INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

AUTOR:	Mgr. Hana Strádalová	ZNAČKA:	VY_32_INOVACE_12_0SZ_07
OBOR STUDIA:	Gastronomie Služby cestovního ruchu Management v gastronomii	ROČNÍK:	1., 2., 3.
PŘEDMĚT:	Společenskovědní základ Komunikace ve službách Společenskovědní seminář	VYTVOŘENO:	březen 2014
TEMATICKÝ OKRUH:	Vybrané otázky z teoretické a aplikované psychologie		
NÁZEV:	**Osobnost, vlastnosti osobnosti**		
ANOTACE, METODICKÝ POKYN:	Výukový materiál je vytvořen pro žáky 1. a 2. ročníku oboru Služby cestovního ruchu a Gastronomie pro předmět Komunikace ve službách, lze jej také využít v Základech společenských věd v 1. ročníku pro již uvedené obory a ve Společenskovědním semináři oboru Management v gastronomii. Soubor obsahuje výkladový materiál k tématu **Osobnost, vlastnosti osobnosti**, který je zpřístupněn žákům formou e-learningu. Žák se seznámí s definicí a strukturou osobnosti, získá přehled o některých skupinách osobnostních vlastností. Žák se pod svým uživatelským jménem a heslem přihlásí do výukového prostředí http:/moodle.ssss.cz. Pod názvem příslušného předmětu a tematického okruhu vyhledá nabídku kurzů. Zadaný kurz obsahuje výkladový materiál, jež má žák prostudovat. Obsah a jednoduché zpracování náročného tématu odpovídá možnostem a předpokladům žáků. Kurz obsahuje také krátký kontrolní test, který prověří, zda žák výukový materiál prostudoval. Kurz (výukový materiál a kontrolní test) nenahrazuje v plné míře prezenční výuku a zjišťování vědomostí a znalostí. Spuštění testu řídí vyučující. Ten nastaví pravidla, za kterých je možné test absolvovat (prostředí, čas, četnost opakování, hodnocení).		
ODKAZY A CITACE:	BEDRNOVÁ, Eva; PAUKNEROVÁ, Daniela. *Psychologie prodeje pro střední odborná učiliště*. Praha: FORTUNA, 1995, ISBN 80-7168-195-4. BENDL, Stanislav. *Maturita ze společenských věd*. Olomouc: Nakladatelství Ivan Skřivan ml., 1997, ISBN 80-902261-1-6. HELUS, Zdeněk. *Psychologie pro SŠ*. Praha: FORTUNA, 1995, ISBN 80-7168-245-4. ČÁP, Jan; MAREŠ, Jiří. *Psychologie pro učitele*. Praha: PORTÁL, 2001, ISBN 978-80-7478-463-X.		

Charakteristika osobnosti

Definice
Osobnost je soubor fyzických a duševních vlastností, které jsou zahrnuty v jeden celek, který je pro každého člověka typický a charakteristický a odlišuje ho od ostatních (v pozitivním i negativním smyslu).

Osobnost člověka se formuje v průběhu života na základě vrozených (biologických) předpokladů v kontaktu s životním a sociálním prostředím a za přispění vlastní aktivity jedince.

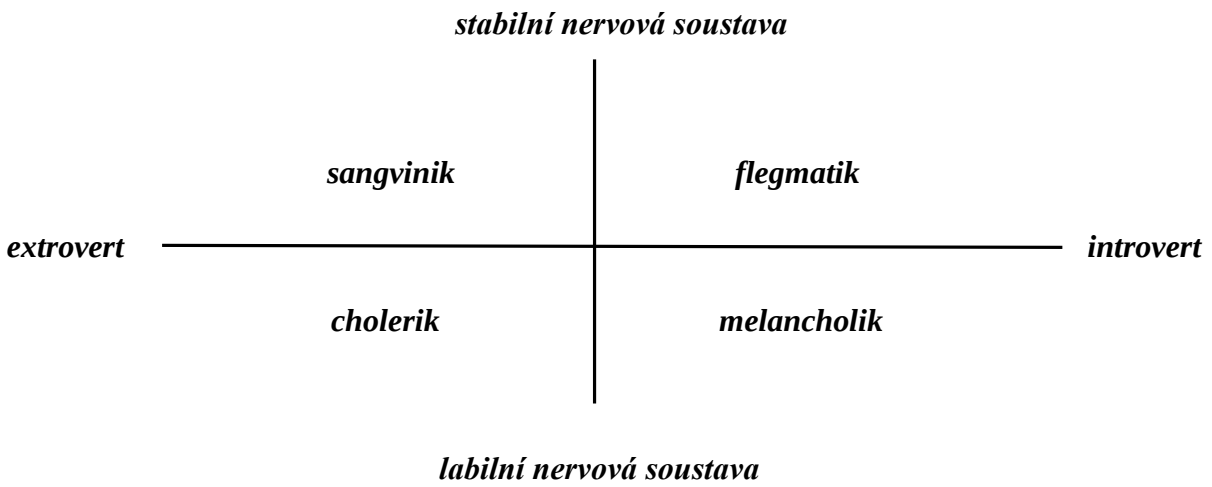
Co tvoří strukturu osobnosti?

- **Vlastnosti** jsou stálé, obecné charakteristiky, na jejichž základě můžeme předvídat, jak se člověk v dané situaci zachová.
- **Rysy** jsou dílčí charakteristiky, vázané na určité situace (letový dispečer je schopen sledovat několik panelů najednou).
- **Stavy osobnosti** jsou citová rozpoložení, ovlivňují naši výkonnost (strach, zoufalství, pozornost).
- **Zkušenostní obsahy** (vědomosti, vybavenost pro naše jednání).
- **Psychické procesy** jsou vnitřní děje, které probíhají v důsledku působení okolního prostředí.

• Dynamické vlastnosti (temperament)

Temperament je soubor vlastností, které se vztahují k citovému reagování. Vyjadřuje intenzitu celého prožívání a chování osobnosti. Je jednoznačně ***určován vrozeným biologickým základem***, ale je možné jej kultivovat a zjemňovat. Konflikty mezi typem temperamentu a stylem výchovy vedou k narušení psychiky (např. poruchy chování).

Temperament někdy charakterizujeme jako ***tempo psychických činností***. Jeho projevy jsou navenek snadno pozorovatelné v chování. Lidé se navzájem liší svou činorodostí, různým tempem řeči, pohybů, intenzitou projevu. Mohou být dynamičtí až výbušní, ale také neteční nebo pozdě reagují na vnější podněty.



Hippokratova typologie temperamentu (podle poměru tělesných tekutin)

- ***Sangvinik*** *(krev)* - emočně stabilní extrovert. Vyznačuje se především přiměřenou reaktivitou; na slabé podněty reaguje slabě, na silné podněty silně; dominuje u něho reakce typu „slaměný oheň“ - rychlé doznívání zážitku a rychlé změny zaměření; je přizpůsobivý, emočně vyrovnaný, ale poněkud nestálý a lehkovážný, vesele laděný, optimistický, jeho prožitky jsou spíše mělké a stejně tak i jeho city.
- ***Flegmatik*** *(sliz; hlen)* - emočně stabilní introvert. Je emočně celkem vyrovnaný, navenek se jeví jako lhostejný, vzrušují ho jen velmi silné podněty, vykazuje stálost a mnohdy spokojenost, klid až a chladnokrevnost či apatii; hlubší vztahy má jen k vybraným osobám; je spíše pasivní a bez velkých životních ambicí a požadavků, nemá rád změny a pohybově je spíše úsporný.
- ***Melancholik*** *(černá žluč)* - emočně labilní introvert. Vyznačuje se hlubokými prožitky a spíše smutným laděním, pesimismem a strachem z budoucnosti; život je pro něj často obtížný, usiluje o klid a nesnáší vypjaté situace, vzruchy, hlučnost, jeho city jsou trvalé, ale jejich intenzita se neprojevuje navenek, žije spíše vnitřně; obtížně navazuje kontakty, vztahy, které naváže, jsou trvalé a hluboké.
- ***Cholerik*** *(žluč)* - emočně labilní extrovert. Je silně vzrušivý, má sklon k výbuchům hněvu a k agresi, těžko se ovládá a reaguje často impulzivně, nerozvážně, má sklon „prorážet hlavou zeď“, je netrpělivý, panovačný, vyžaduje často od jiných ústupky, je egocentrický, soužití s ním je obtížné; emočně je labilní, city jsou u něho vyvolány snadno, navenek reaguje rychle, silně, často bez zábran.

Později tuto teorii zdokonalil psycholog Hans Eysenck.

Typologie Carla Gustava Junga

C.G.Jung položil základy dělení temperamentu v závislosti na přístupu k okolnímu světu.

- ***Introvert***
  Člověk žijící především svým vnitřním životem, avšak velmi vnímavý ke svému okolí, přemýšlivý, empatický pozorovatel, rozvážný ve svém jednání a opatrný ve svých citech, má sklony k mlčenlivosti v případě neexistence relevantního tématu, preferuje nepřímou komunikaci (e-maily, dopisy, SMS) před hovorem. Ve společnosti preferuje menší skupinky (méně než 5-10 osob) introvertních lidí. V případě nutnosti je po určitou dobu schopen se chovat extrovertně.
- ***Extrovert***
  Člověk žijící navenek – povrchní a spontánní ⇒ snadno komunikuje a dokáže zahajovat a udržovat i hovor „o ničem“, jedná rozhodně a rychle až zbrkle, po citové stránce je velmi otevřený, ale jeho city jsou taktéž povrchní a je méně vnímavý ke svému okolí. Ke spokojenosti potřebuje být v centru dění, nejlépe i pozornosti, tudíž se rád objevuje na akcích s větším množstvím lidí.
  Často rozšířeným mýtem je tvrzení, že introvertní osobnost je nevšímavá vůči svému okolí a naopak extravertní velmi všímavá.

Ve skutečnosti je to však obráceně – extrovertní osobnost je sice schopna vjemy ze svého okolí vnímat ve velkém množství, ale méně intenzivně. Důvodem vytrvalého přežívání tohoto mýtu je skutečnost, že introvertní osobnost si sice všímá mnohem více detailů, ale nechává si je pro sebe. Zároveň však vysoká kvalita vjemů způsobuje problémy s přetížením vnitřního myšlenkového procesu a pocity zmatenosti, vyčerpání.

Míra introverze též často roste s narůstajícím intelektem. Poměr introvertů a extrovertů v populaci je přibližně 1 : 3.

Vlastnosti jednotlivých typů temperamentu:

- ***Sangvinik:*** společenský, přístupný, hovorný, živě reaguje, nenucený, čilý, bezstarostný, rád vede a řídí.
- ***Cholerik:*** nedůtklivý, neklidný, agresivní, vznětlivý, mění postoje, impulsivní, optimistický, aktivní.
- ***Flegmatik:*** pasivní, pečlivý, rozvážný, mírumilovný, ovládá se, spolehlivý, klidný, náladově vyrovnaný.
- ***Melancholik:*** náladový, úzkostlivý, střízlivý, pesimistický, rezervovaný, nespolehlivý, tichý.

• Charakterové vlastnosti

Jsou to poměrně stálé charakteristiky, podle kterých můžeme usuzovat, ***jak se člověk v dané situaci zachová.*** Vyjadřují náš vztah:

- ***k sobě samému*** (sebeúcta, sebevědomí, egocentrismus),
- ***k jiným lidem*** (dobrosrdečnost, vstřícnost, pokrytectví, upřímnost),
- ***k práci*** (pečlivost, důslednost, dochvilnost, lenost).

Tvoří se v průběhu života (jsou to ***vlastnosti získané*** nikoliv vrozené) z vlastních zkušeností nebo přebíráme hotové postoje našich blízkých. Nejdůležitější období pro tvorbu charakteru je dětství 0 – 2 - 6 let.

Typy charakteru:

1. ***amorální*** (nebere ohled na ostatní),
2. ***konformní*** (chová se tak, jak se chovají ostatní – skupina, vzory - nezávisle na tom, zda to je správné),
3. ***racionálně vědomý*** (chová se tak, jak předpokládá, že je to správné, bez vnitřního přesvědčení),
4. ***altruistický*** (chová se správně z vlastního přesvědčení).

• Volní vlastnosti

Jsou vlastnosti, které souvisí s vůlí člověka.

Vůle: ***cílevědomé soustředění aktivity na dosažení vytyčeného cíle***. Je to typicky lidská vlastnost, u každého jedince se projevuje individuálně. Chorobný nedostatek vůle se nazývá ***abulie***. Projevuje se jako nedostatek podnětů k činnosti, jako neschopnost jedince rozhodovat a správně jednat, přestože si uvědomuje nezbytnost této činnosti. Postižený se může dostat až do fáze, kdy ztratí vůli úplně a je tedy v sociální izolaci. Abulie je závislé a tudíž léčitelné onemocnění, které je vždy příznakem onemocnění jiného např. deprese.

Projevy vůle souvisí s těmito schopnostmi člověka:

- určit si blízké nebo vzdálené cíle (a reálné), plánovat jednání, které k nim povede a překonávat překážky.

Fáze volního jednání:

1. ***vytýčení cíle*** (maturita);
2. ***volba prostředků*** (pravidelně docházet na konzultace, opatřit si doporučenou studijní literaturu, připravovat se na zkoušky, mít dobré vztahy s vyučujícími, omezit sledování televizních novel, zaplatit si hodiny doučování, omezit setkání s přáteli, posilovat fyzickou i duševní kondici, změnit životosprávu, naučit se hospodařit s časem);
3. ***překonávání překážek*** (dlouhodobá nemoc- přerušit ročník a po uzdravení opět nastoupit);
4. ***dosažení cíle.***

Volní vlastnosti jsou ***vlastnosti získané***, které se tvoří v průběhu života. Musíme se naučit posilovat ty vlastnosti, které nám pomohou překonávat překážky v průběhu volního úsilí:

- **cílevědomost** (x bezcílnost),
- **vytrvalost** (x liknavost),
- **rozhodnost** (x váhavost),
- **sebeovládání** (x impulsivita),
- **samostatnost v rozhodování,**
- **iniciativnost** (x pasivita).

• Výkonové vlastnosti

Jsou vlastnosti, které ***určují míru úspěšnosti člověka v jeho činnostech.*** Kvalitní pracovní činnost je závislá na schopnostech, vědomostech a dovednostech. Schopnosti jsou duševní vlastnosti, které nám umožní úspěšné vykonávání určité činnosti. Základem schopností jsou vlohy, ale především jsou formovány a zdokonalovány v procesu učení. ***Talent*** je soubor schopností a tvůrčí přístup k činnosti. ***Genialita*** je mimořádný talent.

1. **Vlohy** (nadání, talent) jsou vrozeným biologickým předpokladem pro rozvoj schopností.
2. **Schopnosti** se tvoří v průběhu života na základě vrozených předpokladů.

   Rozlišujeme:

   - ***senzorické schopnosti***, které souvisí se smyslovými orgány (hudební sluch, rozpoznávání barev, pachů, chutí),
   - ***intelektové schopnosti*** charakterizujeme jako zprostředkované a zobecněné poznání, úroveň rozumových schopností,
   - ***psychomotorické schopnosti*** - jde o činnost nervové soustavy a kosterního a svalového aparátu, máme na mysli koordinaci, přesnost a ladnost vykonávaných pohybů, manuální zručnost, schopnost přesně splnit pohyb, který nám určuje mozek.

3. **Vědomosti, dovednosti, návyky.** Dovednost je duševní vlastnost, která umožní člověku specializovaný výkon, který je podmíněn pečlivým nácvikem.
4. **Inteligence** je všeobecná rozumová schopnost, která nám umožní usuzovat, dávat věci a jevy do souvislostí a předvídat důsledky svého jednání. Měříme ji inteligenčními testy a výsledkem je IQ, které vypočítáme:

$$IQ = \frac{\text{mentální věk (úroveň rozumových schopností podle testu)}}{\text{chronologický věk (skutečný)}} \times 100$$

Inteligence je vrozená, ale během života ji můžeme navýšit až o 15% např. sebevzděláváním a zkušenostmi.

Při posuzování pracovních schopností bereme na zřetel tyto skutečnosti:

- Ne každá vloha se musí stát schopností. Není-li cvičena, zůstane nevyužita.
- Ne každou schopnost můžeme vypěstovat. Chybí-li vloha, nebude existovat ani schopnost.
- Vlohy jsou u každého individuální, předurčují maximální hranici schopností. Snaha závisí na sebedůvěře a schopnosti posoudit možnosti realizace.

Úloha 1
Správně
Bodů 1 / 1
Úloha s vlaječkou
Upravit úlohu

Která z uvedených vlastností ***nepatří*** mezi volní vlastnosti?

Vyberte jednu z nabízených možností:

- a. cílevědomost
- b. liknavost
- c. vytrvalost
- d. mírumilovnost ✓
- e. samostatnost v rozhodování

Úloha 2
Správně
Bodů 1 / 1
Úloha s vlaječkou
Upravit úlohu

Ve třídě máme sangviniky, choleriky, flegmatiky, ale najdou se mezi námi i .....

Doplňte chybějící slovo ve větě tak, aby tematicky a logicky navazovalo na výše uvedené:

Odpověď: melancholici

Úloha 3
Správně
Bodů 1 / 1
Úloha s vlaječkou
Upravit úlohu

Označte skupinu vlastností typických pro sangvinika:

Vyberte jednu z nabízených možností:

- a. náladový, úzkostlivý, tichý
- b. rozvážný, klidný, pasivní
- c. společenský, hovorný, agresivní
- d. společenský, hovorný, nenucený ✓

Úloha 4
Správně
Bodů 1 / 1
Úloha s vlaječkou
Upravit úlohu

Petr chodí do čtvrté třídy a má docela dobré známky. Nejvíce ho baví přírodopis. Bohužel se mu nedaří psát pěkně a úhledně. Nedokáže napsat psací písmena do řádků v sešitě. Obvykle píše tiskacími písmeny, ale i tak píše hodně kostrbatě a nečitelně.

V textu jsou popisovány Petrovy:

Vyberte jednu z nabízených možností:

- a. intelektové schopnosti
- b. psychomotorické schopnosti ✓
- c. senzorické schopnosti

Úloha 5
Správně
Bodů 1 / 1
Úloha s vlaječkou
Upravit úlohu

Markéta je vstřícná, dobrosrdečná, upřímná, důsledná, přátelská. Vždycky myslí spíše na druhé lidi a sebe vůbec neřeší.

Napište, jak se nazývá skupina vlastností, které jsou v textu popisovány:

Odpověď: charakterové ✓

Úloha 6
Správně
Bodů 1 / 1
Úloha s vlaječkou
Upravit úlohu

O vlastnostech temperamentu říkáme, že jsou:

Vyberte jednu z nabízených možností:

- a. získané v průběhu života
- b. odpozorované od našich vzorů
- c. naučené
- d. vrozené ✓

Úloha 7
Správně
Bodů 1 / 1
Úloha s vlaječkou
Upravit úlohu

Pojem ***altruista*** znamená člověka, který:

Vyberte jednu z nabízených možností:

- a. chová se správně z vlastního přesvědčení ✓
- b. nebere ohlaed na ostatní
- c. chová se v souladu s chováním skupiny