

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Proč lidé selhávají?

Why do people fail?

STUDIJNÍ PROGRAM

Specializace v pedagogice: Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku

VEDOUcí PRÁCE

PhDr. Lenka Emrová

Popelková

Helena

2022

I. OSOBNÍ A STUDIJNÍ ÚDAJE

Příjmení: **Popelková** Jméno: **Helena** Osobní číslo: **492947**
Fakulta/ústav: **Masarykův ústav vyšších studií**
Zadávající katedra/ústav: **Institut pedagogických a psychologických studií**
Studijní program: **Specializace v pedagogice**
Studijní obor: **Učitelství praktického vyučování a odborného výcviku**

II. ÚDAJE K BAKALÁŘSKÉ PRÁCI

Název bakalářské práce:

Proč lidé selhávají

Název bakalářské práce anglicky:

Why Do People Fail

Pokyny pro vypracování:

CÍL: Cílem práce je zjistit pohledy studentů na příčiny selhávání. PŘÍNOS: Přínosem práce je poukázat na nejasnosti, které může mít každý student ohledně víry, identity a emocí. Teoretická část bude postavena na základě poznatků pozitivní psychologie, pro obohacení budou uvedeny podobnosti s biblickým učením (srovnání s názory pozitivní psychologie, jak se propojuje biblické chápání víry a identity s chápáním pozitivní psychologie). Praktická část bude postavena na dotazníkovém šetření mezi studenty. Na základě analýzy dat bude vytvořen výstup k prevenci selhání.

Seznam doporučené literatury:

HAGIN, Kenneth E.: Co dělat, když víra slábne a vítězství se ztrácí. Praha: Břetislav Šípek, 1994, ISBN: 0-89276-1
KŘIVOHLAVÝ, J.: Pozitivní psychologie. Praha: Portál, 2004, ISBN: 978-80-7367-726-8
KŘIVOHLAVÝ, J.: Psychologie smysluplnosti existence. Praha: Grada, 2006, ISBN: 80-247-1370-5
KŘIVOHLAVÝ, J.: Mít pro co žít. Praha: Návrat domů, 1994, ISBN: 80-85495-33-3
KŘIVOHLAVÝ, J.: Jak zvládat stres. Praha: Grada Publishing, 1994, ISBN: 80-7178-465-6

Jméno a pracoviště vedoucí(ho) bakalářské práce:

PhDr. Lenka Emrová Masarykův ústav vyšších studií ČVUT v Praze

Jméno a pracoviště druhé(ho) vedoucí(ho) nebo konzultanta(ky) bakalářské práce:

Datum zadání bakalářské práce: **05.01.2022**

Termín odevzdání bakalářské práce: **28.04.2022**

Platnost zadání bakalářské práce: _____

PhDr. Lenka Emrová
podpis vedoucí(ho) práce

doc. Ing. David Vaněček, Ph.D.
podpis vedoucí(ho) ústavu/katedry

prof. PhDr. Vladimíra Dvořáková, CSc.
podpis děkana(ky)

III. PŘEVZETÍ ZADÁNÍ

Studentka bere na vědomí, že je povinna vypracovat bakalářskou práci samostatně, bez cizí pomoci, s výjimkou poskytnutých konzultací. Seznam použité literatury, jiných pramenů a jmen konzultantů je třeba uvést v bakalářské práci.

Datum převzetí zadání

Podpis studentky

POPELKOVÁ, Helena. Proč lidé selhávají?. Praha: ČVUT 2022. Bakalářská práce. České vysoké učení technické v Praze, Masarykův ústav vyšších studií.



**MASARYKŮV ÚSTAV
VYŠŠÍCH STUDIÍ
ČVUT V PRAZE**

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem svou bakalářskou práci vypracovala samostatně. Dále prohlašuji, že jsem všechny použité zdroje správně a úplně citovala a uvádím je v příloženém seznamu použité literatury. Nemám závažný důvod proti zpřístupňování této závěrečné práce v souladu se zákonem č. 121/2000 Sb., o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) v platném znění.

V Praze, dne 22.04.2022

Podpis:

Poděkování

V první řadě bych chtěla poděkovat vedoucí práce PhDr. Lence Emrové za cenné rady a odborné vedení mé práce. Dále bych ráda poděkovala všem respondentům, kteří se ochotně podíleli na vyplnění dotazníku a díky kterým jsem získala cenná data. V neposlední řadě bych na tomto místě ráda poděkovala Mgr. Aleně Tošovské za obohacující připomínky a rady. Díky jde i Monice Vaňové za trpělivost s mojí češtinou. Nemohu samozřejmě zapomenout poděkovat manželovi za jeho nesmírnou trpělivost a podporu ve všech směrech, které se mi dostávalo během celého studia.

Abstrakt

Bakalářská práce se zabývá tématem proč lidé selhávají z pohledu pozitivní psychologie a křesťanství. Jako cíle si klade prověřit pohled studentů vyšších odborných škol a univerzit na příčiny selhávání a na základě toho jim pomoci dále uspět. Přínosem práce je poukázat na nejasnosti, které může mít každý student ohledně víry, identity a emocí. Teoretická část je postavena na poznatcích pozitivní psychologie, pro obohacení budou uvedeny podobnosti s biblickým učením (srovnání s názory pozitivní psychologie). Praktická část je postavena na dotazníkovém šetření mezi studenty, které sleduje pohled studentů na selhání, sebepojetí i schopnost ovládat své emoce. Na základě analýzy dat byl vytvořen výstup k prevenci selhání.

Klíčová slova

Úspěch, nastavení mysli, víra, identita, emoce

Abstract

The bachelor thesis deals with the topic of why people fail in terms of positive psychology and Christianity. Its goal is to examine students' views on the causes of failure and based on that to help them continue to succeed. The contribution of the work is to point out the uncertainties that every student may have regarding faith, identity and emotions. The theoretical part is based on the knowledge of positive psychology. Biblical teachings will be given for enrichment similarities in connection with the views of positive psychology. The practical part is based on a questionnaire survey among students, which monitors students' view of failure, self-concept and ability to control their emotions. A failure prevention output was generated based on the data analysis.

Key words

Success, mindset, faith, identity, emotions

Obsah

<u>Úvod</u>	5
<u>1.1 Historický a filozofický kontext Pozitivní psychologie a Křesťanství</u>	7
<u>1.1.1 Náhled do Pozitivní psychologie</u>	7
<u>1.1.2 Filozofický kontext PP</u>	12
<u>1.1.3 Náhled do křesťanské psychologie</u>	14
<u>1.2 Úspěch a selhání</u>	17
<u>1.3 Náhled do víry</u>	23
<u>1.3.1 Přirozený a duchovní člověk podle Bible</u>	23
<u>1.3.2 Jak prakticky funguje víra podle Bible</u>	25
<u>1.3.3 Víra</u>	26
<u>1.3.4 Lidská víra</u>	28
<u>1.3.5 Biblická víra</u>	29
<u>1.4 Identita</u>	31
<u>1.5 Emoce</u>	39
<u>1.5.1 Cesta k radosti</u>	41
<u>2 Praktická část</u>	44
<u>2.1 Cíl výzkumu</u>	44
<u>2.2 Výzkumná metoda</u>	45
<u>2.3 Výzkumný dotazník</u>	45
<u>2.4 Výzkumný vzorek</u>	45
<u>2.5 Vyhodnocení výsledků</u>	47
<u>3 Závěr</u>	61
<u>4 Citovaná literatura</u>	65
<u>4.1 Knihy</u>	65
<u>4.2 Online zdroje</u>	66

<u>4.3</u>	<u>Seznam obrázků</u>	68
<u>4.4</u>	<u>Seznam grafů</u>	68
<u>4.5</u>	<u>Seznam tabulek</u>	69
<u>4.6</u>	<u>Seznam příloh</u>	69

Úvod

Každý v něco věří. Někdo může věřit sám v sebe, jiný v Boha, v peklo, další v rodinu, stát, zemskou přitažlivost, lidskou existenci, koronavirus nebo smrt. Kolik lidí ale opravdu jedná na základě toho, čemu tvrdí, že věří? Kolik lidí opravdu jedná na základě toho, kým tvrdí, že doopravdy jsou?

Tato práce si klade za důležité poukázat na nejasnosti ve víře, identitě a emocích v souvislosti se selháváním a úspěchem. Na základě toho vyvodit, jak se s nimi vypořádat, a zároveň si ve svém životě udržet rovnováhu. Nikdo zatím nenalezl univerzální odpověď na otázku, proč lidé selhávají. Jediné, co je jisté, je že lidé jsou stále nestálí.

Mým záměrem je vyzdvihnout, co je všem známé, a ukázat to v jiném světle. A to z pohledu jak pozitivní psychologie, tak z ryzí křesťanské perspektivy, ne však náboženské křesťanské perspektivy. Pozitivní psychologie se spiritualitou, duchovností a transcendencí zabývá stejně, jako se tématy zabývá psychologie křesťanství.

Propojit znalosti s praxí a upřímnou aplikací je klíčové pro chápání života. Chci inspirovat kohokoliv, kdo tuto práci přečte, aby budoval svoji osobnost a charakter a nevzdal se v běhu na dlouhou trať. Protože tou nejhorší věcí v životě není zemřít, ale nedosáhnout svého pravého potenciálu.

TEORETICKÁ ČÁST

1.1 Historický a filozofický kontext Pozitivní psychologie a Křesťanství

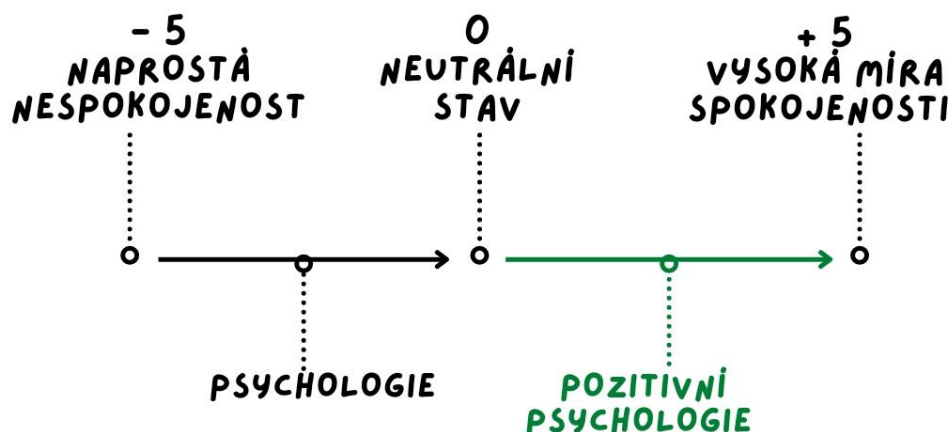
1.1.1 Náhled do Pozitivní psychologie

Pozitivní psychologie (dále jen PP) se neobjevila čistě náhodou. Přestože se jedná o nový směr psychologie, není to pouze moderní myšlenka, na kterou se přišlo až nyní. Pro lepší pochopení ji můžeme vnímat jako druhou polovičku moderní psychologie, kterou si PP našla, když moderní psychologie vospěla.

V Průvodci pozitivní psychologií (2012) představitelka české PP a zakladatelka Centra PP v ČR, Alena Slezáčková, jako první v českém jazyce sepsala komplexní přehled vývoje PP až do současnosti. Dříve vydané knihy se zaměřovaly pouze na část PP jako například kniha Pozitivní psychologie (2010a) od psychologa Jara Křivohlavého zabývající se nadějí, radostí, odpouštěním a dvanácti pohledy do tematiky PP, mezi něž patří například láska, spiritualita nebo sebeoceňování.

Na začátku své publikace se Křivohlavý (2010a) zamýšlí nad pojmem “pozitivní” a dochází k závěru, že pokud je něco pozitivní, protipól dané věci může být i negativní. Také doplňuje, že záleží i na tom, z jakého hlediska se pohlíží na dané “pozitivní”. Z toho nám vyplývá, že co je pro jednoho člověka pozitivní, nemusí být pozitivní pro člověka druhého. Dále Křivohlavý (2010a) pokračuje ve vyjmenovávání základních témat PP, jako je duševní svěžest, radost a síla. Přestože upozorňuje na povědomí o těchto kladných jevech, byla psychologie i tak více “fascinována” nemocemi a utrpením – to ji činilo negativní. Křivohlavému (2010a) jde v PP o pěstování stejné intenzity zájmu o obě oblasti – negativní i pozitivní. V publikaci *Intersections of Positive Psychology and Christianity* psycholog P. L. Kern a vědkyně S. D. Benecchi (2019) souhlasně doplňují, že zjišťování způsobů, jak se zbavit nemoci ve společnosti, není to samé, jako vytvářet zdravější, radostnější a produktivnější společnost.

Na základě toho vzniká potřeba zbavit se negativního, aby se mohlo stavět na pozitivním. V přirovnání k úsečce níže PP směřuje od nuly ke kladným hodnotám naplněna smyslem, pozitivním prožíváním a životní spokojeností (Slezáčková, 2012, s. 12)



OBR. 1 Diagram znázorňující záměry psychologie v porovnání s PP (zdroj vlastní)

Jak říká Kern a Benecchi (2019), v PP by se nemělo usilovat o pouhé přežívání, ale o opravdové žití. Wietzman (2021) uvádí, že PP se snaží porozumět tomu, co v lidské psychologii funguje – co činí život smysluplnějším, uspokojeným a jaké dovednosti a schopnosti umožňují lidem efektivně odolávat stresu, zvládat své emoce nebo vyrovnávat se s traumatem. Podle Kristjánssona (2012) má PP za cíl chápat a podporovat optimální rozvoj a fungování jednotlivců, organizací a společností. Také dodává, že koncepty studované v rámci oboru nejsou v žádném případě nové.

Oba směry psychologie o sobě věděli dříve, jen se neznali osobně. Pozitivní psychologie tu není proto, aby se s moderní psychologií hádala nebo se od ní oddělila, je tu pro posun moderní psychologie dál směrem k rozkvětu. Doposud jsme znali psychologii jako tu, která neustále hledá chyby, problémy a poruchy. I někteří lidé, kteří potřebovali návštěvy u psychologa a mohli si je dovolit, je odmítaly, protože jakmile by se o tom dozvěděl někdo z blízkých, znamenalo by to pro ně, že s nimi musí být něco v nepořádku – mohlo to narušit jejich image. Na druhou stranu nemuseli chtít jít k psychologovi kvůli domněnku, že psychologové jednají pouze se závažnými problémy a poruchami.

Slezáčková (2012, s. 13) zmiňuje první zaznamenané použití pojmu „pozitivní psychologie“ v knize Abrahama H. Maslowa s názvem *Motivation and personality* (Motivace a osobnost), kde byl použit pojem PP v názvu poslední kapitoly. Americký

psycholog A. H. Maslow je znám jako jeden ze zakladatelů humanistického proudu psychologie a tvorby pyramidy lidských potřeb (Slezáčková, 2012).

Maslow a další obhájci pozitivní psychologie byli poháněni myšlenkou, že tradiční psychologie opustila studium celé lidské zkušenosti ve prospěch zaměřující se pouze na duševní nemoci. Vyzdvihoval, jak je psychologie nakloněna ukazovat naši negativní stranu odkrýváním našich nemocí a nedostatků, ale nepoukazuje na naše ctnosti a touhy. Abraham Maslow používal pojem pozitivní psychologie také jako název svého humanistického směru. (Patnaik, 2021)

Podobně mluví Froh (2004) o ostatních psychologích jako je například William James (mimo jiné i filozof (Kern a Benecchi, 2019)). Stejně jako A. H. Maslow byli i další psychologové přesvědčeni, že v centru psychologického dění by se měly vyskytovat fenomény jako láska, odvaha a radost. Toto přesvědčení umožnilo psychologům odklonit se od tradiční psychologie k fenomenologii a existencialismu pro hlubší porozumění člověka v jeho vývoji a existenci. Humanisté věří, že člověk může být studován správně pouze jako celek (Froh, 2004).

W. Jamesův argument tvrdil, že za účelem důkladného studia optimálního lidského fungování se musí vzít v úvahu subjektivní zkušenost jednotlivce. Pro některé je právě William James „prvním pozitivním psychologem“. James viděl důležitost pozitivistických metod ve vědě, ale neopomíjel fenomenologii (Froh, 2004)

Jak ovšem uvádí Slezáčková (2012, s. 13), za otce pozitivní psychologie by se rádo považovalo více psychologů. Za neznámějšího v dnešní době považujeme amerického profesora a psychologa Martina E. P. Seligmana z Pensylvánské univerzity, který představil směr pozitivní psychologie při příležitosti zvolení do prezidentské funkce Americké psychologické asociace.

Jak tvrdí Seligman, Csikszentmihalyi (2000), pozitivní psychologie je moderním směrem psychologie. Studuje, jak lidé prosperují a čelí nepřízní.

Za cíle pozitivní psychologie podle amerického psychologa Martina Seligmana jsou považovány následující body (Seligman, 2004):

1. Psychologie by se měla zabývat lidskou silou stejně, jako se zabývá lidskou slabostí.

2. Psychologie by se měla zabývat budováním síly (nejlepších věcí v životě) stejně tak, jako napravováním škod.
3. Psychologie by se měla zabývat tím, aby běžní lidé měli naplňující životy. Měla by se zabývat génii a pečovat o velké talenty.

Jednoduše shrnuto nejedná se o oddělenou vědu, pouze o obohacení psychologie samotné. Výzkumníci PP začlenili několik metodologií, přístupů měření a statistické analýzy do oblastí, které byly dříve relativně nedotčené vědou, jako jsou láska, spiritualita, vděčnost a charakter (Kern, Benecchi, 2019). Zaměřují se na identifikaci a posílení silných stránek a cností člověka, se kterými stojí za to žít, a usilují o to umožnit jednotlivcům a komunitám prospívat (Froh, 2004).

Někteří velmi významní psychologové jako C. R. Snyder a S. J. Lopez chtěli PP prohlásit za nezávislou a oddělit ji od tehdejší psychologie (Slezáčková, 2012, s.14). M. Seligman byl dokonce nařčen z nedostatečného uznání humanistické psychologie ve věci původu pozitivní psychologie právě z psychologie humanistické, přestože jsou zmínky o pozitivní psychologii v humanistické psychologii, jak se shodují Froh (2004) i Slezáčková (2012, s.14). V dnešní době ale prosazují PP jako obohacující část psychologie – Slezáčková (2012, s.15).

Přehled témat, kterým se věnuje pozitivní psychologie, uvedeno podle Snyder a Lopez (2002), obsáhlé monografie o pozitivní psychologii. (Křivohlavý, 2010a, s. 9)

Témata z kognitivní oblasti (myšlení)

- moudrost
- touha poznávat
- vnímaná osobní zdatnost (self-efficacy)
- schopnost a dovednost kladení si cílů (setting goals)
- naděje
- optimistický způsob chápání životního dění
- optimismus (i naučený optimismus)
- životní pohoda (well-being)
- tvořivost sebeovládání
- sebekontrola a sebeřízení

Témata z oblasti emocionálního života

- místo kladných citů a silných kladných emocí v životě člověka
- vrcholné emocionální a životní zážitky (flow)
- subjektivní emocionální pohoda
- emocionální inteligence
- emocionální tvořivost
- nadějně zvládání emocionálních problémů
- emocionální nezlomnost, nezdolnost a houževnatost
- kladné sebeoceňování (self-esteem).

Témata z oblasti vzájemných vztahů mezi lidmi (sociální psychologie)

- soucítění (compassion)
- sociální blízkost
- odpouštění a smířování
- vděčnost
- láska
- empatie a altruismus
- morální motivace

Speciální způsoby zvládání životních problémů, konfliktů a distresů

- hledání smysluplnosti života

- humor
- meditace
- spiritualita
- vnímání kladných věcí (kladů dění) a růstu (zrání)
- připomínání si kladných okamžiků
- vyprávění a psaní životních zážitků

Speciální osobní přístupy k životu

- osobní pravost a opravdovost – autenticita
- pokora
- zacházení s představami a iluzemi
- snaha být sám sebou, ne pouze jako jiní – osobní identita
- strategie zvládání a cesta k seberealizaci

Podle White a Kern (2018) se během let 2008 – 2018 pozitivní vzdělávání ukázalo jako rychle rostoucí rameno pozitivní psychologie, které přitahovalo jak zájem, tak kritiku. PP se objevila v knihách pro obchodní, medicínské, právní, herní i vzdělávací účely (Kern, Benecchi, 2019). White a Kern (2018) také zmiňují případové studie ukazující, že pozitivní vzdělávání může pozitivně ovlivnit studenty, učitele a další v rámci vzdělávací komunity, avšak úspěch není okamžitý ani bezprostřední.

1.1.2 Filozofický kontext PP

Obor PP vyvolal v posledních dvou desetiletích zájem napříč akademickou i laickou veřejností. Výzkum a praxe v oboru přinesla empirický přístup ke konstruktům jako např. radost, vděčnost, naděje, spiritualita a láska. Další koncepty studované v oboru PP nejsou novinkou. (Kern, Benecchi, 2019)

Je třeba poznamenat, že výzvy k začlenění PP do křesťanského myšlení a učení nenaznačují slepou aplikaci positivity, ale spíše vyváženou perspektivu, která zahrnuje jak Boží soucit, milosrdenství a lásku, tak i pravdu, že hřích je trvalou hrozbou, kterou je třeba si uvědomovat, jednat s ní a nejlépe se jí vyhnout úplně (Charry, 2011).

Stejně jako se psychologie příliš zaměřovala na negativní, podobně se i křesťanská psychologie příliš často zaměřuje na to, co je na lidských bytostech špatné, a zanedbává to, co je správné. Znovuzavedení PP do křesťanského myšlení ukazuje na možnosti

zvýraznění lidského potenciálu – jaký člověk může být, když každý stále více usiluje o to přijímat a odrážet Boží obraz v sobě a ve svém společenství. (Kern, Benecchi, 2019)

Pro některé je Bible jádro jejich náboženství, pro další je historickým popisem dob dávné minulosti a jiným řídí morálku.

Je pozoruhodné, že PP používá termíny a principy, které se vyskytují v celé Bibli a křesťanském myšlení. Různá slova však mohou mít stejný význam a stejná slova mohou mít různý význam. Prostřednictvím lexikální analýzy, množství získaných znalostí, kritické přezkoumávající teorie a výzkumu v PP a teologii identifikují doktorky Peggy L. Kern a Susan D. Benecchi způsoby, kterými se PP a křesťanství protínají (Kern, Benecchi, 2019).

Zdá se, že PP a křesťanství poskytují dva úhly pohledu pro zvažování podobných témat, v něčem se dokonce i shodují. Koneckonců, jak zmiňuje Charry (2011) v časopise o psychologii a křesťanství, teologové bývali terapeuti západu ještě předtím, než přišla moderní medicína a psychologie.

Oblasti shody podle Kern a Benecchi (2019) zahrnují:

- lidské štěstí (happiness)¹
- rozkvět
- charakterové síly
- ctnost
- důležitost sociálních vztahů.

Do oblasti divergence zahrnuje Kern a Benecchi (2019):

- roli já (sebe sama)
- pojetí spirituality
- moudrosti
- pravdy.

¹ Slezáčková (2012) překládá anglické happiness právě slovy, radost a štěstí.

Dále zmiňují, jak obě oblasti mohou těžit z většího dialogu a integrace těchto dvou pohledů.

Perrin a Mancuso ve své knize *Faith from a Positive Psychology Perspective* (2015) zkoumali historii vztahů mezi náboženstvím, vědou a oborem PP. Došli k závěrům, že PP a víra napomáhají optimálnímu lidskému fungování. Celkově vidí víru jako jednu z mnoha vlastností s potenciálem optimalizovat lidské fungování a dobrý život.

1.1.3 Náhled do křesťanské psychologie

Již od antiky bylo náboženství předmětem studia. Dnes se vyskytuje ve vícero vědách, jako je filozofie, teologie či religionistika, pod kterou spadá například křesťanská psychologie.

Americký psycholog Eric Johnson z Houstenské Baptistické univerzity hovořil na Christian Counseling konferenci (2020) o vývoji přes tři tisíce let staré, bohaté a sofistikované verzi psychologie založené na teologickém a filozofickém porozumění lidských bytostí, psanou následovníky Boha Bible. Zmiňuje, jak se v kláštrech a církvích rozvíjely Božsky směřované způsoby jednání s mnoha běžnými psychoduchovními problémy. I Plháková (2020, s. 78) mezi předpoklady pro vznik psychologie řadí oddělené vědy, do kterých patří mimo jiné filozofický pozitivismus a vývojové vědy.

Jak zmiňuje Plháková (2020, s. 102), psychologie nevznikla sama od sebe v 19. nebo 20. století, ale odpojila se od filozofie v 60. letech 19. století jako samostatný více přírodovědně orientující se obor. Dále Johnson (2016) vysvětluje, jak netrvalo dlouho, než se psychologie začala přednášet na univerzitách jak ve Spojených státech, tak i po Evropě. Psychologie se tedy vyvíjela po staletí.

Za nejznámější typ psychologie považuje Johnson (2016) alespoň pro západní civilizaci během posledních dvou tisíciletí křesťanskou psychologii, přesněji judeo-křesťanskou.

Od konce 19. století začala vzkvétat moderní psychologie. Termín moderní Johnson (2020) zdůrazňuje. Byla napsána rozsáhlá literatura o lidských bytostech a vytvořen komplexní způsob jednání s psychologickými problémy, ale bez Boha. Podle naturalistického pohledu na svět získalo toto jednání název naturalistické. Identifikovalo mnoho biologických a psychosociálních fenoménů, které dříve mnozí

neznali, a převzalo vládu nad veřejným duševním zdravím. Takto se veřejné duševní zdraví dostalo pevně do rukou lidí, kteří převzali naturalistický pohled na svět. (Johnson, 2016)

Nyní je pro nás naturalistická moderní psychologie přijatelnou realitou, kterou známe. Při porovnání obou psychologíí – jedné, která prošla přes tři tisíce let judeo-křesťanským rozvojem, a druhé s mnohem kratší historií, a přesto dominující s velkou hloubkou a komplexností – mladší moderní psychologie ovládla naši kulturu ve smyslu dnešní psychologie a léčení těžkých duševních onemocnění. V důsledku toho vznikla enormní krize intelektu a péče o duši v církvích. Jak uvedl Johnson na konferenci (2016), tato fakta zdůraznil v oblasti morální filozofie Alister McIntyre, křesťanský filozof.

Tuto krizi intelektu a duševní péče rozděluje Johnson do dvou různých přístupů porozumění:

1. První přístup je primárně zaměřený na Bibli.

Bible je Boží speciální zjevení o nejdůležitějších psychologických a duchovních věcech. Tento přístup byl nalezen převážně v církvích a na seminářích praktikovaný pastory, dnes pod názvem Biblické poradenství. Nejedná se o nový přístup. Pastoři, mniši a jeptišky vykonávali Biblické poradenství po staletí, jak uvádí i Charry (2011).

2. Druhý přístup je primárně zaměřený na zapojení moderní psychologie a účasti na veřejném duševním zdraví.

Tento přístup je spojován s pojmem integrace. Integrace musela hrát podle pravidel psychologie, která byla přijímána vědeckou společností, protože ten, kdo nehrál podle pravidel, by nemohl být publikován, zaměstnán nebo mít jakýkoliv jiný vliv v oboru. Proto se tento přístup nachází na křesťanských univerzitách a je využíván akademiky a odborníky na duševní zdraví. Mezi ně patří například již několikrát zmiňovaný Eric Johnson Ph.D., profesor křesťanské psychologie a zakladatel nadace pro duševní zdraví, který sám sebe představuje jako spojence, přítele a obhájce obou psychologíí. Vysvětluje křesťanskou psychologii jako přístup reagující na moderní psychologii, ale snažící se rozvíjet distinktivně křesťanskou verzi psychologie a péči o duši.

Někteří teologové se domnívali, že teologie byla předběhnuta moderní psychologíí, a tak se křesťanství snažili definovat psychologickým názvoslovím, jiní se však

od moderní psychologie úplně oddělili a považovali psychologii za druhořadou kvůli předpokládané nezávislosti na Bohu. Charry (2011) oba přístupy teologů k moderní psychologii nepovažuje za adekvátní. Je toho názoru, že by se obě strany měly obohacovat a za tím stojí právě pozitivní psychologie.

1.2 Úspěch a selhání

Selhání je velmi široký pojem používaný ve všech vědách i v běžném životě. Nevypadá jako téma pozitivní psychologie, i přesto se o něm však zmíníme. Již jsme uvedli, že pozitivní psychologie neopomíjí negativní části psychologie. Netváří se, jako by nic zlého neexistovalo, ale pracuje s tím, jaká daná věc, člověk nebo situace je, a s nadějí směřuje vše k lepšímu a smysluplnějšímu životu. Tato práce si neklade za cíl zcela pochopit a definovat selhání, ale pouze naznačit, co má selhání dočinění s vírou, identitou a emocemi. Na začátek zmíníme definice úspěchu a selhání.

Slovo *úspěch*, v internetové jazykové příručce od Akademie věd², má následující definici “*kladný výsledek něj. činnosti; zdar: pracovní, životní, umělecký ú.; nesporný, cenný, pozoruhodný, světový, dílčí, pochybný ú.; mít ú.; dosáhnout ú-u; sklízet ú-y; s ú-em dokončit studia úspěšně; ú. nové metody; přednáška měla ú. u posluchačů; všechna lékařská pomoc zůstala bez ú-u*”

Příklady úspěchů:

- Pracovní úspěch: povýšení v práci, získání bonusu za lepší výsledky
- Životní úspěch: vystudovat univerzitu, vdát se nebo se oženit, mít děti
- Umělecký: naučit se kreslit, vyhrát uměleckou soutěž, získat ocenění
- Nesporný: naučit se mluvit cizím jazykem (domluvíte se, je to nesporný ú.)
- Cenný: ovládnout své emoce, rozumět potřebám ostatních i svým vlastním
- Pozoruhodný: odpustit ostatním i sobě, podpořit potřebné, postavit dům
- Světový: prolomit rekord, zvládnout potlačit Covid-19, dohodnout mír
- Dílčí: první slova nebo kroky dítěte, uspět při testu, napsat 2 stránky k BP

Slovo *selhat* ve slovníku spisovného jazyka českého má dvě definice. První definice: “*přestat fungovat v případě potřeby, zklamat (v očekávání),*” u níž jsou uvedeny příklady:

- “brzda selhala;
- rána z pušky selhala;

1. ² Internetová jazyková příručka [online] (2008–2021). Praha: Ústav pro jazyk český AV ČR [vid. 2022-02-12]. Dostupné z: <https://prirucka.ujc.cas.cz>

- selhaly mu nervy;
- leknutím jí selhal hlas;
- všechny naděje selhaly;
- záměry selhaly;
- nesplnili se;
- neuskutečnili se;
- snažil se, ale selhalo mu.“

Druhou definicí selhat je, *říct lež* nebo *zalhat*.

Taková selhání mohou mít mnoho faktorů jako je např. nevědomost, nepozornost, nepochopení, špatná načasovanost, nedostatek sebekontroly, nedostatek víry, změna zájmu, strach nebo zaotálení.

Na otázku, jak se úspěch nebo selhání měří, se v roce 2019 zeptala profesorka Fatima Faiq z University of Baghdad a odpověděl jí PhD. Gulzar Shah z George Southern University následovně: “Životní úspěchy a selhání jsou měřena na stupnici norem, hodnot a sociálních preferencí.” Zmiňuje, jak si mnoho lidí přeje, aby úspěch a selhání byl měřen pouze jimi, ovšem lidé nežijí ve vakuu, a proto jsou lidské úspěchy a selhání definovány hodnotami a kulturou dané společnosti. Tvrdí, že pravý úspěch je, když se člověk nebojí selhat, ale hledá způsoby, jak se z neúspěchu poučit a proměnit jej v úspěch.

Každý člověk se se selháním v nějaké formě jistě setkal, jedná se o opak úspěchu. Nebo můžeme opravdu mluvit o selhání jako opaku úspěchu? Podle Renee Fabian (2017) neúspěch není opak úspěchu, ale jednou z největších předností lidstva, je klíčovým faktorem při plnění našich cílů. Dokládá to Darwinovým tvrzením, že nejsou to ti nejsilnější, kteří přežívají, ale ti, kteří se dokážou přizpůsobit změnám.

O adaptaci mluví v trochu jiném smyslu Guy Winch, klinický psycholog a člen APA, ve svém článku na psychologytoday.com (2015). Hovoří o tom, že nezáleží na tom, jak nebo proč selžete, ale jak na to reagujete. Podle něj je klíčové se naučit reagovat na selhání přizpůsobováním se, aby člověk neskončil demotivován, paralyzován a omezen ve své příležitosti uspět. Nemá však na mysli přizpůsobení se ve smyslu nicnedělání. Za nejdůležitější považuje z psychologického hlediska rozbor daného selhání, aby si člověk uvědomil, jak daný neúspěch působil na jejich myšlenky, pocity

a chování. Zároveň Winch (2015) v deseti bodech radí, čeho by si člověk měl být vědom o neúspěchu, aby jej dokázal změnit v úspěch. Zde uvádím pět parafrázovaných bodů pro lepší pochopení:

1. Neúspěch automaticky zkresluje vaše vnímání cílů a dělá je zdánlivě méně dosažitelné. Všimněte si slova deformovat – vaše cíle jsou stejně dosažitelné, jako byly předtím, než jste selhali; změnilo se pouze vaše vnímání.

Winch radí se takovému vnímání vzepřít, protože vnímání cílů není zdaleka jediný klam, který se nám naše mysl bude snažit vsugerovat. Křivohlavý (2010b) mluví o daru (schopnosti) lidí vytvářet si “cílosměrné orientace” – schopnost chápat, kam co směřuje, kam jaká činnost povede a jaký to bude mít výsledek. Pokud bychom aplikovali první bod o zkreslování vnímaných cílů od Winche s tvrzením od Křivohlavého, je třeba si uvědomit, že tato deformace vnímání cílů může narušit naše rozhodování. Křivohlavý (2010b) se dále domnívá, že právě rozhodování o hodnotách je jednou z nejdůležitějších úkolů našeho života.

Winch (2015) Pokračuje dál v druhém bodě:

2. Neúspěch dokáže pozměnit vnímání vašich schopností tím, že poté, co se vyskytne selhání, se budete hodnotit hůře, než jak na tom ve skutečnosti jste, protože jste právě selhali (to platí u inteligence, schopností nebo i jiných vlastností).

Winch zdůrazňuje, jak důležité je uvědomovat si pozměněné vnímání schopností ihned po neúspěchu, aby se člověk nezačal ponižovat a znehodnocovat. Jak zmiňuje Dwecková (2017), lidé s fixním nastavením mysli se často hodnotí právě podle svých úspěchů a vlastností, protože věří, že vlastnosti jsou neměnné a vypovídají o jejich úspěchu. To vede u lidí s fixním nastavením mysli k potřebě si svou schopnost neustále dokazovat. Pokud by se tedy podle Dweckové (2017) někdo s fixním nastavením mysli hodnotil podle neúspěchu, považoval by sám sebe za neúspěch.

3. Neúspěch vyvolává pocit beznaděje. Jedná se o emocionální ránu, na kterou naše mysl dále reaguje tím, že se nás snaží přimět se vzdát, aby se opět nezranila. Za nejrychlejší způsob, jak nás k tomu chce mysl přimět, je učinit nás cítit se bezmocně.

S pocitem, že pro úspěch nemůžeme nic udělat, se lidská mysl snaží vyhnout opakovaným neúspěchům, ale zároveň se při tom vzdáváme naděje v další příležitosti uspět. Není tedy vždy na místě pouze poslouchat své pocity. (Winch, 2015)

Sarah Monk, vedoucí odbornice na vzdělávání v oblasti duševního zdraví, klinická psycholožka a obhájkyně pozitivní psychologie, píše v článku Why failure is important for well being (v překladu: Proč je selhání důležité pro pohodu) o tom, že je v pořádku selhat, je to dokonce nevyhnutelné. Podle Monk si musíme dovolit selhat, abychom pocítili důsledky, naučili se vyrovnávat s emocemi a uměli hodnotit a transformovat prožitky. To vše nám má umožnit jít vpřed, rozvinout odolnost a růst a tím podpořit naši pohodu. (Monk, 2019)

4. Jediná zkušenost neúspěchu může způsobit nevědomý strach ze selhání.

Někdo tvrdí, že se bojí úspěchu. Podle Winche (2015) se však doopravdy bojí selhání. Winch uvádí, že většina strachu ze selhání je podvědomá, což je velmi nebezpečné, protože se člověk nezabývá tím, jestli se jedná o strach skutečný, nebo pravděpodobný. To znamená, že ani nebude zjišťovat, jak zvýšit pravděpodobnost úspěchu. Pokud selže bude se pouze snažit cítit lépe. Uvedeme ještě pátý bod:

5. Strach ze selhání může vést k sabotáži sebe sama. Lidé se nejčastěji snaží tlumit bolest ze selhání handicapováním sebe sama vytvářením si výmluv a situací, které by neúspěch mohly omluvit.

Mezi příklady Winch (2015) zařazuje studentovu návštěvu večírku noc před zkouškou a tvrzení, že při zkoušce byl unavený, nebo zveličování jednoduše vyřešitelné krize v potřebu trávit dvě hodiny na telefonu s našťvaným partnerem, aby ospravedlnili svou nepřipravenost na pracovní pohovor. Tyto druhy chování se mohou připodobnit k pygmalion efektu, kvůli kterým člověk sabotuje své vlastní úsilí a navyšuje se tím pravděpodobnost jeho selhání.

Mezi další špatný způsob řešení selhání je napravování svého svědomí místo ponaučení se a napravení neúspěchu (Dwecková, 2017). Dále se zmiňuje o spisovateli Malcolm Gladwellovi tvrdícímu, že "společnost si váží přirozeného, snadného úspěchu víc, než úspěchu získaného úsilím" (Dwecková, 2017, s. 50)

Pokud lidé nevěří v úspěch nebo říkají, že jim opakovaný neúspěch brání věřit, zapojí se do praktik, které se snaží zachovat jejich sebehodnotu. Tyto praktiky jsou často výmluvy nebo různé ochranné mechanismy. (Covington, 1998)

- Studenti orientovaní na úspěch milují učení kvůli učení. Neúspěch chápou spíše jako způsob jak se zlepšit, než jako ponižování své hodnoty jako lidské bytosti.
- Přehnaně snažící se jsou studenti, kterým profesor Covington říká „úspěšní ve skříni“. Mají takový strach ze selhání, že se mu vyhýbají za každou cenu, i kdyby to znamenalo namáhat se nad rámec toho, co lze rozumně očekávat.
- Studenti, kteří se vyhýbají selhání, neočekávají, že uspějí – chtějí se pouze vyhnout selhání. Aby tak učinili, často se omlouvají, odkládají povinnosti nebo se prostě neúčastní.
- Studenti, kteří přijímají neúspěch, vzdali snahu uspět úplně. Není překvapením, že právě tyto studenty je nejobtížnější motivovat, protože mají internalizované selhání.

Každý se na selhání může dívat jinak. Dvacetiletý výzkum psycholožky (v oboru psychologie osobnosti, sociální a vývojové psychologie) a pedagožky Carol Dweckové o nastavení mysli poukazuje na dva typy myšlení. V její psychologii úspěchu a využití potenciálu rozděluje lidi podle fixního a růstového nastavení mysli. Zmiňuje, jak věda přichází na to, že i počáteční rozdíly v povaze a schopnostech lidí je neovlivňují v životě tak, jako je ovlivňuje “zkušenost, vzdělání a osobní úsilí”, tedy jejich cílevědomá aktivita (Dwecková, 2017, s. 13). Je přesvědčena, že víra lidí ovlivňuje jejich životy dokonce natolik, že může ovlivňovat rozhodnutí o tom, kým se stanou a jestli dosáhnou toho, na čem jim záleží. Proto, aby se člověk mohl pro něco rozhodnout, musí vědět, z čeho má na výběr. (Dwecková, 2017)

Fixní myšlení je přesvědčeno, že vlastnosti (inteligence nebo i talent) lidí jsou neměnné, tedy jak se člověk narodil, takový zůstane. Nevidí tedy význam ve snaze. Řekli by si: “Proč by se měl člověk snažit, když už takový je a nic s tím nedokáže udělat?”. Nebo “Umíte-li dosahovat úspěchu a vyhýbat se neúspěchu za každou cenu, můžete chytrými zůstat.” (Dwecková, 2017, s.12) Lidé s takzvaným *růstovým nastavením* mysli věří, že lidské vlastnosti lze rozvíjet úsilím a podle toho v životě jednají. Selhání je neodrazuje, ale naopak motivuje ke zlepšení, protože jej vnímají jako cestu k úspěchu. Jsou schopni jednodušeji uznat svou vinu, protože chyby považují za proces

růstu, takže se s chybou neidentifikují. Samozřejmě se neopomíjí ani fakt, že každý člověk je jiný, liší se výchozími talenty, zájmy a temperamentem. To ovšem nemění nic na tom, že úsilím a zkušenostmi se každý může změnit. (Dwecková, 2017)

Dwecková také netvrdí, že jedno nastavení mysli je horší než druhé, každý člověk má do jisté míry obojí. O některých vlastnostech si můžeme myslet, že jsou neměnné, a druhé pozměnitelné. Záleží na každém, jaké nastavení mysli si vybere pro svůj život nebo danou situaci, Dwecková (2017) pouze představuje tyto dvě možnosti. Její studie dokazuje, že každý může zlepšit své schopnosti a neustále se zlepšovat, pokud věří, že může. (Dwecková, 2017)

Úspěch podle Křivohlavého (2010b) není, když se děje něco samo od sebe a celý proces je mimo lidské síly. **Za úspěch považuje to, čeho je dosaženo vlastní aktivitou**, i když se do toho zapletou “příznivé shody okolností”. Ovšem nesmí to být do takové míry, že by se jednalo pouze o příznivé shody okolností. Tím pádem “to nezávisí jen na člověku, avšak nezávisí to též jen na štěstí – na shodě příznivých okolností. Úsilí člověka zvyšuje pravděpodobnost úspěchu, ale nezaručuje úspěch na sto procent.” (Křivohlavý, 2010b, s. 18-19)

Ve světě se obecně uznává úspěch jak ve škole, ve vztazích, v kariéře, tak ve financích, literatuře, sportu i politice. Jak říká Sarah Monk (2019), jsme neustále podmiňováni být lepší v tom či onom. Můžeme se přesvědčovat, že se nás to netýká, ale už jsme si ve své hlavě vytvořili obraz, kterému říkáme “úspěch” a každou chvíli se s dokonalým obrazem porovnáváme. Ať vědomě či nevědomě, sami se hodnotíme. Dodává, že nemůžeme být všichni nejlepší ve všem, a právě proto logicky a automaticky selháváme v nějaké oblasti.

1.3 Náhled do víry

Všichni lidé vědí, že tělo bez ducha nemůže existovat. Filozofové, vědci, lékaři, psychologové i veřejná společnost to ví. Proto je správné duchovní růst podporovat jak v Křesťanství, tak v PP. Dokonce i Americká armáda si uvědomila důležitost “duchovního fitness” a používají křesťanství spolu s psychologií pro duchovní rozvoj vojáků (Weitzman, 2021)

Nelze žít kvalitní život bez rovnováhy mezi fyzickým a duchovním. Tak jak člověk krmí a cvičí své fyzické tělo, musí vyživovat i trénovat svého ducha. Když se duch trápí, i tělo se trápí (migrény, vypadávání vlasů, ztráta hmotnosti, atd). Stejně tak v pozitivním duchu tělo prosperuje.

Dospělý člověk je považován za vyspělého jedince ve všech směrech (fyzickém, psychologickém, duchovním). To ale neznamená, že se nemá ničemu novému učit. Učení je celoživotní proces. (Stodůlková, Zapletalová, 2015) Každý je individuální a dorůstá jinou rychlostí. **Avšak duchovní úroveň jedince ne vždy odpovídá jeho fyzické úrovni.**

Obecný cíl výchovy je harmonicky rozvinutý člověk ve všech oblastech (Stodůlková, Zapletalová, 2015). K rozvoji duchovní části člověka slouží duchovní výchova, kterou se v dnešní době zabývá jak PP z vědeckého hlediska, tak náboženství, jak tomu je po staletí. Rozvoj může být organizován jak individuálně, tak skupinově. Pomáhá člověku získat nadhled, porozumět emocím, myšlenkám a konfliktům (pozitivním i negativním), a tím si udržet rovnováhu. Učí nás uvědomovat si své hlavní priority. Ten, kdo vyučuje duchovní výchovu, nemusí být nutně fyzicky vyspělejší, ale musí mít znalosti a zkušenosti v poznávání praktické pravdy.

1.3.1 Přirozený a duchovní člověk podle Bible

Někteří lidé věří, že býti praktický (nebo vědecký) je protikladem k tomu být duchovní. Tomu se obecně věřilo i mezi teology a psychology (Perrin, Mancuso, 2015). A podle toho se řídí spousta tradičních církví a organizací. U Křesťanství jakožto životním stylu založeném na učení z Bible (tedy ne tradičního Křesťanství), platí, že opak je pravdou. V tradičním křesťanství jde hlavně o zvyky církve a časté dotazování kněží se může považovat za nedostatek víry v jejich kázání. Obecně přílišné dotazování není

v tradičních církvích povzbuzováno, až na výjimky. Přesto sama Bible mluví o praktickém člověku jako o duchovním. Praktičnost na základě Bible (Pravdy) vyzdvihne v člověku jeho duchovní stránku. Praktičnost tedy nemá být v rozporu s duchovností, ani jí nijak vzdorovat.

V knize 1. Korintským 2:14-15 se mluví o neduchovním a duchovním člověku. Rozšířená verze (AMPC, 1987) popisuje neduchovního člověka ve 14. verši: *Přirozený/neduchovní člověk nepřijímá, nevíta a nepřiznává ve svém srdci učení,..*

Přirození lidé (v PP: lidé jednající jen podle instinktu a smyslů) jednají podle toho, jak situace vypadá a podle toho, jak se cítí, ne podle toho, jak to doopravdy je – podle poznání pravdy. Podle Bible nejsou lidé praktičtí např. získají-li lidé benefity vázané na určitou odpovědnost a po určitém čase zjistí, že danou odpovědnost nejsou schopni zvládnout, nepožádají-li o pomoc a zavrhnou vše kvůli pocitu bezmoci či pýchy, to má v následek, že nevyvinou žádnou snahu k zvládnutí daných odpovědností a následně v daných odpovědnostech selžou. Toto se dá aplikovat na získání hypotéky od banky a následná neschopnost úvěr splácet kvůli ztrátě zaměstnání a závislosti na herních stojích, nepraktický člověk s tím nic neudělá a dostane se do dluhů.

Ta pravda (odpovědnost) pro ně nic neznamená, protože jim o ni nejde. Jde jim o jejich vlastní nepraktickou aplikaci – jejich tzv. pravdu (iluzi). Nejednají podle své odpovědnosti, ale podle toho, co chtějí dělat, nehledě na to, jak moc je to hloupé a nepraktické. Nepraktičnost se projeví, jakmile nejsou ochotni vidět okolnosti a situace z jakékoliv jiné perspektivy než z té své. Nejde jim o správný výsledek, ale o jejich výsledek. Člověk takto přemýšlející ovšem nemůže být duchovně úspěšný, to platí také pro PP. Proto, aby člověk mohl růst a zlepšovat se, musí si uvědomovat svoji odpovědnost (Dwecková, 2017).

Patnáctý verš v rozšířeném překladu Bible (AMPC) mluví o duchovním člověku: „***Ale duchovní člověk všechno zkouší [prozkoumává, vyšetřuje, dotazuje, klade otázky, rozlišuje všechny věci],...***”

Duchovní člověk posuzuje všechno – klade si otázky z různých úhlů pohledu. Jinými slovy praktický člověk na základě pravdy (v tomto příkladu odpovědnosti) posuzuje a zkouší vše na základě pravdy. Nebude reagovat podle toho, jak to vypadá, ale jestli je to opravdu založené na pravdě (na důkazech). Prozkoumává, vyšetřuje, zjišťuje

a posuzuje důvod, proč udělat další krok. Člověk musí zvážit, proč ten či onen krok podstoupit a jaký to bude mít dopad (výsledek). Je zamýšlený krok užitečný, vhodný a pravdivý? Pokud si člověk odpoví “Ano”, pak můžete stát na základě pravdy a ví, že jde správným směrem.

1.3.2 Jak prakticky funguje víra podle Bible

Víra bez skutků je mrtvá (Jakub 2:17³) stejně jako láska bez skutků je mrtvá (Gal 5:6). Akční (progresivní) kroky na základě pravdy jsou důležité pro duchovní růst.

“Pro spřátelení se s pravdou musíme pravdu prvně přijmout. Stejně jako když se s někým nebo něčím chceme seznámit, musíme jemu/tomu nejprve dát šanci.”

- **Jay Isaac (vedoucí pražské křesťanské mládeže)**

Člověk může přijmout nebo uvěřit v něco, co ho nenutí k reakci. Jestli však něco doopravdy zná, tak to jím pohne k akci. Stejně chápání může platit i pro PP. Rozdíl je, že lidská víra pak může fungovat bez pravé lásky (klidně uvěří jen pro sobecké účely), ale biblická víra bez lásky je k ničemu.

Člověk a jeho slovo je jedno. Když lže, je lhář. Když mluví upřímně, je pravdomluvný. Slova bez skutků nikam nevedou. Stejně jako lidé bez skutků nemají výsledky. Člověk si může říkat: “Jo, dneska začnu s pravidelným čtením.” nebo “Dneska strávím více času s partnerem.” Takto si to může opakovat pro sebe každý den. Dokud si však nenaplánujeme praktické (cíle směrné) a realistické kroky ke změně, nic se nestane (Křivohlavý, 2010b). Přeci, že něco existuje jako myšlenka v lidské hlavě, automaticky neznamená, že samo o sobě začne fungovat (bez projevení vůle a snahy). Člověk bude pouze věřit, že to chce udělat, ale změna nastane až poté, co udělá naplánované kroky.

Pokud tedy lidé lžou, kradou, pomlouvají se a prohlašují se za milující, tak se klamou. Lidé mohou věřit, že Bůh – láska existuje, ale to neznamená, že oni sami mají co do činění s Bohem – láskou. Dokud člověk nejedná podle toho, čemu věří, je považován za pokrytce a daleko se nedostane (1. Jan 4:7). Bible také říká, že všechno

³ Všechny biblické texty jsou z Flek (2009) pokud neuvedeno jinak.

mimo víru je hřích. Je tím myšleno, že pokud dělá člověk něco mimo Boha – mimo lásku, tak hřeší (Římanům 14:23)

Úroveň poznání, kterou člověk o určité věci má, určuje úroveň vloženého úsilí do dané věci (Jay Isaac, 2021) S tím souhlasí i Dwecková (2017). Jakmile je pro člověka určitá pravda prioritou, má tendence se jí věnovat častěji a s ochotou. Získávali pak i lepší výsledky, je to proto, že se zlepšuje ve věcech, které dělá pravidelně.

1.3.3 Víra

Víra obstála test časem. Stejně jako v historii, tak i dnes nám víra pomáhá nalézat naše hodnoty, porozumět významu života, inspiruje nás a dovoluje nám překonávat limity. Dává nám naději a jistotu v lepší zítřek (že se věci zlepší) a my jsme pak schopni povzbudit sebe a ostatní k lepšímu životu. Víra ovlivňuje naše rozhodování a vybírání partnera a stejně tak i vybírání naší budoucnosti.

Víra patří do tří základních cností křesťanství – víra, naděje a láska (1.Korintským 13). PP se zabývá stejnými pojmy, jen je nepovažuje za nejvíce prioritní, jako je tomu u křesťanství (Křivohlavý, 2010b) vyplývá to i ze studie Kern, Benecchi (2019) na 30 psychologích z PP a 30 lidech z oblasti Křesťanské církve.

V dnešní době má člověk svobodu vyznání téměř po celém světě. V kapitole Svoboda od Křivohlavého (2010b) se píše o pojmu svoboda jako o nejspíš druhém nejpoužívanějším slově ihned po lásce a je uváděno, jak nám dává svoboda možnost volně (nezávisle, neomezeně) si vybírat, dále uplatňovat vlastní vůli a jednat podle vlastního usmyslení.

S otázkou svobody se člověk setkává častěji než si většinou uvědomuje, prakticky pokaždé, když stojí před rozhodnutím, je vyzýván se samostatně rozhodovat. Díky svobodě se člověk může volně rozhodovat, kam v životě půjde: s kým se bude bavit a trávit čas, komu nebo čemu bude věřit. To znamená, že naše víra je naším svobodným rozhodnutím. Přesto existují lidé, kteří věří, že všechno, co se odehrává kolem nich a v jejich životě, je naprogramováno osudem nebo bohem – fatalismus. Znamená to, že jedinec věří, že nehledě na to, jak moc se bude snažit nebo o něco usilovat, stejně nebude schopen nic změnit, protože podle něj je vše v rukou osudu. Dwecková (2017) by tyto lidi zařadila mezi lidi s fixním nastavením mysli, kteří nevěří ve snahu a tím pádem se budou i často vzdávat své odpovědnosti, protože věří, že přeci nemohou nic

změnit, a tak jim to ani nestojí za snahu. Zde narážíme na vztah svobody a odpovědnosti. Jeli svoboda brána vážně, je neoddělitelně spojená s odpovědností (Křivohlavý, 2010b)

Podíváme-li se do knihy Genesis, Bůh představil Adamovi a Evě oba stromy rostoucí v zahradě Eden, strom života a strom poznání dobra a zla. Řekl jim přesně, k čemu stromy slouží, a dal jim varování – pokud snědí ovoce ze stromu poznání dobra a zla, zemřou. Proč by jim dával varování (doporučení), kdyby neměli na výběr? Tedy předložil jim varianty, dokonce i správnou odpověď, a dal jim svobodu volby. Eva velmi dobře chápala, co jim Bůh řekl, protože vše hadovi zopakovala přesně tak, jak to Bůh řekl (Genesis 3:3). Bůh by neočekával, že si vyberou strom poznání zla, kdyby neměli svobodný výběr, neptal by se jich s překvapením: “Jak víte, že jste nazí? Jedli jste ovoce, které jsem Vám řekl, abyste nejedli?” (Genesis 3:11). Svobodná možnost volby se vyskytuje v křesťanství už od knihy Genesis, stejně jako se tam objevují první selhání.

Naděje stojí u zrodu víry. Jaro Křivohlavý v knize Psychologie smysluplnosti existence (2011) přirovnává naději k radaru směřující pilota na cílové letiště. Dále mluví o naději jako o pomocné síle při překonávání překážek a zdroji pozitivních emocí. Slovo naděje ve slovníku spisovného jazyka českého od Akademie věd je vysvětlována jako: “očekávání, že nastane něco příznivého” nebo jako “důvěra v něco příznivého; doufání,…”

Otázky duchovní víry a posmrtného života řeší lidé nejčastěji, když jsou postaveni tváří v tvář své smrtelnosti nebo velkému životnímu selhání. Přesto naděje a víra provázejí člověka v každodenních záležitostech od toho, jak se:

- obléká (žena může věřit, že v šatech vypadá lépe),
- komunikuje (muž může věřit, že hlubší hlas zní důvěryhodněji),
- čemu dává prioritu (člověk může věřit, že sport je cesta ke zdraví),
- jak reaguje na neúspěch (člověk může chápat selhání jako součást učení)
- dokonce i určuje, jak vnímá sám sebe (člověk může věřit, že je schopný nebo neschopný, krásný nebo ošklivý, chytrý nebo hloupý, šťastný nebo nešťastný, úspěšný nebo neúspěšný, atd)

Pozitivní víra může být založena na možnostech, které vidí (jako pozitivní) v životech lidí kolem sebe, u přátel, rodiny, ale i u svých nepřátel. Tato pozitivní vize v něm inspiruje naději, která v něm vytváří základ, na kterém může stát a usilovat o dosažení smysluplného cíle.

Pozor lidská víra/přesvědčení může být i negativní a způsobovat mnoho potíží, jak při vnímání okolí (Winch, 2015), tak sebe sama (Dwecková, 2017), v tom případě se ovšem nejedná o víru Biblickou (Hagin, 1994).

1.3.4 Lidská víra

Významem slova “víra” podle jazykové příručky Akademie věd je definována takto:

1. “*věření, důvěra 1; přesvědčení (o čem): v. v sebe, v člověka; v. v lepší budoucnost národa...*”
2. “*přesvědčení, vyznání věřícího člověka; náboženství 2: křesťanská, katolická, evangelická, židovská, mohamedánská v.; fanatická v.; je bez víry; přestoupit na jinou víru...*”

Perrin a Mancuso (2015) používají v PP širší termín víry pro odkazování na škálu teologických přesvědčení, postojů, morálních norem a také chování a praktik náboženství i spirituality, včetně hledání vztahu k posvátnému nebo náboženskému jak uvnitř, tak navenek.

Přirozená lidská víra je podle Kenneth E. Hagin (1994), kazatele a zakladatele Biblické školy Rhéma, **založená na vnímání pěti základních lidských smyslů** (zraku, sluchu, čichu, hmatu, chuti).

Tomu, co člověk vidí, bychom laicky řekli, že věří, pokud o dané věci z nějakého důvodu (jako je klam či iluze) nepochybuje. Stejně tak co člověk slyší z důvěryhodných zdrojů, tomu věří neboli důvěřuje. Dále to platí i u čichu, hmatu a chuti: ucítíme-li slaninu, budeme věřit, že se v okolí nachází slanina, dotkneme-li se jí pocítíme, zdali se jedná o jídlo nebo narařčenou repliku postříkanou například vůní slaniny. Jedná-li se o pokrm, dotykem člověk pozná, je-li slanina horká nebo studená, a o tom bude přesvědčen. Ochutná-li slaninu a doopravdy tak podle něj chutná, tak uvěří, že v tu chvíli si vychutnává slaninu.

1.3.5 Biblická víra

Biblická víra se nezaměřuje na lidské smysly, ale na to, co řekl Bůh.

V Bibli je definice víry v Novém zákoně napsaná apoštolem Pavlem v knize Židům v prvním verši jedenácté kapitoly. Českých překladů Bible není tak mnoho, některé anglické verze mají modernější překlady nebo dodatky s dalším možným významem slov ve verši, které upřesňují originální význam Písma:

Doslovný český překlad New Living Translation (1996) říká: “Véra je tou jistotou, že to, v co doufáme, se ve skutečnosti stane; dává nám ujištění ohledně věcí, které nevidíme.”

King James Version (1601 – 1611) překládá víru jako podstatu věcí, v něž doufáme, důkaz skutečnosti, jež nevidíme. Podobá se českému překladu Bible 21. Století (2009). New English Translation (2005) pokládá víru za jistotu toho, v co doufáme, přesvědčení o tom, co nevidíme.

Hebrejský význam pro víru *Emunah* znamená *dělat neústupné/pevné kroky* nebo jinak řečeno *aktivně jednat*. (Benner, 1999-2021)

Véra je tedy jistota dávající ujištění, že to, co nevidíme, ale v co zároveň doufáme se stane. V co člověk může doufat? Je slovo viditelné? Není, přesto existuje.

Jan 1:1 uvádí: “Na počátku bylo Slovo, a to Slovo bylo u Boha, a to Slovo bylo Bůh.”

Lidská víra reaguje na to, co slyší v okolí od ostatních lidí nebo co slyší ve své mysli. Biblická víra se zaměřuje na to, co říká Bible. Bůh a Boží Slovo je jedno a to samé. Stejně jako nás reprezentuje naše slovo, tak Boha reprezentuje Jeho Slovo.

Jednoduše shrnuto Bible je Boží Slovo, z toho vyplývá, že víra v Boha je víra v Jeho slovo (Bibli) a to Boží slovo (Bible) mluví o Boží vůli.

Bůh dal v Novém zákoně přikázání, nejedná se však už o desatero, ale jen o jedno nařízení, nestárnoucí pojem, kterým se zabývá i PP – láska. Znamená to, že se desatero už nemusí dodržovat? Ano, jak říkával pastor K. E. Hagin, pokud někoho miluješ, tak od něj krást nebudeš, pokud někoho miluješ, nebudeš o něm křivdě svědčit, pokud někoho doopravdy miluješ, budeš chtít, aby žil, nevztáhneš na něj ruku. Láska tedy naplňuje celý zákon.

Dva hlavní rozdíly Křesťanské víry od PP jsou (Kern a Benecchi, 2019):

1. Ve víře jde o osobní vztah s Bohem (Láskou). Bůh není nějaká vzdálená osoba někde “tam nahoře”, ale má osobní vztah k člověku, který mu věnuje svou důvěru.
2. Vírou je člověk spasen k věčnému životu. Mnohá náboženství prosazují, že spasení si člověk musí zasloužit, odpracovat. U Křesťanské víry tomu tak není, člověk si spasení nemůže zasloužit (aby se tím nemohl chlubit), je to dar od Boha (Efeským 2:8).

V PP chápou Perrin a Mancuso (2015) pod pojmem víra jak náboženství, spiritualitu, tak i duchovnost. Například duchovnost je odlišná v Biblickém pojetí víry v tom, že je tím myšlen osobní vztah s Bohem.

Zatímco věda tvrdí, že je objektivní, víra ve zjištění a pravdivost vědeckých tvrzení vyžaduje určitou míru důvěry a víry. Naproti tomu v Bibli je víra zakořeněna v Bohu a zároveň od Boha pochází. Zahrnuje aktivní důvěru v Boží zaslíbení (Židům 11). Ačkoli to znamená věřit v něco nebo někoho, koho nevidíme, není to slepé. Jak tvrdí Adrian Rogers: „Víra, kterou nelze vyzkoušet, nelze věřit.“ Víra je požadavkem věřícího a je také cestou, jak se líbit Bohu. (Kern a Benecchi, 2019, s.22)

1.4 Identita

Tato kapitola je věnována pohledu na identitu z křesťanské perspektivy a perspektivy PP.

Winch zdůrazňuje, jak důležité je si uvědomovat pozměněné vnímání schopností hned po neúspěchu, aby se člověk nezačal ponížovat a znehodnocovat. Jak zmiňuje Dwecková (2017) lidé s fixním nastavením myslí se často hodnotí právě podle svých úspěchů a vlastností, protože věří, že vlastnosti jsou neměnné a vypovídají o jejich úspěchu. To vede u lidí s fixním nastavením myslí k potřebě si svou schopnost neustále dokazovat, pokud by se tedy podle Dweckové (2017) někdo s fixním nastavením myslí hodnotil podle neúspěchu, považoval by sám sebe za neúspěch.

Bůh dal lidem svobodu volby a první člověk ve své volbě selhal. Dnešní zákony ovládající svět přišly ve chvíli selhání člověka jako následek prokletí. Proto člověk stojí před volbou, čemu se rozhodne věřit a kým se v důsledku toho stane.

Mnoho lidí obviňuje Boha za nejrůznější situace. Někteří ani nerozlišují, co je podle Bible od Boha (co se shoduje s identitou Boha) a co je od ďábla (co se shoduje s identitou ďábla). V Janu 10:10 Bůh říká, že zloděj (ďábel) přichází, aby kradl, zabíjel a ničil, ale Já (Bůh – láska) přicházím, abych vám dal život – život v hojnosti. Když je člověk nemocný, tak nemá hojný život, tak proč by to mělo být od Boha? V druhém listu Korintským Bible nazývá satana bohem tohoto světa. Adam byl původně bohem tohoto světa, protože Bůh mu svěřil ve správu celý Eden (celý svět) a řekl mu, aby nad ním vládl, jinými slovy ho ustanovil bohem tohoto světa. Nicméně “Adam se dopustil velezrady a zaprodal se ďáblu” tím, že neuposlechl Boha. “Neměl k tomu žádné morální právo, ale právo zákonné.” (Hagin, 1994, s. 15) Poté začal světu vládnout ďábel. Ti, kteří nerozumějí biblickému učení budou obviňovat Boha z nehod, nemocí, smrti, bouří, katastrof, zemětřesení a povodní. Bůh za nic z toho nenese odpovědnost, ani není původcem těchto věcí. (Hagin, 1994)

Mezi velmi důležité patří i to, čemu člověk věří o sobě. Jak se na sebe dívá a jak to, co na sobě vidí, vyhodnocuje. Křivohlavý (2011) zmiňuje, že pocit štěstí hodnotí každý podle své osobnosti a podle pohledu na sebe sama.

Podle Křesťanské Bible by člověk měl využívat svou svobodu, aby se stal, kým se má stát. V dnešní době se však většina lidí neptá na to, jakými by měli být, ale kým

jsou. Takže si sami stanovují, kým chtějí být. Z toho ovšem uniká otázka odpovědnosti, ke které daná svoboda měla vést. Lidé ale chtějí smysluplný života, a tak hledají cíl svého života. Pokud si ovšem nevyberou mezi kulturou nebo filozofií, která se jim líbí, často začnou považovat sebe za boha svého života. Jestli se člověk zaměří pouze na sebe a bude obdivovat jen sám sebe, může jednoduše ztratit nadhled na tím, co se děje kolem něj, a ztratit cit k ostatním. Nejen to, kvůli tomu, že bude vyzdvihovat hlavně svoji svobodu, může se stát, že zapomene i na odpovědnosti, které s životem přichází. (Křivohlavý, 2011)

Křivohlavý (2011) doplnil myšlenky Baumeistera a výsledek můžeme shrnout následovně:

Negativní pojetí já:

- Hlavní cíl mého života jsem já, musím se seberealizovat za každou cenu.
- Všichni mě musí zbožňovat, jsem dokonalý.
- Můžu si dělat co chci, mám přeci svou svobodu, ostatní mají odpovědnosti vůči mně.
- Určuji si smysl svého života.
- To, k čemu mě vede instinkt, je vždy správné.
- Potřebuji slyšet, že se mnou ostatní souhlasí.
- Musím za každou cenu prosadit svůj názor, jinak bych byl slaboch.

Pozitivní pojetí já:

- I když vím, že mám nějaké nedostatky, nemusím se z toho hroutit.
- Jsem sám sebou, jsem upřímný, nemusím se přetvařovat.
- Jsem věrný sám sobě, moje slovo je spolehlivé, co řeknu, to platí.
- Zlepšuji se v poznávání sebe sama.
- Umím rozpoznat vlastní pocity.
- Umím moudře zdůvodnit svůj postoj.
- Umím rozvíjet své nadání.

Sebeoceňování je hodnota, kterou si člověk sám přisuzuje. To znamená, že hodnota jednoho člověka se může lišit od hodnoty druhého člověka. Každý se může zaměřit na hodnocení jiných oblastí svého já, proto měření sebeoceňování je velmi obtížné.

Většinou je sebeoceňování ovlivňováno kulturou nebo společností, ve které člověk žije. To, co společnost považuje za úspěch, může být i měřítkem člověka pro hodnocení sebe sama a odrážet se v jeho oceňování sebe sama. (Křivohlavý, 2010a)

V posledních dvou letech procházel celý svět pandemickou krizí, během té doby se v sociálních médiích objevovaly články o tom, jak se lidé psychicky hroutí. Někteří si prošli druhou zkouškou manželství, když celé rodiny museli trávit čas v jedné domácnosti. Některé lidi to vedlo k přehodnocení svých priorit a zamyšlení se nad otázkami jako kým jsou nebo kam patří. Krize identity může přijít kvůli velkým změnám (prostředí, školy, práce, vztahu), ztrátě blízké osoby, věku (puberta, krize středního věku, důchod) nebo neustálým stresovým faktorům v životě jedince. Když se to, kým jsou, neshoduje s tím, kým by chtěli být, přináší to do života spoustu zmatku a frustrace, protože jim schází pevný základ, který by jim pomohl zlepšit své jednání, myšlení, zaměření a sebedůvěru.

Strach ze selhání je propojen s vnímáním vlastní hodnoty. Jedním ze způsobů, jak lidé svou hodnotu chrání, je, že věří, že je kompetentní a přesvědčují o tom ostatní. Pokud člověk není schopen něčeho dosáhnout, často to pro něj znamená, že není schopen, a tedy ani hoden. (Covington, 1998)

Lidem s nedostatkem jistoty v sebe sama schází to nejdůležitější, sebevědomí. Je zapotřebí víry na to, aby měl člověk jistotu, alespoň sám v sebe, když ne v něco, co jej převyšuje. Tito lidé, kteří nevědí, co chtějí, přebírají návyky davu a stávají se následovateli (followers). Chovají se jako ovce. To nejdůležitější, co schází těmto lidem s nedostatkem jistoty, je víra v sebe sama.

Lidé jsou neustále pod tlakem sociálních medií: zpráv, časopisů, televize a dalších sociálních sítí jako jsou Facebook, Snap chat, Instagram a mnoho dalších. Nutí je dívat se jedním směrem, dělat věci jedním způsobem a nepřemýšlet o dopadu, který to má na jejich budoucnost. Říkají lidem, jak mají přemýšlet, mluvit a žít. Pokud se ovšem nejedná o podložená fakta, tak se jedná o virtuální realitu, která lidem neřekne o tom, co doopravdy v životě potřebují. Většina sociálních médií nedá lidem příležitost vytvořit si vlastní názor. Kromě toho je většina lidí také líná a ani se nesnaží si zjistit nebo potvrdit pravdu. Lidé mají možnost si vybrat a stavět svoji identitu podle sociálních médií, nebo se zaměřit na něco, co sice není módní, ale zároveň představuje smysluplnou dlouhotrvající hodnotu, která neskončí po letní sezoně.

Silné stránky a ctnosti se vyskytují jak v PP, tak v křesťanském myšlení. Skrze psychologické hodnocení VIA (určené k identifikaci individuálního profilu silných stránek charakteru) identifikujeme 24 silných stránek, které jsou považovány za ceněné ve většině kultur. Těchto 24 silných stránek se teoreticky seskupuje do šesti skupin ctností (Kern a Benecchi, 2019):

1. moudrost (kreativita, zvědavost, úsudek, láska k učení a perspektiva)
2. odvaha (statečnost, vytrvalost, poctivost a nadšení)
3. lidskost (láska, laskavost a sociální inteligence)
4. spravedlnost (týmová práce, spravedlnost a vedení)
5. střídmost (odpuštění, pokora, opatrnost a seberegulace)
6. transcendence (ocenění krásy a dokonalost, vděčnost, naděje, humor a spiritualita).

Dají se také podle Kern a Benecchi (2019) empiricky rozdělit do tří faktorů: sebekontrola, péče a zvědavost.

Každý člověk by měl mít všech 24 charakterových stránek, přičemž některé jsou silnější než druhé. Mohou být rozvíjeny skrze cílevědomé úsilí a instrukce. Ve správném rozvoji těchto charakterových vlastností se PP odráží ve vzdělávání. Studenti na křesťanských školách mohou být povzbuzováni prozkoumávat své vlastní silné stránky a nacházet způsoby, jak je využít ke službě Bohu, v PP ke službě např. v práci. Podobenství o Ježíšových činech lze analyzovat z pohledu založeném na síle a naučit studenty, jak by měli jednat spíše než jen upozorňovat a zaměřovat se na vyhýbání se negativnímu chování.

Síly a ctnosti se nacházejí v jádru dobrého života, jedná se o myšlenku paralelní k biblickému ovoci ducha (Galatským 5:22-23), které charakterizuje život žitý stále více pro Boha – Lásku.

Don a Katie Fortune sepsali knihu (jeden velký psychologický test) založenou na zjištění svého motivačního daru s názvem Discover your God given motivational gift (1997) pro lidi, kteří hledají biblický přístup ke svému rozenému daru a chtějí porozumět tomu, proč lidé jednají, jak jednají, a přemýšlí, jak přemýšlí. Lidé z oboru

zabývající se lidským chováním tento test schvalují. Lze jej použít v jakékoli společnosti nebo církvi. Motivační dary mají být pohánějí sílou každého člověka. Tvrdí, že každý je motivován alespoň jedním ze sedmi darů podle Římanům 12: 6–8 a tyto dary mají schopnost utvářet naši osobnost. Nazývají je darem (řecky charisma) a v Bibli je jasně řečeno, že tento dar si nikdo nemůže zasloužit, byl dán každému člověku Bohem při jeho stvoření pro pomoc ostatním a ke slávě Boží (1. Petrova 4:10, TAB). Dary je možné poznat i u dětí. Pro jejich správné použití je důležité je znát a vědět, jak fungují. (Don a Katie Fortune, 1997)

- Vnímatel, jasně rozpozná pravdu od lži
 - Věří, že Bůh odpovídá na žádosti a prosby.
 - Vidí věci černobíle jako dobré, nebo zlé, v Boží vůli, nebo mimo Boží vůli.
 - Je okem těla, rozpozná pravdu od lži, dokáže vycítit náladu kolektivu.
 - Je nadaný spíše výřečností nežli ve službě (servise), jejich slova mají dopad na ostatní.
 - Naplňuje duchovní potřeby.
- Činitel, rád slouží druhým
 - Má víru, která mu umožňuje dokončit jakýkoliv započatý úkol.
 - Vidí příležitosti pomáhat druhým.
 - Ptá se: “Jak mohu pomoci v této situaci?”
 - Je rukou těla, velmi manuálně zručný.
 - Je nadaný spíše ve službě nežli ve výřečnosti, potřebuje velkou hojnost síly a energie.
 - Naplňuje praktické potřeby.
- Učitel, rád se věnuje výzkumu a komunikaci o pravdě
 - Má víru vybádat jakýkoliv fakt.
 - Ve všem, s čím jedná, hledá pravdu ohledně dané věci.

- Je myslí těla, chce znát podstatu všeho, hledá tak dlouho, dokud není přesvědčen o pravdě.
- Je nadaný výřečností, k tomu, aby učil, musí mluvit, jejich slova mají dopad na ostatní.
- Naplňuje duševní potřeby.
- Povzbuzovatel rád povzbuzuje ostatní, aby žili plnohodnotný život
 - Věří, že existuje řešení na každý problém.
 - Vidí příležitost povzbuzovat lidi v jakékoliv situaci.
 - Je ústy těla, musí mluvit, aby povzbuzoval.
 - Je jasně nadaný výřečností, jejich slova mají dopad na ostatní.
 - Naplňuje psychologické potřeby.
- Dárce, rád dává svůj čas, talent a energii, chce výhody pro ostatní
 - Věří, že Bůh zaopatřuje potřeby.
 - Hledá způsoby, jak investovat svůj čas, talent a peníze pro potřeby druhých.
 - Je paží těla, silná podpora pro lidi v duchovním boji.
 - Je nadaný spíše ve službě nežli ve výřečnosti, potřebuje velkou hojnost síly a energie.
 - Naplňuje materiální potřeby.
- Administrátor, rád organizuje, vede a řídí
 - Věří, že jakýkoliv projekt lze vyřešit, když se dá dohromady správná skupina lidí.
 - Svou širokou vizí získává nadhled nad celou situací, dokáže rozšířit obzory druhých lidí.
 - Je ramenem těla, nese váhu odpovědnosti ve vedení.

- Je nadaný ve výřečnosti, aby mohl vést, jejich slova mají dopad na ostatní.
- Naplňuje potřeby fungování.
- Soucitný člověk (pečovatel), rád ukazuje soucit, lásku a péči potřebným
 - Věří, že dokáže lidem pomoci spolupracovat v lásce.
 - Poznává raněné, kteří potřebují pomoc, a vidí nekonečné možnosti ve vyjadřování lásky.
 - Je srdcem těla, je ovládán více srdcem než hlavou, uvědomuje si a ukazuje lásku.
 - Je nadaný spíše ve službě nežli ve výřečnosti, potřebuje velkou hojnost síly a energie.
 - Naplňuje potřeby emocionální.

Podle teorie Don a Katie Fortune (1997) má každý něco od každého daru a rozhodně by se neměl vyhýbat potřebám, které vidí kolem sebe. Člověk může mít i více primárních darů (nejsilnější motivace) nebo sekundárních darů (silných motivací), které se navzájem ovlivňují. Rozhodně by se lidé neměli rozškátulovat podle darů, žádný dar není lepší než ten druhý. Daná studie má sloužit jako pomocný měřicí nástroj pro porozumění druhým. Všechny dary dohromady perfektně fungují jako celek těla, proto je Don a Katie Fortune rozdělují i na části těla. Jakmile je jeden článek zanedbán, trpí celé tělo, protože se navzájem doplňují. Každý dar vidí svět ze své perspektivy a má své individuální rysy, proto je chápání všech darů podstatné pro vyváženou vzájemnou komunikaci.

Lidé, kteří mají pocit, že musí být super člověk na to, aby mohli být uznáni, si mohou oddychnout. Tento výzkum říká lidem, že by se měli zaměřit na to, co je opravdu motivuje, zajímá a v čem jsou nadaní. V knize Fortune (1997) jsou uvedeny i typické nedostatky pro určitý dar. Podle toho, jaké chyby se člověk často dopouští, může také identifikovat svůj dar, pokud ho do té doby naprosto zanedbával. Jednou z vícero věcí, která může ztížit objevování daru, je vina a sebeodsuzování, které většinou přichází,

když chce člověk být ve všem dokonalý. Všichni nemohou být nejlepší ve všem, a právě proto člověk automaticky selhává v nějaké oblasti (Monk, 2019).

Manipulátorem identity mohou být i naše emoce.

1.5 Emoce

To, co vidíte a co slyšíte, závisí do značné míry na tom, kde stojíte. Záleží také na tom, jaký jste typ člověka.

C. S. Lewis (1955, s. 136)

Člověk musí mít víru v sám sebe nebo ve směr, kterým směřuje, proto, aby byl úspěšný. Protože jakmile by člověk ztratil pojetí o tom, kým je, a nechal by se zmanipulovat do pouhého dosahování cílů a hodnot jiných lidí, necítil by se naplněn ani šťasten – necítil by se být sám sebou. Právě emoce jsou častým prostředkem manipulace a když člověk neví, čemu má věřit, co je pro něj dobré a hodnotné, může být jednoduše zmanipulován. Například v marketingu jsou emoce používány k manipulování rozhodnutí lidí zcela vědomě. Můžeme si toho povšimnout například v publikaci J. Vyskočilové (2014) *Emoce v marketingu – Jak oslovit srdce zákazníka*.

Emoce jsou různými autory rozdělovány různě, například Disket (2002) rozdělil emoce na nepříjemné (možno vnímat jako negativní) a příjemné (možno vnímat jako pozitivní). Mezi příjemné emoce řadí: touhu, příjemné překvapení, inspiraci, veselost, obdiv, uspokojení, fascinace. Mezi ty nepříjemné emoce řadí: rozhořčení, pohrdání, znechucení, nepříjemné překvapení, zklamání a znuďenost.

V kapitole Svoboda porovnává Krivohlavý (2010b) člověka a zvěř. Zvěř na svět přichází naprogramována se vším, s čím se v životě budou setkávat, člověk ovšem ne. Nakonec shrnuje, že člověk má jednu velkou výhodu, která jej jednoznačně rozlišuje od zvířat – schopnost učit se a vynalézat nové formy jednání a tím “zdokonalovat své chování. V tom je jádro jeho svobody” Krivohlavý (2010b, s.23). Tento pohled na rozdělení emocí na nižší (zvířecí) a vyšší (lidské) přináší i Slaměník (2011).

Mnoho lidí se zabývá emocemi, ale ne všichni je zvládají podle svých představ. Pojem “emocionální” je považován za negativní. Je možné říct, že se jedná o synonym k frázi “nezvládá své emoce” nebo “přehání to se svými emocí”. Opakem těchto frází je pojem emocionální inteligence, který je spojován se sebeovládáním.

Sebeovládání neboli self-control by měla být jednou ze silných stránek člověka. Psychologové sebeovládání řadí do silných stránek, ovšem v psychologických testech tato hodnota většinou nenabývá výšek. Jedná se o schopnost seberegulace – ovládnutí svého chování, pozornosti a emocí, čelí-li tváří v tvář selhání nebo nepříjemné situaci jako např. urážce své identity nebo pokušení jako např. agresi, ale třeba i smíchu v nevhodné situaci. Sebeovládání je často spojováno s lepším fyzickým i duševním zdravím, pozitivními sociálními vztahy, dlouhověkostí a úspěchem. V Bibli je věřící člověk popisován jako ten, kdo je schopný seberegulace. Hodnota sebeovládání souvisí s hodnotou zdravé mysli. (Kern, Benecchi, 2019)

Křivohlavý (2010a) zmiňuje tři rady, jak potlačit negativní emoce:

- Aktivní přijetí dané situace

S čím se člověk nevyrovná, to se vyrovná s ním. Co dovolí, to zůstane. Věci se samy nevyřeší, jediné, co samy dokážou, je časem se zhoršovat. Jakmile si je člověk schopen přiznat, že negativní emoce v něm existují, může se zprostit myšlenky, že dobrý člověk nemá negativní emoce a naučit se s nimi jednat.

- Slovní vyjádření emocí

Křivohlavý (2010a) navrhuje sdílet svoje emoce s někým blízkým nebo si vést deník a své emoce si zapisovat. Hagin (1994) radí, že jakmile povstanou pochyby a konflikty v mysli, nemají se nechat jen tak, ale má se s nimi jednat. Udělat akční krok. Člověk by se měl zastavit a říct si: “Ne, pochybnosti odmítám vás. Nebudu pochybovat. Zvládnou to.” Slova mají moc potlačit myšlenky. Jestli si člověk nedá pozor, začne přemýšlet o minulosti, o chybách, které udělal, kde všude selhal, a bude mu z toho úzko. Pak se dostane do duchovní deprese, která otevře dveře zmatku a způsobí, že nebude vědět, co dělat.

- Pozitivní přehodnocení emocí

Většinou je člověk tlačěn okamžitě reagovat místo toho, aby nejprve myslel a poté reagoval. Jakmile je ovšem člověk schopen se podívat na danou situaci nebo konflikt z nadhledu, dokáže si ujasnit, co je na dané situaci kladné a co záporné. Tím si vytvoří lepší obraz o svém aktuálním stavu a už jenom tím, že si je toho sám vědom, je schopen s tím dále jednat a snížit napětí. (Křivohlavý, 2010a)

Je dobré, když dítě dostane slušnou dávku reality už v dětství. Ta dávka reality, o které mluvíme, je fakt, že tento svět je nastaven negativně (Hagin, 1994). Věci samy od sebe nefungují vždy podle našich představ (Dwecková, 2017). Ať si na svět vezmeme, jakkoliv růžové brýle, nelze to přehlédnout.

1.5.1 Cesta k radosti

Jaro Křivohlavý (2010), představitel jak filozofie, tak pozitivní psychologie v ČR, si ve své knize *Mít pro co žít* pokládá otázku, jestli existuje cesta k radosti, štěstí a úspěchu. Radost a štěstí mají dva významy jako první Křivohlavý (2010b, s.13) hovoří o situacích, “k nimž dochází bez naší zásluhy”, jako příklad uvádí výhru v loterii. Druhá definice, kterou se zabývá Křivohlavý (2010b), “hovoří o radosti a štěstí, které se vážou k tomu, co děláme.”, jako příklad uvádí péče o dítě, péče o zahrádku nebo dosažení cíle při horolezení.

Křivohlavý (2010b) uvádí, že není přímá cesta k radosti (stejně, jako není k úspěchu), i přesto se danou cestou mnoho lidí snažilo vydat předtím, než tvrdě narazili. Ve chvíli, kdy se člověk pokusí o zkratku, vytvoří si z radosti a štěstí svůj cíl a vydá se falešnou cestou postrádající smysluplnost. Proč?

Úspěch spadá mezi vedlejší produkty smysluplného cíle, stejně jako mezi ně spadá radost, štěstí, uznání a seberealizace. Nechceme tím říct, že úspěch nemá smysl. Úspěch má velký smysl, ale ne ve formě přímé cesty. Nemá smysl jen tehdy pokud je to “jen a jen pro vlastní úspěch”, jak varuje Křivohlavý (2010b, s.20) “Smysluplné je to, když se něco dělá pro hodnotu toho, oč jde, nebo pro člověka, pro něhož se to dělá.”

Pokud by si člověk stanovil podle Viktora E. Franka, za cíl úspěch, radost, štěstí nebo seberealizaci, brzy by se potkal s hyperreflexí – přílišné intenzivní myšlení na to, čeho chceme dosáhnout, a hyperintencí – příliš intenzivní snaze. Tomuto člověk může uniknout až sebereflexí, tím, že vystoupí ze svého “já” a podívá se na situaci z nadhledu.

Vždy vše začíná u lidí. Člověk nesmí zapomínat, že i přes jakoukoliv pomoc, kterou může získat od ostatních, záleží na jeho odhodlanosti, zavázanosti, touze a odpovědnosti. Je klíčové si udržet úroveň rovnováhy jak ve fyzické, psychické, tak i v duchovní oblasti. Každý by měl vědět, kde se nachází a kam směřuje, aby se mohl posunout dál ve svém růstu. Chce to ochotu, trpělivost a trénink. Nelze fáze růstu přeskakovat, jedná se o proces, který nelze obelstít.

Podle toho, jaký je vstup, takový bude i výstup, zákon akce a reakce, setba a žeň (Genesis 8:22). Někteří lidé tomu říkají karma, zákon nebo pravidlo. Nezáleží na tom, jak tomu říká PP nebo náboženství, funguje to stejně. Jedná se o pomyslný kruh, který může pro sebe a své milované přenastavit pouze sám člověk. Nikdo jiný to za něj nemůže udělat. To, co si člověk v životě zaseje, to také sklídí, jedná se o celosvětově uznávaný zákon. Čemu nevěnujete svůj čas, to také nebudete mít. Takže když do (doplňte) člověk nedá 100 %, tak nemůže očekávat 100% výsledek. Je to tak jednoduché.

PRAKTICKÁ ČÁST

2 Praktická část

Praktická část navazuje na část teoretickou. Tato část práce se zabývá rozбором anonymního dotazníku, upřesním cíle výzkumu, výzkumným vzorkem a vyhodnocením výsledků sběru dat a na konci představí výstup k prevenci selhání. Pro sběr dat byl využit kvantitativní výzkum s následnou deskriptivní analýzou.

2.1 Cíl výzkumu

Cíl výzkumu je prozkoumat pohledy studentů na příčiny selhávání a rozpoznat, jak selhání vnímají.

Hlavní výzkumná otázka: *Jak studenti vyšších odborných škol a univerzit vnímají selhání?*

Vedlejší výzkumné otázky byly zvoleny následovně:

1. *Jsou věřící lidé lépe schopni uznat svou vinu a ovládat své emoce?*
Předpokladem k položení této otázky byla domněnka, že věřící lidé si budou lépe schopni poradit se svými emocemi a schopni uznat svou vinu. Jak vyplývá z teoretické části, jak vina, tak emoce jsou se selháním propojeny.
2. *Jak přistupují studenti vyšších odborných škol a univerzit k selhání a úspěchu?*
Tato výzkumná otázka přímo souvisí s hlavní výzkumnou otázkou.
3. *Jaký druh myšlení, dle rozdělení Dweckové (2017), převažuje u studentů vyšších odborných škol a univerzit?*
Jak fixní, tak růstové myšlení úzce souvisí s vnímáním selhání, přičemž růstové myšlení by mělo přispět k snazšímu zpracování selhání, neboť při tomto myšlení je na chybu pohlíženo jako na běžnou součást učení a příležitost k dalšímu osobnímu rozvoji.
4. *Jak vnímají studenti vyšších odborných škol a univerzit svou identitu?*
Identita jako taková určuje, jak se jedinec vyrovná se selháním. Pozornost v této otázce bude směřována k sebeoceňování a sebevědomí.

2.2 Výzkumná metoda

Využitou metodou k získání dat pro tento výzkum bylo online dotazníkové šetření pomocí Formuláře Google, softwaru pro správu průzkumů. Dotazník spadá do kvantitativního výzkumu a je brán za častou metodu pro získání většího množství údajů v krátkém čase. Byla zvolena online forma vyplňování dotazníku, za nejohleduplnější řešení vzhledem k aktuální pandemické situaci Covidu – 19 a k možnosti vyplnění dotazníku kdykoliv během dne. Jednalo se o nestandardizovaný dotazník čili dotazník vytvořen nově na míru tohoto výzkumu. Byl zaslán přes email a odpovědi byly shromažďovány v softwaru Google.

Sběr dat započal 09.02.2022 prvním vyplněným dotazníkem a skončil 10.04.2022. Z celkového počtu 1114 poslaných dotazníků bylo vyplněno 308. Mezi nevýhody dotazníkového šetření patří malá návratnost dotazníků. Do výzkumu byli zapojeni studenti vyšších odborných škol a univerzit. Dotazník byl zaslán i do dvou online studentských magazínů, ale žádný z magazínů se do výzkumu nezapojil.

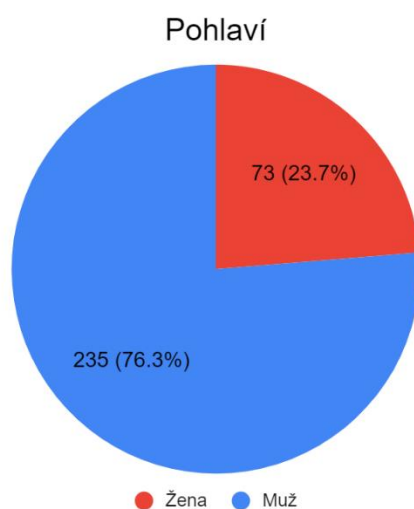
2.3 Výzkumný dotazník

Dotazník obsahoval jednu polouzavřenou otázku (dále jen položka) ohledně víry a dále 15 uzavřených položek, celkem výzkum obsahoval 16 položek. Položky byly následně rozděleny do čtyř částí po čtyřech položkách. První část se čtyřmi položkami obsahovala demografické informace, jako je věk, pohlaví, zaměstnání a víra studentů. Druhá část se čtyřmi položkami pojednávala o přisuzování viny, řešení selhání a odpovědnosti, v čemž se skrývá hlavní pohled studentů na selhávání, a tedy i úspěch. Třetí část se zaměřovala na zvládání emocí a uznání viny. Poslední část hodnotí postoj studentů k sobě samým a jejich pohled na jejich život.

2.4 Výzkumný vzorek

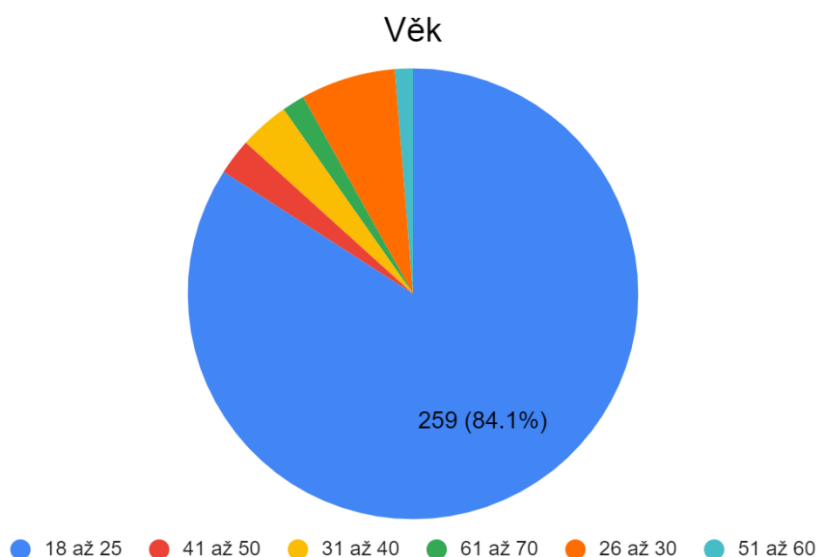
Předmětem výzkumu byly jak muži, tak ženy v různých věkových kategoriích. Základním souborem byly osoby rozdílného pohlaví, věku, vzdělání a víry. Zúčastnění byli náhodně vybraní a účastnili se anonymně a dobrovolně. Výzkumný vzorek tvořilo celkem 308 respondentů. Jednalo se o studenty vyšších odborných škol a univerzit z toho 55 % respondentů uvedlo jako nejvyšší dosaženou formu dokončeného vzdělání

gymnázium, 34 % uvedlo jinou střední školu, 10 % vysokou školu a 1 % vyšší odbornou školu. Překvapivá je mezi respondenty převaha mužů (viz graf 1)



Graf 1 – Rozložení výzkumného vzorku na základě pohlaví

Přes 90 % respondentů bylo mladší 30 let (viz graf 2). Z podrobnější analýzy vyplynulo, že odpovědi starších respondentů (nad 40 let) byly obdobně procentuálně rozloženy, jako odpovědi celé skupiny respondentů. Vzhledem k nerovnoměrnému zastoupení jednotlivých věkových kategorií a omezenému počtu výzkumného vzorku však nelze tyto závěry generalizovat.



Graf 2 – Rozložení respondentů podle věkové kategorie

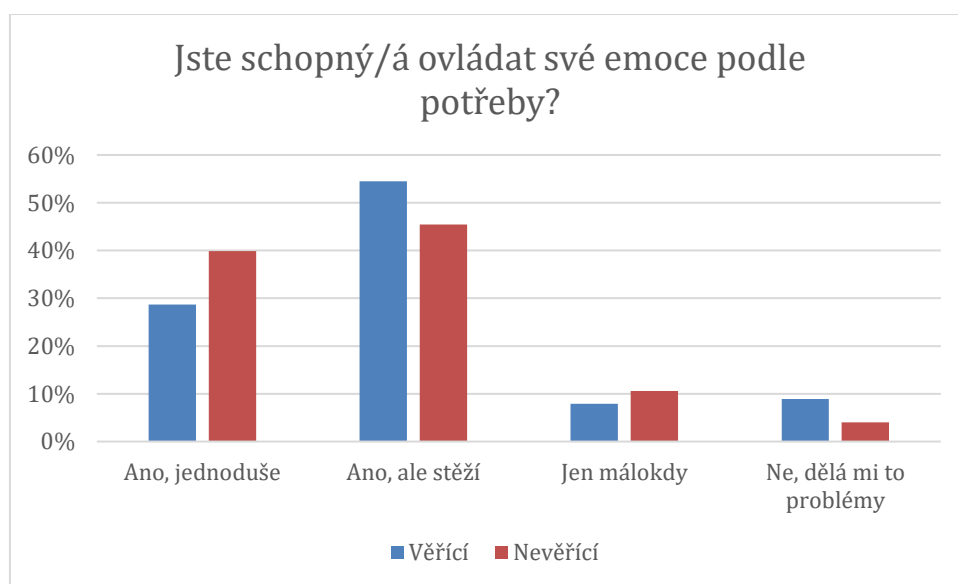
2.5 Vyhodnocení výsledků

Analýza dat byla zpracována v programu Excel. Vyhodnocení výsledků je rozděleno podle jednotlivých výzkumných otázek do čtyř částí. Každá část obsahuje dílčí výzkumnou otázku, zpracovaná data a vyhodnocení výzkumné otázky.

Otázka 1: Jsou věřící lidé lépe schopni uznat svou vinu a ovládat své emoce?

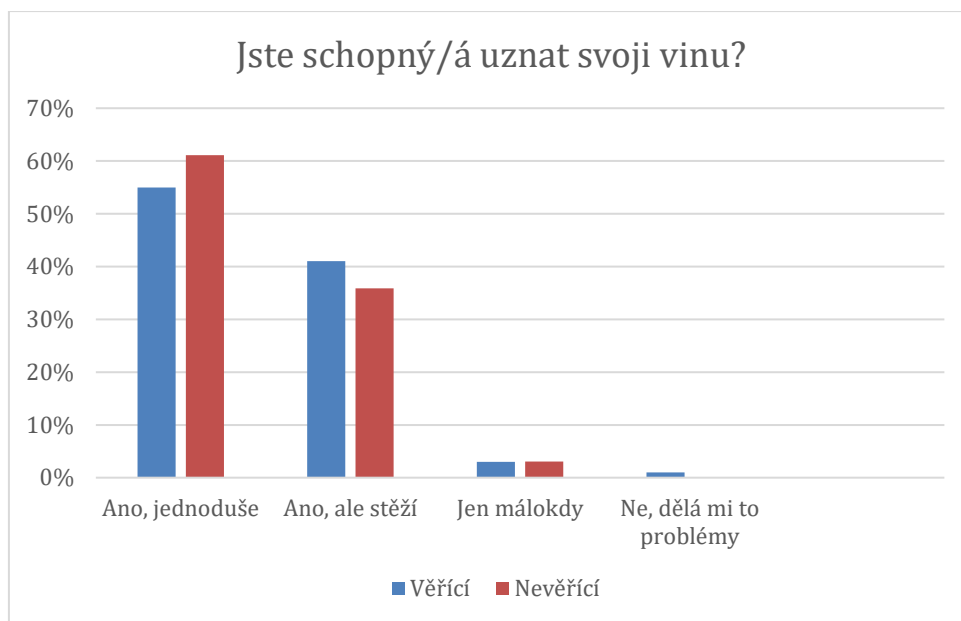
V této otázce byla pozornost věnována víře všech druhů, nejednalo se pouze o křesťanskou víru. Údaje o víře jednotlivých respondentů vychází z otázky Jste věřící? V následující analýze jsou zahrnuti pouze respondenti, kteří jasně uvedli, zda něčemu věří, či nikoli. Vznikly tak dvě skupiny, které byly pro zjednodušení nazvány *Věřící* (N=101) a *Nevěřící* (N=198). Tyto dvě skupiny byly následně porovnávány prostřednictvím čtyř otázek, které směřovaly ke schopnostem ovládat emoce. K tomu, aby byly výsledky srovnatelné, byly výsledky v rámci jednotlivých skupin převedeny na procenta (všichni věřící s různými sledovanými znaky dávají dohromady 100 %, stejně tak nevěřící dávají dohromady 100 %).

Nejjasněji k zodpovězení výzkumné otázky směřují odpovědi z autoevaluační otázky: Jste schopný/á ovládat své emoce podle potřeby? V grafu 3 si můžeme všimnout, že pro *Nevěřící* je, dle jejich názoru, snazší ovládat své emoce, než pro věřící. Tyto výsledky jsou v rozporu s našimi předpoklady.



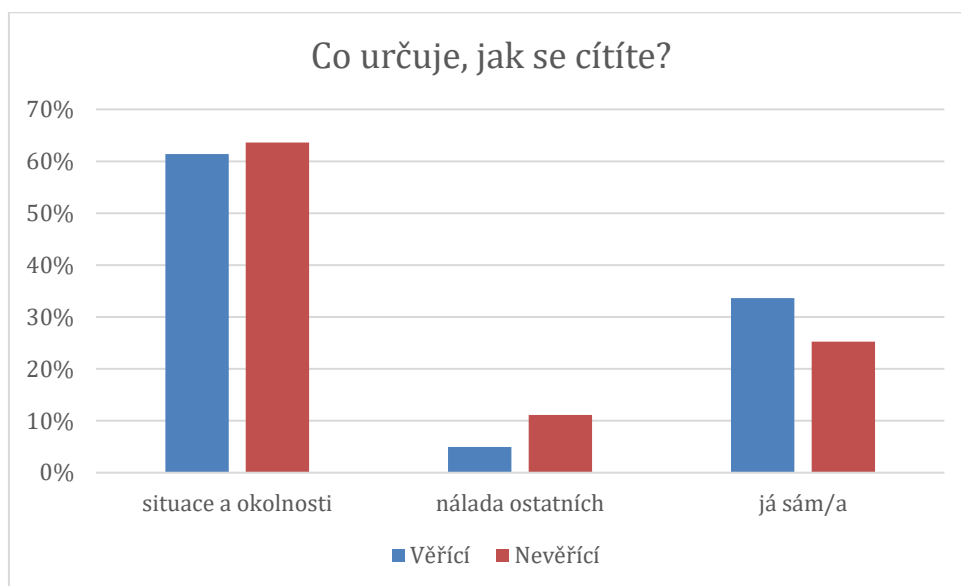
Graf 3 – Věřící a nevěřící – schopnost ovládat své emoce

Další otázka spojená s emocemi se týkala schopnosti uznat svou vinu, drtivá většina respondentů uvedla, že vinu jsou schopni uznat, lišily se však v tom, jak snadné to pro ně je. Překvapivě je pro věřící obtížnější přiznat vinu než pro nevěřící (viz graf 4).



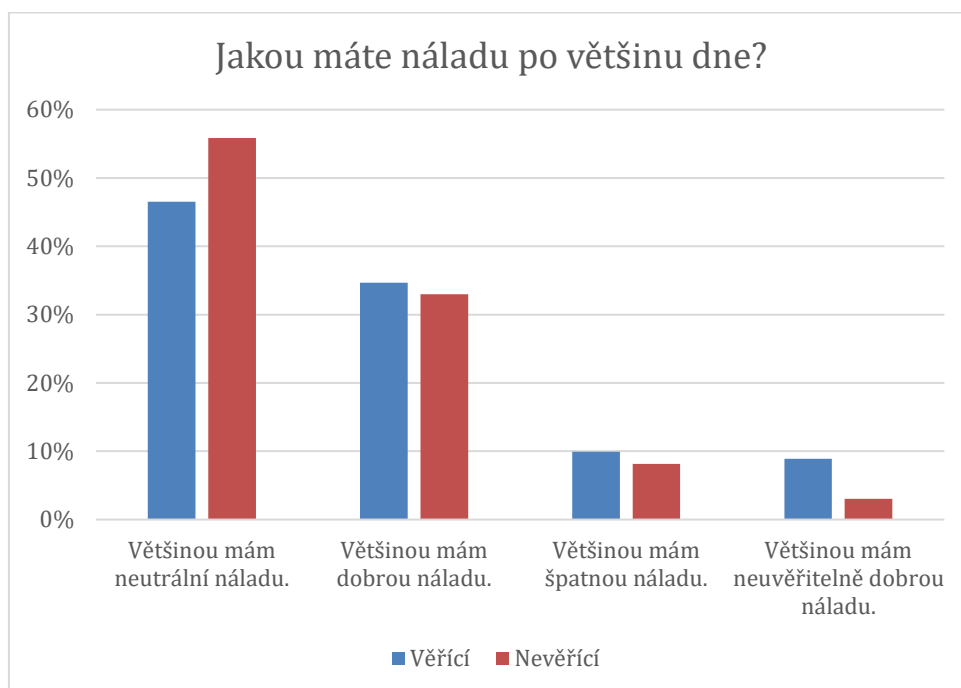
Graf 4 – Věřící a nevěřící – schopnost uznat vinu

Třetí otázka směřovala na to, co ovlivňuje, jak se respondent cítí. Většina respondentů jak věřících, tak nevěřících uvedla, že jsou ovlivňováni situacemi a okolnostmi. Věřící, spíše než nevěřící, pak uváděli, že to, jak se cítí, určují oni sami. Jsou také dle svého mínění méně ovlivňováni náladami ostatních. (Viz graf 5.)



Graf 5 – Věřící a nevěřící – co určuje, jak se cítí

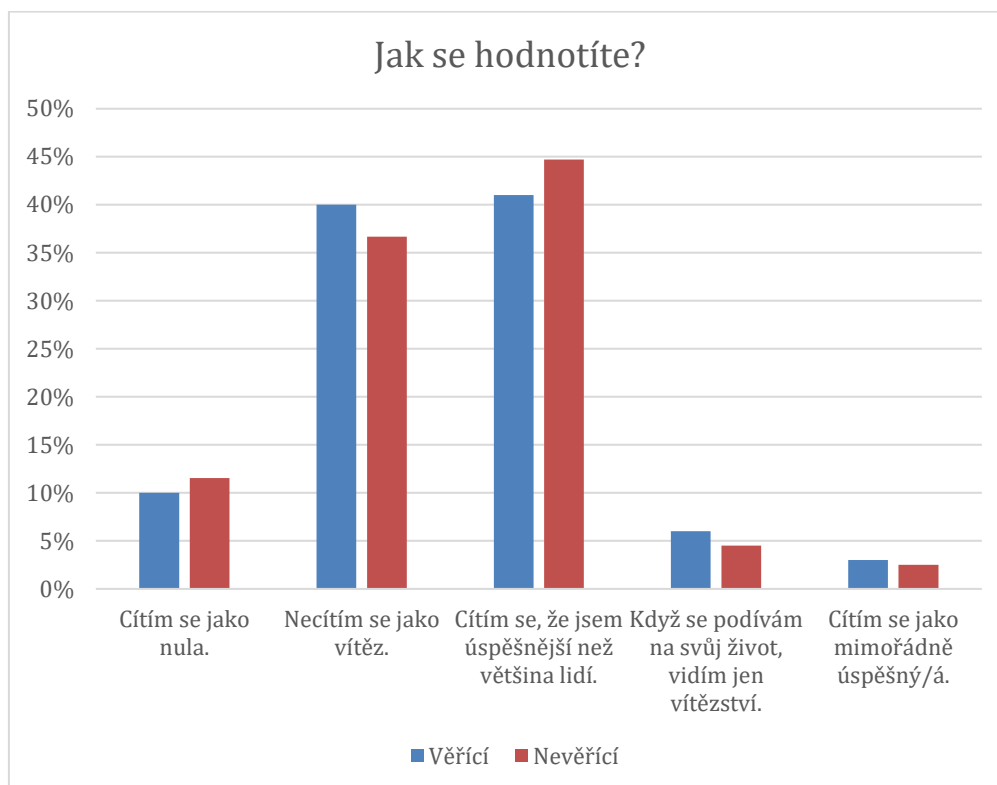
Poslední otázka věnující se emocím směřovala k tomu, jakou mají respondenti většinou náladu. Většina respondentů uvedla, že mají neutrální, případně dobrou náladu, a to jak ze skupiny věřících, tak nevěřících, (Viz graf 6.)



Graf 6 – Věřící a nevěřící – nálada během dne

Poslední otázka se stále týkala emocí a pocitů, směřovala však také do problematiky sebepojetí a sebejistoty. Většina respondentů uvedla odpovědi, které nebyly extrémní

(extrémními se myslí odpovědi: Cítím se jako nula., Když se podívám na svůj život, vidím jen vítězství a Cítím se jako mimořádně úspěšná.) (Viz graf 7.)



Graf 7 – Věřící a nevěřící – hodnocení/pocity ohledně své úspěšnosti

Vyhodnocení výzkumné otázky: Jsou věřící lidé lépe schopni uznat svou vinu a ovládat své emoce?

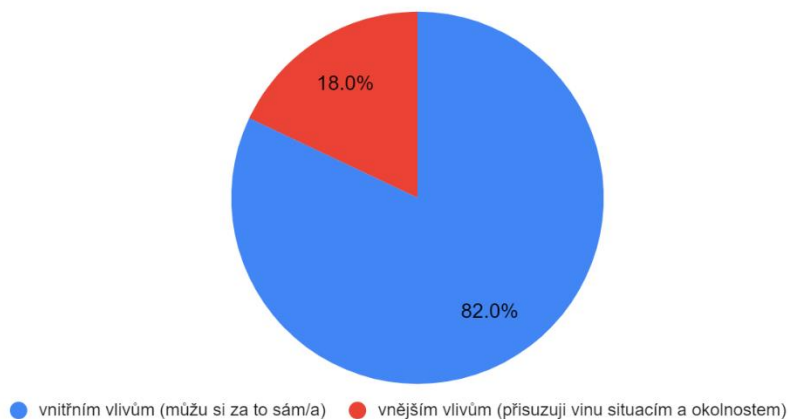
Z výzkumu vyplynulo, že věřící lidé nejsou lépe schopni uznat svou vinu. V oblasti emocí je možné si všimnout spíše drobných rozdílů vůči nevěřícím. Tyto výsledky by mohly být jiné, pokud bychom do skupiny *Věřící* zahrnuli pouze lidi s křesťanským pohledem na svět, takových však ve výzkumném vzorku bylo pouze jen několik málo procent. Mohl by se jimi zabývat výzkum další, který by se na tuto problematiku cíleně zaměřil.

Otázka 2: Jak přistupují studenti vyšších odborných škol a univerzit k selhání a úspěchu?

K odhalení odpovědi na tuto otázku přispěla analýza tří položek dotazníku: Když se vám něco nepovede, přisuzujete vinu nejčastěji sobě nebo situacím a okolnostem (vnějším vlivům)?, Když se něco nepovede cizím lidem, přisuzujete nejčastěji vinu jim nebo situacím a okolnostem (vnějším vlivům)? a Kdo je zodpovědný za Vaše štěstí/radost?

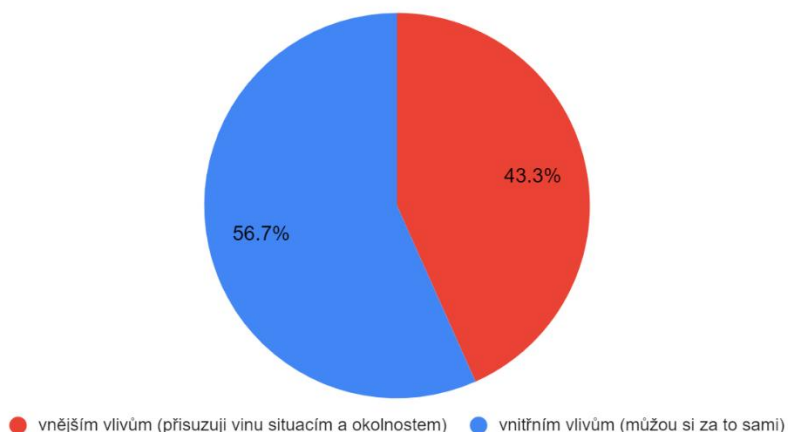
Zajímavé je srovnání připisování viny. V případě, že se danému člověku něco nezdaří, až 82 % respondentů to dává za vinu sobě (viz graf 8). Lze tedy říci, že většina lidí si uvědomuje svou odpovědnost a jsou vůči sobě samým přísnější. Pokud se jedná o někoho jiného, komu se něco nepovede, stále většina lidí (56,7 %) připiše odpovědnost danému jedinci (viz graf 9). Můžeme si však povšimnout faktu, že vůči ostatním je více lidí shovívavějších, než když se jedná o ně samotné.

Když se vám něco nepovede, přisuzujete vinu nejčastěji sobě nebo situacím a okolnostem (vnějším vlivům)?



Graf 8 – Přikládání viny při vlastním nezdaru

Když se něco nepovede cizím lidem, přisuzujete nejčastěji vinu jim nebo situacím a okolnostem (vnějším vlivům)?



Graf 9 – Přikládání viny při nezdaru jiného člověka

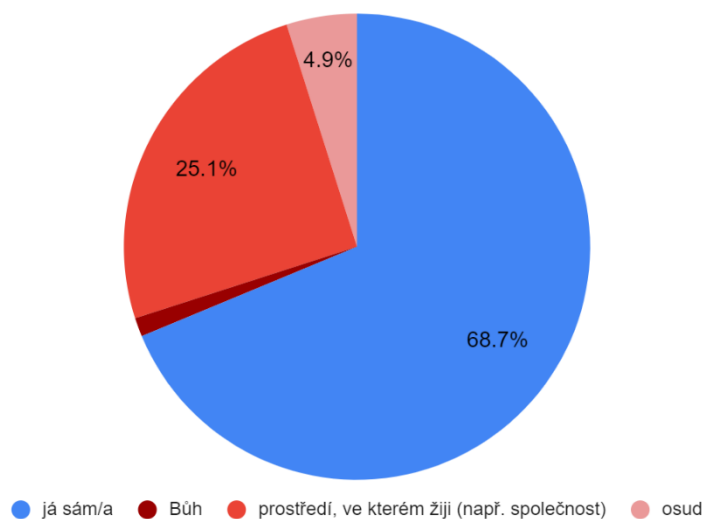
Pro ještě podrobnější analýzu byla sestavena tabulka 1, která bere v potaz rozdíly v rámci jednotlivých skupin. V tabulce jsou zapsány absolutní počty lidí spadajících do jednotlivých kategorií. Můžeme si povšimnout, že více lidí se drží stejného hodnocení ať už jde o ně, nebo o někoho jiného. Z každého sloupce se jedná přibližně o 60 % respondentů. Kupříkladu tedy 60 % lidí přisuzuje vinu v případě vlastního selhání sobě a v případě cizího selhání tomu druhému, což svědčí o vyváženosti posuzování. Necelých 60 % respondentů, kteří v případě vlastního nezdaru, připisují vinu okolí, ji připisují okolí, i když jde o nezdar jiných lidí, i oni jsou při svých úsudcích konzistentní. (Oba případy jsou v růžových polích tabulky 1.)

	Přisuzuje vinu sobě (v případě vlastního nezdaru)	Přisuzuje vinu okolí (v případě vlastního nezdaru)
Přisuzuje vinu daným lidem (v případě nezdaru někoho jiného)	150	24
Přisuzuje vinu okolí (v případě nezdaru někoho jiného)	101	31

Tab. 1- Srovnání odpovědí na otázku Komu je připisována vina

Při analýze výsledků položky: Kdo je zodpovědný za Vaše štěstí/radost? Bylo sledováno, zda respondenti připisují sobě samým odpovědnost nejen za vinu, ale i za pozitivní pocity jako je štěstí. Odpovědi byly následně rozděleny do dvou kategorií: vnitřní (já jsem za své štěstí zodpovědný) a vnější vlivy (prostředí, osud, Bůh). Bylo tedy možné porovnat výsledky této otázky s předchozími dvěma. Ukázalo se, že téměř 70 % respondentů si připisuje kredit za své štěstí (viz graf 10). Vinu za nezdar si však připisuje až 80 % respondentů.

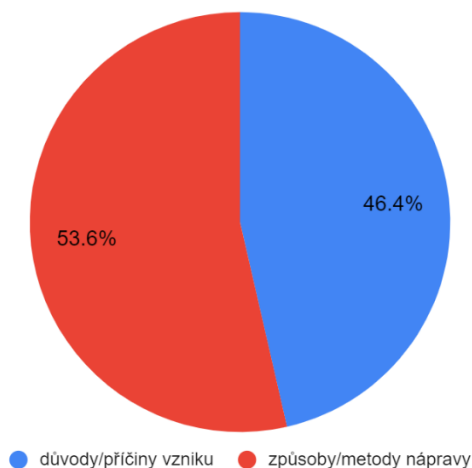
Kdo je zodpovědný za Vaše štěstí/radost?



Graf 10 – Zodpovědnost za štěstí

Poslední otázka týkající se úspěchu a selhání se zaměřovala na strategie řešení situací při selhání. Výsledky neukázaly významnou převahu využití ani jedné ze strategií.

Když se něco pokazí, co ve většině případů hledáte jako první?



Graf 11 – Strategie při řešení situace

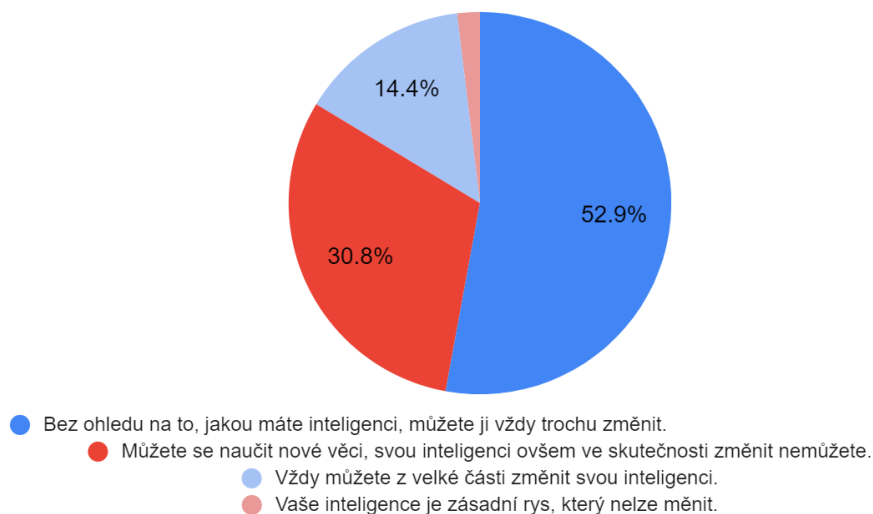
Vyhodnocení výzkumné otázky: Jak přistupují studenti vyšších odborných škol a univerzit k selhání a úspěchu?

Na základě analýzy dat je zřejmé, že většina studentů připisují vinu za své selhání sobě. Můžeme si tak všimnout, že se většina z nich nedopouští atribuční chyby. Patnáct procent z těch, kteří připisují vinu za své selhání sobě, však o sobě uvádí, že se cítí jako nuly. Z toho je patrné, že selhání nedokáží správně vyhodnotit a adekvátně na něj zareagovat.

Otázka 3: Jaký druh myšlení, dle rozdělení Dweckové (2017), převažuje u studentů vyšších odborných škol a univerzit?

Fixní a růstové myšlení bylo sledováno ve třech položkách dotazníku. První položka se zaměřovala na to, zda respondenti vnímají možnost rozvoje své inteligence. Přes 65 % respondentů (viz graf 12) uvedlo odpovědi, které dle autorky Dweckové (2017) poukazují u přibližně dvou třetin respondentů na růstové myšlení. Jedná se o odpovědi: Bez ohledu na to, jakou máte inteligenci, můžete ji vždy trochu změnit. a Vždy můžete z velké části změnit svou inteligenci.

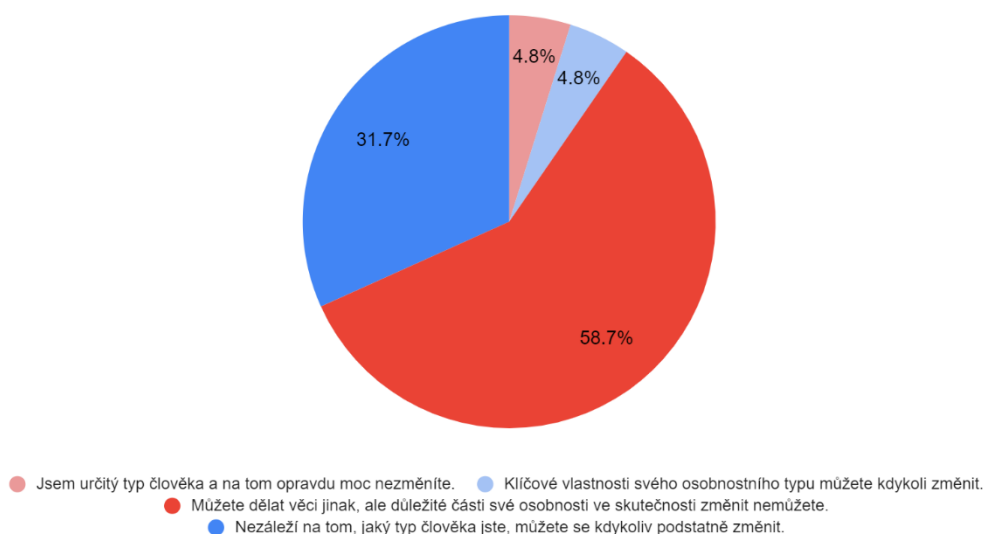
Vyberte výrok, se kterým souhlasíte ohledně inteligence.



Graf 12 - Vnímání možnosti seberozvoje – rozvoje inteligence

I další položka dotazníku vychází z práce Dweckové (2017), tentokrát je zaměřena na možnost změny charakteru osobnosti. Je překvapující, že téměř dvě třetiny respondentů uvedlo odpovědi, které se vztahují naopak k fixnímu myšlení (viz graf 13). Dwecková upozorňuje, že každý může využít i jiný než svůj převažující způsob myšlení v závislosti na situaci. Proto je možné, že výsledky této domény nejsou u různých otázek konzistentní.

Vyberte výrok o osobnosti a charakteru, se kterým souhlasíte.



Graf 13 – Vnímání možnosti seberozvoje – charakter osobnosti

Detailnější analýza ukázala, že lidé, kteří mají, dle výsledků dotazníkové položky: Vyberte výrok, se kterým souhlasíte ohledně inteligence, růstové myšlení, se v otázce možnosti změny svého charakteru rozhodovali spíše pro možnost, že změna charakteru možná není. Tento výsledek však poukazuje na myšlení fixní. Ve sloupci, kde je počet respondentů, kteří jsou přesvědčeni, že svou inteligenci měnit nemohou, což poukazuje na fixní myšlení, si můžeme všimnout toho, že většina z nich byla zároveň přesvědčená, že nemohou změnit ani svůj charakter.

	Svou inteligenci můžu změnit (růstové myšlení)	Svou inteligenci nemůžu změnit (fixní myšlení)
Svůj charakter můžu změnit (růstové myšlení)	30	8
Svůj charakter nemůžu změnit (fixní myšlení)	40	26

Tab. 2- Srovnání odpovědí týkajících se růstového a fixního myšlení.

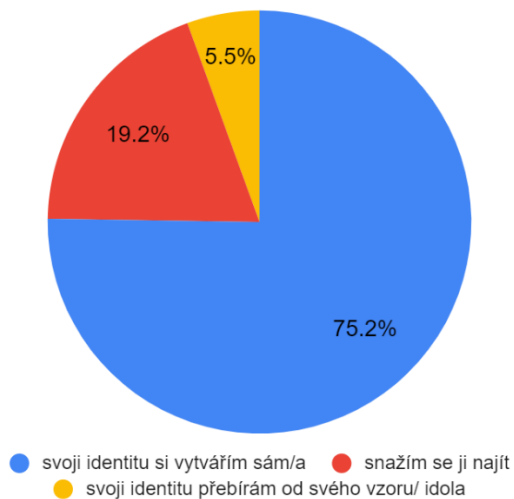
Vyhodnocení výzkumné otázky: Jaký druh myšlení, dle rozdělení Dweckové (2017), převažuje u studentů vyšších odborných škol a univerzit?

Z výsledků není jasně patrné, který druh myšlení, zda fixní, či růstový, u respondentů převažuje. Z vyhodnocení otázky, která se vztahovala k inteligenci se zdálo, že většina respondentů má růstové myšlení (jsou přesvědčeni, že mohou ovlivnit svou inteligenci). Kdežto z odpovědí na otázku, která se vztahovala k charakteru osobnosti, vyplynulo, že má většina studentů fixní myšlení (jsou přesvědčeni, že svůj charakter změnit nemohou). Dwecková (2017) však uvádí, že tato nejednotnost možná je a že závisí na daném jedinci a situaci. Například inteligenční nastavení mysli hraje svou roli v případě, že si situace vyžaduje uplatnění duševních schopností. Osobnostní nastavení mysli je pak důležité ve chvíli, kdy situace zahrnuje vlastnosti člověka.

Otázka 4: Jak vnímají studenti vyšších odborných škol a univerzit svou identitu?

První otázka sleduje přístup respondentů ke své identitě. Většina respondentů uvedla, že si svoji identitu vytváří sami.

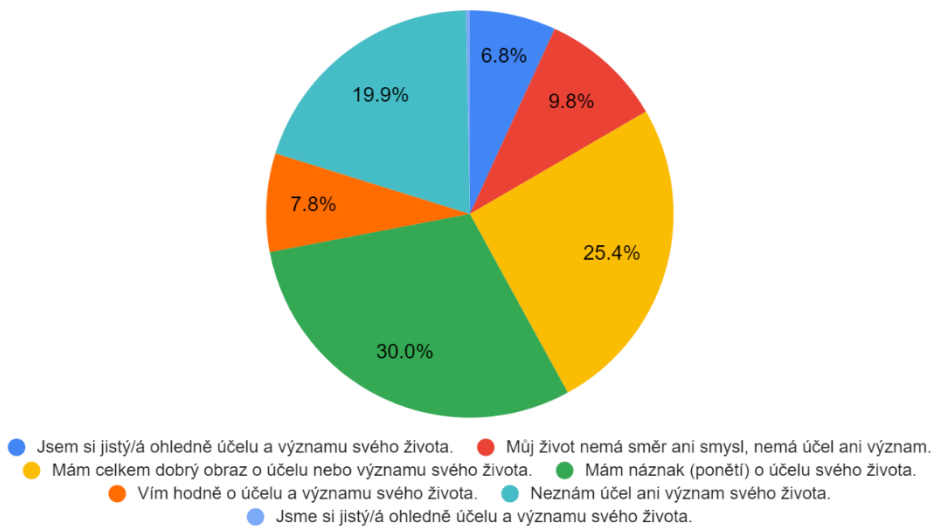
Jaký máte postoj k Vaší identitě?



Graf 14 – Vnímání svého postoje k identitě

Další otázka směřovala k odhalení sebepojetí.

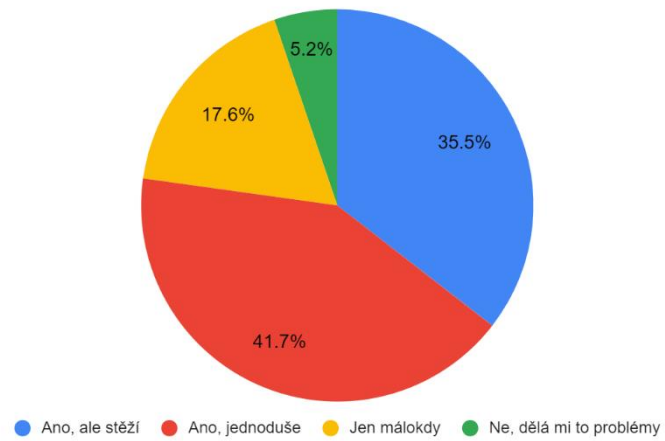
Jak vidíte svůj život?



Graf 15 – Sebevědomí jedince

V poslední otázce bylo sledováno sebevědomí jedince.

Umíte se vyjadřovat otevřeně a jednoznačně při komunikaci s člověkem, který je pro vás důležitý (šéf, partner, rodič atd.)?



Graf 16 – Sebevědomost vyjadřování

Vyhodnocení výzkumné otázky: Jak vnímají studenti vyšších odborných škol a univerzit svou identitu?

Většina respondentů uvedla, že si svou identitu vytváří sama, což je v souladu s tím, že přibližně 80 % respondentů uvedlo, že jsou zodpovědní za svůj neúspěch, obdobně pak 70 % respondentů uvedlo, že jsou zodpovědní za své štěstí. K zajímavému zjištění došlo při vyhodnocení otázky, která se zabývala sebevědomím jedince. Jen kolem 23 % procent respondentů uvedlo, že mají výraznější obtíže při komunikaci s autoritami. Z nich se nad 80 % hodnotilo negativně (cítili se jako nuly, necítili se jako vítězové), což koresponduje s jejich nejistotou v komunikaci s autoritami.

3 Závěr

Teoretická část práce byla věnována náhledu do pozitivní psychologie, křesťanské psychologie, víry a jejich pohledu na úspěch a selhání, identitu a emoce. V praktické části byl na základě teoretického podkladu sestaven dotazník, který byl použit ke sledování toho, jak studenti vyšších odborných škol a univerzit vnímají selhání. V rámci této výzkumné otázky byly zvoleny čtyři podotázky, které se týkaly schopnosti uznat vinu a ovládat své emoce, přístupu k selhání a úspěchu, způsobu myšlení a vnímání své identity. Výzkumné otázky byly zodpovězeny a cíle výzkumu naplněny.

Z výzkumu vyplynulo, že více než osmdesát procent respondentů přisuzuje vinu za neúspěch nejčastěji sobě, z toho patnáct procent z nich uvedlo, že se cítí jako nula. Za svůj úspěch si připisuje kredit pouze přibližně šedesát pět procent respondentů. Obdobné množství respondentů projevuje fixní myšlení v pohledu na svou osobnost a možnosti změnit se. Je zřejmé, že dané výsledky nelze generalizovat na celou populaci, nicméně tyto a další výsledky zmíněné v praktické části vedly k myšlenkám nad prevencí selhání.

Všem selháním a chybám je však někdy obtížné se vyhnout, navíc selhání a chyba jako takové nemusí nutně znamenat celkovou prohru. Je důležité naučit se s nimi pracovat, selháním předcházet a zároveň se naučit se s nimi vyrovnat tak, aby v závěru pro nás byly spíše schodem, který nás posune vzhůru než překážkou, kvůli které se už nezvedneme. Proto by prevence v oblasti selhání měla pokrývat dvě roviny: prevenci selhání a prevenci negativních dopadů selhání. V následujících odstavcích budou v bodech představeny stěžejní myšlenky vedoucí k prevenci v obou zmíněných rovinách.

Prevence selhání pro ty, kteří nemají velkou toleranci k chybám

- **inspirace z vnitřku** - Člověk si může říct, že selhal, protože neměl dostatek motivace, bude se snažit povzbuzovat sebe sama dokola tou stejnou frází: “To je dobrý, příště to určitě zvládneš lépe.” Také si může zaplatit nějakého trenéra, který bude člověka motivovat. Ale potřebuje člověk motivaci? Podle doktora

Johna Fredericka Demartini, zabývající se lidským chováním, motivace není řešení, ale symptom. Takhle by člověk potřeboval motivaci pořad.

- **oproštění se od pocitu hanby a viny** - Proto, aby člověk mohl uspět například získat finanční nezávislost musí se podle Demartini první odprosit od pocitů hanby a viny. Ve světě je totiž hromada lidí, kteří sedí doma a ubíjí se svým svědomím.
- **stanovení cíle tak, aby byl v souladu s našimi nejdůležitějšími hodnotami** - to pak dle Demartini člověku umožňuje být vděční, odolný, ukázněný a naplněný. Za klíč k úspěchu považuje napojení všeho co člověk dělá na jeho hlavní priority, proto aby se ohledně dané věci jednoduše nevzdal. Pokud člověk nežije podle svých nejvyšších hodnot, ale jen podle toho, co je mu pohodlné, tak pokaždé, když přijde jakákoliv bolest třeba jen i štípnutí, chce se okamžitě vzdát.
- **kladení reálných cílů** - je důležité stanovit si přiměřené cíle a naučit se, že co řeknu, udělám
- **rozdělení úkolu na menší části** - snáze pak dílčí části začleníme do našeho rozvrhu a uvidíte, že je to zvladatelné. Budete tak schopni postupně dokončit vše, co započnete.
- **udržení nadhledu a kladení otázek** - praktický člověk na základě pravdy vše posuzuje a zkouší. Nebude reagovat podle toho, jak to vypadá, ale jestli je to opravdu založené na pravdě (na důkazech). Prozkoumává, vyšetřuje, zjišťuje a posuzuje důvod, proč udělat další krok. Člověk musí zvážit, proč ten či onen krok podstoupit a jaký to bude mít dopad (výsledek). Je zamýšlený krok užitečný, vhodný a pravdivý? Pokud si člověk odpoví "Ano", pak můžete stát na základě pravdy a ví, že jde správným směrem.
- **poučení se z chyb** - tento bod se částečně pojí s výše zmíněným. Své kroky bychom měli zkoumat a podle toho regulovat, abychom se neocitli ve smyčce stále se opakující stejné chyby. Zároveň je dobré klást si otázku: Jak selhali ostatní a co mohu udělat proto, abych já už nemusel?

Prevence negativních dopadů selhání, pro ty kteří jsou ochotni chyby přijmout a poučit se

- **selhání nemusí znamenat konec** - Pravý úspěch je, když se člověk nebojí selhat, ale hledá způsoby, jak se z neúspěchu poučit a proměnit jej v úspěch.
- **selhání jako prostředek seberozvoje** - Sarah Monk (2019) říká je v pořádku selhat, je to dokonce nevyhnutelné. Podle Monk si musíme dovolit selhat, tak abychom pocítili důsledky, naučili se vyrovnávat s emocemi, uměli hodnotit a transformovat prožitky. To vše nám má umožnit jít vpřed, rozvinout odolnost a růst, a tím podpořit naši pohodu.
- **selhání mě neurčuje** - Lidé s takzvaným *růstovým nastavením* myslí věří, že lidské vlastnosti lze rozvíjet úsilím a podle toho v životě jednají. Selhání je neodrazuje, ale naopak motivuje ke zlepšení, protože jej vnímají jako cestu k úspěchu. Jsou schopni jednodušeji uznat svou vinu, protože chyby považují za proces růstu, takže se s chybou neidentifikují.
- **připomeň si kým jsi a čeho jsi doposud dosáhl** - Neúspěch dokáže pozměnit vnímání vašich schopností, tím, že poté co se vyskytne selhání, budete se hodnotit hůře, než jak na tom ve skutečnosti jste, protože jste právě selhali (to platí u inteligence, schopností nebo i jiných vlastností).
- **připomeň si, jaký je tvůj cíl** - Lidé se často bojí přemýšlet nad tím, co si přejí, čeho chtějí dosáhnout, protože si při tom daleko více uvědomují, že se jim nedostává toho, po čem touží. Je to pro ně bolestivé. Své touhy nevyjádří přesně, neboť se bojí mít naději.
- **hledání řešení, ne výmluv** - Strach ze selhání může vést k sabotáži sebe sama. Lidé se nejčastěji snaží tlumit bolest ze selhání handicapováním sebe sama, vytvářením si výmluv a situací, které by neúspěch mohly omluvit.
- **využití strachu ve svůj prospěch** - Jordan Peterson doporučuje nechat svůj strach bojovat za vás místo proti vám. Při řešení problémů, se většina lidí bojí problému čelit, tak jejich strach pracuje proti nim. Kdyby se zamysleli nad tím, jak dopadnou pokud budou pokračovat stejným směrem a problému se vyhýbat měsíce či roky, mělo by je to vyděsit natolik, že ten strach z takového výsledku je bude hnát dopředu, místo toho, aby stál jako překážka před nimi.
- **zvládnutí svých emocí** - Křivohlavý (2010a) k úspěšnému zvládnutí emocí doporučuje následující kroky:
 - aktivní přijetí dané emoce (uvědomovat si, že i dobří lidé mají špatné emoce)

- slovní vyjádření emocí (ve vhodné situaci své blízké osobě nebo deníčku)
- pozitivní přehodnocení emocí (vytvořit si nadhled, vypsát si pozitivní a negativní)

Cílem práce bylo zjistit, jaký pohled mají studenti vyšších odborných škola a universit na selhání. Zvolený dotazník nám umožnil se k tomuto cíli významně přiblížit. Spolu se získanými informacemi se vynořily i další otázky, které by dané porozumění situaci ještě více prohloubily. Zajímavé by například bylo pro další výzkumy rozšířit dotazník o položky, které by zkoumaly emeocionální inteligenci. Přínosem práce je vytvoření přehledu k prevenci selhání.

4 Citovaná literatura

Osobní rozhovor (Isaac, J., osobní rozhovor, 12. 9. 2021)

4.1 Knihy

1. Covington, M. V. (1998). *The will to learn: A guide for motivating young people*. Cambridge: Cambridge University Press.
2. Dwecková, C. (2017). *Nastavení mysli: Nová psychologie úspěchu aneb nauč se využít svůj potenciál*. Příbram: Jan Melvin publishing.
3. Desmet, P. M. A. (2002). *Designing Emotions*. Delft: Delft University of Technology
4. Fortune, Don & Katie. (1997). *Discover your God-given gift* (Vyd.19). Michigan: Chosen Books.
5. Hagin, K. E. (1994). *Co dělat, když víra slábne a vítězství se ztrácí*. Praha: Břetislav Šípek.
6. Křivohlavý, J. (2010a). *Pozitivní psychologie* (Vyd. 2.). Praha: Portál.
7. Křivohlavý, J. (2010b). *Mít pro co žít* (Vyd. 2.). Kostelní Vydří: Karmelitánské nakladatelství.
8. Křivohlavý, J. (2011). *Psychologie smysluplnosti existence: Otázky na vrcholu života*. Praha: Grada Publishing.
9. Kristjánsson, K. (2012). *Positive psychology and positive education: Old wine in new bottles?*. Educational Psychologist.
10. Lewis, C. S. (1955). *The magician's nephew*. New York: Harper Collins.
11. Plháková, A. (2020). *Dějiny psychologie: 2., přepracované a doplněné vydání* (Vyd. 2.). Praha: Grada Publishing.
12. Patnaik, G. (2021). *Positive Psychology for Improving Mental Health & Well-Being*. Tamil Nadu: Notion press.
13. Slaměník, I. (2011). *Emoce a interpersonální vztahy*. Grada Publishing.
14. Seligman, M., & Csikszentmihalyi, M. (2000). *Positive psychology: An introduction*. *American Psychologist*

15. Slezáčková, A. (2012). *Průvodce pozitivní psychologií: Nové přístupy, aktuální poznatky, praktické aplikace* (Vyd. 1.). Praha: Grada Publishing.
16. Stodůlková, E. & Zapletalová E. (2015). *Pedagogika pro střední školy* (Vyd. 2.). Beroun: Machart.
17. Vysekalová, J. (2014). *Emoce v marketingu. Jak oslovit srdce zákazníka*. Praha: Grada Publishing.

4.2 Online zdroje

1. Benner, J. A. (1999-2021). Ancient Hebrew Research Center: Faith [vid. 2022-01-25]. Dostupné z: <https://www.ancient-hebrew.org/definition/faith.htm>
2. Charry, E. T. (2011). Positive theology: An exploration in theological psychology and positive psychology. *Journal of Psychology and Christianity*, 30, 284-293. Dostupné z: https://www.academia.edu/6086575/Positive_Theology_An_Exploration_in_Theological_Psychology_and_Positive_Psychology
3. Demartini, J. F. (2019). [online] The most honest advice [vid. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://www.youtube.com/watch?v=cbjyMfwRCPA>
4. Fabian, R. (2017, 11. říjen). Talkspace: The Psychology Behind Success and Failure [vid. 2022-3-20]. Dostupné z: <https://www.talkspace.com/blog/psychology-behind-success-failure/>
5. Faiq, F. (tazatelka), & Shah, G. (respondent). (2019, 3. března). Otázky pro akademickou společnost [přepis rozhovoru]. Dostupné také z: https://www.researchgate.net/post/How_is_success_and_failure_measured_in_life_What_are_the_considerations_on_which_the_two_terms_are_based
6. Flek, A. (2009). Bible, překlad 21. století. Dostupné z: <https://www.bible21.cz/online>
7. Froh, J. J. (2004, květen/červen) The History of Positive Psychology: Truth Be Told. *NYS Psychologist*, s. 18–20, Dostupné z: <https://scottbarrykaufman.com/wp-content/uploads/2015/01/Froh-2004.pdf>
8. Holy Bible: New Living Translation [online]. Tyndale House Foundation, 1996, 2004, 2015 [cit. 2021-4-30]. Dostupné z: <https://www.biblegateway.com/passage/?search=Hebrews+11%3A1&version=NLT>

9. Holy Bible: King James Version [online]. 1611: tiskař Robert Baker [cit. 2021-4-30]. Dostupné z: <https://www.biblegateway.com/passage/?search=Hebrews+11%3A1&version=KJV>
10. Holy Bible: New English Translation [online]. Biblical Studies Press, 2017 [cit. 2021-4-30]. Dostupné z: <https://www.biblegateway.com/passage/?search=Hebrews+11%3A1&version=NET>
11. Holy Bible: Amplified Bible, Classic Edition (AMPC) [online]. The Lockman Foundation, 1987 [cit. 2021-4-30]. Dostupné z: <https://www.biblegateway.com/passage/?search=1%20Corinthians%20%3A14-16&version=AMPC>
12. Internetová jazyková příručka [online] (2008–2021). Praha: Ústav pro jazyk český AV ČR [vid. 2022-02-12]. Dostupné z: <https://prirucka.ujc.cas.cz>
13. Johnson, E. (2016). Uniting Christian Soul Care [online] Příspěvek byl prezentován na konferenci Christian Counseling Conference 2016. [vid. 2022-01-17]. Dostupné také z: <https://www.youtube.com/watch?v=ycaNS8evlZg>
14. Kern, M. L., & Benecchi, S. D. (2019). Intersections of Positive Psychology and Christianity [white paper]. Dostupné z: www.peggykern.org/publications.html
15. Miller-Perrin, C., & Krumrei-Mancuso, E. J. (2015). Faith from a positive psychology perspective. Dordrecht: Springer. Dostupné z: https://link.springer.com/chapter/10.1007/978-94-017-9436-7_1
16. Monk, S. (2019, březen). Why failure is important to well-being [vid. 2022-3-14]. Dostupné z: <https://www.thepositivepsychologypeople.com/why-failure-is-important-to-well-being/>
17. Peterson, J. (2021). [online] How To Stop Being A People Pleaser & Stand Up For Yourself! [vid. 2022-01-17]. Dostupné z: <https://youtu.be/Wm2R6MrJdY>
18. Seligman, L. (2004, únor). The new era of positive psychology. Příspěvek byl prezentován na konferenci TED 2004. [vid 2022-02-17]. Dostupné také z: https://www.ted.com/talks/martin_seligman_the_new_era_of_positive_psychology#t-1404783

19. White, M. A., & Kern, M. L. (2018). Positive education: Learning and teaching for wellbeing and academic mastery academic mastery. *International Journal of Wellbeing*, 8(1), 1-17. doi:10.5502/ijw.v8i1.58, Dostupné také z: <https://internationaljournalofwellbeing.org/index.php/ijow/article/view/588/635>
20. Wietsman, S. (2021, březen) *Journal of the American Academy of Religion*, Volume 89, Issue 1, s. 240–271, Dostupné z: <https://doi.org/10.1093/jaarel/lfab010>
21. Winch, G. (2015, 6. ledna). PhD. 10 Surprising Facts About Failure [vid. 2022-03-27]. Dostupné z: <https://www.psychologytoday.com/us/blog/the-squeaky-wheel/201501/10-surprising-facts-about-failure>

4.3 Seznam obrázků

OBR. 1 diagram znázorňující záměry psychologii v porovnání s PP (zdroj vlastní)

4.4 Seznam grafů

Graf 1 Rozložení výzkumného vzorku na základě pohlaví.....	46
Graf 2 Rozložení respondentů podle věkové kategorie.....	47
Graf 3 Věřící a nevěřící – schopnost ovládat své emoce.....	48
Graf 4 Věřící a nevěřící – schopnost uznat vinu.....	49
Graf 5 Věřící a nevěřící – co určuje, jak se cítí.....	49
Graf 6 Věřící a nevěřící – nálada během dne.....	50
Graf 7 Věřící a nevěřící – hodnocení/pocity ohledně své úspěšnosti.....	51
Graf 8 Přikládání viny při vlastním nezdaru.....	52
Graf 9 Přikládání viny při nezdaru jiného člověka.....	53
Graf 10 Zodpovědnost za štěstí.....	54
Graf 11 Strategie při řešení situace.....	55
Graf 12 Vnímání možnosti seberozvoje – rozvoje inteligence.....	56
Graf 13 Vnímání možnosti seberozvoje – charakter osobnosti.....	57
Graf 14 Vnímání svého postoje k identitě.....	58
Graf 15 Sebevědomí jedince.....	59
Graf 16 Sebevědomost vyjadřování.....	59

4.5 Seznam tabulek

Tab. 1- Srovnání odpovědí na otázky Komu je připisována vina.....53

Tab. 2- Srovnání odpovědí týkajících se růstového a fixního myšlení.....57

4.6 Seznam příloh

Dotazník na téma: Proč lidé selhávají.....70

Proč lidé selhávají?

Vážené respondentky, vážení respondenti,

nepřemýšleli jste o tom, proč někteří lidé mají tendence selhávat více než druzí? Obracím se na Vás s žádostí o zapojení do dotazníkového šetření. Vyplněný dotazník poslouží jako podklad pro bakalářskou práci na téma „Proč lidé selhávají - víra, identita, emoce“.

Tímto máte unikátní příležitost zdarma zjistit, jestli s větší pravděpodobností selžete nebo uspějete. Na základě analýzy dat bude vytvořen výstup k prevenci selhání, který Vám bude přístupný (více na konci dotazníku).

Účast je dobrovolná a anonymní. Nejsou tu žádné špatné ani správné odpovědi, jde tu jen o Vás a Váš přístup k životu.

Předem děkuji za spolupráci. Studentka Specializace v pedagogice – Masarykův ústav ČVUT

Zakroužkujte vždy jen jednu odpověď. Dovoluji si Vás rovněž požádat o co nejpřesnější a nejupřímnější vyplnění dotazníku. Pokud se ztotožňujete s vícero odpověďmi, zvolte takovou odpověď, která Vás vystihuje nejčastěji nebo nejpřesněji.

1. Jsem *

Označte jen jednu elipsu.

- Muž
 Žena

2. Věk *

Označte jen jednu elipsu.

- 18 až 25
 26 až 30
 31 až 40
 41 až 50
 51 až 60
 61 až 70

3. Nejvyšší dokončené vzdělání *

Označte jen jednu elipsu.

- Střední odborná škola
 Konzervatoř
 Obchodní akademie
 Gymnázium
 Vyšší odborná škola
 Vysoká škola

4. Jste věřící? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ne, nejsem. V nic konkrétního nevěřím.
 Ne, nejsem náboženský/á, ale chodím na tradiční mše.
 Ne, ale slavím tradiční náboženské svátky jako Velikonoce nebo Vánoce.
 Ano, věřím jen v sám/a sebe.
 Ano. Praktikuji náboženství.
 Ano, jsem. Věřím ve vesmír.
 Ano, jsem. Věřím v posmrtný život.
 Ano, jsem. Věřím v nadpřirozenou sílu.
 Ano, jsem. Věřím, že Bůh existuje.
 Ano, jsem. Víím, že Bůh existuje.
 Ano, jsem. Jsem tradiční křesťan/ka, modlím se a chodím pravidelně do církve.
 Ano, jsem. Jsem křesťan/ka. Modlím se příležitostně, do církve pravidelně nechodím.
 Ano, jsem. Jsem křesťan/ka. Jsem znovuzrozený/á a mluvím v jazycích. Každodenně udržuji svůj vztah s Bohem nehlédě na moje chyby..
 Nechci uvádět

5. Když se vám něco nepovede, přisuzujete vinu nejčastěji sobě nebo situacím a okolnostem (vnějším vlivům)? *

Označte jen jednu elipsu.

- vnitřním vlivům (můžu si za to sám/a)
- vnějším vlivům (přisuzuji vinu situacím a okolnostem)

6. Když se něco pokazí, co ve většině případů hledáte jako první? *

Označte jen jednu elipsu.

- důvody/příčiny vzniku
- způsoby/metody nápravy

7. Kdo je zodpovědný za Vaše štěstí/radost? *

Označte jen jednu elipsu.

- osud
- Bůh
- já sám/a
- prostředí, ve kterém žiji (např. společnost)

8. Když se něco nepovede cizím lidem, přisuzujete nejčastěji vinu jim nebo situacím a okolnostem (vnějším vlivům)? *

Označte jen jednu elipsu.

- vnitřním vlivům (můžou si za to sami)
- vnějším vlivům (přisuzuji vinu situacím a okolnostem)

9. Jakou máte náladu po většinu dne? *

Označte jen jednu elipsu.

- Většinou mám špatnou náladu.
- Většinou mám neutrální náladu.
- Většinou mám dobrou náladu.
- Většinou mám neuvěřitelně dobrou náladu.

10. Vyberte výrok, se kterým souhlasíte ohledně inteligence. *

Označte jen jednu elipsu.

- Vaše inteligence je zásadní rys, který nelze měnit.
- Můžete se naučit nové věci, svou inteligenci ovšem ve skutečnosti změnit nemůžete.
- Bez ohledu na to, jakou máte inteligenci, můžete ji vždy trochu změnit.
- Vždy můžete z velké části změnit svou inteligenci.

11. Vyberte výrok o osobnosti a charakteru, se kterým souhlasíte. *

Označte jen jednu elipsu.

- Jsem určitý typ člověka a na tom opravdu moc nezměníte.
- Nezáleží na tom, jaký typ člověka jste, můžete se kdykoliv podstatně změnit.
- Můžete dělat věci jinak, ale důležité části své osobnosti ve skutečnosti změnit nemůžete.
- Klíčové vlastnosti svého osobnostního typu můžete kdykoli změnit.

12. Jste schopný/á uznat svoji vinu? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano, jednoduše
- Ano, ale stěží
- Jen málokdy
- Ne, dělá mi to problémy

13. Jste schopný/á ovládat své emoce podle potřeby? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano, jednoduše
- Ano, ale stěží
- Jen málokdy
- Ne, dělá mi to problémy

14. Co určuje, jak se cítíte? *

Označte jen jednu elipsu.

- situace a okolnosti
- nálada ostatních
- já sám/a

15. Jak se hodnotíte? *

Označte jen jednu elipsu.

- Cítím se jako nula.
- Necítím se jako vítěz.
- Cítím se, že jsem úspěšnější než většina lidí.
- Když se podívám na svůj život, vidím jen vítězství.
- Cítím se jako mimořádně úspěšný/á.

16. Umíte se vyjadřovat otevřeně a jednoznačně při komunikaci s člověkem, který je pro vás důležitý (šéf, partner, rodič atd.)? *

Označte jen jednu elipsu.

- Ano, jednoduše
- Ano, ale stěží
- Jen málokdy
- Ne, dělá mi to problémy

17. Jak vidíte svůj život? *

Označte jen jednu elipsu.

- Můj život nemá směr ani smysl, nemá účel ani význam.
- Neznám účel ani význam svého života.
- Mám náznak (ponětí) o účelu svého života.
- Mám celkem dobrý obraz o účelu nebo významu svého života.
- Vím hodně o účelu a významu svého života.
- Jsem si jistý/á ohledně účelu a významu svého života.

18. Jaký máte postoj k Vaší identitě? *

Označte jen jednu elipsu.

- snažím se ji najít
- svoji identitu si vytvářím sám/a
- svoji identitu přebírám od svého vzoru/ idola

Děkuji za spolupráci. Na základě analýzy dat bude vytvořen výstup k prevenci selhání. Bakalářská práce bude dostupná v druhé polovině roku 2022 na stránkách ČVUT v digitální knihovně:

<https://dspace.cvut.cz/handle/10467/3615>