

Časová perspektiva

JS 2013

Zdeněk Krpoun
16. 4. 2013

Časová perspektiva



Philip Zimbardo

- Stanfordský vězeňský experiment
- dětství

Osobnostní vlastnosti

VS.

Situační vlivy

Minulost -> Budoucnost

Budoucnost ← Minulost



Časová perspektiva



Pozitivní minulost

Negativní minulost

Hédonistická přítomnost

Fatalistická přítomnost

Budoucnost

Transcendentální budoucnost



Pozitivní minulost



Nostalgické vzpomínání

Pečlivost, ohleduplnost

Pěstování mezilidských vztahů

Udržování rodinných rituálů

Skromnost

Zdrženlivost

.....

Předpoklad psychického zdraví



Negativní minulost

Zášť vůči druhým lidem
Vyhýbání se řešení problémů
Sociální izolace
Nedůvěra k lidem
Hádky a rozepře v rodině
Uzavřenost vůči novému a neznámému
.....

Negativní vliv na duševní pohodu



Hédonistická přítomnost

Nevázanost

Vyhledávání vzrušení

Otevřenost k lidem

Široká sociální síť

Rizikové chování

Vysoká impulzivita

Nízká svědomitost

Energičnost

.....

**Dvě stránky jedné mince –
pozitivní i negativní vliv**



Fatalistická přítomnost

Nízká sebedůvěra
Nedůvěra v druhé lidi
Nedůvěra ve vlastní vliv cokoli změnit
„Ustrnutí“ v přítomnosti
Rizikové chování
Nízká vytrvalost
Impulzivita
.....



Negativní vliv na duševní pohodu



Budoucnost



Úzký okruh přátel

Zanedbávání rodiny a domácnosti

Pracovitost

Zdravé sebevědomí

Vysoká svědomitost

Vytrvalost

Energičnost

**Pozitivní i negativní vliv na
psychické zdraví**



Související teorie a témata

Naučená bezmocnost

PTSD (posttraumatic stress disorder)

Tendence k vyhledávání prožitků



Dotazníky ZTPI a TFPI lze vyplnit na internetu:

http://www.google.cz/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=1&ved=0CDEQFjAA&url=http%3A%2F%2Fwww.thetimeparadox.com%2Fsurveys%2F&ei=pwBtUff2FMSK4ASrloHoCw&usg=AFQjCNH_zMbMYFtT1IKWsAlpFuze8_tN9w&bvm=bv.45175338,d.bGE