

4. PSYCHOANALÝZA

SIGMUND FREUD (1856-1939)

Za jeden z **největších přínosů pro psychologii** je považována **Freudova teorie nevědomí**, respektive rozlišení jednotlivých úrovní vědomí, a jejich významu pro porozumění lidské osobnosti a chování. Freud byl přesvědčen, že lidská mysl nemusí vždycky fungovat jenom vědomě, věřil, že různé psychické procesy mohou probíhat i na nevědomé úrovni.

1. Duševní obsahy, tj. **city, představy, přání, myšlenky**, které jsou považovány za **přijatelné a nepředstavují ohrožení**, jež by mohlo narušit psychickou rovnováhu, jsou uchovávány ve **VĚDOMÍ**.
2. **PŘEDVĚDOMÍ** zahrnuje vše, co **není právě** v této době **uvědomováno**, ale co si člověk **může snadno vybavit**.
3. V **NEVĚDOMÍ** jsou uloženy mnohé z dřívějších **pocitů, zážitků, myšlenek, pohnutek a potřeb**, o jejichž **existenci člověk neví**, ale ony mohou i tak dost **zásadně ovlivňovat jeho chování** a směřování. Nic na tom nemění skutečnost, že si **důvody svého chování neuvědomuje**. V nevědomí jsou **zážitky a poznatky**, které byly vytěsňeny, protože byly pro daného jedince z nějakého důvodu **nepřijatelné či traumatizující**, a on se s nimi nedokázal vyrovnat jiným způsobem. Velmi často jsou to témata velké nenávisti a ponížení, ale i nepřipustné lásky či různá traumata, která si člověk nechce ani připustit, natož aby je dokázal zvládnout.

STRUKTURA OSOBNOSTI

Struktura osobnosti podle Freuda zahrnuje **tři subsystémy**, které se liší z hlediska podílu vědomí, předvědomí a nevědomí, mezi nimiž jsou dynamické vztahy, to znamená, že se **neustále vzájemně ovlivňují** (jsou spolu v konfliktu).

1. ID (ONO)

ID představuje základní vrozenou složku osobnosti. Tvoří jej **pudové procesy**, které mají tendenci působit bez jakékoli korekce a **nejsou ovlivnitelné rozumově**. ID je **nevědomé a iracionální**, a je úzce propojené s tělesnými procesy. Princip fungování ID je velmi primitivní, je jako dítě, je stejně impulzivní, egocentrické a **zaměřené jen na vlastní uspokojení**, řídí se pouze **principem slasti**. Aby jedinec vůbec mohl v reálných podmínkách existovat, musí být ID nějakým způsobem regulováno. To je možné jen díky rozvoji dalších vrstev osobnosti EGA a SUPEREGA.

2. EGO (JÁ)

EGO se řídí **principem reality**. Převádí požadavky ID do praktických způsobů naplňování potřeb tak, že stanovuje povahu a vhodnou dobu uplatnění těchto požadavků. EGO je **racionální, působí na vědomé**

Psychologie osobnosti – 4. Psychoanalýza – pro studenty

úrovni, zvažuje činy a jejich následky a ukládá do předvědomí události a osobní zážitky, které si pak může opět vybavit. Jeho úlohou je **korekce ID a umožnění reálného uspokojení pudových potřeb** jedince, které není vždycky snadné a ani bezprostředně dosažitelné. Leckdy je třeba jejich uspokojení odložit nebo zvolit náhradní řešení, popřípadě se ho úplně vzdát. **EGO je prostředníkem mezi vnitřními potřebami a vnějšími požadavky**, musí se vyrovnávat s tlakem okolního světa. **EGO je převážně vědomé**, i když zahrnuje i některé **nevědomé procesy**, jako jsou například **obranné reakce**.

3. SUPEREGO (NADJÁ)

SUPEREGO **obsahuje omezení a zákazy ukládané dítěti rodiči** a dalšími pro ně významnými dospělými. SUPEREGO lze definovat jako **moralizující sílu v osobnosti**, založenou na **principu dokonalosti**. Je složkou osobnosti, která se rozvíjí nejpozději, děje se tak v rámci **socializačního procesu**. Představuje jakýsi systém vyšší regulace vlastního chování, který **odpovídá požadavkům, hodnotám, normám a ideálům dané společnosti**, s nimiž se jedinec postupně ztotožní a přijme je za své. Freud přirovnává SUPEREGO k autoritě, která **určuje, co člověk smí nebo nesmí dělat**, a rozhoduje, co je dobré a co špatné. Vývoj SUPEREGA je nejprve spojen se ztotožněním dítěte s rodiči, později, na abstraktnější úrovni, jde o **identifikaci s obecně platnými hodnotami a normami**. SUPEREGO se může projevovat prostřednictvím **svědomí**, které **trestá** přestupky proti přijatým pravidlům chování **navozením pocitů viny**, nebo podporuje **žádoucí chování pomocí pocitů hrdosti**. SUPEREGO je **částečně vědomé**, ale může fungovat **i mimo úroveň vědomí** a uplatňovat se zde bez ohledu na realitu. **Nadměrně vyvinuté SUPEREGO** může představovat zdroj mnoha problémů, když **posiluje úzkostné stavy** a bezdůvodně navozuje výčitky svědomí.

INTRAPERSONÁLNÍ KONFLIKTY

- a) **Konflikty ID versus EGO** nastávají, když se ID dožaduje okamžitého uspokojení a EGO se na základě testování reality snaží tento požadavek upravit.
- b) **Konflikty ID versus SUPEREGO** obsahují požadavky ID, vůči nimž SUPEREGO vystupuje na základě jejich skutečně či domněle neetické povahy.
- c) **Konflikty EGO versus SUPEREGO** jsou střetnutími mezi racionálním EGO a na dokonalost zaměřeným SUPEREGO. K tomu dochází, když si lidé přejí pustit se do něčeho, co rozumově hodnotí jako etické, avšak mohou se přitom cítit provinile v důsledku zákazů zvnitřněných dříve v průběhu jejich příliš moralizující výchovy.

EGO-OBRANNÉ MECHANISMY

Aby se **EGO ochránilo před ohrožujícími myšlenkami či přáními**, která vyvolávají úzkost, může k odstranění takového nebezpečí uplatnit takzvané **obranné mechanismy**, které působí **na nevědomé úrovni**. K porozumění individuálním obranným mechanismům nejvíce přispěla Freudova dcera **Anna Freud**.

- a) **VYTĚSNĚNÍ** je **iracionálním útekem od nepřijatelných myšlenek a přání**. EGO namísto užití testování reality předtím, než učiní rozhodnutí, vytlačuje ohrožující myšlenku nebo přání iracionálně do nevědomí. Často je **nesnadné vytěsnění rozpoznat**, protože příznaky, které vyvolává, nemají zřejmou souvislost se skutečným problémem. Osoba, která vytěsňuje ohrožující přání, může vykazovat podrážděnost, nedostatek soustředění nebo nedostatek ohledu na druhé. Příčina těchto příznaků je však pohledu většiny pozorovatelů skryta.
- b) **REGRESE A FIXACE**. Když ohrožení patřící k dospělému věku příliš zesílí, EGO má sklon **dočasně regredovat k nižšímu stadiu**, které bylo méně stresové – osoba upadá do dřívějšího, **méně zralého způsobu chování**. A toto chování se může udržovat i přesto, že se opakovaně ukazuje jeho neúčelnost.
- c) **KOMPENZACE** – osoba usiluje o **dosažení cíle s vysokými nároky**, aby se tím **vyrovnala s nějakým osobním nedostatkem**.
- d) **ÚTĚK** – **stažení se z oblasti, v níž je zažíváno ponížení, frustrace, konflikt**. Příkladem může být **útěk do nemoci** (emocionální napětí a konflikty se projevují v množství psychosomatických symptomů), **do fantazie** (denní sny a jiné formy imaginace napomáhají k úniku ze skutečnosti a k prožívání uspokojení) nebo do nejrůznějších forem **závislostí** (alkohol, jídlo atd.).
- e) **PROJEKCE** – jedinec se **chrání před přiznáním si vlastních nežádoucích vlastností** nebo neakceptovatelných emocí tím, že je **připisuje druhým lidem**.
- f) **RACIONALIZACE** – **nežádoucí způsoby chování, motivy a postoje** jsou zahaleny tím, že jsou jim **přirážena logicky přijatelná vysvětlení**.

PUDY

Freud předpokládal, že i psychika funguje podle zákona o zachování energie, a pokud se nemůže vybit v činnosti, tak se musí projevit jinde nebo jinak. **Zdrojem psychické energie** jsou dle jeho názoru **pudy**, tj. **vrozené síly**, které specifickým způsobem **regulují lidské chování**. Základem veškeré aktivity jsou **dva pudy**. **EROS, pud života**, je zaměřen na **uspokojení vlastních potřeb**, zachování života a dosažení příjemnosti, slasti. **THANATOS** představuje tendenci k **destrukci, násilí a agresi** vůči sobě i jiným lidem. Obě tendence se mohou v chování uplatnit v různé míře a různým způsobem. Pokud by si například nějaký člověk vybil své destruktivní tendence, respektive energii vyplývající z tohoto pudu, ve sportu, pravděpodobně by se v takové míře neprojevoval násilně a nepřátelsky ve vztahu k jiným lidem.

Typickými příklady **symbolizace potlačených pudů** jsou **SNY**, jejich **výklad**, dešifrace jejich symboliky je proto důležitým psychodiagnostickým krokem k **identifikaci vnitřních konfliktů**. Vnitřní konflikty a s nimi spojená potlačení vykazují také **CHYBNÉ ÚKONY**, jako jsou například **přepsání, přerěknutí, zapomenutí** (například zapomenout odeslat dopis znamená, že jej jeho pisatel nevědomě odeslat nechtěl pro nějaký s tím spojený vnitřní konflikt). Psychoanalýza považuje veškeré i drobné projevy chování, jako je bubnování prsty na desku stolu, škrábání se za uchem atd., za symptomatické (tj. za řeč těla, která prozrazuje určité tendence subjektu). Pro psychoanalýzu je proto důležitá **teorie symbolu**, která zdůrazňuje, že existují **vztahy mezi určitými elementy psychických projevů a určitými elementy nevědomí**, a to nejen ve snech a projevech těla, ale i v **umělecké tvorbě, ve folklóru, v mýtech**, pohádkách a náboženstvích, v **mnoha formách sociální vztahů a v činnosti člověka** vůbec. Proto mohla psychoanalýza dosáhnout tak rozsáhlé expanze do celé řady oborů.

TEORIE PSYCHOSEXUÁLNÍHO VÝVOJE

Sigmund Freud zdůrazňoval, že **sexuální energie ovlivňuje všechny oblasti lidského života**. Psychický vývoj je poháněn libidem – životní psychickou pudovou energií, která je zaměřená na **dosažení slasti**. Jak dítě vyrůstá, dosahuje pocitů slasti a blaha v **různých tělesných oblastech**.

1. ORÁLNÍ STADIUM (od narození do 1 roku): hlavní zdroj **libosti je stimulace orální zóny** těla. Dítě získává libost ze sání a strkání věcí do úst. V tomto období se vytváří **vztah k matce**, za dobrých podmínek dítě **prožívá pocity bezpečí a jistoty** plynoucí z kontaktu s matkou. Nepříznivé vlivy způsobující narušení vývoje v tomto období mají podle Freuda na svědomí vznik tzv. **orálního charakteru** – jde o **závislé, nesamostatné osoby**, které vyžadují zvýšenou péči a pozornost. Tito lidé dosahují slasti prostřednictvím cigaret, pitím alkoholu, jídlem, čímž se snaží přebít úzkost vzniklou v raném dětství.

2. ANÁLNÍ STADIUM (1-3 roky): Dítě získává pudové **uspokojení ze stimulace anální krajiny**, především při zadržování a vypuzování exkrementů. V této době je zpravidla realizována **výchova k tělesné čistotě**, která má pro další vývoj dítěte zásadní význam, je-li prováděna s porozuměním pro potřeby a obtíže dítěte, pak dítě pociťuje, že se od něho něco očekává, že **může dávat i ponechávat si**, že **může autonomně rozhodovat i poslechnout**, že může říkat „ano“ nebo „ne“ na požadavky druhých. Kromě vztahu k objektům se utváří i **sebeuvědomění a vztah k sobě samému**, vlastním aktivitám a jejich výsledkům. Vzniká **schopnost kontroly i sebekontroly**, etické a estetické citění. Období vzdoru, charakteristické pro tento věk, signalizuje intenzivní rozvoj ega. Nepříznivé vlivy mohou přispět k **análnímu charakteru člověka**, který se vyznačuje **nadměrným lpěním na majetku**, hromaděním věcí, umíněností, potřebou **kontrolovat druhé** a perfekcionismem.

3. FALICKÉ STADIUM (3-6 let): Místo pudového uspokojování se nyní přesouvá na **genitální krajinu**. Jak se zájem dítěte v té době obrací na genitál, je patrné z jeho **zvědavosti na anatomické rozdíly mezi pohlavími**, na to, jak se rodí děti, ale i na sexuální aktivitu rodičů. Infantilní masturbace je častá. Chlapci i dívky v tomto věku touží po rodiči opačného pohlaví. Děti inklinují k tělesnému **kontaktu s rodičem druhého pohlaví** a touží po **výlučném vztahu s ním**. **Rodiče stejného pohlaví** naopak **považují za rivala** a cítí vůči němu žárlivost. Inspirován řeckou mytologií nazval Freud sexuální **náklonnost syna k matce Oidipovým komplexem**. Každý syn podle Freuda touží mít vztah se svou matkou a zabít svého otce. Oidipovský trojúhelník má vliv na výběr partnera v dospělosti, muži si volí ženy podobající se matce a ženy muže podobající se otcí. Struktura osobnosti v dospělosti, kterou psychoanalýza nazývá **falickým charakterem**, se projevuje **zvýšenou závislostí syna na matce, případně dcery na otcí**. U mužů podvědomá láska k matce narušuje vztah k jejich partnerce, upřednostňují a podřizují se rozhodnutí matky, nebo k partnerce zaujmou asexuální postoj, uctívají ji jen jako matku svých dětí a nezávazné sexuální vztahy navazují paralelně.

4. STADIUM LATENCE (7-11 let): V době, kdy dítě **vstupuje do školy**, ustupují jeho emoční a **sexuální tužby a zájmy do pozadí**. Po vyřešení vnitřních rozporů bouřlivého falického stadia nastává období **relativní stability**, které je zaměřeno především na **osvojování kulturních hodnot, poznatků a diferencovaných sociálních rolí**. Energie dítěte se soustředí na rozvoj sociálních dovedností (zejména v kolektivu vrstevníků). Rozvíjí se kulturní superego, a to i díky jiným autoritám, například učitelům. **Latentní charakter** se v dospělosti vyznačuje **absencí sexuálních projevů, orientací na vnější svět**, vztahy a také dobrou sociální přizpůsobivostí.

5. GENITÁLNÍ STADIUM (od 12 let): Jde o z genitálií vycházející a **na genitálie zaměřenou** nejvyšší a nejvyzrálejší vývojovou fázi sexuality člověka. Dospívání je provázáno **rozšiřováním důvěrných vztahů mimo rodinu**, začínají se objevovat sexuální přání. Kromě erotické touhy se rozvíjí vztahové chování, jako například **něžnost, důvěra, pomoc, soucit**. Etapa vrcholí pohlavním spojením a vyváženým **citovým vztahem s partnerem**. Přátelské jednání se rozšiřuje na celou společnost, ze sexuální lásky vzniká **láska a zodpovědnost k člověku a celé společnosti**. **Genitální charakter** má podle Freuda **zralá osobnost**, která získala **vlastní pohlavní identitu**. V tomto stadiu považuje člověk druhou osobu za rovnocenného partnera v oblasti citové i sexuální a vytváří si kladný vztah ke společenské zodpovědnosti a pospolitosti.

CARL GUSTAV JUNG (1875-1961)

Jung předpokládal:

1. Zděděné **kolektivní nevědomí**.
2. Získané **osobní nevědomí**.

KOLEKTIVNÍ NEVĚDOMÍ

Jungova teorie kolektivního nevědomí byla podložena rozsáhlým srovnávacím výzkumem symboliky celé řady kultur: ukázalo se, že existují **univerzální a věčné symboly** (v **náboženských systémech, mystice, mytologii** a jinde), které musí mít společný původ. Je jím **kolektivní nevědomí**, které zahrnuje pro lidský druh **vrozené dispozice imaginace a cítění**, které se projevují ve snech, v pohádkách a mýtech jako věčná **témata lidského bytí**. Kolektivní nevědomí je podle Junga zdrojem **moudrosti, tvořivosti** i určitého **způsobu interpretace aktuálních zážitků**, vede člověka k tomu, aby **naplňoval svůj potenciál a rozvíjel svou osobnost**. Univerzální zkušenost je v kolektivním nevědomí uložena ve formě **praobrazů, archetypů**.

ARCHETYPY

Pojem archetypy Jung přejal ze spisů **křesťanského učence Augustina**. Archetypy napomáhají utváření konkrétních představ, což vede **k rozpoznávání událostí či osob v konkrétním životě**, předznamenanych v archetypech. Archetypy řídí **zpracování a způsob interpretace důležitých událostí lidského života** a z nich vyplývající směřování, a nakonec i s nimi související **proměny osobnosti**. Archetypy jsou **součástí mýtů a pohádek**, jejichž témata jsou i ve zcela rozdílných kulturách dost podobná.

Pro **formování osobnosti** jsou nejdůležitější následující archetypy:

1. **PERSONA**. Persona je archetyp, který **jedinci pomáhá uchovat si svou individualitu při podřizování se určitým zvyklostem a hodnotám společnosti**, a konvenčnímu chování obecně. Tento termín původně označoval masku, která hercům sloužila ke zdůraznění nejvýznamnějších znaků jejich role. Persona je tedy **maska**, již se **člověk prezentuje navenek**, která má dělat **určitý dojem na ostatní lidi**, ale zároveň má **zakrýt pravou povahu jedince**. Tvoří ji komplex rolí, které přijímá, aby vyhověl požadavkům společnosti a zároveň si mohl uchovat svou individualitu. Persona je součástí osobnosti, s níž se daný jedinec více méně identifikuje. **Naplnění vlastní persony** je věnována **první polovina života**, v této době by měl člověk splnit vše, co se od dospělého očekává: **založit rodinu, vychovat děti a uspět v nějaké profesi**.
2. **ANIMUS A ANIMA**. Archetyp animus a anima je genderově podmíněný komplementární komplex, který zahrnuje dvě základní protikladné dimenze: rozum a cit, a tendenci k dominanci proti opačnému sklonu k dosažení vzájemného souladu. **Animus je archetyp mužského principu, anima je archetypem ženského principu**. Podle Junga má v sobě každý člověk oba, ale dominantní je – přinejmenším v první polovině života – ten, který odpovídá jeho pohlaví. Druhý zůstává v té době latentní a slouží

k porozumění lidem opačného pohlaví. **Anima má emoční charakter** a vyvolává různé **pocity a nálady**, **animus je racionálního charakteru** a navozuje různé **rozumové úvahy a mínění**. Vliv těchto archetypů se projeví například v tom, jaké typy mužů a žen určitý člověk akceptuje či odmítá, a jak interpretuje jejich chování.

3. **STÍN**. Stín představuje **živočišnou složku osobnosti**. Je v něm koncentrováno to, co je v lidské bytosti **pudové**, leckdy obtížné, nepříjemné či těžko přijatelné. Může se projevovat běžnou lidskou tendencí vidět **své negativní vlastnosti a sklony** spíš u jiných lidí a tyto lidi za ně kritizovat a odsuzovat (mechanismus projekce). Stín se může stát součástí osobního nevědomí a v této podobě se projevuje například nenávisťnými představami, nepřijatelnými touhami a nevědomovanými osobnostními vlastnostmi. Člověk by měl **přijmout stín jako součást své osobnosti a naučit se s ním zacházet**, i když je mu to leckdy nepříjemné. Musí **akceptovat i své nedostatky** a vidět svou osobnost jako komplex různých vlastností. Pokud chce dosáhnout vnitřní rovnováhy, musí se vyrovnat i s nimi. Stín nemá jen negativní význam, **obsahuje i pozitivní prvky**, může být zdrojem důležitých podnětů, které **stimulují rozvoj osobnosti**. Stejně jako viditelný stín v jasném slunečním svitu zdůrazňuje reálnost a životnost lidské bytosti, tak i archetypální stín dodává psyché její reálnost a životnost.
4. **MOUDRÝ STAŘEC – VELKÁ MATKA**. Archetyp moudrý stařec – velká matka. **Moudrý stařec je archetypem duchovního principu, smyslu skrytého v lidském životě**, který se může jevit jako chaotický. **Archetyp velké matky vychází z materiálního principu a reprezentuje přírodní podstatu člověka**. Jejich přijetí slouží ve druhé polovině života k definitivnímu odpoutání od původních rodinných vazeb, k vyrovnání se vztahy k rodičům, s otcem i matkou, a k **dosažení potřebného stupně individuace** (tj. k rozvoji bytostného JÁ).
5. **BYTOSTNÉ JÁ**. Bytostné JÁ je **vrcholným archetypem**, který člověka **stimuluje k dosažení celistvosti vlastní osobnosti**, jež by zahrnovala i její **duchovní aspekt**. Projevuje se až ve druhé polovině života, kdy člověk **zvládne všechny vývojové úkoly** a měl by se soustředit na vlastní osobnost. Naplnění bytostného JÁ představuje vrchol **osobnostního rozvoje**.

JUNGOVA TYPOLOGIE OSOBNOSTI

Jung považoval za významné rysy osobnosti **introverzi a extraverzi** – zaměření jedince na **svůj intrapsychický svět, nebo na své okolí**. I když jsou oba postoje přítomny v každém člověku, jeden z nich má větší vliv než druhý.

Navíc rozlišuje **typy osobnosti podle síly čtyř psychických funkcí**:

1. **Myšlení** – zkoumá, co vnímaný předmět je.
2. **Cítění** – oceňuje hodnotu předmětu.
3. **Smyslové vnímání** – zahrnuje veškerou smyslovou zkušenost.
4. **Intuice** – poznává skrytý význam předmětu.

Kombinací těchto dvou postojů a čtyř funkcí vzniká **osm typů osobnosti**.

ALFRED ADLER (1870 – 1937)

INDIVIDUÁLNÍ PSYCHOLOGIE

Na rozdíl od psychoanalýzy **zdůrazňoval začlenění člověka do společnosti**, sociální determinanty osobnosti, **schopnost člověka utvářet vlastní osud**.

Individuální psychologie – jednota osobnosti, z jejíž struktury pak vyplývá **konzistentní a nedělitelný individuální životní styl**.

POCIT MÉNĚCENNOSTI

Malé dítě je slabé, závislé a trpí tím, má vrozené méněcenné orgány a žlázy, což zesiluje normální **pocit slabosti a bezmoci** až do hluboce prožívaného **pocitu méněcennosti** – jejich příčina je fyziologická – **slabost vlastního těla**. Příliš silné pocity méněcennosti – **komplex méněcennosti** jako **přehnaný pocit slabosti a nedostatečnosti**, z něho se pak může rozvinout **komplex nadřazenosti, moci** – tendence **přehánět své dovednosti** (vychloubání, sarkasmy, arogance) – **nízké sebepřijetí řešeno ponižováním druhých**.

Základním motivačním činitelem v celém životě je **podle Adlera situace nedostatku** v každém lidském projevu – **pocit méněcennosti** není jen pasivním prožíváním nějakého defektu, ale **aktivizátorem chování pro dosažení zvolených cílů**. Jedinec ji **chce přeměnit na situaci dostatku**, což dosahuje **usilováním o nadřazenost** – úsilí může mít **zdravou (sebezdokonalování)** nebo **nezdravou (ovládání druhých)** povahu. **Dítě dosahuje jednotného vzorce svého chování do pěti let věku** – úsilí o nadřazenost začíná velmi brzy, toto jednotné zaměření tvoří **celistvou osobnostní strukturu – styl života**.

Původně měl Adler za to, že **jedinou motivační silou je úsilí o nadřazenost, moc**, po kritice své pojetí změnil – člověk je **motivován sociálními pobídkami**, má jakýsi **sociální instinkt** (nesobecký), člověk má k tomu určité **vrozené predispozice**, ale **sociální cit** musí stále **rozvíjet**. Je barometrem **duševního zdraví, normality a hodnoty**.

TYPOLOGIE OSOBNOSTI:

1. **Panovačný typ** – agresivní, prosazující se, **malý sociální cit**, snaha o dominanci bez ohledu na blaho ostatních.
2. **Zištý typ** – parazitují na světě, chtějí co nejvíc získat, **nízký stupeň aktivity**.
3. **Vyhýbající se typ** – nemají cit **pospolitosti**, jsou pasivní, **obavy z chyb silnější než touha po úspěchu** – útek.
4. **Sociálně užitečný typ** – vysoká aktivita a cit pospolitosti, **zájem o ostatní a jejich blaho**.

SOUROZENECKÉ POŘADÍ

- a) **Prvorozené dítě** – nevýhoda – musí **ustoupit ze středu dění**, když se narodí druhé dítě, pokud je to příliš brzy, **trpí, cvičí se k osamělosti**, pokud se **na to může připravit**, může to být **přínos**.
- b) **Druhé, prostřední děti** – **nemusí snášet ostrčení**, rodí se do **vyvážené sociální situace**, starší sourozenec je jim **podnětem k většímu úsilí** o úspěch – **závodníci** – stále spěchají, aby **dohnali toho prvorozeného**.
- c) **Nejmladší děti** – obvykle **rozmazlovány**, **špatně si vytvářejí pocit sounáležitosti**, spolu s **nejstaršími dětmi** náchylné k **poruše přizpůsobení**.

KAREN HORNEY (1885 – 1952)

KULTURNÍ PSYCHOANALÝZA

Prisuzovala **velký význam zážitkům v dětství**, zejména v **sociální oblasti** – základem je **vztah mezi rodiči a dítětem**.

Úzkost v dětství vzniká působením **dospělých**, kteří jsou **nepředvídatelní, panovační, příliš nároční nebo naopak shovívaví** apod. Zakouší **pochybnosti** o tom, zda **láska rodičů je skutečná** a namísto rozvíjení pocitu náležitosti **překonává dítě strach a prožívá pocity osamocení a bezmocnosti** v potenciálně **ohrožujícím světě**.

Základní potřeby dítěte:

- a) **Potřeba satisfakce, uspokojení** – základní fyziologické potřeby.
- b) **Potřeba bezpečí** – důležitější, cítit se **potřebným, milovaným a chráněným** před ohrožujícím světem.

Frustrace dítěte (lhostejností rodičů, **nespravedlností**, preferencí sourozenců, **výsměchem, hyperprotektivitou** atd.) – vede k základnímu **postoji nepřátelství u dítěte, konflikt mezi závislostí na rodičích a odporem k nim**, odpor **bývá potlačen**, ale tyto pocity se manifestují ve **všech dalších vztazích**, **úzkost** – intenzivní **pocit nejistoty**.

Přehnaná neurotická potřeba:

- a) **Lásky a schválení** – být milován, **citlivost na kritiku** a nevlídnost.
- b) **Mít partnera** – závislost, strach z opuštění.
- c) **Omezení života do úzkých hranic** – **pořádek, nevyžadování**, „skromnost“, podrobnost.
- d) **Moci** – řídit, **opovrhovat slabostmi**.
- e) **Využívání druhých** – a přitom mít **hrůzu z toho být využíván** a platit za hlupáka.
- f) **Sociálního uznání** – být **obdivován a uznáván**.
- g) **Osobního obdivu** – vytvářet **o sobě značně přehnanou představu**, být ctěn a obdivován.
- h) **Osobních ambic** – být **nejlepší, ať to stojí cokoli**, hrůza z nezdaru.
- i) **Soběstačnosti a nezávislosti** – **distanc** od vztahů předpokládajících **závazek, povinnost**.
- j) **Dokonalosti a nezranitelnosti** – být **morální, bez chyb**, ctnostný.

Tyto potřeby lze seskupit do TŘÍ STRATEGIÍ:

1. **Směřování k lidem: povolnost, neprosazování se, závislost, přání být milován, chráněn a veden**, vztahy s druhými jako **ochrana před osamělostí a nepotřebností**, tento postoj **může maskovat agresivitu** – „když se poddám, nikdo mi neublíží“.
2. **Směřování od lidí, oddalování se: uzavřenost, nezájem o emocionální vazby, nezájem, povrchnost, sebestřednost**, touha po nezávislosti a soběstačnosti – „když se stáhnou, nemůže mi být ublíženo“.
3. **Směřování proti lidem: hostilita, dominance, vykořisťování, ovládání**, život je boj, hledá, **co se kde dá urvat, přátelské chování je vždy prostředkem k dosažení kontroly a moci a zvýšení své prestiže nebo sociální pozice** – „když mám moc, nemůže mi nikdo ublížit“.

Stejně jako neurotické potřeby i tyto **strategie slouží k minimalizaci v dětství vytvořených pocitů úzkosti**. I tady platí, že **zdravý člověk uplatňuje tyto strategie střídavě a konflikt mezi nimi není prožíván**. **Neurotik** mezi nimi nedokáže přecházet a **užívá stále tutéž strategii bez ohledu na situaci**.

Kromě **terapie** zdůrazňuje Karen Horney **léčení duševních problémů svépomocí, život sám je ozdravným procesem** a pomoci může i **prožití neštěstí** (člověk například objeví lidi, kteří se za něj postaví a pomohou mu).