že hodnotové orientace, jejich preference a utváření, se ustavují na základě lidské přirozenosti, prostě tak, že si je člověk „najde" sám. Přestože v obou případech jde o

[16] Mluvíme-li o uspořádání horizontálním, je v podstatě zřejmé, že máme na mysli odlišnou důležitost a význam jednotlivých hodnot. Vertikálním uspořádáním pak myslíme logicko-významové členění hodnot. V obou případech se hodnoty mohou vyskytovat jak jednotlivě, tak i v jistých skupinách. Například je mou nejvyšší hodnotou spravedlnost, může to však být i spravedlnost, pravda a svoboda. Hierarchické rozestavení hodnot má většinou pyramidový tvar. Kratochvíl uvádí, že hodnotový sytém může být jak povahy hierarchické, tzn. ve tvaru pyramidy, kdy na vrcholu stojí jedna hodnota, tak povahy vertikální. Tu si můžeme představit jako obdélník, kdy vedle sebe stojí více rovnocenných hodnot. V případě obdélníku je pak výhodou, že jedna hodnota může být zaměněna druhou a v momentě nějakého kolapsu nedochází k takovému narušení jako u hodnotové pyramidy. Tam je samozřejmě jakýkoli pohyb těžší.

normativní utváření hodnot, v Rogersově pojetí může hrát kultura až vysloveně negativní roli, danou jejím ovlivňováním přirozeného výběru jedince.

Další možností, jak chápat hodnoty, je rozčlenit je podle vztahu jedince k nim. Tak to udělal i J. Grác[17], když určil 4 základní přístupy člověka. V první skupině jsou hodnoty nepoznané. Ty mohou existovat v dané společnosti, popřípadě ve skupině, jedinec si je však zatím neosvojil. Dále pak jsou hodnoty poznané, ale neuznávané. Už z jejich názvu je jasný rozpor. Může jít o hodnoty obojího typu, tedy kladné i záporné. Jsou-li takové hodnoty v nějaké skupině, nedochází k plné identifikace jedince s ní. Hodnoty uznávané, nikoli však žádané, jsou těmi, které jedinec uznává jako důležité, ale netouží po nich. Například kuřák, který uznává zdraví jako hodnotu, ale nijak po něm netouží. Kuřákem přestane být jen tehdy, přidá-li tuto uznávanou hodnotu mezi hodnoty jím žádané a dostane-li se tak do čtvrté, poslední skupiny. Tyto hodnoty motivují a mají vliv na činnost člověka. Zdůrazňuji však, že nejen ony. V určitých případech i tlak sociokulturního prostředí může zastat onen motivační akt přitažlivých hodnot a **podnětem k jednání se tak může stát hodnota, s kterou se neztotožňujeme, nebo po které netoužíme, která je však uznávaná ve společnosti.**

Náš hodnotový systém je samozřejmě rozvržen tak, že k některým hodnotovým orientacím tíhne více a k jiným méně. Spranger rozlišuje až 6 „druhů" hodnot.

1) teoretické hodnoty, cílem je hledání pravdy, hodnotou je poznání
2) ekonomické hodnoty, cílem je sebezáchova, hodnotou je užitečnost
3) estetické hodnoty, cílem je hledání harmonie, hodnotou je krása
4) sociální hodnoty, cílem je konání dobra, hodnotou je láska
5) politické hodnoty, cílem je ovládání druhých, hodnotou je moc
6) náboženské hodnoty, cílem je sebepřesah, hodnotou je jednota s Bohem[18]

Původní, biologická rovina hodnot, je určována pocity libosti a nelibosti. S vývojem kognitivních struktur je však překrývána rovinou sociokulturní a to na základě procesu socializace. **Zkušenosti jedince se překrývají se zkušenostmi společnosti a z obou těchto pramenů pak individuum vytváří jakýsi vlastní systém hodnot.** Je však mimořádně důležité, nakolik se jedinec naučí rozlišovat dobré a špatné, neboť zkušenost,

[17] Grác, J., 1977
[18] u Kohoutka tzv. „duchovní hodnoty"

kterou přijímá ze strany společnosti, přichází jako **směs informací** s možným pozitivním, ale i negativním vlivem. Záleží částečně na výběru jedince, které z hodnot přijme za své, lze však počítat s tím, že **vybrané hodnoty budou zase naopak dále ovlivňovat další růst osobnosti jedince.**

Zkušenosti a jejich vliv jsou specifické pro každého jedince, neboť ten je jedinečný a tedy i způsob, jakým se k realitě staví, je jedinečný. Stejně tak je specifický prostor, v němž se pohybuje a kterým je ovlivňován. Přesto však budou jisté prvky těchto zkušeností společné všem. Je to dáno jednak oním biologickým vybavením, o němž již byla řeč a jednak i tím, že životní situace jsou přeci jen obdobné a to alespoň ve svých hlavních rysech. Jedinečnost člověka je tak zasazena do vlastního hodnotového systému, který ho „zjedinečňuje" a zároveň spojuje s jeho sociokulturním prostředím. **Tyto hodnotové systémy jsou pak odpovědí na otázky týkající se postavení člověka ve světě, smyslu jeho existence i vztahu k existenci ostatních.**

1.1.2.3 Kvalita hodnotového systému a jeho uspořádání

Nejdůležitější úloha při přejímání hodnot připadá primární skupině. Její důležitost spočívá zvláště v tom, že zprostředkovává první setkání se světem, je jakousi membránou, filtrující realitu.

Systém hodnot a jeho uspořádání se samozřejmě v průběhu života mění, ačkoli výrazným rysem je relativní konzistence. Jeho dynamika způsobuje pohyb ve smyslu horizontálním i vertikálním, hodnoty neuznávané se mohou stát hodnotami přitahujícími, atd. Integrace hodnot do systému probíhá etapovitě, každá z hodnot je internalizována postupně podle svého významu, podle povahy již vytvořeného systému a podle míry slučitelnosti s ním.

Hodnotový systém je však většinou ucelený a osobnost má tendenci udržovat tuto celistvost. Skutečnosti, které jsou s ní v rozporu, pak většinou potlačuje. S.R.Coleman[19] stanovil některé základní požadavky na hodnotový systém. Prvním takovým požadavkem je **vnitřní konzistence s celou osobností individua. Jedinec musí mít důvěru ve**

[19] dle Homola, 1972

vlastní hodnoty. Druhou nutností je realističnost systému. Hodnoty musí být dosažitelné, případně musí ve světě nalézt nějaké uplatnění. Mají být charakteristické svou stálostí, nikoli však rigiditou. Na posledním místě, nikoli však v důležitosti, je **přítomnost uspokojení, které nám dosahování hodnot přináší. To úzce souvisí s realističností hodnot a s jejich interiorizací.** Budu-li stát o existenci spravedlnosti ve společnosti a podaří-li se mi jí dosáhnout, přinese mi to pravděpodobně uspokojení, které povede jak k dalšímu posílení hodnoty, tak k pozitivnímu „zpevnění" osobnosti.
Často si volíme hodnoty, které mohou být zdrojem naší sebeúcty a pozitivního sebehodnocení. **Hodnoty se tak stávají součástí vlastního sebepojetí a jsou s nimi pak spojovány centrální postoje** (Nakonečný, 2000).

Je zřejmé, že hodnotový systém je vlastní každému normálnímu jedinci, ať už si to uvědomuje či ne (Grác, 1979). Na tuto skutečnost můžeme usuzovat z povahy přístupu ke světu, který se ukazuje jako výběrový. Je zřejmé, že existence hodnotového systému je čímsi nutným a to nejen ve smyslu morální zakotvenosti. **Hodnoty jsou pro člověka motivací, jsou něčím, co dodává smysl jeho existenci** a jsou také mantinelem, který vymezuje a určuje směr vývoje lidské společnosti.

1.1.3 Subjective Well Being

V průběhu výzkumu SWB byla nejprve věnována pozornost vnějším, demografickým faktorům (věk, pohlaví, zdravotní stav, rodinný stav, zaměstnání, vzdělání, příjem, náboženství, apod.), postupně se však úsilí přeorientovalo na výzkum vnitřních faktorů osobnosti (temperamentové dispozice, schopnost adaptace, používání copingových strategií, dosahování vytyčených cílů, apod.). SWB se tak ukázala být výsledkem působení vnějších i vnitřních faktorů.

Životní spokojenost zahrnuje jednak emocionální aspekt[20], jednak také kognitivní hodnocení. Podle Cantrila můžeme chápat subjektivní pohodu jako kognitivní zkušenost, která souvisí s individuálním porovnáváním toho, co osoba v dané situaci percipuje, s tím, na co aspirovala. Diskrepance mezi percipovaným současným stavem a aspirací je

[20] Bradburn tvrdí, že SWB je výsledek bilance agregovaných pozitivních a negativních emocí

vyjádřením míry satisfakce - dissatisfakce, přičemž větší satisfakce indikuje pocit pohody. Domnívám se, že v uvedeném případě můžeme hovořit o tzv. objektivních příčinách životní spokojenosti, které však působí teprve tehdy, jsou-li správně „nastaveny" příčiny subjektivní, mezi něž můžeme počítat osobnost a genetické dispozice[21]. Nálezy ohledně významu osobnosti postupně vedly jednak k oddělení objektivních a subjektivních kritérií při posuzování celkové životní spokojenosti, jednak k **definici životní spokojenosti jako relativně stabilní dispozice spíše než dimenze fluktuující v čase** (Stones, Kozma, 1986)[22]. Grob (1998) se o SWB zmiňuje jako o komplexním pojmu, ...*"zahrnujícím na jedné straně nízké sebehodnocení, malé uspokojení nebo negativní stránky života, na druhé straně pak štěstí, spokojenost se životem a se sebou samým a vnímání spíše pozitivních stránek života"*.

Pokud je spokojenost ovlivňována trvalými osobnostními proměnnými, lze očekávat i jistou stabilitu v různých typech situací. Diener a Larsen (1984)[23] zjistili, že lidé, kteří jsou spokojení v práci, mají tendenci být spokojeni i ve svém volném čase. Podobná úroveň spokojenosti byla nalezena i ve skupinových versus samostatných činnostech nebo v nových versus typických situacích. **Přestože situace a události zajisté ovlivňují emoce a pocit pohody, máme tendenci zažívat v rozmanitých situacích podobnou průměrnou úroveň pozitivních a negativních emocí.** Existují důkazy jak pro tvrzení, že duševní pohoda je rys osobnosti, tak pro názor, že jde pouze o psychický stav. Zdá se, že subjektivní pohoda má vlastnosti obou. Současný vědecký názor předpokládá, že osobnost člověka ho predisponuje k určitým emocionálním reakcím, nicméně úroveň spokojenosti je ovlivňována i aktuálně působícími životními událostmi. Osobnostními rysy, kterým bylo věnováno nejvíce pozornosti ve vztahu k pocitu spokojenosti, jsou extroverze a neuroticismus. Zdá se, že extroverze ovlivňuje pozitivní emoce, zatímco neuroticismus působí na negativní emoce.

---

[21] Studie dvojčat podporují hypotézy o genetické predispozici k tomu, zda bude člověk šťastný nebo ne, Monozygotní dvojčata, která vyrůstají odděleně, si bývají v úrovni ŽS mnohem více podobná než dizygotní dvojčata (Tellegen a kol., 1988; cit. Dle Diener a kol., 1999). Headey a Wearing (1989 dle Diener) přišli na to, že lidé se po prožité šťastné nebo nešťastné události stejně nakonec vrátí ke své bazální úrovni spokojenosti. Na základě těchto zjištění navrhli teorii dynamického equilibria, podle které je bazální úroveň emocionálních reakcí determinovanou osobnostními charakteristikami jedince.

[22] dle Kožený, Klaschka, 1994

[23] dle Diener, 1999

1.2 Sjednocení: Hodnotový systém, SWB a interní kompetence

1.2.1 Vztah hodnot a SWB

Frankl říká, že: „...žijeme ve století rozšiřujícího se pocitu beze-smyslnosti, ve společnosti nadbytku, který je nejen nadbytkem materiálním, ale rovněž nadbytkem informačním, informační explozí. Chce-li člověk obstát v této záplavě podnětů, které mu přinášejí masmédia, musí vědět, co je důležité a co ne, co je podstatné a co ne, tedy co má nebo nemá smysl."

Kierkegaard se obdobně vyjadřuje ve své Nemoci ke smrti o ztrátě svého „Já" a o zoufalství, že nemáme vůli být sami sebou. Na rozdíl od Frankla, zdůrazňujícího ztrátu pocitu štěstí a smyslu, hovoří zejména o naší neschopnosti si vůbec všimnout toho, že se něco děje. Podle Kierkegaarda jde o zoufalství, které „nedělá hluk a nekřičí".

Frankl i Kierkegaard (a mnozí další) se domnívají, že chceme-li nějak smysluplně žít v současné společnosti, musíme se naučit jisté orientaci. **Musíme se naučit rozpoznávat to, co je pro nás nějakým způsobem důležité, musíme vědět, co máme odmítnout, musíme vědět, co cítíme a měly bychom vědět, čím jsme.** To, co je pro nás důležité a co není, čím jsme a co cítíme, vyplývá z vnitřní struktury naší osobnosti. A tato struktura, spolu s jistou obeznámeností s její povahou, souvisí velice úzce s pocitem spokojenosti a smysluplnosti.

Tím, co tuto strukturu zpevňuje a co nás tvaruje, je mimo jiné i náš hodnotový systém. Na tomto „lešení" naší osobnosti pracujeme nejurputněji právě v období socializace, v němž člověk vrůstá do něčeho, co bychom mohli nazvat sociokulturním prostředím. Na jeho základě si pak jedinec vymezuje a vytváří svou vlastní identitu. Co je však tato identita, která zde nabývá významu blízkému pojmu

autenticita[24]? Její vytvoření a udržení můžeme považovat za cíl sociálního vývoje jedince, říká Witte (1989). Je to zážitek totožnosti se sebou samým, zážitek nějaké kontinuity v čase, ztotožnění se s něčím (hodnotou, osobou,..), vnitřní soulad s vnějšími projevy individua (i s rolemi). Takový soulad určuje to, co můžeme nazývat „autentickou osobností". Dovoluji si zde mluvit o autenticitě[25] v poněkud netradičním smyslu a označuji osobnost za autentickou i tehdy, je-li z nějakých důvodů nucena korigovat své vnější projevy. Rozcházím se v tomto s vymezením Nakonečného (a rozhodně s vymezením filosofickým). Ten hovoří o tom, že člověk může být více či méně autentický, podle toho, je-li nebo není-li na základě společenských požadavků (nebo vnitřní neorganizovanosti) nucen k restrikci určitých tendencí. Domnívám se však, že mnohdy můžeme potlačit některou ze svých potřeb nebo projevů chování a to proto, abychom dosáhli kongruence s hodnotou jinou nebo s jiným přesvědčením a právě tímto potlačením se můžeme stát autentickými. Mohu vědomě korigovat své chování, protože je pro mne velmi důležité neublížit člověku, kterého mám rád. Proto se zřeknu jisté reakce a nahradím ji jinou, společensky, ale i pro mne více přijatelnou. Takové chování už se ne vždy setká s označením autentické[26]. Dovolím si ho však považovat za autentické potud, pokud si bude jednající subjekt vědom motivů svého chování a dokud tyto motivy budou v souladu s jeho přesvědčeními.

Nyní by se mohlo zdát, že i zločinec může dosahovat vysoké kongruence svých hodnot, které mohou ústit v životní spokojenost. Avšak člověk, který žije vně společnosti, už ze samé své podstaty společnosti škodí a nějakým způsobem na ní parazituje. Řekli bychom dokonce, že je asociální. Je tedy pravým opakem. Nevrůstá do společnosti, ale je na ní odkázán. Jak ještě později uvidíme, jedinec, který je závislý, nemůže být označen za zdravě socializovaného a rozhodně ne za autentického.

Jak o tom budeme hovořit dále, k prvotní internalizaci hodnot dochází zejména v průběhu socializace, tedy při procesu vrůstání do daného společensko-kulturního systému (Helus, 1973). Tento systém je tvořen dynamickou jednotou 4 fundamentálních složek a to složky hodnotově normativní, mezilidsky vztahové, složky rezultativní a

[24] Autenticitou v tomto smyslu myslím kongruenci hodnot, cílů, motivů, morálky a postojů a míru jejich integrace do osobnosti jedince.
[25] Pojem autenticita používám v poněkud „zpsychologizovaném" významu a velmi se zde odkláním od autenticity v tom smyslu, v jakém ho používal Heidegger.
[26] Ne vždy v psychologii, naprosto nikdy ve filosofii

složky osobnostní. Výsledkem této interakce je nějaká sociální zkušenost, mající vliv na formování hodnotových schémat jedince.

Jako kvalitativní vrchol pyramidy hodnotové orientace bychom mohli označit osobnost, kterou Csikszentmihalyi nazývá **autotelickou** a to zejména v souvislosti s hodnotovým systémem a cíly. Csikszentmihalyi vychází z humanistických koncepcí a popisuje vývoj hodnotového zaměření jedince jako střídání diferenciace na jedné straně a integrace na straně druhé (Csikszentmihalyi, 1996). Člověk se přitom pohybuje na jakési spirále ke stále větší ucelenosti a uspořádanosti. V prvním stadiu je pozornost člověka zaměřena na uspokojení potřeb vlastního organismu, na jeho přežití a pohodlí. Později se začne zajímat o cíle a hodnoty celé skupiny, tj. rodiny, sousedství, etnické skupiny. Znamená to přizpůsobení se konvenčním normám a standardům. Další krok v seberozvíjení představuje reflexivní individualismus, kdy se člověk znovu obrátí dovnitř a nachází nové základy pro hierarchii hodnot ve svém nitru. Už není slepě konformní, ale rozvine si autonomní vědění. To vede k pokusům o seberealizaci, experimentování, hledání. Hlavním cílem v životě se stává růst a sebezdokonalování. Konečným stádiem vývoje hodnotového zaměření je odvrácení se od vlastního já zpět k integraci s jinými lidmi a s universálními hodnotami. V tomto stadiu splývají zájmy maximálně individualizované osobnosti se zájmy většího celku. **Zmíněná 4 stadia představují jednoduchý model popisující vynořování smyslu (a tedy životní spokojenosti) zároveň s narůstající ucelenosti života. Výsledná autotelická osobnost = „Já" je co do cílů soběstačná, tzn. většina cílů takového jedince vzniká uvnitř jeho „já". Jejich uskutečňování se pak stává zdrojem radosti a uspokojení v životě.**

Víme, že dosahování cílů v životě je prostředkem k uspokojení motivů. Několik výzkumů shodně udává, že **ke spokojenosti vede pouze dosahování těch cílů, které odpovídají našim vnitřním motivům, naší hodnotové orientaci**, která je individuální (Mischel, Shoda 1995; Oishi 1999). MC Clelland hovoří o emocionálně řízeném implicitním systému v kontrastu k explicitnímu systému založeném na kognitivním zpracování. Vnitřní motivační systém je tvořen relativně malým počtem nevědomých motivů (motiv moci, afiliace, intimity, výkonu), které jsou založeny na emocionálním učení a vyvíjejí se v raných fázích života. Z uvedeného je patrno, že cíle mohou nabývat vlastností hodnot a naopak. Stejně tak Křivohlavý (2002) uvádí, že v pozadí cílů je třeba

vidět hodnoty. Volba hodnot a jejich hierarchie není náhodná, ale úzce souvisí s celkovým zaměřením či směřováním života. Z tohoto důvodu se pojmy cíle a hodnoty striktně nerozlišují. Pojem hodnota je však spojen spíše s vnitřním zaměřením jedince, z něhož následně vyplývá volba cíle.

Pro vysvětlení vztahů mezi životní spokojeností a osobnostními faktory byly vypracovány různé teorie a modely, **nejužší souvislost však bývá spatřována mezi životní spokojeností a cíly a hodnotami (respektive interiorizací hodnot)**. Na základě našich hodnot si stanovujeme cíle. Tzv. telické cíle nám umožňují pochopit chování jedince prostřednictvím zkoumání jeho cílů, tj. o co se lidé v životě snaží a jak úspěšní při tom jsou. Diener a Fujita (1995) zjistili, že **vlastnosti nebo schopnosti člověka přispívají k subjektivní pohodě mnohem výrazněji, pokud jsou spojeny s cíly, kterých si přeje dosáhnout**. Spokojenost jedince může být ovlivňována typy cílů, jež si vytyčuje, jejich strukturou, úspěšností při jejich dosahování, stupněm pokroku na cestě k cíli apod. Oishi (1999) došel k závěru, že **vztah mezi spokojeností jedince v různých oblastech života a jeho celkovou spokojeností se systematicky mění v závislosti na jeho hodnotových orientacích**, přičemž pro každého člověka jsou důležité jiné hodnoty. Spokojenost v těch oblastech života, které jsou kongruentní s hodnotami (a cíli) jedince, je mnohem výrazněji spojena s celkovou životní spokojeností. **Pouze pokrok směrem k dosažení cílů kongruentních s vnitřními potřebami[27] vede ke zvýšení spokojenosti. Pokud ale člověk převezme některé cíle zvenčí, jejich dosažením se pocit štěstí nezvýší.**

Smékal (2002) hovoří o 5 variantách, v nichž se může uskutečňovat „k cíly směřující jednání". Jde o jednání patické a tedy neuvědomované, jednání řízené představou cíle, které však nemusí být v souladu s vnitřní motivací jedince, jednání řízené kriticky, v němž už osoba kontroluje svůj postup a jednání řízené zvažováním následků. Až poslední model jednání, tedy jednání řízené uvědomělou motivací, je tím, co bychom přičítali autotelické osobnosti. Připomeňme ještě, že musí jít o uvědomělé dosahování cílů, které jsou kongruentní s naším vnitřním hodnotovým systémem. Teprve na této úrovni osoba své cíle kriticky zvažuje, je k nim vnitřně motivována a plně odpovídá za své jednání.

[27] „motive congruent goals" (pozn. překlad)

Cíle jsou definovány jako vnitřní reprezentace požadovaných budoucích stavů, které vedou myšlení a jednání člověka a dodávají životu smysl. Pokud zjistíme, že určitý cíl je kongruentní s našimi vnitřními motivy, významně stoupne naše úsilí, celková úroveň aktivace (arousal) i stupeň závazku věnovaný dosažení vytyčeného cíle. **Lidé zaměření na dosahování vnitřních cílů (sebepřijetí, sociální cítění, afiliace) jsou schopni lépe uspokojovat své vyšší psychologické potřeby a vykazují charakteristiky duševně zdravých, plně fungujících jedinců s pevnými interpersonálními vztahy. Zaměření na vnější cíle (finance, popularita,..) signalizuje odloučení od skutečného, pravdivého self a zaměření se na potřeby bezpečí.** Lidé orientovaní na vnější cíle, zřejmě v důsledku neoptimálních podmínek v dětství, zažívají trvalý psychologický distres a konfliktní interpersonální vztahy (Sheldon, Kasser, 2001).

Hodnotová orientace souvisí se SWB tak úzce, že ohrožení nebo změna hodnot může být podle V. Vondráčka (1964) i příčinou onemocnění. Dále pak jejich přítomnost či absence ovlivňuje průběh nemoci, nebo je jejím projevem. Samozřejmě může jít naopak i o projev uzdravování. Patologie v osobní hierarchii hodnot a ideálů vede někdy až k duševním poruchám a sebevražedným tendencím. Je důležité, aby mezi hodnotami člověka zaujímaly významné místo nejen hodnoty autotelické (zaměřené pouze na vlastní osobu), ale i hodnoty heterotelické (zaměřené na ostatní lidi a jejich blaho) a hodnoty hypertelické (nadosobní).

Shrnujeme, kvalita socializace ovlivňuje náš hodnotový systém a náš hodnotový systém pak ovlivňuje naše celkové vidění života a orientaci v něm (kompetenci) a také pocit životní spokojenosti. Kvalitní hodnotový systém by proto měl být:

1) ustálený, ale flexibilní
2) plně interiorizovaný
3) autotelický, heterotelický a hypertelický
4) vyrovnaný co do intenzity jednotlivých hodnot
5) reálný a kompatibilní s daným sociokulturním kontextem

Pokud však v průběhu rané socializace nastanou problémy, kvalita vytvořeného hodnotového systému může utrpět v mnoha ohledech. Jedinec se upne na jednu hodnotu,

nebo se jeho hodnotový systém vychýlí do extrémních poloh. Dalším nebezpečím je nedostatečná interiorizace nebo autotelické zaměření (ve smyslu zaměření se pouze na vlastní osobu).

1.2.2 SWB a interní kompetence

Stále více je zřejmé, že jedinec je integrovaná bytost s vlastní vůlí a účelným chováním a s vrozenou potřebou vztahu k druhým. Zdravý rozvoj je však ovlivněn okolními podmínkami, přičemž ty nepříznivé blokují autentické a seberealizační procesy v osobnosti. Za příznivých podmínek člověk vkládá své síly do realizace *vlastních* možností a to podle *svého* temperamentu, schopností a sklonů. Těmto svým možnostem a také zdravému vývoji se odcizuji, přesunu-li - zejména pod tlakem vnitřního stresu - většinu energie do přetvoření sebe sama v absolutně dokonalou bytost. **Vzniknuvší dichotomie mezi reálným já a dokonalou bytostí je analogická dichotomii mezi vnitřní a vnější kompetencí.**

Reálné „já" je zdrojem zdravých životních hodnot a životních cílů. K jeho rozvoji jsou však zapotřebí příhodné podmínky, zajišťující pomoc, podporu, povzbuzení a konfrontaci s přáními a vůlí ostatních. Pouze má-li dítě zajištěno tyto potřeby, může být kongruentní se svými city, přáními, myšlenkami, hodnotami a vlastní energií. Je určující silou svého vlastního života, organickým celkem.

1.2.3 Hodnoty, SWB a interní kompetence

Nedostatky ve svém hodnotovém systému si jedinec nahrazuje diktátem „měl bych". Vrcholnou hodnotou je jakési „idealizované já", jehož podoba se utváří především na postojích okolí a na tom, „jak by to obecně asi mělo být". Diktát zní: "měl bys být schopen všechno vydržet, všemu rozumět, mít každého rád, být vždy výkonný, měl bys

mít radost ze života,..“[28]. **Je zřejmé, že na první pohled je takový jedinec velmi schopný. Má obrovskou píli a snahu stát se dobrý prakticky ve všech oblastech lidského počínání.** Pokud jedinec trpí nějakou formou bazální úzkosti, můžeme počítat s tím, že si bude dávat takové úkoly, v nichž nakonec zákonitě zklame. Pokud půjde o jedince, který nedostatečně interiorizoval hodnotový systém, bude veškeré jeho počínání honbou za „čímkoli“. V obou případech bude následovat zklamání, neboť v prvním případě člověk sám před sebou „neobstál“, ve druhém obstál, ale nepůsobí mu to žádnou radost, neboť to ve skutečnosti nechtěl. Bude tedy následovat honba za jiným cílem, který je tentokrát „zaručeně ten pravý“ nebo kterého dosáhnu a „tak si dokážu, že na to mám“. Je zcela zřejmé, že ani u jednoho typu nemůžeme očekávat přítomnost SWB. Buďto je člověk sám se sebou stále nespokojen, neurotický typ se dokonce nenávidí (a miluje), nebo stále neví, co by vlastně chtěl. Nevím-li, co chci, nemohu za tím jít a dostat to. Takovýto člověk je schopen strávit celý život honbou za externími cíly, za viditelným úspěchem, za dokonalostí, nijak ho to ale vnitřně neuspokojí.

[28] Horney, K. (1937)

1.3 Socializace jako proces směřující ke kongruenci a integritě jedince

Socializace je proces mající svůj začátek, průběh a konec. Nezačíná vždy ve stejném bodě, vezmeme-li v potaz genetické faktory, podepisující se na vstupní osobnosti jedince. Ze stejných důvodů (tedy díky naší genetické výbavě) a také díky specifičnosti prostředí, v němž socializace probíhá, nemá ani stejný průběh. A pochopitelně se tak bude lišit i kvalita a míra socializovanosti jedince. Protože člověk je zoon politikon - ve společnosti se neustále pohybuje a nějakým způsobem vstupuje do interakcí s ní - bude z míry jeho socializace vyplývat mnoho různých skutečností, z nichž za ne-li nejpodstatnější, pak tedy za velmi podstatnou můžeme označit míru autenticity.

Z předešlého je zřejmé, že vrůst do společnosti a zejména *kvalitní* vrůst do společnosti není něčím automatickým. Víme to zejména ze studií zkoumajících jedince, kteří vyrůstali vně lidské společnosti. Člověk se nerodí se znalostí základních společenských vztahů, nemá předběžnou představu o tom, co je správné, nenese si s sebou do života hodnotové postoje a morálku. Na základě toho se někteří domnívali, že člověk je „tabula rasa" a že je formován pouze prostředím. S postupem rozvoje lékařské vědy a zejména genetiky získáváme teprve zprávu o tom, jak moc je člověk určován svými geny, které prostředí dokáže pouze určitým způsobem formovat, nikoli však naprosto přemazat. Na druhou stranu víme, že socializační vlivy mohou intervenovat i do oblasti biologické, respektive fyziologické. Předpokládá se však, že do fyziologické dimenze života zasahují tyto vlivy pouze kvantitativně, tzn., že ovlivňují spíše průběh fyziologických dějů (Řezáč, 1998). Víme také, že toto formování je nejdůležitější v prvních letech života. Co se tímto formováním, které bývá nazýváno socializací, myslí? Jde o komplexní proces přeměn, které začínají osvojováním základních kulturních návyků, později mluvené řeči a dalšími změnami až po vpravování se do role svého pohlaví, orientaci ve světě hodnot a jejich přejímání, resp. zvnitřňování. V podstatě je to proces učení[29], zejména sociálního, který se uskutečňuje od nejranějšího věku dítěte

[29] Rovnítko mezi učení a socializaci lze položit zejména v raných letech. Čím starší však dítě je, tím méně se socializace vejde do rámce učení. Janoušek (1988) o tom říká: socializace je „...souhrn procesů

v jeho stycích se sociálním okolím, tj. zpravidla v interakci dítěte a rodiny (Nakonečný, 2000). Jak jsem zmínila výše, tento proces je velmi ovlivňován vlohami a dědičností.

V souvislosti se socializací vyvstává mnoho otázek. Jak velký vliv na ni má genetické předurčení dítěte, jaké jsou její nejdůležitější fáze, jaké nejúčinnější prostředky a způsoby zvolit, aby dítě vyrostlo ve zdravého a společnosti prospěšného jedince? Můžeme si položit i otázku, kterou jsme naznačili již v úvodu. **Jaký vliv na pocit smysluplnosti života a tedy na SWB má správná nebo nesprávná socializace? A jak lze ovlivnit výsledek nesprávné socializace?**

1.3.1 K socializaci obecně

Prostředím socializace dítěte je rodina, škola, přátelé, volnočasové aktivity a později zaměstnání. Výrazně nás ovlivňují i masmédia, která přebírají obrovský podíl na socializaci jedince. Přístup k nim je však umožněn přes rodinu jako přes prostředí primární socializace. Toto prostředí je jakousi placentou, filtrující a sloužící jako mediátor a funguje tedy jako výhybka, která má svou nejdůležitější úlohu právě na začátku. Později můžeme znatelně rozpoznat směr, kterým rodina dítě vyslala, můžeme sledovat „vybavení", které mu poskytla. Postupem času však tato primární skupina ztrácí na svém vlivu a socializace se přesouvá mimo ni.

Jak už jsem zmínila výše, Helus (1973) procesem socializace chápe vrůstání do společenskokulturního systému, v němž je jedinec situován a který ho utváří. Tento systém je tvořen dynamickou jednotou 4 fundamentálních složek:

1) složky hodnotově normativní, tvořené sociálními hodnotami, normami, přesvědčeními
2) složky mezilidsky vztahové, tvořené především sociálními interakcemi, komunikací a pracovními činnostmi
3) složky rezultativní, tvořené materiálními, duchovními a organizačními produkty
4) složky osobnostní

---

vzájemné interakce mezi společností a jedincem..". Zdá se tedy, že sociální učení tvoří spíše vnitřní mechanismus, který umožňuje proměny a fixaci psychologických změn (Řezáč, 1998).

Toto vrůstání zasahuje všechny stránky duševní činnosti, tedy kognitivní, konativní i emotivní. V jejím rámci se pak socializuje poznávání, city a vůle. V tomto bodě je však třeba připomenout, že proces socializace neprobíhá pouze jako působení okolí na jedince, ale jako vzájemné ovlivňování, jako interakce.

Touto interakcí (probíhající na základě genetické výbavy), jejímž výsledkem je nějaká sociální zkušenost, dochází k formování osobnosti člověka po všech zmíněných stránkách a tato osobnost je posléze vybavena nějakými postoji a hodnotami, nějakými kognitivními schématy. Na základě toho se jedinec nějak chová a funguje v úzu konkrétních sociálních rolí.

V procesu sociálního vývoje lze zaznamenat etapy, které zachycují posun jedince a periodizují a systematizují druh a míru pokroku ve vývoji. Každá z těchto periodizací se může soustředit na jiné faktory a proto jich můžeme najít bezpočet. Při bližším prozkoumání však můžeme podtrhnout některé vlastnosti a procesy, které jsou všem periodizacím společné. Řezáč, (1998) rozlišuje 4 relativně samostatné děje. Jde o personalizaci, kulturaci, profesionalizaci a socializaci z užším slova smyslu. Člověk se stává osobností a vymezuje si své „Já", přejímá kulturu společnosti, získává jisté kognitivní znalosti a zaměření a zaujímá jisté postoje, osvojuje si sociální role. Tyto složky se nemusejí vyvíjet stejně rychle a stejně kvalitně. Rozvíjejí se však neustále a v etapách.

Při popisu sociálního vývoje jedince zohledňuje Řezáč tu skutečnost, že v dané etapě má určitá sociální aktivita dominující úlohu při dotváření sociálních vlastností a rysů osobnosti. **Dominantou první etapy je tak bezprostřední sociální kontakt a cílem etapy je vznik „Já".** Někteří autoři proto tuto fázi označují za individualizační. „Já" vzniká diferenciací sociálního mikroklimatu, která proniká do souvztažnosti rolí a chápaní svého místa mezi ostatními lidmi. Tato individualizace se děje prostřednictvím rozlišování „Já" – „ne Já". V druhé etapě je dominující složkou hra. Dochází zde k odlišení „My děti" a „Oni dospělí". Díky srovnání se ve výkonu je objevována vnitřní vlastnost jako předpoklad výkonu. **Pokud v této etapě dojde k fixaci na výkon, nikoli na sebeobjevování - jako předpoklad následné sebekultivace - bude zmrazeno či významně ztíženo i odpovídající pronikání do společnosti.** Ve třetí fázi se dominující a integrující složkou stává učení. Integrující rolí je role žáka. Dítě poznává svět očima

jiných lidé. Vytváří se základy postojů. Čtvrtá etapa je objevem dospělosti. V tomto období dochází k uspořádávání předešlého. U L. Montanové (1984; in: Řezáč, 1998) je naopak měřítkem periodizace prostředí, v němž se socializace odehrává a tím, co takový pohyb v prostředí přináší. Montanová sleduje **závislost dítěte na rodičích**, prezentovanou nejprve elementární socializací (primární osoba) a později rodinnou socializací a také pozdější vstup do společnosti (socializace veřejná), kdy se sociální kontakty mění na sociální soužití. Alan naproti tomu sleduje spíše identifikaci, diferenciaci a navazování vztahů a to v odlišné terminologické i chronologické podobě.

I přes rozdílné způsoby členění psychosociálního vývoje, **všechny uvedené periodizace zacházejí s momenty uvědomění si vlastního „Já", poznávání norem a hodnot, s momentem prožívání prvních životních rolí.** Stanovují přibližnou dobu, kdy by jedinec sám měl začít organizovat a plánovat společenskou vhodnost svých projevů a výkonů.

1.3.2 Socializace a interiorizace jako procesy směřující ke kongruenci a integritě jedince

Vzhledem k tomu, že socializace je proces, je logické, že na jejím konci stojí nějaký výsledek či výsledky. Co je takovým ideálním výsledkem procesu socializace, tedy, k čemu by v nejlepším případě měla socializace dospět? Výše jsme si uvedly hlavní procesy a změny, které jsou součástí socializace. Víme, na jaké vlastnosti, postoje a na jaké chování má vliv. Správná socializace musí dodat jedinci určitou sumu dovedností a probudit v něm a rozvinout jisté spektrum vlastností. Prvním jejím úkolem je tedy dodat A až Z. Druhým úkolem je pak dokázat, že jedinec tyto způsoby chování, postoje a orientace přijme za své, upraví si je podle své potřeby, nějak s nimi bude zacházet a vhodně je zakomponuje do své osobnosti. Tedy, že dojde ke kongruenci osobnosti se sociokulturním dědictvím společnosti. Takový jedinec je pak logicky spokojen sám se sebou a je také spokojen ve společnosti. Navíc je společnosti prospěšný, protože do ni

přispívá vlastní individualitou a to tak, že aktivně tvoří. Asociální osobnosti naproti tomu mohou přispívat svou individualitou, nicméně musí předem něco rozbořit, aby se mohli neomezeně projevit. Vrcholem tohoto procesu je – jak už jsme o tom hovořili v předchozích kapitolách - autotelická osobnost.

Obecně však platí, že volba cílů je determinována jak širším, kulturně-historicko-sociálním kontextem, tak i osobnostními kognitivními schématy. Tyto vztahy se snaží ve svém modelu objasnit J.E. Nurmi (1991)[30], který vychází z teorií cílově zaměřeného jednání a ze sociálně kognitivního přístupu. Podle něj je orientace na budoucnost charakterizována jako souvztažnost 3 procesů: motivace, plánování a hodnocení. To, co je v dané kultuře považováno za sociální normu, získává pro jednotlivce charakter vývojového úkolu. Vnější i vnitřní motivy ho směřují k formulaci konkrétních, subjektivně důležitých cílů. V následném plánování využívá osvojené dovednosti a zkušenosti. Kromě toho zvažuje možné zisky a ztráty, posuzuje pravděpodobnost ne/úspěchu, hodnotí vlastní možnosti a schopnosti.

Z předchozího se zdá, že výsledná spokojenost s vlastním životem je spojena s uskutečňováním cílů a naplňováním hodnot, osvojených v průběhu socializace. **Nejde přitom o obsahové zaměření = typ hodnotové orientace, ale o míru interiorizace cílů a hodnot.**

Bandura definoval socializaci jako proces, v němž jedinci vyvíjejí ony kvality, které jsou podstatné pro jejich účinné uspění ve společnosti. Domníval se také, že cílem socializace je „...nahrazení externích sankcí interní kontrolou". Toto přesvědčení vyplývá i z teorií Piageta, Kohlberga, Csikszentmihalyiho, Frankla a dalších. **Vývoj od vnějšího k vnitřnímu se netýká pouze vývoje v oblasti morálky. Jde zde i o internalizaci motivace a cílů**, což však s předchozím úzce souvisí. Ideálním vrcholem pyramidy je pak osobnost s kongruentním fungováním všech zmíněných oblastí, které jsou vyživovány a řízeny zevnitř a které jsou ve vzájemné přínosné interakci s okolním prostředím. **Podle Bandury se systémy sebeřízení (seberegulace) vytvářejí internalizací hodnot a hodnotových postojů.**

---

[30] dle Macek, 1999

Není však zřejmé, jak postoje ovlivňují chování (Nekonečný, 2000). Ze zkušenosti se spíše zdá, že chování ovlivňuje naše postoje (Olweus, 1995). Víme, že kontrole jednání se učíme prostřednictvím zmíněného sociálního učení.[31] Systém odměny a trestu funguje na bázi našeho očekávání, které aktivuje nebo tlumí chování. Naproti tomu může být naše chování ovlivňováno i seberegulací, zejména v pozdějších letech. Ta už je pak založena za našich hodnotových postojích a souvisí s našim svědomím.

Vrátíme-li se zpět k pyramidě, na jejímž vrcholu stojí zralá osobnost s vlastním systémem regulace, hodnot, motivů, atd., vracíme se zpět k problému externalita-internalita. J.B.Rotter (1966)[32], vycházející z pojmového rámce teorie sociálního učení, mluví o generalizovaných exspektancích interní versus externí kontroly posilování. U subjektů s větší internalitou, které se považují za odpovědné za své chování a mají tedy vnitřní locus of control, se dá očekávat větší sebedůvěra, angažovanost, samostatnost a aktivita. Naopak u jedinců, u nichž je sociální realita percipována jako neovlivnitelná, můžeme předpokládat nízké sebevědomí. Co podmiňuje toto internalitní či externalitní zaměření osobnosti? Do jaké míry je tato orientace důsledkem dispozice (extroverze-intraverze, aktivita-pasivita,..) a do jaké míry je důsledkem rané výchovy a zkušeností?

Víme, že v procesu vytváření autoregulace hraje důležitou úlohu sebepoznání a poznání. V procesu svého vývoje začíná dítě používat ve vztahu k sobě samému tytéž formy chování nebo hodnocení, kterých původně používali druzí ve vztahu k němu (Vygotskij, 1976). Rostoucí schopnosti poznání – kognitivní schopnosti – znásobují zkušenost dítěte, ale zároveň komplikují přímé vlivy vnějšího prostředí na dítě, neboť ty se lomí přes stále složitější vnitřní systémy motivační, postojové a hodnotové. Míra poznání, závislá na kognitivních schopnostech a individuálních zkušenostech, není tedy ještě rozhodující pro morální chování, protože vnější normativy podléhají vnitřním motivačním strukturám jedince. Piaget hovoří o tom, že teprve kolem 8 let věku se respektování pravidel a autority u dítěte stává oboustrannou záležitostí. Do té doby dítě poslouchá proto, že je totálně podřízeno. O něčem podobném hovoří Helus. Vznik sociální osobnosti má podstatu ve zvnitřnění toho, co původně existovalo mezi lidmi, ve společnosti. Prvotní odepření si věci probíhá přes zákaz. V tomto stádiu existuje

[31] Odměna a trest, napodobování, identifikace,...
[32] dle Kotásková, 1987

sociálnost výlučně v interpersonální podobě. Na dalším stupni si dítě samo zákaz ukládá, často hlasitě. Později si jej jen připomíná a nakonec je odepření si věci samozřejmostí (Helus, 1973). Tehdy je impulsivní, presociální touha přebyta socializovaným náhledem, obsahujícím zřetel nadosobního zájmu. Vygotskij hovoří o vrůstání, Janoušek o přeměně metody. Podstatou jevu je, že **vnitřní život osobnosti existuje zprvu ve vnějším světě a teprve postupně se přetváří v intraosobní, psychickou kvalitu**. To ovšem předpokládá nasycenost vnějšího prostředí sociálními podněty a významy. Proces interiorizace předpokládá, že vnější a vnitřní sociálnost budou v rovnováze (Helus, 1973). **Pokud tomu tak není, mění se** – podle Lebedova[33] - **vnitřní interiorizace v exteriorizaci.**

1.3.3 Problémy socializace: ohrožení interní kompetence

Pokud jsou dospělí, tvořící okolí dítěte, příliš zaujati svými vlastními neurózami (jsou příliš dominantní, ochranitelští, zastrašující, podrážděni, pedantští, shovívaví nebo nejistí), výsledkem může být to, že dítě si nevytvoří pocit sounáležitosti, pocit „my". Namísto toho si vytvoří pocit hlubokého ohrožení a neurčitého strachu, který Horneyová (a Sullivan) nazývá bazální jistotou. Jedná se o pocit izolovanosti a bezmoci ve světě, který dítě považuje za potencionálně nepřátelský. Tlak úzkosti brání dítěti ve spontaneitě (v autenticitě) a nutí ho nějak jednat (podle vrozeného temperamentu dítěte). Toto jednání se může projevit 3 známými způsoby: krokem k, krokem proti a krokem od. Tyto kroky jsou samozřejmě normálně přítomny i u zdravého jedince, jsou však prosty strnulosti a extrémnosti. Klinicko-psychologická zkoumání socializace osobnosti Horneyové a Sullivana přinesla základní informaci, že dítě usiluje o bezpečí a jistotu, s čímž úzce souvisí touha po mezilidských vztazích, vyznačujících se pozitivní emocionalitou. Nezbytný je tedy vřelý citový vztah, projevovaný dítěti sociálním okolím.

[33] dle Helus, 1973

Tato pozitivní emocionalita musí být prostoupena řádem a dítě se musí umět ve svém okolí orientovat. Horneyová uvádí hned několik hlavních typů příčin bazální nejistoty:

a) Pocit naprostého a zároveň nesrozumitelného ovládání druhým člověkem, který mne neakceptuje a řídí mou osobu podle mne neznámé logiky.
b) Nedůslednost a nepravidelnost ve způsobu odměňování a trestání: je zde narušen princip, který Bandura označil za diferenciální zpevňování[34].
c) Přenášení nadměrné zodpovědnosti na dítě, nebo upírání zodpovědnosti. Obojí ústí v neurotizaci.
d) Citově nezúčastněné chování okolí vůči dotyčnému jedinci. Má soustavně pocit, že ho nikdo nemá rád.
e) Zatažení do konfliktu mezi rodiči nebo jinými, stejně milovanými osobami. Tedy do situace, v níž se nemůže, nechce nebo neumí, ale přitom musí rozhodovat pro jednoho nebo pro druhého, přičemž toho nezvoleného ztratí.

Kromě těchto příčin, popisovaných Horneyovou, můžeme uvést i tzv. „dvojí vazbu", ústící v neurotické chování. Z mezilidské interakce není důležitá pouze obsahová složka, ale i mnoho jiných úrovní. V tomto smyslu hovoříme o metakomunikaci. Osoba může vyžadovat na neverbální rovině opak toho, co vyžaduje verbálně a druhou osobu (dítě) tak přivádět do situace, kdy jakákoli reakce bude nesprávná a vede k trestu. Jinak řečeno, rodič může po dítěti požadovat něco, o čem je však z jeho neverbálního chování jasné, že k tomu má odmítavý postoj (kognitivní disonance). Přičemž obvykle platí to, že splňuje-li dítě jedno, rodič zvyšuje důraz na to druhé a naopak. Dítě tak začíná trpět úzkostí, neboť ať se zachová jakkoli, následuje trest. Nemusí však jít jen o rozpor mezi verbálním a neverbálním projevem. U neurotických matek (nebo otců) je častý i rozpor mezi dvěma verbálními projevy. Exponované hodnoty se mění ze dne na den a dítě se tak nedokáže orientovat. Nepředvídatelnost reakce rodičů může opět u dítěte vyústit v neurotizaci.

Co přesně je důsledkem těchto stavů? Za uvedených podmínek dítě vyrůstá v prostředí, které vnímá jako nebezpečné. Je plné nepředvídatelných reakcí, které

[34] Při diferenciálním zpevňování je lidské chování kontrolováno svými důsledky; upevňují se způsoby chování, které byly odměňovány, zatímco neúčinné a potrestané způsoby chování jsou opouštěny (× zástupné zpevňování, při němž lidé modifikují své chování i na základě pozorování důsledků chování druhých - tzn. zástupná zpevnění jsou zpevnění pozorovaní u druhých).

neodpovídají podnětům a je nepřehledné. Dítě se proto nedokáže zorientovat a především je nuceno potlačovat své reálné „já" tak, aby v daných podmínkách nějak přežilo. Výsledkem je tedy:

1) rozvoj hodnot, postojů a způsobů chování, které nelze označit za autentické
2) orientace dítěte na sebe, zapříčiněná nutností postarat se o sebe sám

Později může jedinec trpět souborem stavů a pocitů vnitřní, osobní slabosti a bezmoci vůči okolí a světu, blíže neurčitelnému zdroji prezentujícímu se jako aktuální či potencionální hrozba, před kterou je možnost unikání, ale ne úniku. Jedinec je neustále sužován mučivou potřebou prověřovat, že obklopující realita mu není nepřátelská. Je nutkán neustále zkoušet nosnost a spolehlivost mezilidských vztahů, do kterých je zahrnut a na kterých závisí. Bazální úzkost těmto prověřováním, pokusům a zkouškám dává ráz neurotických tendencí. Horneyová[35] uvádí jejich 10 základních typů, které mohou vystupovat jako normální lidské potřeby, jsou však vystupňovány až k úzkostným, nutkavým potřebám. Jsou to:

1. Nutkavá potřeba zakoušet náklonnost a přízeň druhých lidí.
2. Potřeba být na někom závislý a stále znovu a náročněji si dokazovat, že druhý se z této závislosti těší a bude tuto potřebu závislosti uspokojovat stále závažnějšími a neuvěřitelnějšími důkazy.
3. Potřeba vměstnat svůj život do úzkých hranic, uzavřít svou osobnost ze strachu před možnými zásahy a hrozbami.
4. Potřeba mít v nějakém směru sílu, vládu nad druhými, kontrolu nad jejich vztahem ke mně nebo prostě kontrolu a vládu nad někým. Neuroticky motivovaný jedinec si potřebuje stále znovu dokazovat, že není tak slabý, odkázaný, závislý, že také on má svébytnost a soběstačnost.
5. Nutkavá potřeba využívat druhých, ujišťovat se v tom, že nejsem bez možnosti opřít se o druhé a získat od nich v případě potřeby to, co potřebuji.
6. Potřeba prestiže.
7. Potřeba chvály, kladného ocenění či dokonce zbožňování.

[35] dle Helus, 1973

8. Potřeba podávání prokazatelně excelentních výkonů a vykazování osobnostního, společenského, zaměstnaneckého a jiného vzestupu.
9. Neurotická potřeba osobní nezávislosti.
10. Potřeba perfektnosti, tj. naprosté neomylnosti a bezchybnosti chování, zajišťující nenapadnutelnost.

Výkon a prestiž vyvracejí důvody nejistoty a úzkosti. Avšak vzhledem k tomu, že i tyto pokusy jsou neurotické povahy, uzavírají bludný kruh. **Jedinec se obrací směrem k dosahování vnějších cílů a může se stát externě kompetentním. Dosáhne-li však takový člověk nějakého cíle, začne o něm brzy pochybovat a chce ho prověřit dalšími zkouškami.** Podobně neustálá snaha o důkaz perfektnosti může vést nutkavě až k takovým pokusům o prověření, kde ztroskotává. Jedinec, ve kterém labilní a nespolehlivé primární interpersonální vztahy navodily stav bazální nejistoty a úzkosti , si posléze osvojí to, čemu Horneyová říká „nutkavý charakter" a bude si stavit cíle, které ho zvednou v očích ostatních lidí. Konečně, své sebevědomí nabývá právě jen prostřednictvím hodnocení druhých lidí, je na nich závislí. Takovýto jedinec kolísá mezi sebeidealizací a sebenenávistí. Je tak zřejmé, že vztahy, kterými jedinec prošel, mají tendenci reprodukovat se ve způsobu jeho existence.

1.4 Resilience

Víme tedy již, že tím základním, co je zapotřebí pro resilienci, je interní kompetence. Ta je výsledkem souhry dědičných dispozic a kvalitní péče okolí, jež zajistí integraci osobnosti, podpoří její kognitivní růst a správný hodnotový a morální vývoj. Opomenuto nesmí zůstat ani vytvoření základního vztahu důvěra-bezpečí. Za podmínek optimálních pro integraci a kongruenci osobnosti můžeme předpokládat vysokou hladinu SWB a interní kompetenci. Takový základ je pak, spolu s ostatními faktory, předpokladem resilience.

1.4.1 Resilience mezi dětmi v ohrožení

Specifický fenomén resilience byl studována v široké škále situací, zahrnujíc válku, život s rodiči trpícími několika duševními nemocemi, násilí v rodině, chudobu, přírodní katastrofy a mnohé další stresory. Výsledky těchto studií byly pozoruhodně shodné ve svém zaměření na psychické kvality dětí a prostředí, které jsou spojeny s lepším psychickým fungováním během nepříznivých zážitků nebo po nich. Mezi těmito kvalitami se u dvou nejobšírněji popisovaných prediktorů resilience objevuje vztah mezi pečujícím a dítětem a dobré intelektové fungování. Seznam těchto kvalit není nepodoben výčtu vlastností, které jsou zapotřebí pro kompetenci v normálním rozvoji. Resilientní děti se nezdají disponovat mysteriózními nebo unikátními kvalitami. Spíše se zdá, že vlastní důležité zdroje, reprezentující základní protektivní systém lidského vývoje. Neboli, kompetence se uprostřed nepříznivých podmínek rozvíjí tehdy, když jsou i navzdory situaci uchovány fundamentální systémy, které obecně podporují kompetenci. Úkolem těchto systémů je chránit dítě proti hrozbám vývoje. Mají také dostatečnou sílu udržovat a podporovat přiměřený rozvoj za nepříznivých podmínek a to do té doby, dokud nejsou kritické adaptační systémy těžce omezeny nebo zničeny, anebo dokud nepříznivé podmínky nepřevýší maximální únosnou mez pro jejich zvládnutí.

Nutno přiznat, že uvedené vlastnosti, stejně jako ostatní charakteristiky vyskytující se v souvislosti s kompetencí a resiliencí, nejsou nutně kausálními příčinami, ale naopak mohou být spíše následky úspěchu. Toto určení je však klíčové pro intervenci, neboť chceme-li změnu, musíme nějakým způsobem manipulovat kauzálním procesem. Nebezpečí mylných korelací může být ilustrováno přisouzením vysoké sebeúcty, která je často (třebaže ne vždy) spojena s resiliencí a s kompetencí. Snaha podpořit sebeúctu, abychom tak zvýšili kompetenci, nebude fungovat, pokud je sebeúcta výsledkem kompetence spíše nežli její příčinou. Může se pak lehko stát, že skončíme se skupinou drze se chovajících dětí, kteří o sobě mají vysoké smýšlení. Před takovouto chybou varují i poznatky o agresivních chlapcích, kteří sami sebe vidí v nerealisticky příznivém světle. Jejich vysoká sebeúcta se zde projevuje jako rizikový faktor (Hughes, Cavell a Grossmann, 1997)[36].

Stejně tak nemusí být tyto charakteristiky použitelné za všech situací. Mezi resilientními dětmi bývá například často pozorována klidná povaha[37] (e.g. Werner a Smith, 1982)[38], avšak u některých specifických kultur, jak můžeme zjistit například z často citovaných studiích Masařských dětí, je opak pravdou. Tyto děti by byly většinou Američanů označeny za problémové, avšak právě proto měly v období sucha nejnižší úmrtnost (de Vries, 1984)[39].

Důležitým objevem výzkumů resilience je také poznatek, že děti mají rozdílnou zranitelnost a protektivní systém v rozdílném věku a stádiích rozvoje. Malé děti jsou díky své naprosté závislosti na pečovatelích vysoce zranitelné v důsledku ztráty rodičů nebo týrání. Zároveň jsou však ušetřeny zkušenosti s hrůzami války nebo katastrof, které díky kognitivní nezralosti nemohou plně chápat. Na druhou stranu adolescenti mají mnohem pokročilejší schopnosti pro adaptaci ve světě, jsou ale také zranitelnější při prožití ztráty, vyhození ze školy, při všem, co může znamenat ohrožení jejich budoucnosti.

Studie kompetence a resilience naznačují, že existují adaptivní systémy podporující a ochraňující rozvoj kompetence v příznivém i nepříznivém prostředí. Tyto systémy jsou součástí attachmentu, kognice a seberegulace. Chudoba, chronický stres, domácí násilí,

---

[36] dle Masten, Coatsworth (1999)
[37] povaha s nízkou reaktivitou a vysokou sociabilitou
[38] dle Masten, Coatsworth (1999)
[39] dle Masten, Coatsworth (1999)

přírodní pohromy a jiné rizikové okolnosti dětského vývoje mohou mít trvalý efekt, pokud tyto klíčové adaptivní systémy poškodí nebo zničí. Čas a výzkum ukazují na důležitost vztahu rodič-dítě jako na klíčovou okolnost rozvoje kompetence a to jak u dětí s normálním životem, tak i u dětí čelících neobyčejným výzvám. Kombinace vřelé, strukturované výchovy s rozumně vysokými očekáváními na kompetenci, je úzce svázána s úspěchem v mnoha oblastech a s resiliencí mezi dětmi v ohrožení. V extrémně nebezpečných podmínkách je efektivní rodičovství více přísné, ale zůstává vřelé a pečující. V jiných případech může být kompetence spojena s náhradní pečující osobou, která má roli mentora. Avšak je-li nepřízeň příliš vysoká a v blízkosti dítěte není žádný kompetentní dospělý, je riziko maladaptace velmi vysoké. Můžeme tedy uzavřít, že rozvoj kompetence vyžaduje zapojení pečujícího, kompetentního dospělého v životě dítěte.

1.4.2 Externí versus interní resilience

Je samozřejmé, že spolu s rozšiřujícím se zájmem o resilienci vzrůstá i počet nejasností. Jednou z největších je pak otázka po tom, zda se za dosažení kompetence za nepříznivých podmínek platí nějaká „daň" a to nejspíše daň ve smyslu psychologického distresu. Luthar na základě svých studiích městských adolescentů zjistil, že mladí dospívající, kteří mohou být považováni za externě kompetentní, ale kteří žijí ve skutečně ohrožujících podmínkách, vykazují vysokou úroveň vnitřního distresu. Podobnou skutečnost naznačují i zprávy o prokazatelně resilientních přeživších holocaustu v Kambodži, kteří jsou nyní v USA. Mnozí z nich trpí dlouhotrvajícími následky několikanásobného opakovaného traumatu a to ve formě symptomů posttraumatických stresových poruch a deprese (Wright a kol. 1997)[40]. Samozřejmě existují studie, které podobné důkazy distresu ve skupinách resilientních adolescentů nenašly. Zbývá tedy důležitá otázka pro budoucí výzkumy, zda-li a za jakých podmínek děti dále nesou následky nepříznivých podmínek a to navzdory manifestní kompetenci.

[40] Wright, M.O., Masten, A.S.: Vulnerability and resilience in young children. In J.D.Noshpita a kol.: Handbook of child and adolescent psychiatry: Vol. 1 Infants and preschoolers: Development and syndromes. Str.202-224. New York, Wiley 1997.

Důležitou podmínkou přitom zůstává interní kompetence. Ta staví na kvalitním vývoji všech výše zmíněných složek, tzn. attachmentu, hodnotového systému, norem, kognitivního vývoje a seberegulace. V souhře musí být složka kognitivní, konativní i emotivní. Lze se domnívat, že za ztížených podmínek pro dospívání existuje reálná šance, že se dítě stane manifestně kompetentním (= externě resilientním), avšak bude úzkostné, nevyrovnané, nekongruentní, atd. Důvody přímo vyplývají z předchozího výkladu socializace a vývoje hodnotových schémat. Problémem je, že dítě, které nenaváže kvalitní attachment, zůstává ve své podstatě nejisté a nedůvěřivé a spotřebovává velikou část své energie na „sebeobranu". Namísto toho, aby investovalo své síly do vnitřního vývoje, bojuje neustále se světem a pro tento boj si zdokonaluje vnější „zbraně". Zbraň v podobě kompetence účinně zajistí nezávislost, postavení, moc, dává pocit bezpečí. Veškeré úsilí člověka, jeho cíle a směřování, se ale soustředí pouze na jeden cíl. Zatlačit pocit úzkosti, které je o to větší, že člověk neví, kam směřuje.

Dokážeme tedy zodpovědět otázku po charakteru a validitě slova externí resilience? Domnívám se, že ano. Stejně jako můžeme hovořit o externí kompetenci, v případě ztížených podmínek vývoje jsme oprávnění použít externí resilienci jako výraz pro úspěšné vyrovnání se s nepřízní. Toto vyrovnání se však bude zahrnovat pouze vnější ukazatele. Kvalitní attachment a bazální jistota/úzkost pak budou dělící čárou mezi interní a externí resiliencí. A stejná hranice bude ovlivňovat i výši hladiny SWB.

2 . Praktická část

2.1 Výzkum: Externí resilience

CÍLE: Předpokladem našeho výzkumu bylo, že nutnou podmínkou pro interní kompetenci a resilienci je kvalitní attachment, tedy pozitivní vztah s primární osobou. V případě, že takový vztah není navázán, vznikají problémy v oblasti systému hodnot, hladiny SWB a zvýšené je i riziko neurotizace[41].

METODA: Kvalitativní část výzkumu byla založena na hloubkových rozhovorech se spíše externě kompetentními jedinci. S každým z respondentů byly prováděny vždy 2 rozhovory, obvykle v rozmezí 2 týdnů. Rozhovory měly pouze základní strukturu, probandovi byl ponechán značný prostor.

VÝBĚR VZORKU: V rámci našeho výzkumu byli osloveni obyvatelé států, v nichž jsem měla možnost delší čas pobývat. Přestože jde pouze o euroamerickou kulturu, jsou rozdíly mezi jednotlivými participujícími státy poměrně značné. To považuji pro tento výzkum za přínosné, neboť se mi podařilo na základě rozhovorů vytvořit množství kritérií, které by byly v případě spolupráce jen s jednou zemí podstatně omezeny. Výběr respondentů byl díky choulostivosti tématu velmi problematický a byla jsem nucena vést rozhovory s probandy, s nimiž jsem se víceméně náhodně setkala. Teprve později z nich byly na základě jistých kritérií vybráni jedinci, kteří odpovídali mým požadavkům a s nimi byly provedeny další rozhovory. Možná zkreslení tedy plynou zejména z faktu, že šetření se zúčastnili pouze osoby, které byly ochotny vypovídat o svém životě a které se narodily a dlouhodobě žily ve městě. Šlo však o osoby zaměstnané v nejrůznějších odvětvích a na rozličných pracovních pozicích, snažila jsem se zajistit i různé věkové kategorie, vyznání, pohlaví a další významné činitele, které by mohly výzkum podstatně ovlivnit. K problematičnosti tohoto druhu výběru se vracím dále v kritické diskusi.

[41] Neurotizace ve smyslu, v jakém ho zmiňuje Horneyová.

1) V USA byli osloveni studenti státní univerzity William&Mary ve Williamsburgu (VA), pracovníci letiště pro vnitrostátní lety v Manchesteru (NH) a dále pak obyvatelé měst New York, Washington a Boston-

2) V Itálii byli respondenty studenti a dále pak obyvatelé měst Milan a Firenze, s nimiž jsem měla příležitost se setkat a kteří odpovídali požadovaným kritériím.

3) V České republice byly respondenty frekventanti pětiletého sebezkušenostního výcviku typu SUR, studenti UK a dále pak obyvatelé města Praha, s nimiž jsem měla příležitost se setkat a které odpovídali požadovaným kritériím.

Věkové rozložení a konečná podoba vzorku jsou uvedeny v odstavci „Získávání dat".

ZÍSKÁVÁNÍ DAT:

Do skupiny „externě resilientní" byli zvoleni ti, kteří:

a) Splňovali alespoň dvě z kritérií v Tab.1.a zároveň alespoň jedno z kritérií v Tab.2

Tab. 1: Kritéria kompetence

a) Hmotně zajištěn na základě vlastního úsilí
b) Úspěšný v práci
c) Akademický úspěch
d) Dobré fungování v současné rodině
e) Úspěch ve volnočasových aktivitách
f) Oblíbenost ve společnosti a mezi vrstevníky
g) Dobré vypořádání se s velmi zátěžovou situací
h) Prosociální činnost

b) V druhé polovině rozhovoru byly kladeny otázky týkající se rodinné konstelace v dětství a otázky zaměřené na vztah s rodiči a na podmínky vývoje. Cílem bylo zjistit, zda bylo dítě v raném dětství vystaveno vážným problémům (viz Tab.2), které narušily vztah dítěte a rodičů a které nedovolily vytvořit si kvalitní attachment.

Tab.2: Rizikové faktory

a) Alkohol u jednoho nebo obou rodičů
b) Domácí násilí
c) Rozvod
d) Chudoba spojená s domácími konflikty
e) Postižení
f) Nemoc rodiče
g) Špatné výchovné styly
h) Zneužívání
i) Mladí rodiče se špatným výchovným stylem

S jedinci, u kterých byly shledány takovéto skutečnosti (= externě resilientní), byl proveden další rozhovor, tentokrát se zaměřením na spokojenost se současným životem, motivaci, cíle, partnerské vztahy, hodnotovou orientaci, atd.

V USA se rozhovoru podrobilo celkem 45 respondentů, z toho s 12 byl proveden i druhý rozhovor. V Itálii se 1. rozhovoru podrobilo celkem 12 respondentů, z toho s 2 byl proveden i druhý rozhovor. V České republice byl 1. rozhovor proveden se 32 jedinci, z toho 10 bylo podrobeno 2. rozhovoru. Celkový počet jedinců účastnících se 1. rozhovoru je 89, z toho se 24 podrobilo i rozhovoru druhému. Vysoké číslo druhých rozhovorů, a to zejména v České republice, je dáno snazším přístupem k respondentům a možností již předběžně vybrat odpovídající cílovou skupinu. Probandi byli ve věku 21 – 46 let.

Výsledný rozbor byl proveden pouze u těch probandů, kteří se podrobily i druhému rozhovoru, tedy u těch, u nichž se dala předpokládat absence kvalitního attachmentu. Výsledná skupina 24 dotazovaných vypadala takto:

a)	*Alkohol u jednoho nebo obou rodičů*	12
b)	*Domácí násilí*	8
c)	*Rozvod*	9
d)	*Chudoba spojená s domácími konflikty*	13
e)	*Postižení*	0
f)	*Nemoc rodiče*	2
g)	*Špatné výchovné styly*	14
h)	*Zneužívání*	1
i)	*Mladí rodiče se špatným výchovným stylem*	1

2.1.1 VÝSLEDKY

Výsledkem provedených rozhovorů byla skupina 24 lidí, které jsme spolehlivě mohli označit za „resilientní". Zajímalo nás, na základě čeho se jim podařilo dosáhnout úspěchu v daných oblastech. Konkrétní oblasti zájmu byly tyto:

1) síla vzoru, pozitivní osoba v životě, idol
2) náboženství, ideologie, přesvědčení
3) vzdor vůči rodiči
4) síla motivace
5) hodnotový systém
6) vlastnosti rodičů
7) vliv vrstevníků
8) vliv náhody

Ad 1) Ve 20 případech z 24 byla respondentem označena nějaká osoba, která jedinci „nahrazovala" rodiče. Jako velmi důležitý se ukázal fakt, v jakém věku se tato osoba v blízkosti dítěte vyskytovala.

Pokud byla v blízkosti dítěte v období jeho raného dětství, zajišťovala dítěti pocit bezpečí. Na otázku, kam by se respondent uchýlil, kdyby se měl v dětství rozhodnout, kde bude bydlet, uvedli dotazovaní nejčastěji někoho z okruhu blízké rodiny, případně rodiče své kamarádky, svého kamaráda. Další otázkou, které pomáhala osvětlit problém náhradní primární osoby, bylo: „Koho si ze svého dětství pamatujete nejvíce (vedle rodičů) a proč?", „Které pozitivní zážitky z dětství byste si dokázal/a vybavit?"a další. Náhradní primární osobu v raném dětství uvedlo pouze 5 z 20 dotázaných.

Pokud se takováto osoba vyskytovala v životě dítěte později než v raném dětství, hrála většinou úlohu tutora a to velmi často v období adolescence. Pouze 2 z dotázaných označili za důležitou osobu tzv. idol[42]. Ostatní uváděli skutečnou osobu (nebo několik), často jí byl učitel, tutor, lektor, někdo, s kým se setkali v důsledku podobnosti zájmů a zaměření. V několika případech bylo navázání takového vztahu spojeno se „zamilovaností", která později vyústila v přátelství. Ani v jednom z případů nedošlo k milostnému zklamání nebo nepřátelství.

Důležitá osoba, která se vyskytla v životě respondenta později než v raném dětství, nepřebírala povětšinou úlohu rodiče, alespoň ne tak, že by primárně zajišťovala pocit bezpečí a jistoty. Výjimkou se ukazují být milostné vztahy. Tam se většina dotázaných přiznala, že hledala u svého partnera bezpečí a jistotu a to v míře, kterou zpětně považují za přílišnou[43].

Vzor – tak je zde tato osoba nazývána - měl ve všech případech velikou motivační funkci. Často docházelo k tomu, že se jedinec, který se s takovým vzorem setkal, snažil rozšířit síť svých zájmů, aby odpovídala zájmům vzoru. Stejně tak se velký počet dotazovaných s tímto vzorem radilo ve svých myšlenkách. Otázky měly podobu „Jak by to asi udělal...", „Tohle by on/ona také zvládl/a",...V mnoha případech respondenti

[42] V tomto kontextu osoba, podléhající všeobecné idealizaci a mytizaci: postava hrající důležitou roli v náboženství, mýtický hrdina, literární postava, postava z oblasti politiky, osoba známá z televize,..

[43] V souvislosti s tím se ukazuje jako zajímavé zjištění, že velký počet dotázaných si až do určitého věku hledalo výrazně starší partnery, nebo partnery, kteří je v něčem převyšovali (znalostmi, majetkem,..). Ve svých odpovědích dotazování uvedli, že potřebovali partnera, od kterého by se mohli učit. Dále vyplynulo, že tyto vztahy měly prakticky bez výjimky podobu rodič – dítě, nikoli dospělí – dospělí.

uváděli, že se snažili ztotožnit s hodnotovým systémem vzoru a s jeho postoji, neboť jim to ulehčovalo orientaci v životě.

Přítomnost pozitivního vzoru v životě se ukázala být silně příhodná pro resilienci, přesto však měla i své negativní důsledky. Tyto důsledky nebyly způsobeny přímo samotnou přítomností vzoru, ale jen zprostředkovaně, díky uvědomované nedostačivosti. Jednalo se zejména o chybějící pocit bezpečí a jistoty, který vzor nahrazoval, avšak v době své nepřítomnosti zároveň akcentoval. Dále zde bylo nebezpečí, že jedinec se bude snažit dosáhnout úspěchů, kterých dosáhl vzor, ale nebude mít srovnatelný talent či trpělivost.

Přesto však, pokud je vzor pozitivní a jeho působení se ukazuje jako rozumné, je obrovským přínosem pro růst jedince a to zejména po stránce motivační a hodnotové.

Ad 2) Náboženství, ideologie a přesvědčení se jako ovlivňující faktory vyskytovaly u 5 z 24 dotazovaných. Náboženství obecně pomáhalo podpořit vybudování hodnotového systému a morálky a pomáhalo zodpovědět životní „proč otázky". Mimo to pomáhalo redukovat nebo také ventilovat agresivitu, která pramenila z pocitů nespravedlnosti. Velký počet dotázaných uváděl vztek a závist, týkající se podmínek v dětství. Nutno zdůraznit, že až na několik výjimek byly všechny výpovědi o vzteku a závisti doplněny úvahou, že za tyto podmínky je nutno být vděčný, neboť jsou motivující. Druhá častá reakce by se dala shrnout do prohlášení „tak to prostě je". Pouze 3 z 24 dotázaných uvedli, že cítí vztek na rodiče a na život.

Pouze v jednom případě bylo uvedeno náboženství jako výrazný životní faktor, určující směr vývoje jedince a jeho motivaci. Jednalo se o výrazného představitele místní křesťanské komunity a zároveň politického činitele, jehož oba rodiče byli těžcí alkoholici. Uvedl, že k náboženství měl blízký vztah již odmalička. Přesto však se začal cítit sám sebou a objevovat „jiný svět", až když začal aktivně navštěvovat kostel, setkávat se s lidmi, atd.

Tuto skutečnost podepírají i výzkumy Dienera (1999), který prezentuje výsledky mnoha studií, podle nichž pocit životní spokojenosti významně koreluje (i když velikost vlivu není velká) s vyznáváním náboženské víry. Kladný vliv víry na životní spokojenost byl pozorován zejména v případě reálného náboženského chování (např. navštěvování

kostela) spíše než při prezentaci pouhých náboženských postojů. Pozitivní vliv náboženství může vyplývat ze sociální podpory. Náboženství nabízí kolektivní identitu a spolehlivou sociální síť složenou z osob, které sdílejí podobné postoje a hodnoty (Tailor, Chatters, 1988).

Je zřejmé, že náboženství nekoreluje pouze s úrovní SWB, ale i s mírou motivace, výkonnosti, hodnot, atd. Předpokládáme, že vliv náboženství na resilienci je značný, bohužel z výpovědi jediného probanda není možno říci mnoho. Otázkou zůstává, není-li náboženství jakýmsi „balíčkem", dodávajícím najednou a snadno hodnoty, motivace, smysl a další složky důležité pro život. Bylo by jistě zajímavé zjistit, jak je tomu u lidí, kteří se s náboženstvím rozešli. Náboženství je bohužel natolik komplexním systémem, že je velmi obtížné zjistit jeho vztah k resilienci.

Přítomnost nějakého přesvědčení, které dává životu směr a je důležitou složkou osobnosti jedince, uvedli 4 dotazovaní. Šlo o přesvědčení politické a následnou angažovanost v politice a o přesvědčení právně-sociálního typu. 2 dotázání se naplno věnovali dobročinnosti, další pak sociálním otázkám a intervenčním programům. Ukázalo se, že pomoc druhým je pro ně důležitým nástrojem, jak se vypořádat se svým vlastním dětstvím. Díky své činnosti nalézali smysl v tom, čím museli v dětství sami projít. Respondenti vypovídali v tom smyslu, že díky tomu, že se v dětství dopodrobna seznámily se skutečnými problémy, mají teď lepší předpoklady než ostatní zabránit podobným excesům. V tom vidí smysl svých raných prožitků. Zmínění respondenti prakticky zpracovali své dětství do takové podoby, že jsou na něj „hrdí", neboť se jim dostalo privilegia, že měli možnost zkoumat zblízka nebezpečná rizika, o než byli ostatní ochuzeni.

Transformace krizových událostí v dětství do něčeho, co je respondenty chápáno jako výhoda oproti ostatním, je v takovýchto případech zcela normálním procesem. Zdá se, že člověk tíhne k něčemu, co bychom nazvali stavem equilibria a to jak v životních událostech, tak i při zkouškách, soutěžích, atd. Těžko se nám věří, že něco může být trvale špatné nebo dobré, i když tomu tak v některých případech skutečně je. Proto se zdá obvyklé hledat i pozitivní smysl prožitého utrpení, který nám vedle strachu, zlosti a závisti poskytne i pocity útěchy a smyslu. Mimo jiné, pozitivní vnímání událostí se ukazuje (a to i v průběhu rozhovorů) jako nesmírně důležité pro rozvoj resilience.

Ad 3) Vzdor vůči rodičům se dal předpokládat zejména tam, kdy byly nasazeny špatné výchovné styly. Ani jeden z dotazovaných ho však nezmiňoval jako něco, co by v jeho životě hrálo velkou roli, nebo co by ho motivovalo. Se vzdorem vůči rodičům si dotazovaní nespojovali ani negativní chování, jakým je chození za školu, neučení se, styk se „špatnou společností" a další. Vzhledem k uvedenému nebyl vzdor vůči rodičům dále zkoumán.

Ad 4) Motivace: Všichni z dotazovaných vyjadřovali neobyčejnou motivovanost. Neshodovali se sice v zaměření motivace, ani v jejích příčinách, avšak ve všech případech šlo o silně motivované jedince. U několika z nich, přestože nebyla použita žádná relevantní diagnostika, by se dokonce dalo hovořit o „touze po dokonalosti". 18 z 24 lidé uvedlo potřebu prosadit se na společensky uznávaných postech, 15 z 24 uvedlo potřebu mít dostatek nebo spíše nadbytek finančních prostředků. 13 z 24 uvedlo potřebu mít moc nad ostatními. 10 z 24 uvedlo potřebu být pro někoho užitečný.
Jak již bylo řečeno, motivace respondentů byli rozdílné. Nejčastěji byl motivující sám ohrožující zážitek či zážitky z dětství. Motivující byla nechuť k situaci v dětství a snaha z ní utéci. Dalším motivačním činitelem bylo setkání se vzorem a s tím související přijetí jistých hodnot (náboženských, finančních, rodinných).

Ad 5) Hodnotový systém se ukázal být velmi problematickou částí rozhovoru a bude mu věnována pozornost ještě dále v kvantitativním výzkumu. Hlavní snaha byla napřena jednak na

- zjištění původu hodnotového sytému (shodný s rodičovským, vzor,..)
- typ preferovaných hodnot
- zaměření autotelické nebo heterotelické
- intenzitu hodnot
- flexibilitu hodnot
- autenticitu hodnot

Zjištění původu hodnotového sytému je samozřejmě velice problematické vzhledem k tomu, že hodnotový systém se vyvíjí celý život, některé hodnoty jsou nahrazovány novými a jejich význam je proměnlivý. Jediným možným postupem bylo požádat respondenta, aby vyjmenoval ty hodnoty, které považuje za nejdůležitější. Potom byly respondenti dotázáni, zda-li jsou schopni určit nejpravděpodobnější původ té které hodnoty. Pro příklad, respondent uvedl, že důležitou hodnotou pro něj je nezávislost. Byl tedy dotázán, dovedl-li by určit, z jakého důvodu je pro něj nezávislost tak důležitá, vzpomíná-li si, v kolika letech přijal tuto hodnotu a proč si myslí, že je pro něj důležitá zrovna tato hodnota.

Asi nejcitovanějšími hodnotami, které na 1. nebo 2. místě uvedlo 14 z 25 lidí, byly nezávislost a svoboda (u ostatních 4 respondentů se vyskytovaly na 3-5 místě). Dále pak úspěch, vzdělání, přátelství, zdraví a rodina. V případě nezávislosti se ukázalo, že jednak jde zčásti o hodnotu, která byla markantní už u jednoho z rodičů, jednak o hodnotu, ke které byl jedinec veden. Flexibilita hodnoty nezávislosti a úspěchu byla velmi nízká, tzn. jedinec ji nebyl schopen a ochoten substituovat jinou hodnotou. V rámci rozhovoru o hodnotách byl respondentům předložen dotazník preferovaného typu hodnot. Typ preferovaných hodnot se měnil, avšak zajímavé bylo to, že u 17 dotazovaných výsledky ukázaly na to, že vyznávané hodnoty se pohybují v pásmu vysoké (25%) – význačně vysoké (9%) a nízké (25%) – význačně nízké (9%) .

Ad 6) Jako velmi důležité se ukázaly být některé povahové vlastnosti, které až 80% procent dotázaných označilo za zděděné a za nápomocné při budování jejich současných životů. Většina dotázaných uvedla jako takovou dispozici ambicióznost, kterou mohli vnímat již u svých rodičů. Přestože u rodičů mohla taková ambicióznost zůstat nenaplněná, u dětí byla hodnocena jako vlastnost pozitivní a podporující úspěšný růst. Mezi další – dědičné - vlastnosti, podporující resilienci, patřila neústupnost a zodpovědnost. Několikrát byla uvedena zvídavost a soutěživost.

Důležitá byla intelektová úroveň rodičů. Ani v jednom případě neoznačili respondenti oba své rodiče jako méně inteligentní nebo méně chytré. Častěji o nich hovořili jako o lidech, kterým byl znemožněn přístup ke vzdělání, nebo kteří jsou velmi vzdělaní, ale mají nebo měli problémy v jiných oblastech.

Ad 7) Vliv vrstevníků na resilienci je nepochybný. Nesporně důležité se ukázalo být prvotní nasměrování. Vrstevnické skupiny v podstatě poskytovaly zdroj hodnot a motivací, příklady lidských reakcí i oprávněné kritiky.

Mnoho dotázaných uvádělo, že se svými vrstevníky mělo problémy a to zejména v mladším věku. Častý byl pocit osamocení, výjimečnosti, odlišnosti. Přesto dotázaní uvádějí, že jejich vrstevnické okolí a také starší přátelé byli velmi výrazným prvkem v jejich životě. Buďto se k nim chtěli přiblížit, nebo je předehnat.

Ad 8) Ukázalo se, že vliv náhody je sporný. 16 lidí označilo za výrazný zlom ve svém životě nějakou náhodnou událost, jako např. potkání významného člověka, úspěšné přijímací zkoušky, nalezení práce, která jim otevřela cestu pro budoucí kariéru. Přestože to označovali jako šťastnou náhodu, šlo většinou o výsledek jejich snahy nebo schopností. Přijímacím zkouškám předcházela příprava, setkání se správnou osobou zase zapříčinilo to, že v něčem vynikali. Jedna z respondentek uvedla jako zlom svého života blízký vztah se svým profesorem, který se stal jakýmsi jejím „tutorem". To, že se setkali, označila jako náhodu, přestože po dalším dotázání vyplynulo, že byla jednou z mála studentek, které měly potenciální šanci takovýto vztah navázat.

Je zřejmé, že lidé, kteří byli nuceni v raném dětství projít těžkým obdobím, mají tendenci nechápat některé životní situace a šťastné náhody jako něco samozřejmého, ale jako příležitost, kterou je třeba využít.

Zpětně k otázce náhody, je podivné, že tolika lidmi byla otázka náhody označena jako významná, což by svědčilo o externím „locus of control". Ten je mimo jiné faktorem působícím proti resilienci.

2.2 Výzkum: Vztah Attachmentu a SWB

V rámci výzkumu byl 24 respondentům (Česká republika), kteří byly na základě prvního, kvalitativního výzkumu, označeni jako „externě resilientní", předložen *Dotazník životní spokojenosti* (J. Fahrenberg, M. Kurtek, J.Schumacher, E.Brähler). Cílem bylo zjistit, nakolik se daná skupina odlišuje od normální populace ve svém vnímání SWB. Náš předpoklad byl, že lidé s problémovým attachmentem mají sníženou hladinu SWB oproti normální populaci.

Test měří ŽS na těchto 10 škálách:

1) Zdraví
2) Práce a zaměstnání
3) Finanční situace
4) Volná čas
5) Manželství a partnerství
6) Děti
7) Vlastní osoba
8) Sexualita
9) Přátelé, známí a příbuzní
10) Bydlení

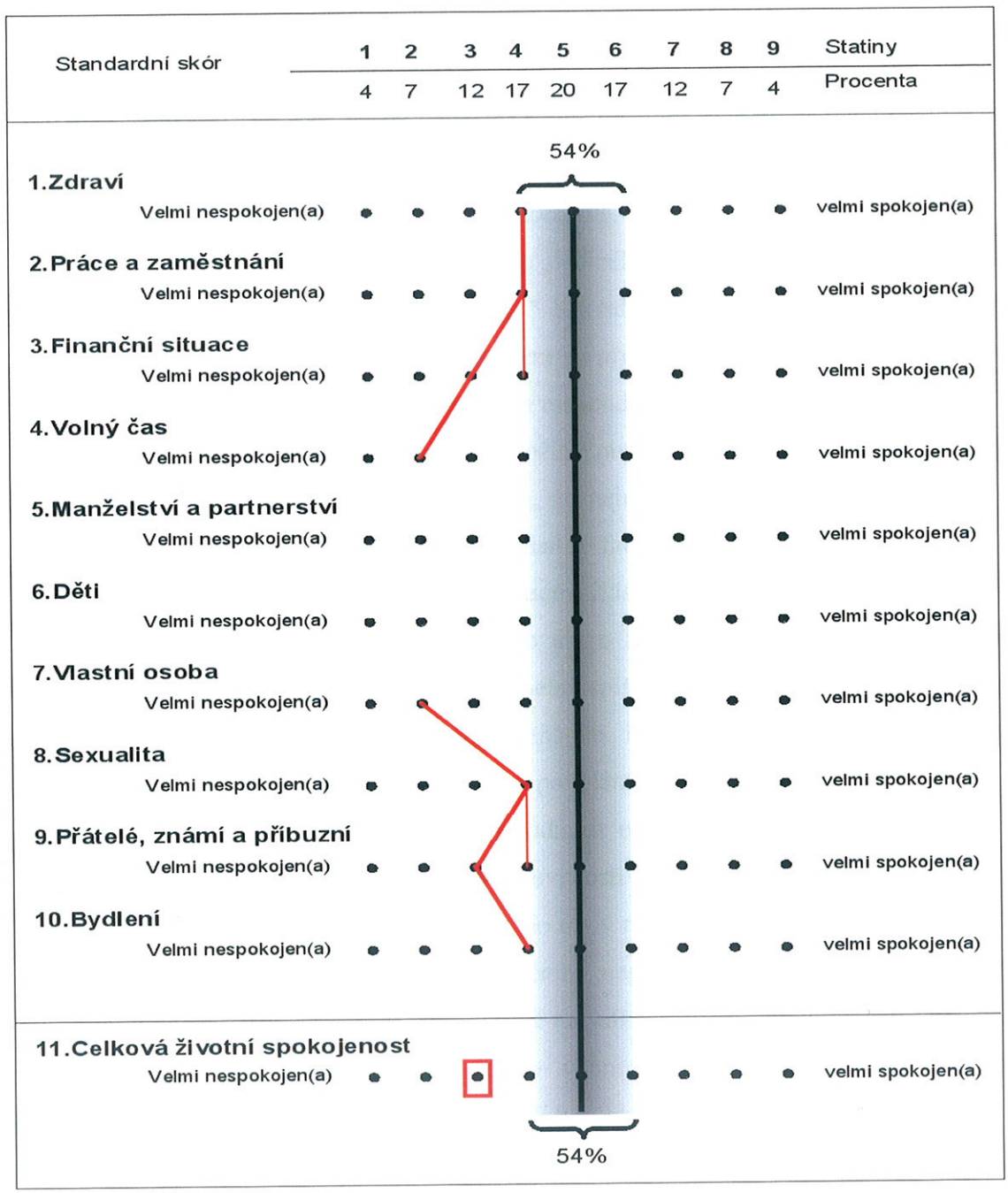
7 škál (vyjímaje škály 2, 5 a 6) se podílí na tzv. Celkové životní spokojenosti. V grafické tabulce je vyšrafována oblast staninových hodnot 4 až 6, znázorňující oblast hodnot, do nichž spadá zhruba 54% populace. To, do jaké míry je třeba považovat vyšší či nižší staninové hodnoty za nápadné, závisí na způsobu položení otázky a interpretaci. Té bude věnován prostor dále.

2.2.1 VÝSLEDKY

2.2.1.1 Externě resilientní osoby bez položek 2, 5 a 6

24 respondentů

Graf 1



Tabulka ukazuje průměrnou hodnotu (aritmetický průměr) všech 24 osob, které dotazník vyplňovaly. Tuto tabulku si můžeme rozdělit na dva oddíly. V prvním oddílu budou zahrnuty položky, které skórují v souladu s normální populací. Jsou to položky „Zdraví", „Práce a zaměstnání", „Sexualita" a „Bydlení". Druhý oddíl tvoří položky, které se od normální populace velmi odlišují (7% populace). Zde nalezneme položky „Volný čas" a „Vlastní osoba".

Tyto výsledky v hrubých obrysech odpovídají výsledkům jednotlivých skupin resilientních osob, které jsou znázorněny dále a také předpokladům, které byly v rámci této práce učiněny. Že totiž osoby, přestože externě kompetentní, mohou vykazovat nízkou hladinu SWB a nespokojenost zejména v těch položkách, které bychom mohli označit jako "interní". Není samozřejmě překvapivé, že respondenti skupiny "externě resilientní" jsou nespokojeni zejména o otázce „Volného času". Je však nutné upozornit, že záporně odpovídali především na otázky " S kvalitou odpočinku, který mi přináší dovolená, jsem..." a "S kvalitou odpočinku, která mi přináší volný čas po práci a víkendy, jsem...". Tyto odpovědi by napovídali tomu, že respondenti si buďto nedokáží najít volný čas pro sebe, nebo ho nedokážou spokojeně prožít. Pravdou je, že všichni respondenti bez výjimky byli zaměstnáni. Přesto připomínám, že nejde o objektivní hodnocení, ale o subjektivní posuzování. To je zřejmé například z faktu, že osoby mající děti uvedly daleko větší spokojenost se svým volným časem. Zdá se tedy, že buďto děti dodávají odpočinku a životu kvalitu a uvolnění, nebo jde o změnu, která přichází s věkem a s objektivním úbytkem času. Překvapivou, nebo spíše zarážející položkou však byla pouze průměrná spokojenost s prací a zaměstnáním. Přestože šlo většinou o zajímavá, podnětná a velmi dobře finančně ohodnocená povolání, spokojenost byla pouze na nižší střední hranici. Bylo by jistě zajímavé vyhodnotit odpovídající dotazník u kontrolní skupiny se stejným typem zaměstnání. V souvislosti s tímto bylo zajímavé i výrazně negativní hodnocení vlastní osoby. Přestože šlo o - v různých oblastech - velmi úspěšné lidi, hodnocení své vlastní osoby bylo extrémně negativní. Přestože připustíme jisté ovlivnění předchozím rozhovorem, který určitě navedl na určitý druh psychického stavu, který nemusel být zrovna pozitivní, jde o velmi zvláštní výsledek. Se špatným hodnocením vlastní osoby jsme se setkali už při hloubkových rozhovorech s respondenty, většinou však ne přímo. Výrazným rysem - a to v kvalitativním i kvantitativním výzkumu

- byla totiž ambivalence. Jak při rozhovoru, tak při posuzování odpovědí v dotazníku byly jasné rozpory. Ty se týkaly jak vztahu k vlastní osobě, tak ke své práci a dalším položkám. Nebudeme, myslím, příliš přehánět, vyjádříme-li se v tom smyslu, že záleželo na aktuálně převládající kognitivní či emotivní složce.

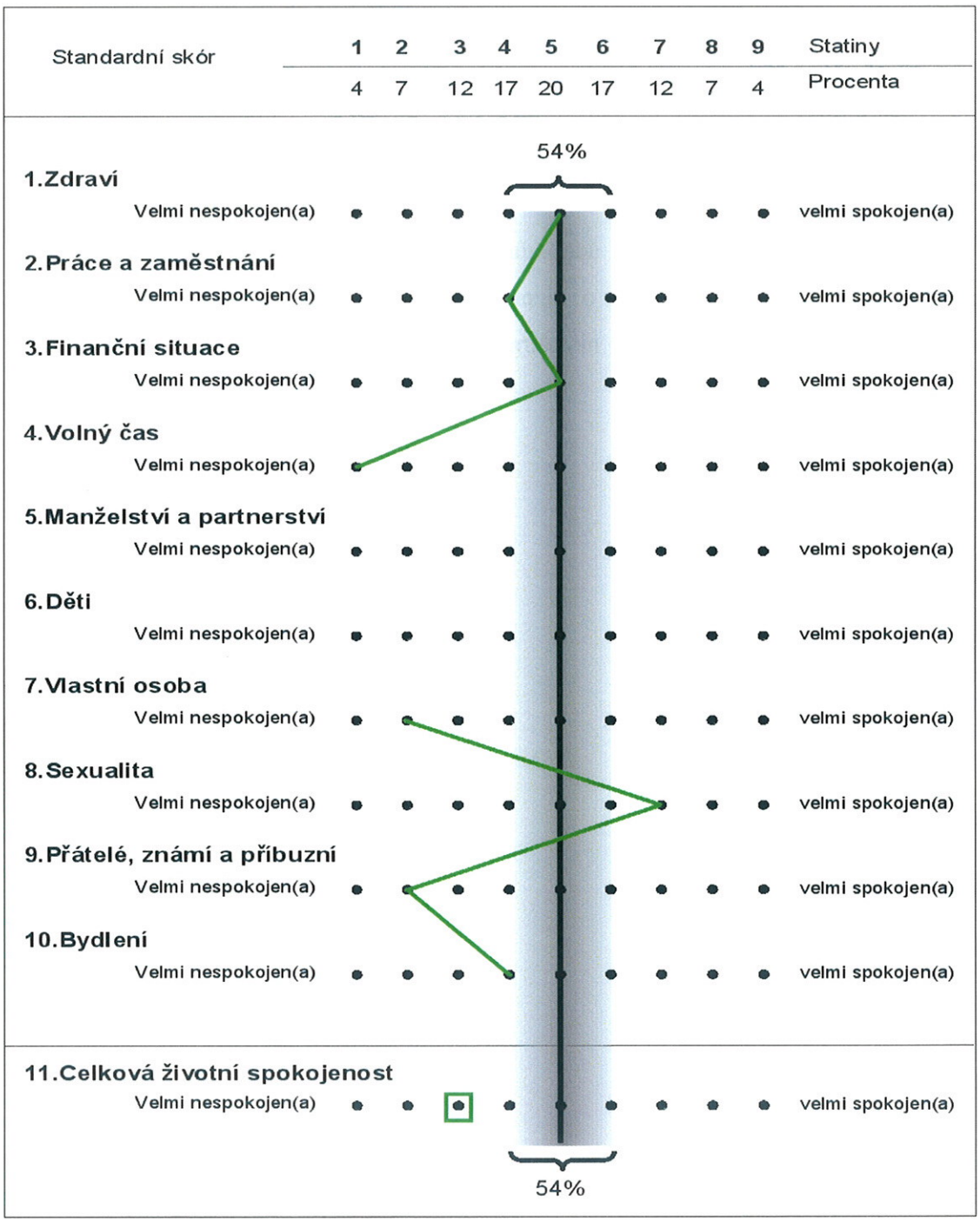
Z důvodu ambivalence je v některých grafech znázorněna dvojitá čára, často nasměrovaná do pozitivní i negativní části SWB. Jde o to, že některé výpovědi jedince nebo více jedinců se natolik rozcházely, že by bylo velmi zavádějící je zprůměrovat. Proto byly zachyceny obě tendence.

V závěru bych ještě ráda poukázala za zajímavou položku „Zdraví", která – přestože není důvod věřit, že by byla objektivně o mnoho lepší než ostatní položky – skórovala v porovnání s ostatními položkami velmi vysoko. V podstatě se zdá, že se jí negativní posuzování vůbec netýkalo. „Zdraví" bylo nahlíženo mnohem objektivněji než například „Vlastní osoba".

2.2.1.2 Externě resilientní osoby bez položek 5 a 6

5 respondentů

Graf 2



Graf zobrazuje křivku ŽS u lidí, kteří nevyplnili škály „Manželství a partnerství" a „Děti". Jednalo se o 5 respondentů ve věku od 21 do 43 let, tři muže a dvě ženy.

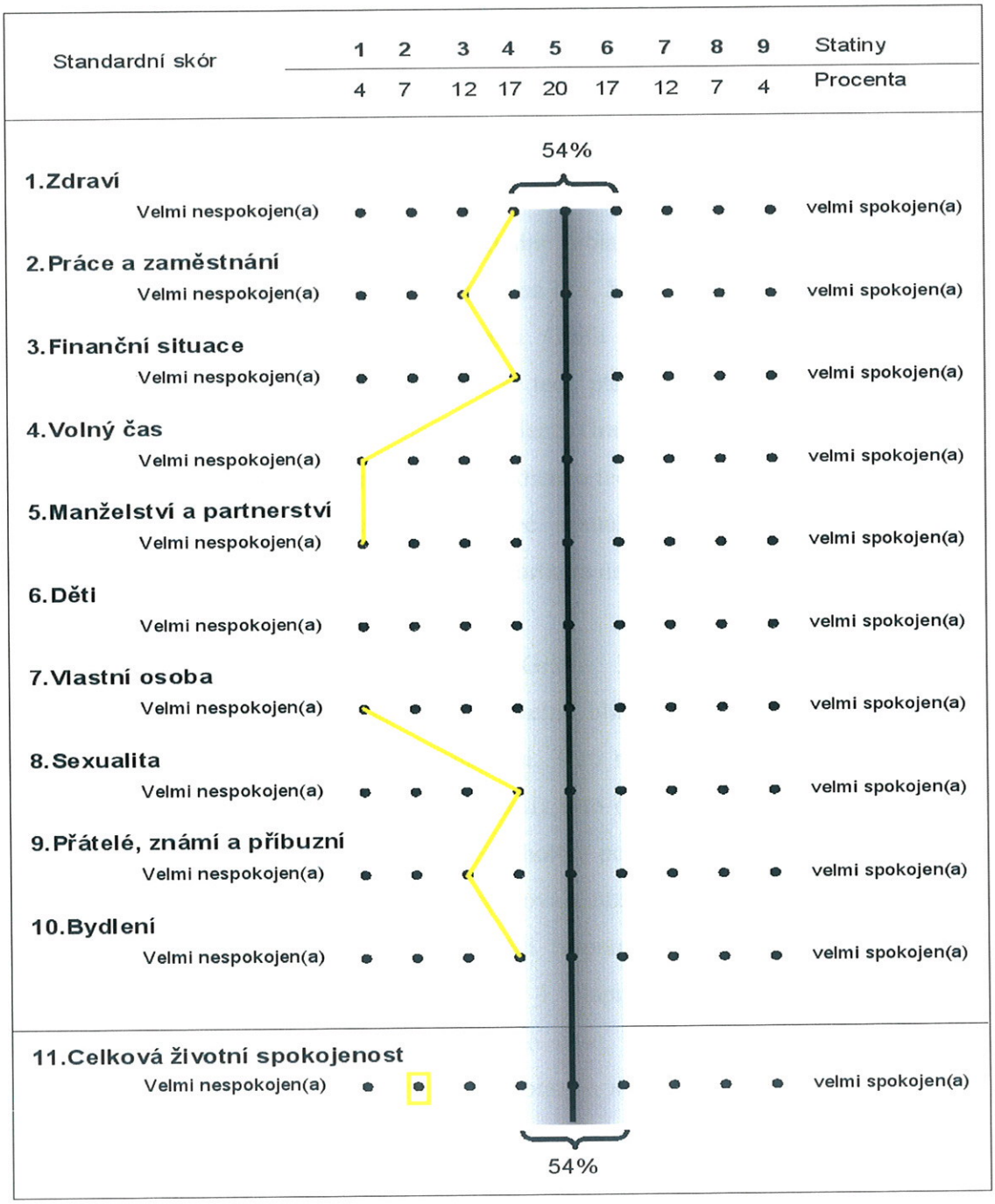
Tabulka je nápadná zejména ve třech bodech, týkajících se nespokojenosti s „Vlastní osobou", „Přáteli a známými" a „Volným časem". Naopak výrazná je spokojenost v položce sexualita. Zajímavý je i rozdíl v položce „Vnímání volného času" pří porovnání s osobami v Grafu 4. Další zřejmé rozdíly můžeme nalézt při komparaci položek „Přátelé a známí", „Sexualita" a „Vlastní osoba". V uvedeném vzorku nebyl ani jeden respondent s attachmentem k náhradní primární osobě v raném dětství, ale všech 5 uvedlo „vzor" v období dospívání.

Vzhledem k tomu, že šlo o soby dlouhodobě nezadané, zajímala mne výrazně kladná položka sexualita. Zdá se, že se jednalo o spokojenost se svým sexuálním životem, který nebyl nikterak omezován a narušován negativním vztahem s partnerem (který uvádělo velké množství respondentů).

2.2.1.3 Externě resilientní osoby bez položky 6

14 respondentů

Graf 3



Graf zobrazuje křivku ŽS u lidí, kteří nevyplnili škálu „Děti". Jednalo se o 14 respondentů ve věku od 23 do 38 let.

Graf 3 se velmi podobá Grafu 2. Liší se vlastně položkou přítomnost/nepřítomnost trvalého partnera v životě a také některými dalšími položkami (i když ne výrazně). Obecně se zdá, že posuzování subjektivní ŽS je v případě Grafu 3 ještě negativnější než u Grafu 2.

Můžeme se domnívat, že nespokojenost v bodu 5, „Manželství a partnerství", ovlivňuje i nespokojenost v ostatních bodech. Snížená spokojenost byla v položkách „Sexualita", „Vlastní osoba", „Finanční situace", „Práce" a „Zaměstnání a zdraví". Mohli bychom usuzovat, že snížená spokojenost v sexuální oblasti je důsledkem nekvalitního partnerského vztahu. Přesto musíme vzít v potaz i to, že přestože je tato oblast o mnoho hůře hodnocena než v případě respondentů Grafu 2, v obecné populaci je daná spokojenost naprosto v normě. Nemůžeme se tedy ptát, proč je tato oblast daleko níže než u respondentů Grafu 2, ale proč respondenti Grafu 2 hodnotí sexuální oblast tak pozitivně. Zda je to dáno volným výběrem partnera a tedy novostí sexuálních styků, nebo potřebou přesvědčit sebe i své okolí o své sexuální spokojenosti v rámci nějaké kompenzace dlouhodobější absence trvalého partnera nebo neschopnosti vytvořit a udržet vztah.

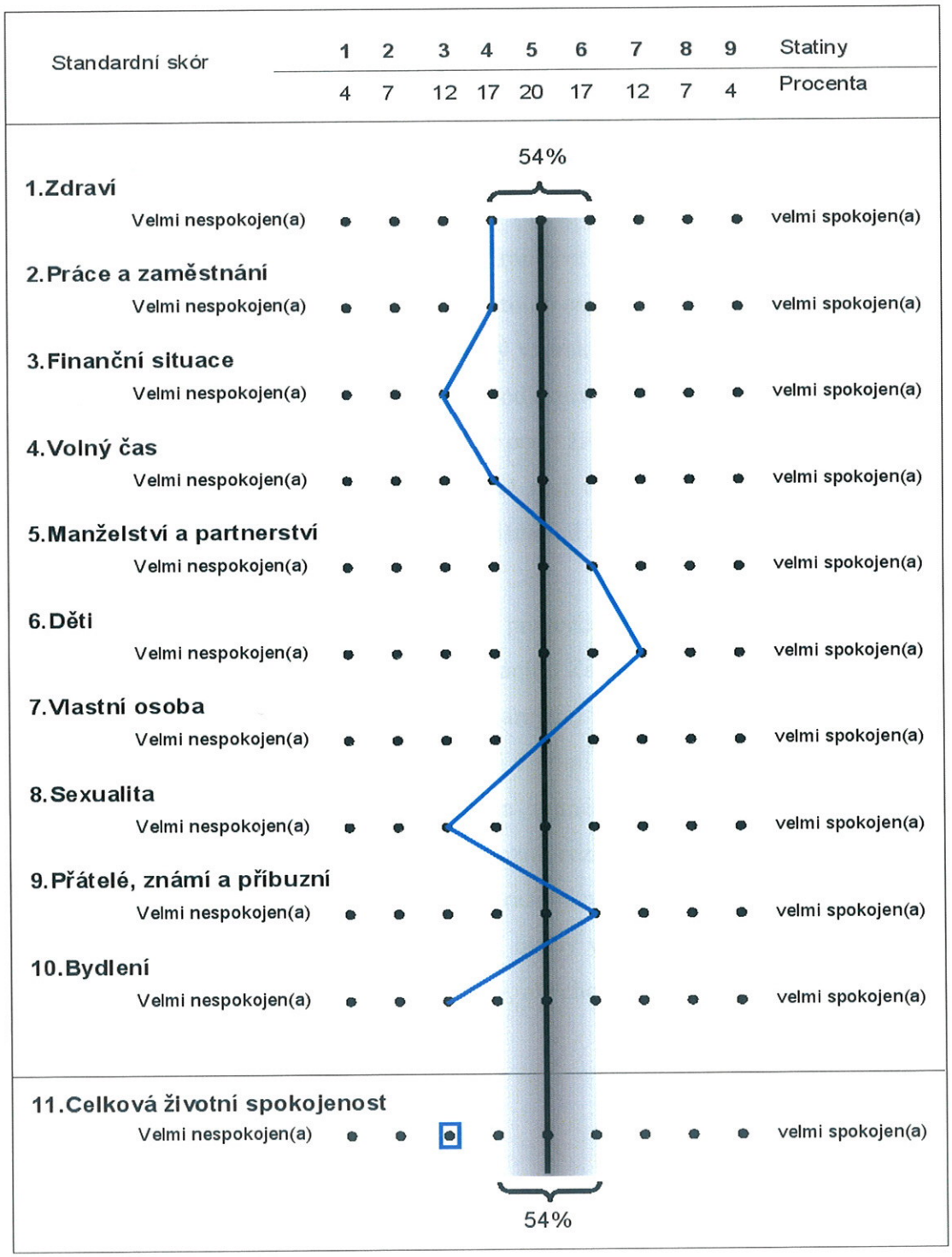
Co nás musí u respondentů Grafu 3 zajímat, je nespokojenost s manželstvím/partnerstvím. V tomto jsou si velmi blízko s respondenty Grafu 2. Jedni partnera nemají, druzí jsou s ním nespokojeni. Tato nespokojenost se objevuje napříč pohlavím i věkem. Naprosto nejméně skórovaly tyto otázky: „S pochopením, které pro mne má můj partner/ka, jsem..." a „S ochotou pomoci, kterou mi projevuje můj partner/ka, jsem...". Oproti očekávání neskórovala nízko otázka „S bezpečím, které mi poskytuje můj partner/ka, jsem...". Odpovědi respondentů třetího grafu jsou značně odlišné oproti respondentům skupiny Grafu 4. Naprosto stejně se umístily položky „Volný čas" a „Bydlení". Množství volného času bylo u obou skupin hodnoceno s nejmenší spokojeností. Opět jsou tu některé otázky, které skórovaly výrazně negativně. Jde o „S množstvím svého volného času po práci a o víkendech jsem.." a „S kvalitou odpočinku, který mi přináší volný čas po práci a víkendy, jsem...". Na nejnižší hranici se umístila i spokojenost s vlastní osobou. Sice se můžeme pouze domnívat, že byla

zapříčiněna negativním hodnocením partnerského vztahu, ale přesto se tato domněnka zdá velmi opodstatněná, porovnáme-li obě dvě skupiny lidí, tedy skupinu 2 a 3. Zdá se , že se skupina ve svém složení nijak výrazně neliší. Při pohledu na Graf 5 vidíme, že křivka obou grafů je v postatě stejná. Respondenti mající dlouhodobý partnerský vztah však ve všech bodech pociťují větší nespokojenost, vyjma položku "Přátelé, známí a příbuzní" a vyjma položky "Bydlení". Dá se proto vysuzovat, že negativní prožívání dlouhodobého vztahu negativně ovlivňuje i subjektivní spokojenost s ostatními položkami. Důležitou otázkou však je, proč se partnerský život umístil na tak špatné pozici. Odpověď bychom mohli hledat v dalším kvalitativním zkoumání respondentů, pro tuto chvíli však otázku ponecháváme nezodpovězenou.

2.2.1.4 Externě resilientní osoby - všechny položky

4 respondenti

Graf 4



Graf 4 zobrazuje křivku ŽS u lidí, kteří vyplnili všechny škály. Jednalo se o 4 respondenty ve věku od 26 do 40 let, tři ženy a jednoho muže.

Na první pohled je zřejmé, že převažuje spokojenost v položkách „Děti", „Manželství a partnerství" a „Přátelé a známí". Kladně hodnocené jsou tedy ty oblasti života, které jsou při narušeném attachmentu významně ohroženy. Zde bychom mohli chybně usoudit, že v okamžiku nástupu do role otce nebo matky se pocit životní spokojenosti v oblasti, kterou měří interní škály, markantně zvýší. Vezmeme-li si ale na pomoc záznamy z kvalitativního výzkumu, zjistíme, že jde o osoby, které ve třech případech uvedli přítomnost primární osoby v ranném dětství a o jednoho jedince, který je ve svazku teprve krátce. Navíc uvedl přítomnost „důležité osoby, vzoru" v období adolescence. Nutno ještě poukázat, že právě s touto osobou vstoupil do svazku.

Vzhledem k tomu, že jde o velmi malý vzorek, je samozřejmě nemožné usuzovat na nějaké obecné závěry. Ty by nepodloženě odkazovaly k tomu, že přítomnost náhradní primární osoby v dětství může výrazně zvýšit pocit životní spokojenosti a to i v interních oblastech. Můžeme se tak sice domnívat, náš graf tomu nasvědčuje, avšak zkoumaný vzorek je příliš malý. Přesto se znatelně odlišuje od ostatních osob ve skupině „externě resilientní" a jistě by stál za další zkoumání.

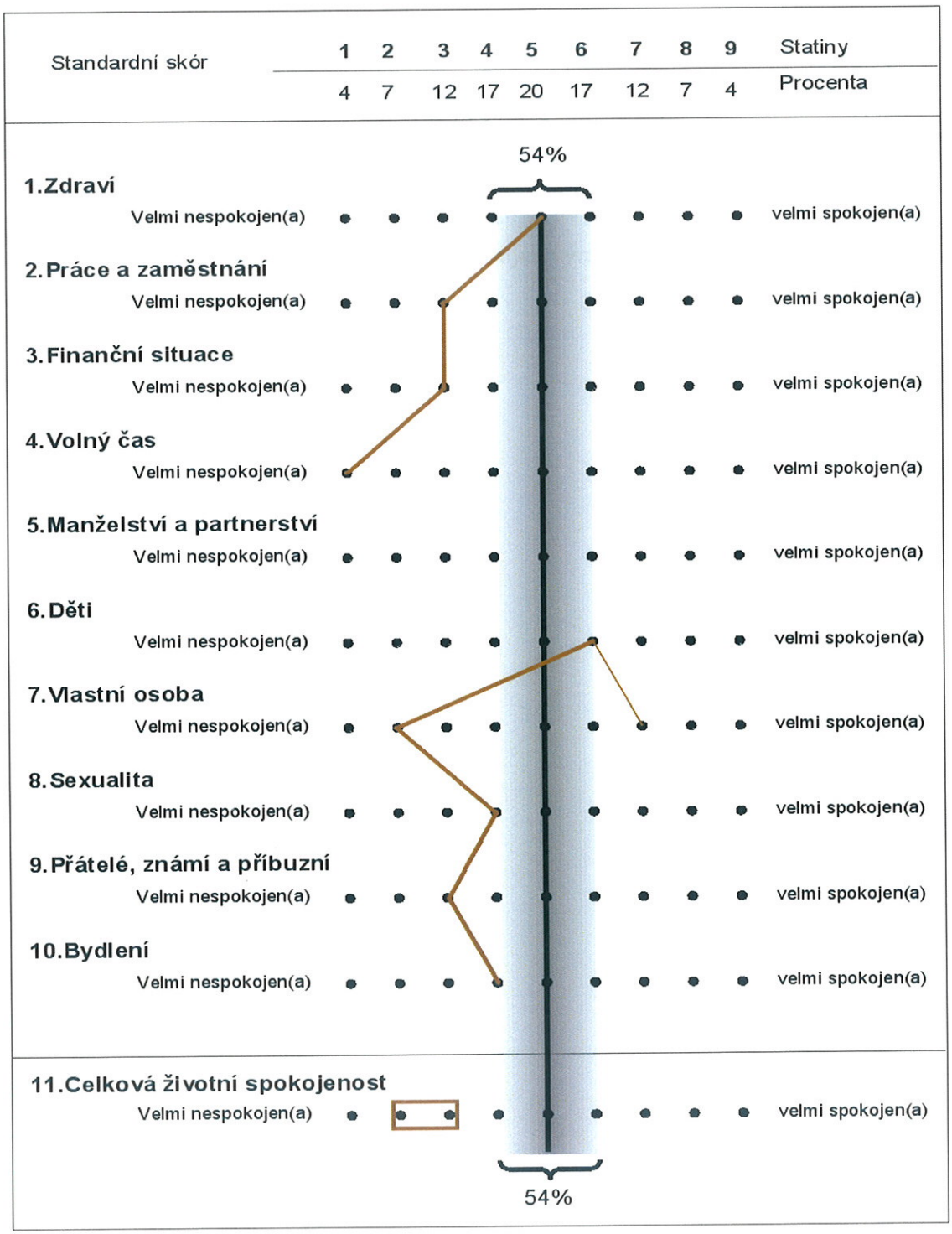
Právě tato skupina lidí je z hlediska prevence a intervence nejzajímavější a je třeba ji podrobit dalším kvalitativním zkoumáním. Za prvé jsou v jejich životě zahrnuty všechny významné části a to včetně dětí a partnera, za druhé projevují – oproti zbytku skupiny – daleko větší spokojenost. Celková životní spokojenost se sice umisťuje pod průměrnými hodnotami, avšak je způsobena zejména položkami „Finanční situace", „Bydlení" a „Sexualita". Ve vztahu k předchozím rozhovorům lze říci, že se tato situace zdá být vnímána reálně a nejde zde proto o výraznou neopodstatněnou nespokojenost.

Kromě přítomnosti náhradní primární osoby v ranném dětství zatím nevystupují jiné společné ukazatele a vzorek je příliš malý, abychom mohli odvozovat z hodnotových orientací a jiných proměnných.

2.2.1.5 Externě resilientní osoby bez položky 5

1 respondent

Graf 5



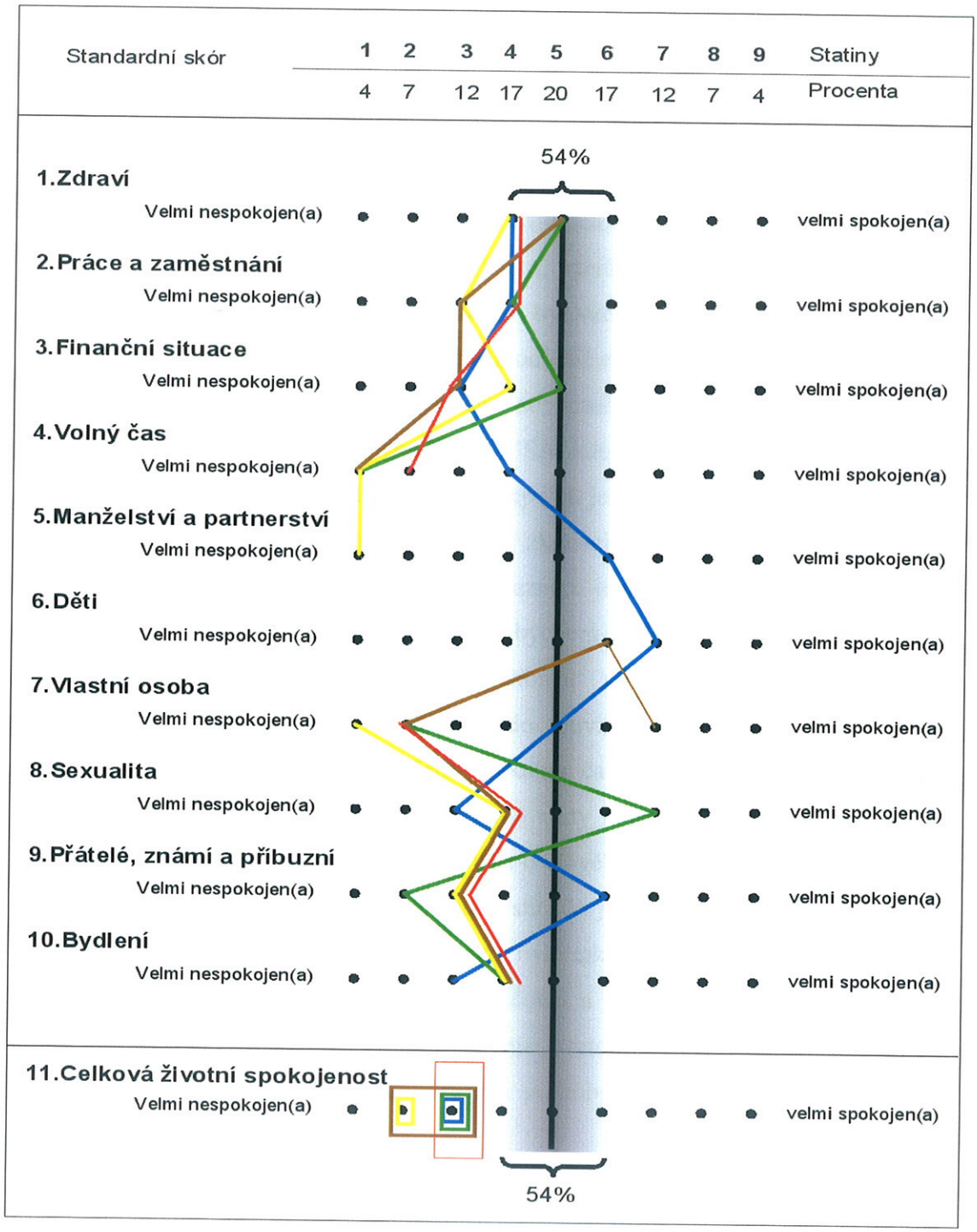
Graf 5 zobrazuje křivku ŽS u jedince, který nevyplnil škálu „Manželství a partnerství". Jednalo se o 1 respondenta ve věku od 37 let, ženu, rozvedenou.

Právě u této osoby se projevila značná ambivalence v hodnocení vlastní osoby. Tento rozpor je zachycen v grafu. Respondentka zaškrtla u většiny odpovědí dané položky dva stupně subjektivního pocitu štěstí. Na jedné straně pociťovala značnou nespokojenost se svou osobou plynoucí ze ztráty manžela a neschopnosti navázat trvalý vztah, n druhé straně pociťovala uspokojení spojené se schopností život děti a pečovat o rodinu. Jak už jsem zmínila výše, negativní hodnocení bylo spojené spíše s emocionálním hodnocením, druhé spíše s kognitivním.

V ostatních položkách se respondenta nijak výrazně neodlišuje od zbytku skupiny „externě resilientní" (vyjma Graf 4)

2.2.1.6 Grafické znázornění ŽS všech skupin externě resilientních osob

Graf 6



2.2.2 Závěrečná diskuse

Na základě Grafu 6 můžeme říci, že výsledné průměrné skóre respondentů se nachází na úrovni nižší než je průměrné skóre 54% populace. Můžeme také sledovat patrné odchylky a to zejména v bodech 4 (volný čas) a 7 (vlastní osoba).

Problematickým místem výzkumu je však jednak výběr respondentů, jednak – vzhledem k citlivosti tématu – spolehnutí se na jejich upřímnou výpověď. V neposlední řadě je problémem značná omezenost vzorku, která nám zatím nedovoluje provést podrobnější mezikulturní analýzu. Pro začátek byl vzorek (kvalitativní výzkum) vybrán alespoň tak, aby zastupoval některé výrazné a odlišné euroamerické kulturní oblasti. Jsou jimi Česká republika jako země bývalého sovětského bloku a reprezentant střední Evropy, Itálie, jako zástupce jižních států a USA, kde, jak bylo předpokládáno, existují výrazné rozdíly ve faktorech ovlivňujících sebepojetí jedince.

Konečně, jako potencionálně zkreslující chápu skutečnost, že nejen v rozhovoru, ale i později při vyplňování dotazníků je užíván subjektivní náhled spolu s objektivními zkušenostmi a zážitky. Pokud bychom měřili pouze SWB, nebylo by to jistě problémem, neboť SWB je koneckonců záležitostí subjektivně vnímané spokojenosti. Pokud ale tuto SWB dáváme do souvislosti s resiliencí, nutně nám zde přibývají i objektivní faktory. V našem výzkumu často respondent sám vypovídal o raných těžkostech a nemusel být samozřejmě vždy objektivní. Pokud by respondent pouze zvýrazňoval své potíže, nejednalo by se o člověka resilientního, ale spíše naopak. Problémem je omezená možnost výzkumu zjistit, do jaké míry respondent o své zátěži v dětství vyprávěl realisticky. Pokud by tomu bylo tak, že v našem vzorku jsou jedinci, kteří mají spíše tendenci své problémy zveličovat a kteří mají spíše negativní vidění světa, byla by ohrožena validita celého výzkumu. Proto musela být věnována velká péče kvalitativní části, rozhovoru s respondenty a podrobnému zkoumání jejich problémů v dětství.

Mnoho z toho, co bychom nyní měli říci, bylo zmíněno už v komentáři ke Grafu 1. Podle našich předpokladů se zdá, že osoby, které v raném dětství nenavázaly kvalitní attachment, mají v dalším životě problémy s tím, co nazýváme interní kompetencí. Jejich

subjektivní životní pocit štěstí je – zejména u položek kontrolujících interní komponenty osobnosti – snížený a to neadekvátně situaci. Navíc se ukazuje, že tito lidé těžko navazují trvalé a kvalitní vztahy nejen se svými vrstevníky, ale později i s partnery. Jejich výraznými rysy jsou ambivalence, motivovanost, ambicióznost, sebekontrola, disciplína.

Samozřejmě se nabízí otázka, jde-li stále ještě o resilienci v pravém slova smyslu, když jsme zde nadhodili dokonce i možnost neurotické povahy respondentů. Ta je samozřejmě s resiliencí v naprostém rozporu. Důležitá je však skupina zobrazená v Grafu 4. Ta dává jistou naději a zároveň nabízí cestu, po které by se měla vydat případná intervence. Touto cestou je zajištění pocitu bezpečí prostřednictvím blízké osoby. Na základě kvalitativních rozhovorů se zdá, že není důležitá frekvence kontaktů mezi dítětem a primární osobou, ale intenzita vztahu. Dítě nemusí mít náhradní primární osobu zajišťující pocit bezpečí nutně nablízku, ale musí si být jisto, že se na ní může kdykoli obrátit. Tak tomu bylo alespoň v naší skupině respondentů.

Ráda bych ještě připomněla, že rozdíl mezi externí resiliencí a interní resilienci je v podstatě roven rozdílu mezi výkonovou společností a společností klasickou, založenou na rodinných a jiných mezilidských vazbách. Proto velmi záleží na tom, abychom si s ohledem na cíl položili otázku, je-li resilience faktorem stejně tak vnitřním jako vnějším. Jde nám o výkonnou společnost nebo o zdravou společnost a šťastného jedince?

ZÁVĚR

Množství toho, co je podstatné pro pochopení vztahu interní kompetence, interní resilience, SWB, hodnot a socializace jsme měli možnost osvětlit již v posledních kapitolách teoretické části. Zbývá tedy jen zamyslet se nad problematikou resilience z poněkud jiné strany a zodpovědět si tak otázku: „**Existuje něco jako externí resilience** a je vůbec relevantní hovořit o resilienci v pojmech externí-interní?" Zdá se, že takovéto tázání má skutečně smysl a že odpověď na něj záleží do značné míry na tom, co považujeme za úspěch a překonání těžkostí ve vývoji. Druhým důležitým faktorem je i to, co považujeme za cíl lidského konání, neboť podle toho soudíme úspěch.
Připustíme-li, společně s Csikszentmihalyim, že úspěchem je dosáhnutí autotelického zaměření osobnosti, pak chápeme rozlišení externí a interní resilience jako oprávněné. Neboť tehdy vidíme život jedince jako cestu za sebou samým. Celý vývoj, nejranějšími zkušenostmi počínaje, je historií vynořování smyslu. Toto hledání a nalézání má pak vliv i na životní spokojenost. Výsledkem by měl být jedinec, který si je vědom svých vlastních hodnot a cílů. Jejich uskutečňování se pak stává zdrojem radosti a uspokojení v životě, neboť tyto cíle pramení z jeho nejhlubšího přesvědčení.

Je-li podnětem k jednání hodnota, s kterou se neztotožňujeme, nebo po které netoužíme, ztrácíme svůj čas a vzdalujeme se své plnohodnotné existenci. Žijeme život odloučený od vlastního Já a jsme inkonzistentní s celou osobností individua.

Je jedinečným úkolem člověka, aby se naučil rozpoznávat to, co je pro něj důležité a co vlastně chce. Toho dosáhne díky důvěře v sebe sama a pouze díky kongruenci vnitřních potřeb, cílů a hodnot. Tato jednota přirozeně vede ke zvýšení spokojenosti. Jak jsme zmínili již v průběhu výkladu, lidé zaměření na dosahování vnitřních cílů jsou těmi, kteří mají mnohem blíže k označení „interně kompetentní" a „resilientní". Vykazují charakteristiky duševně zdravých, plně fungujících jedinců s jasnou vnitřní strukturou. Adekvátně tomu, zaměření na vnější cíle signalizuje naopak odloučení se od skutečného, pravdivého Já a zaměření se na potřeby bezpečí. Tato paralela mezi reálným Já a Já, které je zmítáno touhou po zbavení se úzkosti, odpovídá rozdílu mezi vnitřní a vnější kompetencí.

Snahou této práce bylo zpracovat podrobně fenomén externí resilience, který je výzvou jak pro vědeckou obec, tak pro čtenáře samotného. Toto téma se netýká jen úzké skupiny lidí, majících markantní problémy vyplývající z jejich dětství. Právě naopak, problémy s attachmentem, interiorizací, kongruencí a vnitřní disonancí mají mnohem širší rozměr, než si můžeme myslet. V současné době se otázka životního smyslu a naplnění vynořuje z mnoha stran a – zejména v této době, na počátku 21.století – je na pořadu dne takřka neustále. Horneyová vytvořila svou teorii o bazální úzkosti v polovině minulého století, avšak dnes je aktuálnější více než kdy jindy. Děje se tak díky obecné ztrátě nadosobních hodnot, díky odporu, jaký má současná západní společnost k čemukoli, co nesplňuje požadavek lukrativity a rentability. Cokoli, z čeho není okamžitý, hmotný účinek, pozbývá zájmu člověka. Žijeme v době viditelného užitku a okamžitého potěšení, hromadíme cokoli, co nám zajistí dočasný pocit uspokojení a naplnění. Zapomínáme však proč, případně na to nedokážeme vůbec přijít. Mohu-li si dovolit lehce nadnesený příměr, naše společnost žije v zajetí bazální úzkosti a dělá vše proto, aby unikla prázdnotě. Je externě kompetentní, možná dokonce externě resilientní, ale zapomíná žít život směrem ke smrti a smyslu.

Tato práce je jistým osvětlením souvislostí, které stojí v pozadí problematiky resilience. Není zdaleka vyčerpávající, naopak, mnohých témat se ani nedotkla. Jak jsem však zmínila již na začátku, jejím cílem není podat všeobsahující pojednání, ale nastínit možné nové přístupy a pohledy a přinutit čtenáře zamyslet se nad otázkou, co znamená úspěšné zdolání životních překážek.

Literatura

Alan, J.: Etapy života očima sociologie. Panorama, Praha 1989

Anthony, E.J., Koupernik, C.: The Syndrome of the Psychologically Vulnerable Child. In The Child in his family. Yearbook of the international association for child psychiatry and allied professions (Volume III.), New York 1974.

Balcar, K.: Úvod do studia psychologie osobnosti. Mach, Chrudim 1991

Csikszentmihalyi, M.: O štěstí a smyslu života. NLN, Praha 1996

Csikszentmihalyi, M., Schneider.B.: How Teenagers Prepare for the World of Work. Basic Books, New York 2000

Diener, E.; Fujita, F.: Resources, personál striving and subjective well-being: A nomothetic and idiographic approach. Journal of Personality and Social Psychology, 68, 1995, str. 926 – 935

Diener, E.; Suh, E.M.; Lucas, R.E.; Smith, H.L.: Subjective welll-being: Three decades of progress. Psychological Bulletin, 124, 2, 1999, str. 276 - 302

Fraňková, S.; Bičík, V.: Srovnávací psychologie a základy etologie. Karolinum, Praha 1999

Frankl, V.E.: Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Piper, München 1979

Grác, J.:Pohľady do psychológie hodnotovej orientácie mládeže. SPN, Bratislava 1977

Helus, Z.: Psychologické problémy socializace osobnosti. SPN, Praha 1973

Horney, K.: The neurotic Personality of your Time. Bortin, New York 1937

Horney, K.: Our Ynner Conflicts. Bortin, New York 1945

Janoušek, J.: Sociální psychologie. SPN, Praha 1981

Kohoutek, R.: Základy sociální psychologie. CERM, Brno 1998

Kotásková, J.: Socializace a morální vývoj dítěte. Academia, Praha 1987

Kandel,E; Mednick, S.A.;Kierkegaard-Sorenson, L.; Hutchings, B.; Knop. J.: IQ as a protective factor for subjects at high risk for antisocial behavior. Journal of Consulting and Clinical Psychology. 56, 1988, str. 224-226

Kožený, J., Klaschka, J.: Emocionální prožívání u adolescentů: osobnostní, behaviorální a kognitivní koreláty. Československá psychologie, 22/3, 1994, str. 289 – 299

Křivohlavý, J.: Psychologie nemoci. Grada, Praha 2002

Locke, E.A., Latham, G.P: A Theory of Goal Setting & Task Performance. Prentice Hall, Inc., New Jersey 1990

Masten, A.N., Coatsworth, J.D.: The Development of Competence in Favorable and Unfavorable Environments. American Psychologist, Vol. 53, No.2, 1998, str. 205-220.

Macek, P.: Adolescence. Portál, Praha 1999

Maddux, J.E.: Self-efficacy, adaptation, and adjustment. Plenum Press, New York 1995

Mc Clelland, D.C.; Koestner, R.; Weinberger, J.: How do self-attributed and implicite motives digger? Psychological Review 96, 1989, s. 690 – 702

Mischel, W.; Shoda, Y.: A cognitive-affective sysytem theory of personality: Reconceptualizing situations, dispositions, dynamics, and invariance in personality structure. Psychological Review, 102, 1995, s. 246 – 268

Oishi, S.; Diener, E.; Suh, E.; Lucas, R.E.: Value as a moderator in subjective well-being. Journal of Persolnality, 67/1, 1999, str. 157 – 184

Olweus, D.: Gewalt in der Schule. Hans Huber, Bern 1995

Oravcová, J.: Sociálna Psychológia. Univerzita Mateja Bela, Banská Bystrica 2004

Nakonečný, M.: Psychologie osobnosti. Academia, Praha 1998

Nakonečný, M.: Sociální psychologie. Academia, Praha 2000

Nurmi, J.-E.: How do adolescents see thein future? A review of the development of future orientation and planning. Developmental review, 11, 1991, s. 1 – 59

Patterson, J.M.: Understanding Family Resilience. Journal of clinical psychology, Vol. 58(3), 2002, s. 233 – 246.

Řezáč, J.: Sociální psychologie. Paido, Brno 1998

Rogers, C.R.: Toward a Modern Approach To Values: The Valuing Process in The Mature Person. in Journal of Abnormal and Social

Rokeach, M.: Nature of Human Values. Free Press, New York 1973 Psychology, 68, 2, 1964, s. 160-167

Rotter, J.B.: General expectancies for internal versus external control of reinforcement. Psychol, Monographs, 1966

Russell, C.S.: A Methodological Study of Family Cohesion and Adaptibility. Journal of Marital and Family Therapy, October 1980, s. 459 - 470

Sheldon, K.M.; **Kasser, T.**: Goals, kongruence and positive well-being: New empirické support for humanistic theories. Journal of Humanistic Psychology, 41/1, 2001, s. 30 – 51

Smékal, V.: Psychologie osobnosti, Barrister&Principal, Brno 2002

Souček, J.: Sociální psychologie mládeže. SPN, Praha 1967

Stones, M.J.; Kozma, A.: Happiness and activities as propensities. J.Geront, 41, 1986, s. 85 – 90

Svoboda, M.; **Humpolíček, P.**; **Humpolíčková, J.**(Eds.): Sociální procesy a osobnost 2003 – sborník příspěvků. MSD,

Taylor, R.J.;Chatters, L.C.: Chuch members as a source of informaal support. Review of Religious Research, 30, 1988, s. 193 - 202

Vágnerová, M.: Vývojová psychologie. Karolinum, Praha 1999

Vondráček, V.: Hodnocení a jeho poruchy z hlediska psychiatrie. ČSAV, Praha 1964

Vygotskij, L.: Vývoj vyšších psychických funkcí. SPN, Praha 1976

Werner, E.E.: Resilience in Development. Current Directions in Psychological Science (by the American Psychological Society), June 1995, s. 81-85

Witte, E.H.: Socialpsychologie. München 1989