

Psychologie osobnosti

- individuální rozdíly
- osoba jako celek

Definice osobnosti

Gordon W. Allport:

- osobnost = dynamická organizace psychofyzických systémů uvnitř individua, která determinuje jeho jedinečné přizpůsobení k jeho prostředí

L. A. Pervin, 1993:

- Osobnost = ty charakteristiky člověka, které jsou podkladem konzistentních vzorců chování
- (Vnitřní kvality, vysvětlující konzistentní vzorce chování: myšlenky, city a pozorovatelné (vyjádřené) chování)

Osobnost

- struktura (reakce, rys, typ)
- proces (dynamika osobnosti, motivace)
- růst a vývoj
 - prostředí (kultura, sociální třída, rodina)
 - dědičnost (intelligence, temperament)

Rysy osobnosti

- Výzkum rysů osobnosti:
 - základní předpoklad: lidé jsou vybaveni širokými predispozicemi reagovat určitým způsobem
 - tyto predispozice označovány jako RYSY (základní stavební jednotky osobnosti, biologický základ)
 - hierarchická organizace chování a osobnosti
- Strukturální modely rysů osobnosti
 - popis celé osobnosti (především pětifaktorový model osobnosti - tzv. Big Five)
 - určitá oblast rysů osobnosti (např. temperamentové nebo interpersonální rysy osobnosti)

Chápání pojmu rys osobnosti

- psychologický slovník: rys = vrozená nebo získaná charakteristika, která je konzistentní, persistentní a stabilní. Je to cokoliv, čím se jedna osoba liší od druhé. Často může být reprezentován lineární dimenzí (B. B. Wollman, 1973)
- L. W. Pervin (1993): rysy osobnosti = široké dispozice chovat se určitým způsobem, které jsou hierarchicky organizovány od specifických odpovědí až k obecným stylům psychologického fungování

- K. Balcar (1983): rysy (duševní vlastnosti) = popisné prvky osobnostní struktury; hypotetické proměnné, vyvozené z pozorovaných projevů, o kterých předpokládáme, že je lze vztáhnout ke struktuře organismu a k jeho vztahům vůči prostředí.

Pětifaktorový model osobnosti (Big Five)

- Obecná lexikální hypotéza (Galton, 1884, Klages, 1926):
nejpodstatnější individuální rozdíly jsou zachyceny v jazyce
- Práce se seznamy adjektiv -- Allport, W. T. Norman (1967), Goldberg (1981), McCrae, Costa – dotazníky (NEO, NEO-FFI), Hofstee, De Raad
- Taxonomie (adjektiva, substantiva, slovesa)

extraverze

neuroticismus

svědomitost

přívětivost

otevřenost novým zkušenostem

- Současnost: pětifaktorová teorie osobnosti (McCrae, Costa, 1999)

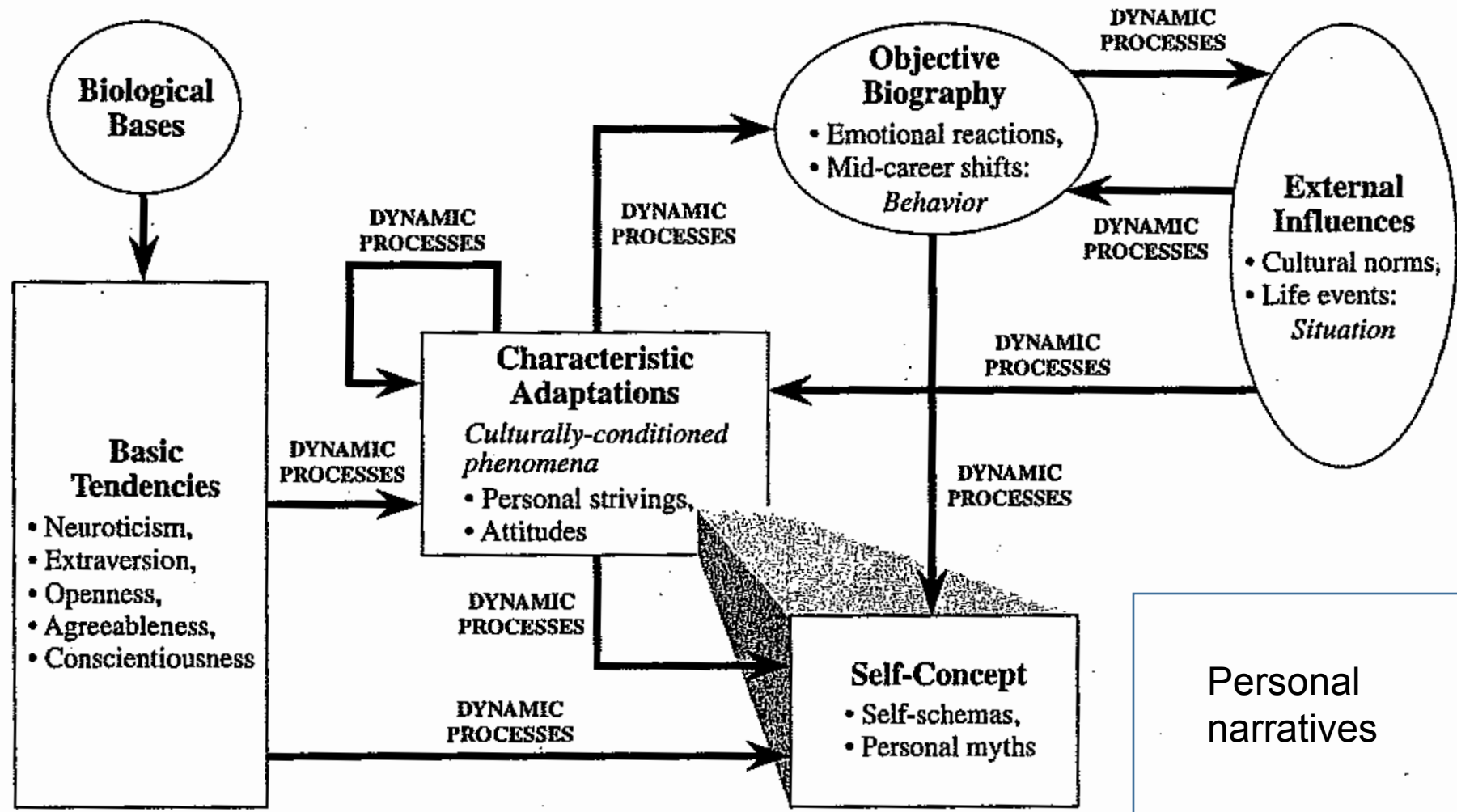


Figure 14.1. A representation of the five-factor theory personality system. Core components are in rectangles; interfacing components are in ellipses. Adapted from McCrae and Costa (1996).

Sebepojetí, Self

William James:

- čisté Já (pure ego, "I", self-as-knower), agens duševního života
- empirické Já (empirical self, "me", self-as-known), obraz tohoto činného Já - SEBEPOJETÍ

Shavelson, Hubner a Stanton, 1976:

"V nejširším smyslu je sebepojetí (self-concept) percepcí sebe samého. Tyto percepce jsou formovány prostřednictvím zkušenosti s prostředím ... a jsou ovlivněny zvláště posílením z prostředí a od významných druhých"

Kihlstrom a Cantor, 1984:

"Definujeme Já (self) jako mentální reprezentaci sebe neodlišující se v podstatě od mentálních reprezentací, které má člověk ohledně jiných myšlenek, objektů a událostí a jejich atributů a implikací. Jinými slovy, Já je pojem, ne nepodobný jiným pojmům, který je uložen v paměti jako struktura znalostí, ne nepodobná jiným znalostním strukturám"

Současný pohled na sebepojetí:

- multifacetové
- hierarchicky uspořádané
- dynamické
(working self-concept, Markus, Wurf, 1987)
- systém (A. Bandura, self-system)

Já jako subjekt činnosti

Paměť:

- sebeprodukční efekt (self-generation effect) - materiál člověkem aktivně produkováný se vybavuje lépe než pasivně osvojený
- sebevztažný efekt (self-reference effect) - materiál uložený ve vztahu k Já se vybavuje lépe než obecně uložený
- sebezapojující efekt (ego-involvement effect) - materiál spojený s trvajícím úkolem se vybavuje lépe než materiál spojený s ukončeným úkolem

Greenwald (1980) - „totalitní ego“

Sklony v sebeposuzování:

- egocentrita
- benefektance (spojení anglických slov beneficence a effectance, dobročinnost a kompetence)
- kognitivní konzervatismus

Já-motivy (např. Swann, 1990, 1992):

1. tendence udržovat stálý, konzistentní pohled na vlastní Já, vyjádřená v motivech **konzistence Já** (self-consistency, Lecky, 1945) či **sebepotvrzení** (self-verification, Swann, 1990),
2. tendence vyhledávat pozitivní informace o sobě, označovaná jako motiv **sebeposílení** (self-enhancement).

Sebepojetí

Sebepojetí ~ postoj k sobě – složky:

- Kognitivní (obsah a struktura)
- Emoční (vztah k sobě, sebehodnocení)
- Konativní (motivace, seberegulace)

Kognitivní aspekt Já

Obsah sebepojetí

- Extenze Já (narůstání informací o sobě)
- Princip význačnosti (Greenwald a Pratkanis, 1984, Markus, 1980)

Struktura sebepojetí

= kognitivní organizace obsahu sebepojetí

Schemata já (self-schema), Markus 1980

Typy reprezentací Já

- centrální X periferní
- pozitivní X negativní
- reálné X možné, ideální, požadované, nechtěné Já
- časové hledisko (minulé, současné, budoucí Já)
- adekvátnost (pravdivé vs. falešné Já)

Emoční aspekt Já

- vztah k sobě
- mentální reprezentace emočního vztahu k sobě: sebehodnocení

Zdroje sebehodnocení

- Posílení z prostředí (looking glass self)
- Diskrepance v sebepojetí
- Emoční dispozice

E. T. Higgins (1987) - teorie diskrepancí v sebepojetí
(self-discrepancy theory)

Reprezentace Já:

aktuální, ideální, požadované

Diskrepance

aktuální/ideální = nedostatek pozit. emocí

aktuální/požadované = úzkost

Dimenze globálního sebehodnocení – Tafarodi a Swann:

- Kompetentnost (self-competence)
- Sebeřijetí (self-liking)

Konativní (behaviorální) aspekt Já

Gordon W. Allport – **funkční autonomie:**

motivы lidského chování se stávají v průběhu vývoje nezávislými (autonomními) na svých původních pobídkách a (často hmotných) odměnách: chování se z prostředku dosažení cíle (např. uspokojení biologické potřeby) samo stává cílem.

E. T. Higgins (1987) - teorie diskrepancí v sebepojetí
(self-discrepancy theory)

Reprezentace Já:

aktuální, ideální, požadované

**ideální, požadované = osobní vodítka
(motivy)**

Diskrepance

aktuální/ideální = nedostatek pozit. emocí

aktuální/požadované = úzkost

Albert Bandura – osobní standardy

Procesy:

Sebepozorování (odpovídající zaměření pozornosti k vlastnímu chování)

Sebehodnocení – na základě OSOBNÍCH STANDARDŮ

Reakce na vlastní chování

hmotné a hodnotící

Aktivní roli člověka při nastavování standardů:

lidé si stav disekvilibría *primárně vytvářejí sami* formulováním standardů

Aspekty sebepojetí jako celku

- komplexita Já (self-complexity, Linville, 1985, 1987)
- jasnost sebepojetí (clarity of self-concept, Campbell, 1990)
- stabilita sebepojetí/sebehodnocení (např. Kernis, Grannemann a Barclay, 1992, Kernis a kol., 1993)
- pozitivita/negativita

MOTIVACE

Tři směry uvažování o důvodech jednání

1. Osobnostní dispozice (motivy)

klasifikace (počet), metody měření, přirozené vs. kulturně podmíněné, dědičnost vs. výchova, modifikovatelnost

2. Situace

incentivní hodnota, očekávání (pravděpodobnost dosažení cíle)

3. Volní regulace chování

„jak“ motivované chování probíhá

- **Motivace** = umělý koncept - není přímo a bezprostředně operacionalizovatelná; na motivaci jako interní proces regulace chování lze usuzovat pouze nepřímo
- vymezována jako vnitřní dynamický stav, který sestává z emočních a kognitivních procesů a podněcuje, směřuje a udržuje chování k určitému cíli (Klinger, Cox, 2004).
- **Operacionalizace** takového konceptu je z podstaty problematická, proto se motivační psychologie věnovala rozpracování měřitelných konstruktů jako jsou **samotné motivy**, změny emočních a kognitivních procesů při osobním zavázání se usilovat o nějaký cíl (**commitment**) či vysvětlování příčin (**atribuce**) spojených s dosažením (nebo nedosažením) cíle.

Dvě hlavní paradigmatata - **Weiner (1992)**:

- **metafora stroje (machine-like)**
- **metafora boha (god-like)**
- metafora stroje = motivace je z většiny nezáměrná a reaktivní
 - 30. - 60. léta XX. století - psychoanalytické, etologické a biologické teorie.
- metafora boha = lidé racionálně posuzují situace a jednají účelně – volí adekvátní cíle
 - 60. do 80. let 20. století - teorie očekávané hodnoty & atribuční teorie motivace (Lewin, Atkinson, McClelland, Rotter).
- tento pohled na lidskou motivaci **přehnaně optimistický**, protože **lidé nejednají vždy racionálně ani ve svém nejlepším zájmu**. Proto hovoří o druhém atributu metafory - finální soudce - a v něm vidí klíčové trendy motivační psychologie po 80. letech 20. století, tj. akcent na interpretaci kontextu a role emocí v hodnocení situací.

Motiv jako stav a rys

(tématem ps. osobnosti motiv jako rys)

- Wienerovy metafory vodítkem pro rozlišování mezi studiem **motivačních stavů** a **motivačních dispozic**
- Studium **motivačních stavů** je spojeno s předpokladem existence krátkodobých vnitřních stavů (byť většinou cyklické povahy) spojených s **narušením rovnováhy** homeostatické, či rovnováhy v širším poli sociobiologických sil (MACHINE-LIKE).

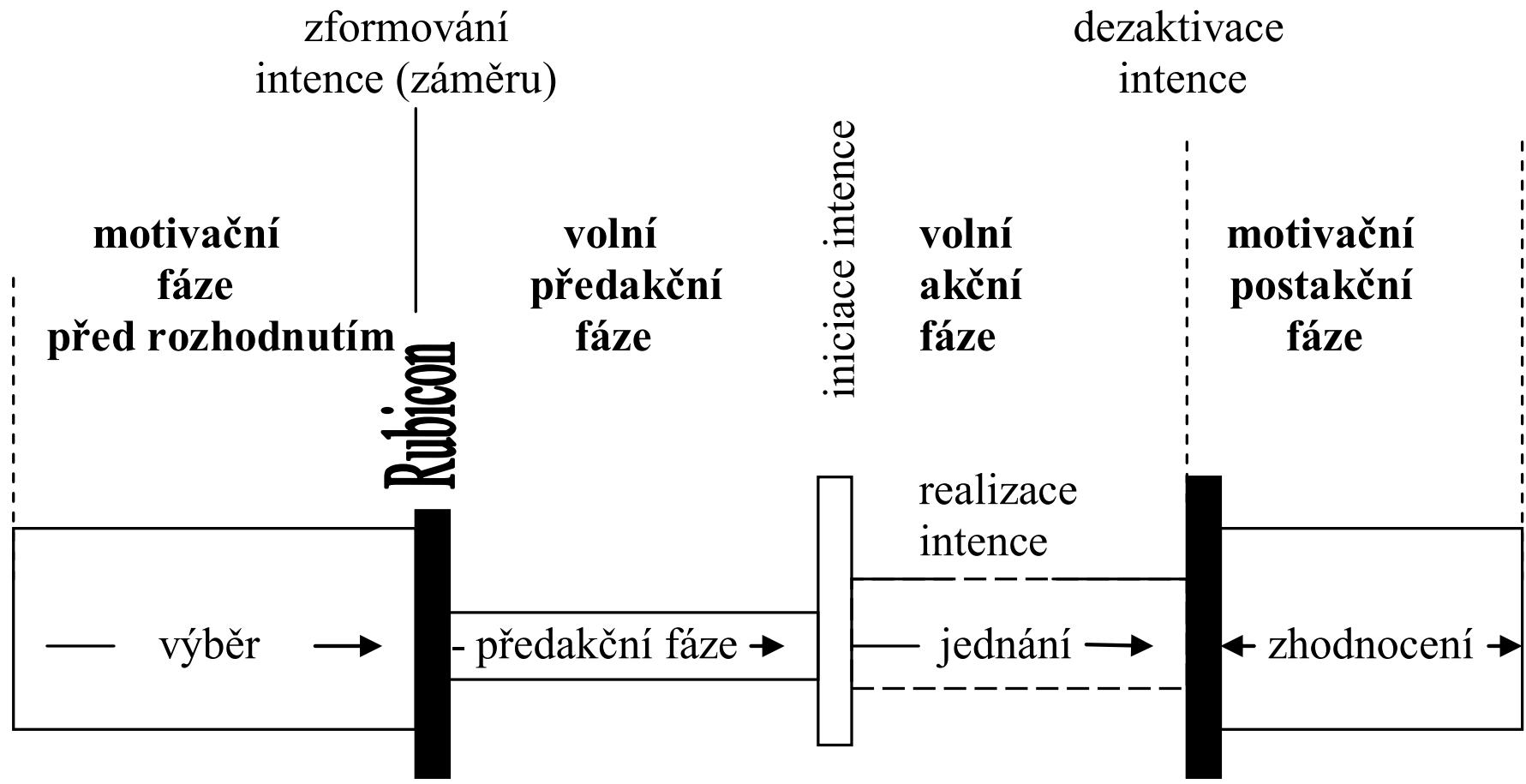
- Uvažování o motivech jako obecnějších **dispozicích** rysové či habituální povahy je pak spojeno s úvahami o existenci osobnostních rysů daných neuropsychickými dispozicemi či přetrvávajícími behaviorálními preferencemi v reakcích na určité výzvy prostředí (GOD-LIKE)
- V 90. letech se ustálilo pojetí **motivů** jako **ohraničitelné, ale zároveň velmi všeobecné třídy připravenosti k jednání**. Podle Heckhausena (1991) je motiv hodnotící dispozice – tj. hodnota, kterou osoba připisuje široké třídě cílů.

Motivace jako proces

- **Motivace** v psychologii osobnosti tradičně zahrnována pod **dynamiku osobnosti**, společně s adaptací na prostředí (**coping**), a **jástvím** jako integrací osobnostních subsystémů (Cloninger, 1996).
- motivace = propojení emočních a kognitivních procesů v procesech volby cíle a volního úsilí o jeho dosažení
- Petri (1996): čtyři úrovně motivační analýzy
 - fyziologická, individuální, sociální a filosofická
- mimo fyziologickou úroveň je motivace **metapojmem**, který v sobě obsahuje všechny psychické procesy
- **nejznámější procesuální model motivace**, který uvedené propojení emočních a kognitivních procesů do výsledného procesu označovaného jako motivace je **Heckhausenův Rubikon model čtyř fází jednání**.

Heckhausenův Rubikon model čtyř fází jednání

- Dvě klíčové myšlenky: 1) mezi jednotlivými fázemi existují jasné hranice, 2) dílčí fáze mají své zvláštní funkční charakteristiky.
- Jádrem modelu je rozlišení **dvou odlišných stavů mysli** (dvou různých způsobů integrace psychických procesů) v průběhu událostí, které probíhají od objevení se přání až po realizaci cíle:
 1. První z nich je spojeno se **zvažováním, hodnocením** potenciálních cílů a výběrem toho osobně nejvíc žádoucího,
 2. druhé je spojeno s **usilováním o zvolený cíl**.



Motivační systém osobnosti

- Biologicky a fyziologicky zakotvené motivy...
- Hlavní role = motivy psychosociální povahy
- Implicitní a explicitní motivační systém
- Implicitní motivy
 - nejsou dostupné sebereflexi, utvářejí se na základě našich emočních zkušeností v raném dětství, které nedokážeme verbalizovat, vázány spíše k energizaci chování
- Explicitní motivy
 - dokážeme sami u sebe popsat, vázány na mentální reprezentace sebe sama a vznikají později, na základě postupné reflexe vlastních preferencí, vázány spíše k zaměřování chování na adekvátní cíle.

- **Henry Murray** - taxonomie potřeb a motivačních témat
- **opakující se tematické konstelace**, které charakterizují jedince jako celek
- Lidská motivace = interakce potřeb a tlaků
 - **potřeby** = proč člověk dělá to, co dělá
 - **osobnostní rysy** = jak to dělá
 - **tlaky** = určují, jak bude chování probíhat za dané situace
- Murray popsal 20 základních psychogenních potřeb, které významným způsobem ovlivňují naše chování
- u tlaků rozlišil tzv.
 - alfa úroveň = rovina reálně existujících podmínek
 - beta úroveň = subjektivní interpretací těchto podmínek

Implicitní motivy

velká trojka motivů - výkonu, moci a afiliace

Výkonový motiv

- nejvíce studovanou oblastí
- tendence k usilování o znamenitost
- energizuje osobnost k usilování o úspěch
 - soupeření
 - dosažení něčeho jedinečného, překonání osobních standardů, dlouhodobý vytrvalý postup k cíli.
- dvě protichůdné motivační tendence
 - přiblížení se pozitivnímu = naděje na úspěch
 - vyhýbání se negativnímu = obava z neúspěchu

Potřeba afiliace a intimacy

- potřeba vytvářet přátelství a spojenectví = zájem o ustavení, udržování a obnovu pozitivního emočního vztahu k jiné osobě či skupině osob (Murray)
- dvě komponenty
 - naděje na přijetí
 - strach z odmítnutí
- aktivní afiliace nepopisovala důležitou součást sociálních interakcí, kterou je sdílení a stav sounáležitosti s blízkými lidmi → Mc Adams (1982): **motiv intimacy** = tento motiv zdůrazňuje bytí s druhým(i).

Motiv moci

- nejkomplexnější z velké trojice, protože může zahrnovat řadu motivů realizovaných v situacích, kdy se snažíme cítit vlastní sílu nebo ovlivňovat druhé
- několik konceptualizací, které postupně skládaly jednotlivé části celkové mozaiky
 - Veroff (1957) formuloval moc jako dispozici prožívat uspokojení, když osoba disponuje prostředky, jimiž může ovlivňovat druhé lidi.
 - Uleman (1972) doplnil aktivní získávání moci, ale zúžil ji na ovlivňování druhých osob.
 - McClelland rozlišil **dvě podoby moci** – **personalizovanou**, která se soustřeďuje na budování a udržování vlastní pozice, a **socializovanou**, která se projevuje v podpoře druhých a v pomáhání jim (McClelland, Davis, 1972).

Explicitní motivy

- Explicitní, sobě připisované motivy se částečně překrývají s implicitními, ale ne tolik, kolik by odpovídalo reprezentaci reflektovaného chování.
- Motiv x cíle
 - motivy – implicitní, energizace chování
 - cíle – explicitní, zaměřenost chování
- Cíle jsou interní reprezentace pozitivně oceňovaného konečného stavu nějaké behaviorální sekvence

- Usilování o osobně žádoucí cíle je nahlíženo z různých motivačních či osobnostních perspektiv – např.:
 - životní úkoly, Cantor, 1990
 - osobní projekty, Little, 1983
 - osobní usilování, Emmons, 1996
 - aktuální zájmy (current concerns), Klinger, 1977
- všechny tyto pohledy se shodují v tom, že
 1. cíle hrají klíčovou organizující a řídicí roli v našem chování
 2. v zásadě existují cíle povahy přiblížení se či vyhnutí se (approach versus avoidance)
 3. cíle mají ohromný vliv na průběh našich emočních a kognitivních procesů
 4. reprezentace cíle je přítomna i tehdy, když není realizováno nějaké konkrétní chování směrem k cíli.

- Existují dvě vysvětlení vztahu mezi motivy a cíli:
 1. První z nich, vycházející z Murrayho tradice předpokládá, že **explicitní cíle jsou „personalizací“ implicitních motivů**
 2. Druhé vysvětlení předpokládá **nezávislost implicitního a explicitního systému motivace**, což činí naše chování flexibilnějším a adaptivnějším, protože to umožňuje odlišné způsoby řízení chování → **jednání** tak může být viděno jako **výsledek vzájemné interakce mezi implicitním a explicitním systémem**
 - Z tohoto hlediska jsou **explicitní motivy** chápány jako síly, které stojí za cílesměrným chováním, a tak **se liší od sobě připisovaných motivů**, které jsou chápány jako součást sebepojetí.

Vztahy implicitní-explicitní motivace

- dvou odlišných systémů lidské zkušenosti – **emocionálně laděného implicitního systému** a **s kognicí spojeného explicitního systému**
 - **Implicitní systém motivů** má **biologické kořeny** a **utváří se v raném dětství na základě široce zobecněné emocionální zkušenosti**; implicitní motivy energizují spontánní impulsy k jednání, ale nezaměřují na cíl konkrétní akty chování
 - **explicitní motivační systém**, zahrnující sobě připisované motivy a osobní cíle je mnohem **více závislý na reprezentacích, vytvořených v průběhu vývoje verbálně-symbolických kognitivních struktur** a umožňuje reprezentaci potřeb širší sociální skupiny
- (Role emocí je v tomto systému jiná - fungují jako zpětná vazba o tom, jak se daří přibližovat se k cíli)

- Míra souladu obou systémů je velmi důležitá. **Kongruence motivů a cílů souvisí s kognitivní náročností usilování o cíl** a také prostřednictvím míry uspokojení při dosažení cílů **ovlivňuje subjektivní pohodu**. Brunstein a kol (1999) uvádí, že kongruence mezi vlastními motivy a cíli je dosahováno postupně, cestou osobního vývoje a růstu.
- Nesoulad mezi implicitními motivy a osobními cíli vede ke zhoršení subjektivní pohody, nižší životní spokojenosti, k poklesu síly vůle a k emocionální nepohodě (Kehr, 2004, Winter, 1996, Brunstein, Maier, Schultheiss, 1999, Hofer, Chasiotis, 2003)

Vývoj osobnosti

- Vývoj člověka: nature vs. nurture
- **Psychologie celoživotního vývoje člověka** (70.-90. léta XX. století) // **vývojová věda** (po r. 2000)
- Klasické teorie (např. E. Erikson)
 - stádia & obecné principy vývoje
- Novodobé teorie (např. Paul Baltes)
 - procesy & vztahy jedinec-prostředí & multidisciplinarita

Klasické teorie vývoje

Klasické teorie = stadiální

Jean Piaget:

1. Pořadí stadií je stálé a trvalé
2. Každé stadium je charakterizováno celostní strukturou, která umožňuje vysvětlit hlavní specifické reakce.
3. Jedno stadium (struktura) není náhradou za jiné stadium.

Lawrence Kohlberg definuje vývoj jako:

1. kvalitativně odlišnou organizaci myšlení, nejde pouze o kvantitativní rozdíly;
2. neměnné pořadí stadií;
3. ireverzibilní (nezvratný) proces;
4. kultura může urychlit anebo zpomalit postup jednotlivými stadii, ale nemůže změnit jejich kvalitu anebo pořadí;
5. s postupujícími stadii se zvyšuje diferenciacce, integrace a jedincova schopnost řešit konflikty

Klasické teorie – S. Freud

- Duševní život člověka = činnost jednotné **homeostatické energetické soustavy (princip slasti)**, kde hlavními hybnými silami jsou **pudové nároky** organismu a funkce **jáských struktur** člověka. Tyto hybné síly jsou podle Freuda z větší části **nevědomé**
- Úrovně vědomí – vědomí, předvědomí, nevědomí
- Id, ego, superego
- Sexuální pud & pud ega (jáský, sebezáchovný)/ pud agrese

Klasické teorie – S. Freud

Vývoj pudů (erogenní zóny):

- orální stádium (0 - 1)
- anální stádium (2 - 3)
- falické stádium (4 - 5)
 - Chlapci: kastrální úzkost, Oidipův komplex
 - Dívky: závidění penisu, Elektřin komplex
 - identifikace
- období latence (6 - puberta)
- genitální stádium (puberta a dále)

Klasické teorie – E. Erikson

8 stádií vývoje, psychická krize, prvek růstu a ohrožení

PÓLY PSYCHICKÉ KRIZE		CTNOST
důvěra	nedůvěra	naděje
autonomie	zahanbení	vůle
iniciativa	vina	účelnost
snaživost	méněcennost	kompetence
identita	zmatení rolí	věrnost/oddanost
intimita	izolace	láska
generativa	stagnace	pečování
integrita	zoufalství	moudrost

Klasické teorie – J. Piaget

Teorie kognitivního vývoje, *psychologie intelligence*

Duševní vývoj - čtyři faktory:

- organický růst
- učení a zkušenosti
- sociální vztahy
- jednota činnosti vývojových faktorů

Vývoj kognitivních funkcí probíhá v pěti stadiích

1. Senzomotorické stadium (do 18. měsíce života)
2. Symbolické období (2 až 4 roky)
3. Předoperační stadium (2/3 až 6/7 let)
4. Stadium konkrétních operací (7/8 až 11/12 let)
5. Období formálních operací (od 12 let)

Klasické teorie – J. Piaget

Vývoj morálky

1. Heteronomní stadium: dítě se podřizuje příkazům a pravidlům dospělých.
2. Autonomní stadium: dítě zohledňuje motivy jednání lidí.

Klasické teorie – L. Kohlberg

Teorie morálního vývoje - zralé morální usuzování nevykazuje silnou souvislost s inteligencí, ale je úzce spjato s úrovní dosaženého kognitivního vývoje

Úroveň morálního vývoje	Orientace na...	Klíčové charakteristiky
Předkonvenční stadium	trest a odměnu	vnější důsledky chování
	instrumentálně-relativistická	vlastní potřeby, pragmatismus
Konvenční stadium	interpersonální soulad	konformita, „normální“ chování
	zákon a pořádek	podřízení autoritě
Postkonvenční stadium	společenskou smlouvu	zákony nejsou neměnné
	univerzální etické principy	principy stojící „nad zákony“

Klasické teorie – L. Kohlberg

V návaznosti na Piageta a Kanta stanovil Kohlberg (1973) tři morální typy:

1. Heteronomní morální typ (typ A) zdůvodňuje příčiny vnějšími nařízeními, úlohy a pravidla chápe doslovně.
2. Autonomní typ (typ B) vystupuje jako aktivní morální činitel, bere na sebe morální zodpovědnost, aplikuje morální soudy univerzalisticky.
3. Relativistický typ (typ C), u kterého se objevuje relativistické myšlení. Všechny hodnoty posuzuje relativně, podle jeho názoru nemůžeme druhé lidi hodnotit.

Klasické teorie – R. Havighurst

Teorie vývojových úkolů - úloha objevující se v průběhu určitého vývojového období

Tři zdroje:

1. fyzické faktory (největší vliv v dětství a stáří, (např. naučit se mluvit);
2. sociální a kulturní faktory společnosti (rostoucí význam od středního dětství až po střední dospělost, např. naučit se číst);
3. osobní hodnoty a aspirace člověka (objevují se v průběhu celého života, např. výběr povolání).

Novodobé/moderní teorie

Od 70. a 80. let 20. století se rozvíjejí **tři skupiny teorií** celoživotního vývoje člověka:

1. Teorie celoživotního vývoje/lifespanové modely (P. Baltes, J. Heckhausen)
2. Teorie životní dráhy (J. G. Elder)
3. Teorie vývojových systémů (R. Lerner, D. Magnusson)

- navzájem se ovlivňují
- společným znakem odmítání rozdílu mezi vlivem přírody nebo výchovy v lidském vývoji
- místo toho důraz na **vztahové** a **integrované** hledisko.

Paul Baltes: teorie celoživotního vývoje

Vývoj člověka v průběhu celého života ovlivňován:

- psychologickými charakteristikami (kognitivními, emočními nebo behaviorálními)
- kulturním a historickým prostředím (sociologické hledisko, tzv. vývojový a historický kontextualismus)

Úroveň 1	Biologická a kulturně-evoluční perspektiva. Jde o nejobecnější a nejvzdálenější úroveň. Vymezuje ústřední oblasti výzkumu, možnosti a normy reakcí v rámci celoživotního vývoje.
Úroveň 2	Dynamika zisků a ztrát. Celoživotní změny v umístění zdrojů vývoje při růstu, odolnosti nebo regulaci ztrát.
Úroveň 3	Skupina metateoretických předpokladů o povaze celoživotního vývoje (viz následující slide).
Úroveň 4	Model SOC: příklad teorie úspěšného celoživotního vývoje.
Úroveň 5	Lifespanové teorie ve specifických funkcích a oblastech: inteligence, kognice, osobnost, Self. Jde o nejkonkrétnější a nejbližší úroveň.

Předpoklad 1	Vývoj člověka probíhá v průběhu celého života.
Předpoklad 2	S rostoucím věkem se snižuje adaptivnost fungování člověka.
Předpoklad 3	V dětství a dospívání se zdroje uplatňují především v růstu. V dospělosti je jejich uplatnění zaměřeno k udržení úrovně a ke sklonku života vede k řízení ztrát.
Předpoklad 4	Vývoj je procesem selekce a optimalizace.
Předpoklad 5	Proces vývoje je tvořen dynamikou ztrát a zisků.
Předpoklad 6	Základní složkou vývoje je jeho plasticita, která sice není neomezená, ale naznačuje jeho možnosti.
Předpoklad 7	Vývoj je závislý na kulturně-historických podmínkách, ve kterých každý z nás žije. Je však ovlivněn i normativními a nenormativními životními událostmi.
Předpoklad 8	Úspěšný vývoj je výsledkem spolupráce tří komponent: selekce, optimalizace a kompenzace.

Člověk je v průběhu svého vývoje ovlivňován mnoha charakteristikami;

Tří-složkový model, který propojuje individuální vývoj s rysy historických změn (Baltes, Reese a Lipsitt, 1980):

- **1. Normativní vlivy, které jsou ovlivněny věkem** - biologické a environmentální charakteristiky, které souvisí s chronologickým věkem (**biologické zrání** a **socializace**, např. počátek školní docházky, vstup do zaměstnání...
- **2. Normativní vlivy, které jsou ovlivněny historickými událostmi** - biologické a environmentální charakteristiky, které jsou spojeny s konkrétním historickým časem. Prožívá je většina jedinců z určité věkové kohorty. Jde o **historické události** (např. války) a **sociokulturní vývoj** (např. změny ve vzdělávacím systému).
 - např. „ztracená generace“ (Gertrude Stein, Ernest Hemingway)
- **3. Nenormativní vlivy životních událostí** - neobjevují u většiny lidí. Když se objeví, mají tendenci se lišit v délce svého trvání nebo v úseku života, kdy se objevují (např. nemoci, rozvod, smrt partnera).

- Důležitost jednotlivých dimenzí se v průběhu života liší:
 - věkově normativní vlivy významné zejména v dětství a stáří,
 - historicky normativní vlivy jsou významné především v adolescenci a následujících letech,
 - nenormativní životní události jsou důležité v průběhu střední dospělosti (střední věk) a stáří a zvyšují jedinečnost životních zkušeností.
- V průběhu života se mění rozdělení zdrojů jedince:
 - v dětství jsou zdroje zaměřeny na růst
 - se zvyšujícím se věkem jedinci musí investovat stále více vnitřních i vnějších zdrojů na udržování a řízení ztrát, aby byli úspěšní v dosahování cílů; ještě v průběhu dospělosti se zdroje rozdělují ve prospěch zachování, ve stáří je stále více zdrojů orientovaných na regulaci nebo řízení ztrát.

- Při zkoumání adaptivního vývoje a úspěšného stárnutí vytvořil Paul B. Baltes spolu se svojí manželkou Margret M. Baltes model vývoje, který nazvali **modelem SOC**.
- Obsahuje tři klíčové procesy, které jsou důležité pro regulaci vývoje: **selekcí, optimalizaci a kompenzaci**.
- Tyto procesy se neobjevují jenom v lidském stárnutí, ale jsou obsaženy v každém vývojovém procesu.

- **Selekce** znamená výběr požadovaných cílů
 - zvolená selekce a selekce založená na ztrátě
- **Optimalizace** umožňuje obohacení a zvětšení zdrojů jedince, a tím vede k maximalizaci fungování ve vybraných životních oblastech
- **Kompenzace**. V průběhu života dochází u každého člověka ke snižování fyzického i kognitivního výkonu nebo omezení sociálních vztahů → **kompenzační procesy**.

Selekce (cíle/preference)	Optimalizace (prostředky vztahující se k cílům)	Kompenzace (působení proti ztrátě v prostředcích vztahujících se k cíli)
<p>Zvolená selekce: Specifikace cílů Systém cílů (hierarchie) Zasazení cílů do kontextu Cílové závazky</p> <p>Selekce založená na ztrátách: Zaměření se na nejdůležitější cíl (cíle) Hledání nových cílů Rekonstrukce hierarchie cílů Přizpůsobení norem</p>	<p>Zaměření pozornosti Úsilí/energie Časové rozvržení Cvičení schopností Získávání nových schopností/zdrojů Modelování úspěšných druhých Motivace pro vývoj sebe sama</p>	<p>Zvýšené zaměření pozornosti Zvýšené úsilí/energie Zvýšené časové rozvržení Aktivace nepoužívaných schopností/zdrojů Získávání nových schopností/zdrojů Modelování úspěšných druhých, kteří používají kompenzaci Využití vnějších pomůcek anebo pomoci jiných Terapeutická intervence</p>