

CHAOS

osobnostních rozvoju aneb kolik jich je?

Jan Nehyba

Už dost složitá otázka je: Co je to osobnost? O to je komplexnější otázka: Co je to osobnostní rozvoj? Při podrobnějším pohledu, ale tato komplexnost spíše přechází v chaos různých přístupů, pojmů a názorů. Pokusím se v následujícím textu o sisyfovský úkol, a to ctít rozmanitost chaosu osobnostního rozvoje a na druhou stranu v tom všem najít nějaký řád, který možná bude na úkor zjednodušení.

„...chaos: změř surová, bez ladu a skladu nic než beztvářá hmota, shluk zárodků v hromadě jedné nestejnorodých to prvků, jež k sobě náhodou Inuly.“
Ovidius, *Proměny*, kapitola I.

Mezi řádem a chaosem

Chaos a řád k sobě patřily již od antiky. Řád v antice reprezentuje jasný výklad světa. Pokud existoval jen jediný výklad, nebylo třeba nic měnit, jakmile však začalo existovat více výkladů světa (řádů), tak se začal rodit chaos, který se po nějaké době někdo opět snažil redukovat do jednoho řádu.

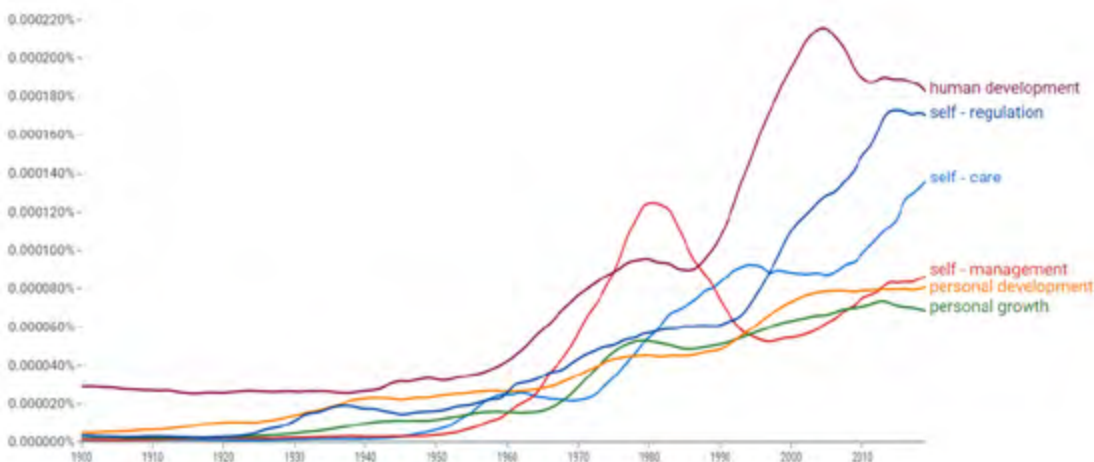
Pojem osobnostní rozvoj používám zjednodušeně jako zastřešující slovo pro

všechny ostatní pojmenování spojené s touto problematikou. Jaká další pojmenování se v tomto chaosu nachází, k tomu mohou dát vodítka odpovědi studentů učitelství na Pedagogické fakultě Masarykovy univerzity (jednalo se o 172 studentů). Byli vyzváni, aby napsali další slovo, které si spojují s tématem osobnostního rozvoje (viz obrázek 1, čím jsou slova větší, tím vícekrát se opakovala, slova s jedním výskytem jsou odstraněna).



Možná že současný stav této pestré barevné mnohosti různých pojmů je paradoxně naplněním myšlenky Emmanuela Mouniera, zakladatele personalismu, který v roce 1932 napsal: „*Nejllepším osudem, jehož by se personalismu¹ mohlo dostat, by bylo, aby probudil u dostatečného počtu lidí smysl pro celého člověka a aby potom beze stopy zmizel, poněvadž by se tak stal jednou složkou všedního života.*“ (Mounier, 1932, s. 9). Toto vymizení jednoho „řádu“ toho, co je osobnostní rozvoj,

který v současné době asi už nikdo ani nezná, je nahrazené chaotickým vzrůstem nejrůznějších konceptů v této oblasti. Stačí se podívat na to, kolik knih v angličtině se začalo psát v průběhu 20. století na téma osobnostního rozvoje (obrázek 2, zdroj *Google Books Ngram Viewer*) – z něj je patrné že postupem času docházelo k rapidnímu nárůstu zájmu o tuto problematiku, zejména od roku 1960. Pojďme si tedy nastínit některé z těchto konceptů.



Co je obsahem chaosu osobnostního rozvoje?

Abychom se neztratili v celé šíři chaosu, tak si dovoluji okomentovat jen některé z pojmů a jiné nechám stranou. Nebudu se tu zabývat následujícími pojmy a čtenář sám se může zamyslet, jestli pro něj jsou spojená s tématem osobnostního rozvoje, nebo ne: sebeřízení, seberegulace, sebe-účinnost, duševní zdraví, well-being, duševní gramotnost, sebek péče, rozvoj lidského potenciálu, proces individuality, seberealizace, životní dovednosti a podobně.

Jako první oblast chaosu prozkoumáme pojem **osobnostní růst**. Tento pojem často evokuje něco, co je spojeného s vývojem a vývojovou psychologií. S tím, jak člověk roste, dospívá a mění se. Aneb jak údajně řekl Gordon Allport: „*Zralost je to, co dělá z osoby osobnost.*“ Tady se také dostáváme k tomu, že v textu používám „osobnostní“ a ne „osobní“ **rozvoj nebo růst** podle známé floskule, že

„osobou se rodíme a osobností se stáváme“. Zároveň metafora růstu odkazuje k tomu, že se tento proces děje do určité míry samovolně, když máme dostatek živin, oproti tomu rozvoj spíše odkazuje na systematickou práci na sobě, která vyžaduje cílené úsilí.

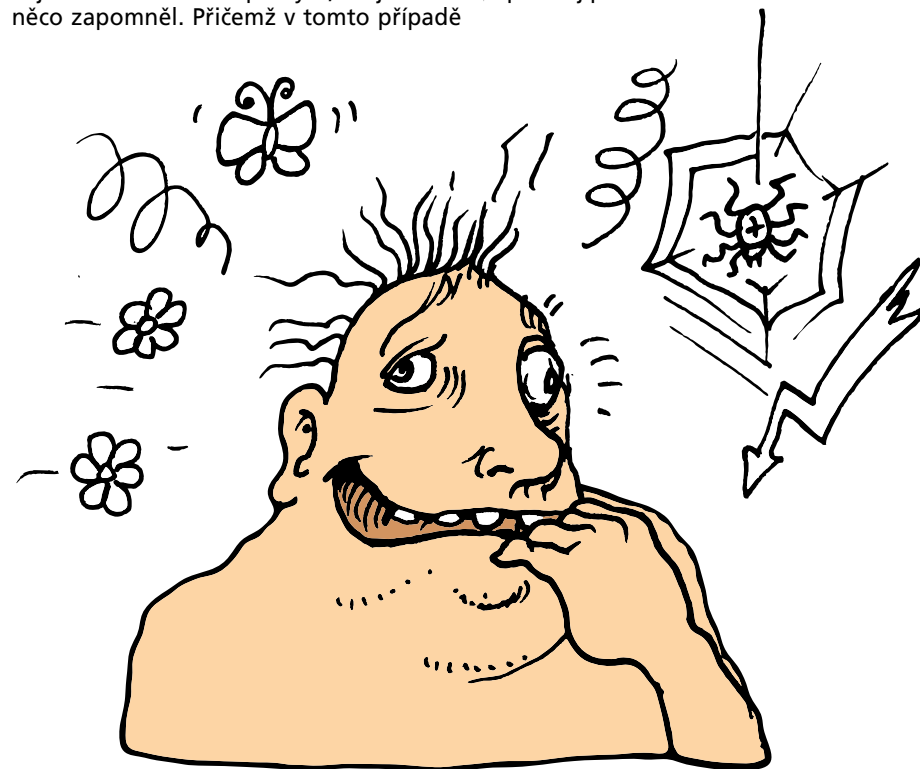
Další oblastí chaosu je to, co někteří autoři nazývají **osobnostně-sociální rozvoj** (Kolář et al., 2011). S odstupem času si kladu otázku, proč autoři tohoto pojmu použili sousloví „osobnostně-sociální“ a lze tušit, že to bude mít něco společného s Josefem Valentou, který do ČR přinesl koncept osobnostně sociální výchovy (srovnej Soják, 2017). Přesto se můžeme ptát, proč zrovna v zastřešujícím pojmu máme vyzdvihovat sociální oblast na úkor jiné oblasti v rámci osobnosti? A není tato dimenze implicitní součástí pojmu osobnost? K tomu se přidávají i pochybnosti, které jsou spojené se sa-

motným konceptem osobnostně sociální výchovy, který pochází z Velké Británie, protože ve stejnou dobu se zde také mluví o **osobnostně-sociálně-zdravotně-ekonomické výchově** (Personal, Social, Health and Economic Education) nebo o **osobnostně-sociálně-emočním rozvoji** (Personal, Social and Emotional Development). Nemluvě o tom, že poslední dobou jsou tyto koncepty ve školství často výzkumně a marketingově válcovány něčím, čemu se říká **sociálně-emoční učení** (Social and Emotional Learning, SEL). Všechny tyto pojmy možná člověku připomínají jiné jazykolamy, které souvisí s rozvojem osobnosti, například: bio-psycho-socio-spirituální model osobnosti. Pokud bychom tedy chtěli vyčerpávající jazykolam, který se snaží postihnout rozvoj všech složek osobnosti, tak by v současné době mohl vypadat jako něco takového: osobnostně-sociálně-emočně-ekonomicko-digitálně-zdravotně-genderově-esteticko-ekologicko-morálně-spirituální rozvoj a určitě si někdo pomyslí, že jsem na něco zapomněl. Přičemž v tomto případě

to „osobnostně“ odkazuje na vnitřní svět člověka.

Snaha dostat do výchovy všestrannost tu byla téměř odjakživa. Na jednu stranu je důležité uvažovat o tom, co taková všestranná výchova znamená; na druhou stranu, když se to má napsat do jednoho slova, tak to může být dost vyčerpávající až odstrašující. Na tomto příkladu možná i vidíme, jak to dopadá, když se snažíme krásu chaosu vtěsnat do jednoho slova. A pro tým připravující zážitkovou akci je klíčové si umět jasně vybrat konkrétní oblasti a cíle z tohoto chaosu a dobře je promyslet (dovolím si napsat operacionalizovat), aby ve výsledku akce nedopadla jako „dort pejska a kočičky“.

Možná než se snažit vytvářet vyčerpávající popis chaosu osobnostního rozvoje, můžeme se v našem uvažování posunout k tomu, jak to máme my s osobnostním rozvojem. Je to taková výzva k sebereflexi, aby si každý, kdo se zabývá tématem osobnostního rozvoje, zapřemýšlel, co je pro něj podstatné v osobnostním rozvoji.



CHAOS OSOBNOSTNÍHO ROZVOJE

1 Personalismu jakožto přístupu, který zdůrazňuje jedinečnost lidské osobnosti.

vyky, přece jenom jsem silně ovlivněn paradigmatem Martina Bubera, který dialog umísťuje mezi já a ty a ne mezi já a ono, což taková appka je. Z toho také vyplývá, že důležitým charakterem onoho pólu doprovázení je dialog, v rámci kterého se děje to, že dostávám podněty pro osobnostní rozvoj.

Smysl existence chaosu osobnostního rozvoje

To vše nás přivádí k tomu, co je cílem chaosu osobnostního rozvoje? Je to snažit se dosáhnout moudřejšího života nebo spokojenějšího života, kultivovat **well-being**, jak se dnes říká. Je to snažit se přijmout sama sebe takového jaký jsem? Je to ... (doplňte si prosím sami)? V každém případě je asi důležité si být vědomi toho, aby se pro nás osobnostní rozvoj nestal kultem a závislostí nutkavého sebezdokonalování za každou cenu (Vitz, 2017). V tomto kontextu pro nás může být inspirativní koncept „pasti na štěstí“ nebo „hedonické adaptace“ (Brickman, Campbell, 1971), který se často vyskytuje v kontextu pozitivní psychologie. Jde o jednoduchou myšlenku, že pokud po něčem extrémně toužíme a následně toho dosáhneme, tak se na to za nějakou dobu adaptujeme a jsme ve výsledku nespokojeni nebo ne-



šťastní a musíme hledat další cíl, kterého chceme dosáhnout a znovu celý cyklus opakujeme.

Spokojenost tak tkví v něčem možná trochu jiném než ve slepém a horlivém dosahování cílů a sebezdokonalování. Známe totiž i přístupy, které vidí smysl a cíl osobnostního rozvoje právě v tom, že je skvělé se oprostit od jakékoliv touhy po dosahování cílů, taková touha netoužit po cílech. Bylo by asi snadné tuto myšlenku propojit s vlnou mindfulness a východními tradicemi, ale možná ji netradičně dokresleme slovy Antoine de Saint-Exupéryho: „Cenu má jenom cesta, jenom ona trvá, kdežto cíl je pouze iluze poutníka, kráčejícího od horizontu k horizontu.“ (Saint-Exupéry, 2018, kap. 37). Ukazuje se tak, že systematická práce na sobě jako cesta osobnostního rozvoje vyžaduje jak (systematické) úsilí, tak i zastavení a oproštění se od touhy; jak snahu, tak i klid a sebereflexi toho, kde jsem a kam chci dojít. 🌱

Literatura

- Brickman, P. & Campbell, D. T. (1971). Hedonic relativism and planning the good society. In M. H. Apley (Ed), *Adaptation Level Theory: A Symposium*, (s. 287–302). New York: Academic Press.
- Danelová, E. (2010). *Alternativní a okrajové psychoterapeutické směry: Co o nich víme?* [Diplomová práce.] Brno: Masarykova univerzita. Dostupné online: http://is.muni.cz/th/182785/fss_m_b1/Danelova_Alternativni_terapie_FIN.pdf.
- Kolář, J., Nehyba, J., & Lazarová, B. (2011). Osobnostně sociální rozvoj – O významu pojmu optikou pedagogického diskursu. *Smišený design v pedagogickém výzkumu: Sborník příspěvků*, (19), s. 349–355.
- Konkolý Thege, B., Petroll, C., Rivas, C., & Scholtens, S. (2021). The effectiveness of family constellation therapy in improving mental health: a systematic review. *Family process*, 60(2), s. 409–423.
- Miller, S. D., Duncan, B. L., & Hubble, M. A. (1997). *Escape from Babel: Toward a unifying language for psychotherapy practice*. New York: Norton.
- Mounier, E. (1948). *Místo pro člověka: Manifest personalismu*. Vyšehrad. <http://www.ndk.cz/>
- Norcross, J. C., Campbell, L. F., Grohol, J. M., Santrock, J. W., Selagea, F., & Sommer, R. (2013). *Self-help that works: Resources to improve emotional health and strengthen relationships*. Oxford University Press.
- Norcross, J. C., Pfund, R. A., & Cook, D. M. (2021). *The predicted future of psychotherapy: A decennial e-Delphi poll*. *Professional Psychology: Research and Practice*.
- Polakovská, L., & Vybíral, Z. (2018). Nežádoucí účinky psychoterapie. *Psychoterapie*, 12(2).
- Saint-Exupéry, A. (2018). *Citadela*. Praha: Vyšehrad.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C. (2005). Positive Psychology Progress: Empirical Validation of Interventions. *American Psychologist*, 60(5), s. 410–421.
- Vitz, P. C. (2017). *Psychologie a kult "já"*. Praha: Karmelitánské nakladatelství.