

## OSOBNOST, ŠTĚSTÍ, UMĚNÍ

Teorie osobnosti, teorie štěstí i psychologická teorie umění se mohou na první pohled jevit jako málo spolu související témata. Opak je pravdou... V tomto příspěvku jde o shrnutí výzkumné, teoretické i praktické činnosti autora, jenž dostal prostor k tomu, aby prezentoval vybrané myšlenky na jednom místě. Čerpáno je především z vlastní tvorby 1977-2010, jejíž malá část je zahrnuta do přehledu literatury.

Personality theory, the theory of happiness and psychological theories of art may at first glance appear as not interrelated topics. The opposite is true... This paper represents a summary of research, theoretical and practical activity of the author, who was given space to present some ideas in one place. It draws primarily from the authors own work in 1977-2010 period, the small part is included in the literature review.

### 1. OSOBNOST

Koncept osobnosti patří k ústředním pojmům psychologických věd. Ke dnešnímu dni známe více než tři stovky definic a desítky koncepcí či teorií osobnosti (viz Smékal 2002, ze zahraničních např. Arndt 1974, Engler 1985, Drapela 1987, Monte 1995, Pervin 1996, Carducci 2009, Miserandino 2011, Cloninger 2012 aj). K jednotnému pohledu na osobnost zatím nedošlo. Pravděpodobně všichni badatelé se shodnou pouze na poznatku o individuální neopakovatelnosti, která je jedinečnou integrací všech psychických složek člověka. Pokusme se postoupit o krok dále.

Descartes vyšel ve svých filozofických úvahách od pochybnosti k faktu myšlení, který nakonec postuloval lidskou existenci (*cogito, ergo sum*). S využitím karteziánské skepse vycházíme z předpokladu, že člověk jako živá bytost musí splňovat určité podmínky sine qua non, které by přesně mohla definovat alespoň biologie. Tyto podmínky je možno reformulovat jako „potřeby“ (viz potřeba kyslíku, látkové výměny atd.). Každá potřeba má ex definitione svůj předmět a v tomto ohledu ji lze vymezit jako určitý nedostatek nebo naopak nadbytek něčeho v organismu. Aby byla potřeba uspokojena, musí se odehrát „aktivita“ jejího nositele, v jejímž rámci je dosaženo kýženého cíle (=předmět potřeby).

Nevelkým skokem dospíváme k sentenci v karteziánském stylu: POTŘEBUJI, TEDY KONÁM. Schématicky ji vyjádříme následujícím způsobem  
POTŘEBA – AKTIVITA – CÍL.

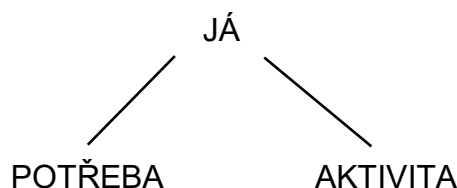
Většina dosavadních teorií osobnosti vychází z popisu jejích vlastností. Dokonce i struktura osobnosti bývá často chápána jako souhrn vztahů mezi vlastnostmi osobnosti. Osobnost jako agens je však třeba pochopit jako substanci a položit si nejen otázku, jaké má vlastnosti, ale především, co dělá. Právě takovýto přístup nahlíží na osobnost v kontextu její činnosti a pohybuje se na ose „potřeba a její uspokojení“.

Život můžeme z hlediska systémové organizace hierarchizovat do několika úrovní počínaje buňkou, přes organismus až ke společenstvím organismů. Společenství lidských organismů vytváří novou, supranaturální realitu, kterou známe jako společnost a kulturu. To poněkud komplikuje předmět vědeckého bádání, neboť lidský jedinec získává v interakci s jinými trojí

podstatu – přírodní, společenskou a duchovní, díky čemuž se pak komplikuje také úhrn jeho potřeb, kdy je nutno vedle biologických zkoumat také potřeby sociální a spirituální.

Povšimněme si dále, že Descartes obrátil svou pozornost nejen k naší existenci, ale také k tomu, že je „někdo“, kdo myslí, a že tento subjekt si uvědomuje sebe sama. Vědomí Já se tak stává sebeuvědomujícím nositelem aktivity. J. Piaget (1971) to kdysi vyjádřil velmi výstižně, když napsal, že Já je „centrem fungování“. Fakt, že si člověk uvědomuje sebe sama, je triviální a naprosto intuitivní, takže není těžké postavit jej do středu osobnosti, i když víme, že je člověk/osobnost nejen nositelem vědomí, nýbrž také nevědomí.

Další úvahou dospíváme k tomu, že Já má potřeby a je původcem aktivity. Vyjádříme to v následujícím schemata



Nyní se již nenacházíme daleko od návrhu přijmout toto schéma za základ univerzální teorie osobnosti. Osobnost je systémem a strukturu každého systému tvoří vztahy mezi jeho prvky a složkami (subsystémy). Některé systémy mají hierarchickou stavbu. Také osobnostní systém je jasně hierarchicky stavěný a jde jen o to, kterou jeho složku umístíme na samotný vrchol. Lze snadno nahlédnout, že u osobnosti je to sebeuvědomující Já.

Tedy nejvyšší organizační složkou osobnosti bude Já, a protože se k této instanci vztahuje řada strukturních a funkčních korelátů, je vhodné hovořit o jáském subsystému. Také potřeby a aktivity se přirozeně integrují do subsystémů, takže dospíváme ke třem základním osobnostním složkám, jež byly již dříve nazvány *egotická*, *motivační* a *výkonová* (Kulka, 1987, 2006, 2007).

J. Pogády a A. Nociar (1986, s. 104) uvádějí při popisu Royceovy teorie (1973, 1981) dvě Allportovy otázky týkající se integrativní jednoty osobnostního systému:

„Co způsobuje jednotné fungování systému v každé osobě? ... Co způsobuje, že systém je soudržný v kterékoli podobě?“

To jsou ony neuralgické body, kdy – dle našeho názoru – nelze vystačit pouze s úvahami o integraci senzorických, kognitivních, afektivních, hodnotících a motorických subsystémů, ale je třeba posunout se co nejvýše v osobnostní hierarchii. A co může být výše, nežli Já jako sebe sama si uvědomující konkrétní individuum? Nyní opomíjíme spirituální kontexty tohoto problému, které zahrnují otázky transcendence a vyšších duchovních realit, a také neuvažujeme patologické formy desintegrace osobnosti a podobně.

Odpověď na Allportovu otázku nacházíme v hierarchickém uspořádání faktorů osobní celistvosti, který svého času předložili F. C. Thorne a P. E. Nathan (1970, cit. podle Pogádyho a Nociara, 1986). Tito autoři uvádějí deset integračních úrovní: somatické podpůrné funkce – autonomní nervový systém – psychofyziologické podpůrné funkce – vědomí – afektivní ladění – nosné psychické funkce – výkonné funkce Já – vztah ke světu – celkový průběh života – vrcholné tvořivé momenty v lidském životě.

Identifikace výše uvedených tří osobnostních subsystémů není ovšem dostačující. U organizace osobnosti potřebujeme uvažovat ještě takové vlastnosti, které ji budou charakterizovat jako celek. Souhrn (nikoli aditivní, nýbrž multiplikativní) těchto individuálně-globálních vlastností nazveme „charakter“. Jednoduchým příkladem charakterové vlastnosti je třeba „pracovitost“. Je-li někdo pracovitý, znamená to, že je k (určité) práci motivován, že má pro ni schopnosti a je tedy s to ji provádět na uspokojivé úrovni a konečně se v ní seberealizuje, resp. daná pracovní aktivita je projevem jeho jáství.

Z uvedeného příkladu je patrné, že charakterové dispozice, globální osobnostní predikáty, nejen reprezentují osobnost jako celek, nýbrž i procházejí – ne vždy nutně a ne každý predikát – napříč, diagonálně (ve vztahu k hierarchickému strukturování tří výše zmíněných subsystémů) celou osobnostní strukturou. Není tedy náhodou, že v minulosti se samostatně rozvíjely tzv. charakterologie, jež byly namnoze pochopeny jako teorie celé osobnosti.

Obsah jednotlivých osobnostních podstruktur popíšeme v největší stručnosti:

V centru **egotického subsystému** osobnosti stojí Ego-koncept, s nímž se pojí zejména identita sebe, reálný a ideální sebeobraz a sebekoncepce. Vznikají na základě sebepoznání, sebeprožívání a sebehodnocení. Tento osobnostní subsystém má ovšem nejen vědomé, nýbrž také nevědomé složky.

Jádrem **motivačního subsystému** osobnosti jsou potřeby, ty se však profilují a stabilizují v zájmech a hodnotové hierarchii. Subjektivní logika hodnotových preferencí a jejich propojenost ovlivňuje individuální rozhodování a dodává osobnostnímu systému jeho svéráz a neopakovatelnost.

**Výkonový podsystém** lze popsat jednak v perspektivě průběhové dynamiky činností (temperament ovlivňující regulaci emocionalitu a motoriky) a jednak v perspektivě úrovně činností, kterou zajišťují vlohy, schopnosti, dovednosti a zkušenosti.

Konečně jádro **charakteru** tvoří vůle, která má energetický a intencionální parametr, a mravní vědomí, jehož obsahem jsou psychosociální vztahy k sobě a k jiným lidem. Právě charakter tvoří „souhrn společenských vztahů“, na němž se často staví sociálně-psychologická podstata osobnosti.

Schéma univerzální systémové struktury osobnosti je přirozeně reálně vázáno na „individuum“, jímž rozumíme konkrétně celistvý subjekt činnosti. Tento subjekt je – jak ukázal již A. N. Leont'jev (1978) – především genotypickým útvarem, jehož formování pokračuje dále v ontogenezi.

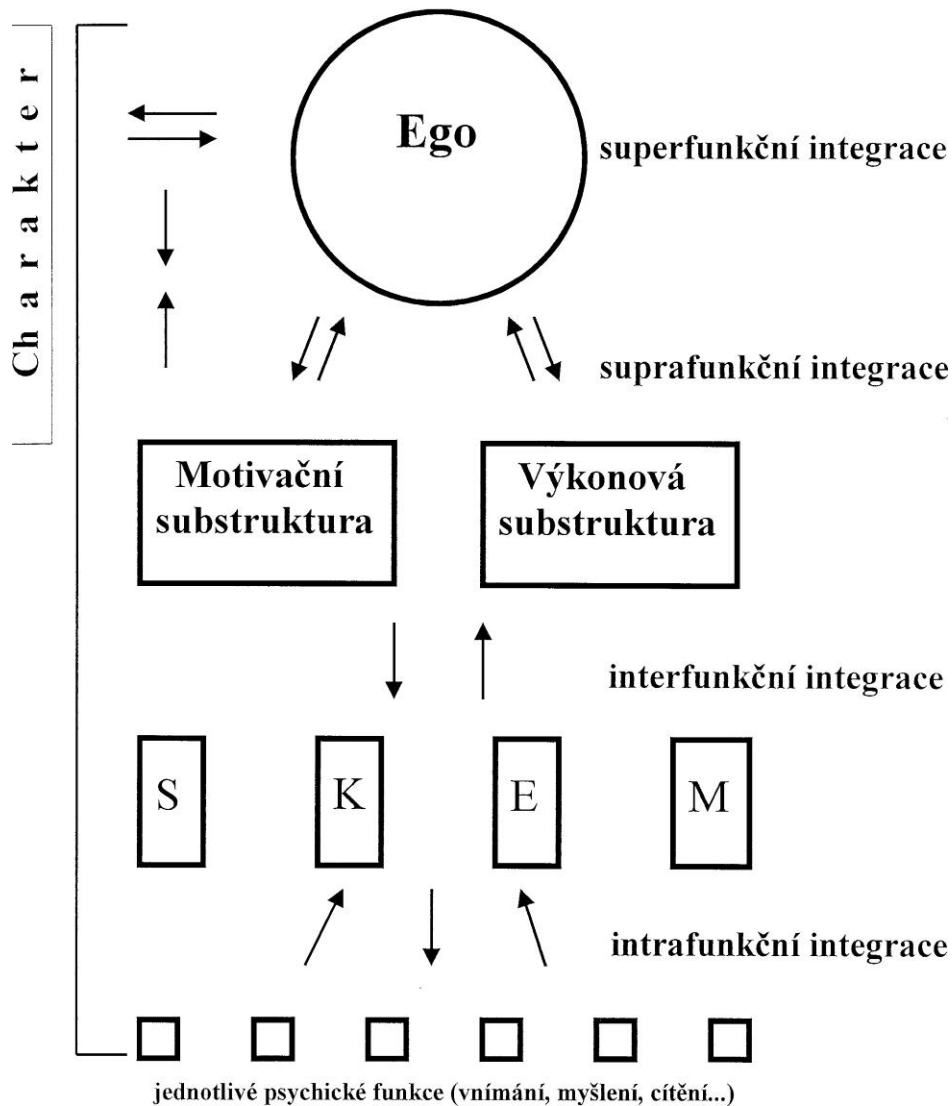
Psychologicky důležitou je otázka, jak osobnost vzniká. Byla formulována řada ontogenetických zákonitostí, z nichž pro tuto chvíli vystačíme s jedinou, již představuje tendence k integraci a diferenciaci jak psychických struktur, tak i procesů. V rámci integrace vznikají různé psychické struktury, které jsou nositeli psychických funkcí, jež se realizují pomocí různých neuropsychických procesů. Neuropsychologickým základem funkce jsou tzv. funkcionální systémy, které byly mnohokrát popsány již na úrovni neurofyziologie (viz např. Lurija, 1982).

Novorozenec přichází na svět s několika vrozenými funkcionálními systémy-reflexy (reflexní oblouky) a od tohoto okamžiku se psychika vyvíjí ke stále vyšší integraci a diferenciaci nejprve neuro( resp. psycho)fyziologických reakcí až k reakcím psychosociálním a spirituálním v dospělém věku. Je zřejmé, že nejprve se ustavují jednotlivé psychické funkce (vnímání, pozornost, paměť, myšlení, city atd.). Budeme hovořit o *intrafunkční integraci*. Brzy dochází k *integraci interfunkční*, jak nás o tom zpravuje vývoj senzomotorické inteligence, ale i dalších funkcí. Na této úrovni také lokalizujeme výše uvedené Royceovy subsystémy (senzorický, kognitivní, afektivní atd.). *Suprafunkční integrace* vede k ustavení motivačního a výkonového subsystému, které se projevují na ose potřeba-činnost. S vývojem řeči a rozvojem sociálních vztahů krystalizuje konečně sebeuvědomění a nukleární Self (Kohut, 1991), čímž jsou položeny základy *integrace superfunkční*. V období pubescence a adolescence pak ještě dochází k relativnímu dotvoření charakteru s jeho bazální, jádrovou podstrukturou vůle a mravního vědomí, které je vrcholem superfunkční integrace.

Schéma víceúrovňové osobnostní struktury s návazností na vývoj její integrace a diferenciaci ilustruje následující obrázek:

# Integrativní teorie osobnosti

Doc. PhDr. Jiří Kulka, CSc.



Dobře/zdravě integrovaná osobnostní/psychická struktura plní svou funkci/účel a můžeme tedy hovořit o eufunkci. Jejím narušením dochází k dysfunkci či malfunkci, čímž se dostáváme do oblasti psychopatologie.

Předložená teorie může být podkladem systemizace psychických a behaviorálních poruch. Podívejme se na následující tabulku, v níž jsou vyznačeny jednotlivé osobnostní podsystémy, jejich funkčnost a finalita, konečně pak integrační principy, tj. stmelující tendence.

SUBSYSTÉM TELEOLOGIE INTEGRAČNÍ PRINCIP	FUNKČNOST	FINALITA (ÚČELOVOST)	INTEGRAČNÍ PRINCIPY
<i>Charakter</i>	interakce	přizpůsobení	sociální vztahy
<i>Ego/Self</i> prožívání identita	uplatnění (existence)	seberealizace	identita sebe
<i>Výkony</i> úspěch transfer	aktivity	cíle (intence)	transference
<i>Motivace</i> uspokojení zdraví	potřeby	uspokojení	harmonie

Nacházíme se na úrovni superfunkční a suprafunkční integrace, tj. na úrovni osobnostních subsystémů. Jejich narušením dochází k nejméně závažným poruchám osobnosti – k charakteropatiím, k narcistickým poruchám, k hraničním poruchám osobnosti a konečně k poruchám motivace (vycházejí od poruch pudů) a aktivity. Na nižších úrovních integrace osobnosti se pak setkáme s poruchami vnímání, myšlení, emocí, paměti atd. Každá psychická porucha je tak výrazem desintegrace, resp. reintegrace osobnosti na určité úrovni nebo v určité oblasti psychických fenoménů. Protože však uvažujeme systémově, je třeba připomenout, že každá, třeba i lokální malfunkce má dosah pro fungování celého osobnostního systému.

Z hlediska naší teorie osobnosti je například poměrně jednoduché vymezení psychoterapie jako cílevědomé a plánovitě činnosti individuálního nebo skupinového charakteru, jejímž účelem je *korekce psychických (resp. behaviorálních) malformací*, tj. špatně utvořených (sub)struktur a funkcí, která vede k lepší adaptaci a seberealizaci osobnosti, tj. k jejímu šťastnějšímu životu (o štěstí viz dále).

Když probírá J. K. Zeig (2005) hlavní trendy historického vývoje psychoterapie, zmiňuje pět proudů – analytickou tradici, humanistickou tradici, behaviorální proud, systémové myšlení a komunikační přístup. I když je vyústění tohoto vývoje poněkud poplatné ericksonovskému zaměření autora, lze první čtyři kořeny psychoterapeutické tradice názorně vztáhnout ke čtyřem podstrukturám osobnosti.

Zatímco je cílem analytických terapií především odkrývání a porozumění vnitřním motivům osobnosti (*motivační subsystém*) a behaviorální přístup se soustřeďuje zejména na změnu chování (*výkonový subsystém*) – suprafunkční úroveň, humanistická tradice se pozvedá výše na superfunkční úroveň osobnosti a zajímá se především o její sebeuvědomění a sebeaktualizaci (*egotický subsystém*). Vztahové aspekty se dostávají přednostně do centra systémového myšlení v psychoterapii – nejen rodinné – a my je můžeme zkoumat na bázi celé osobnosti (*charakterový subsystém*). Další vývoj, ať už ericksonovský komunikační přístup anebo rozličné formy eklekticismu, spěje v přirozenou syntézu různých pohledů.

## 2. ŠTĚSTÍ

V psychologické a medicínské literatuře posledních desetiletí se stále častěji objevují témata, jejichž obsah charakterizují pojmy jako kvalita života, spokojenost se životem, pohoda, blaho, štěstí, osobní rozkvět (quality of life, satisfaction with life, wellness, well-being, welfare,

happiness, flourish). Tyto koncepty postihují pozitivní stránky lidského života, nicméně jsou používány zcela záměnně anebo se vzájemně nejednotně vymezují.

Podle 14. dalajlamy je pravým cílem našeho života hledání štěstí (Dalajlama, Cutler 1999). Přijmeme-li tento názor, pak hlavním úkolem psychologické pomoci je přispívat ke štěstí klienta a pomáhat mu své štěstí nalézt. Problémem však zůstává, co štěstím rozumíme. Není to jen filozofické téma (viz Haybron 2008, Kesebir, Diener 2008). Psychologie k jeho vědeckému zkoumání přispívá stále více a v posledních desetiletích přinesla řadu empirických poznatků.

V teorii štěstí i ve výzkumných projektech sice dosud nalézáme řadu konfuzí, je ovšem otázkou, zda lze vůbec pojem štěstí přesněji vymezit (Tatarkiewicz, 1976), neboť jeho obsah má mimo jiné také historicky proměnlivé aspekty (McMahon, 2006).

Psychologický přístup ke štěstí přesto vedl k poznatkům, které jsou vědecky zdůvodnitelné – šťastnější lidé jsou všeobecně společenštější, pružnější a tvořivější, lépe snášejí stres a snáze si poradí s konflikty všedního dne než lidé nešťastní. Šťastní lidé také vykazují takové vlastnosti jako otevřenost a ochotu sbližovat se s druhými lidmi a pomáhat jim (Diener, 2009, ad.). Žijí déle, jsou méně nemocní, zůstávají déle v manželství, páchají méně kriminálních činů, produkují více tvořivých myšlenek, pracují tvrději a dobře, vydělávají více peněz a více pomáhají jiným.

Dalšími široce akceptovanými poznatky jsou fakta, že štěstí závisí více na stavu mysli člověka než na vnějších událostech a že existuje jakási hladina štěstí, na niž se člověk vrací i po prožitku velkého štěstí nebo neštěstí. Částečně se na této hladině dokonce podílí dědičnost, takže prožívání štěstí je do určité míry podmíněno dokonce biologicky.

## **ŠTĚSTÍ JAKO LIMITA POZITIVNÍHO PROŽITKU A POSTOJE**

Životní štěstí se vymezuje těžce a ve vztahu k osobní pohodě je lze jak nadřadit, tak i podřadit. Tento příspěvek je příkladem vymezení „štěstí“ jako střešního pojmu a navíc jako pojmu velmi komplexního a synergického, tj. zahrnujícího nejen emocionální, nýbrž také kognitivní a konativní aspekty, včetně etických a axiologických momentů.

Vycházíme z prosté intuice. Ať už je štěstí zatíženo jakýmkoli významem, je jisté, že jde o vrcholnou životní kvalitu, která zahrnuje sentence typu „více již nechci“. Je také zřejmé, že „být šťasten“ je více nežli jen „být spokojen“. A koneckonců „být v pohodě“ nemusí obsahovat „být šťasten“. Dále pak, štěstí může zahrnout také chvíle nepohody či dokonce bolesti, jsou-li smysluplné a naplňující – životní pohoda bolest vylučuje ex definitione in sensu.

Zkrátka „štěstí“ je limitou pozitivního prožitku, ale také dlouhodobějšího stavu a životního postoje. Zahrnuje všechny možné dimenze života a není náhodou, když dalajláma říká, že smyslem života je být šťasten a nikoli jen spokojen či v pohodě. Štěstí zahrnuje také vrcholné duchovní prožitky. Jinými slovy a znovu, život spokojený a v pohodě nemusí být také životem šťastným. Na druhé straně život šťastný má maximální možnou kvalitu. Jak uvidíme dále, není to předem daný normativní požadavek, jak by se mohlo zdát, nýbrž je to vrcholná potencialita materiálně i duchovně naplněné individuální existence lidského jedince.

## **DEFINICE ŠTĚSTÍ**

Pro další psychologický výzkum, teorii i praxi, je důležité pojem štěstí co nejpřesněji vymezit a operacionalizovat mimo jiné také proto, že se jeho obsah prolíná s dalšími, v poslední době aktuálními pojmy (viz výše). Třebaže tyto koncepty mnozí autoři zaměňují, je důležité je odlišit (Kulka, 2009, 2010). Štěstí může navíc zahrnout i negativní momenty, což potvrdila

řada výzkumů (Lyubomirsky, 2001, Seligman, 2002, Peterson, Park, Seligman, 2004, Schwartz, 2004, Haybron, 2008, Kesebir, Diener, 2008, Veenhoven, 2008, Diener, 2009).

Jak již bylo zmíněno, štěstí je především subjektivním postojem a prožitkem. Díky egodefenzivním mechanismům je ovšem člověk schopen potlačit, bagatelizovat, sublimovat a tak podobně různé nedostatky a vsugerovat si své štěstí, které z pohledu jiných bude hodnoceno odlišně. Nicméně je zřejmé, že šťastný život má také své objektivní stránky. Kromě psychologů na to poukázali sociologové a ekonomové (viz např. Oswald, 1997, Frey, Stutzer, 2002, Hagerty, Veenhoven, 2003, Schyns, 2003). I když štěstí samo o sobě nezajistí, může k němu přispět dobré zaměstnání, solidní finanční příjem, bydlení, bezpečnost nebo třeba způsob vlády v zemi.

Objektivní podmínky šťastného života jsou registrovány a porovnávány u různých zemí v tzv. OECD Better Life Index (2012). Tento index zahrnuje 11 kategorií:

1) kvalitu bydlení, 2) ekonomický příjem, 3) zaměstnanost, 4) sociální kontakt a podporu, 5) úroveň vzdělání, 6) kvalitu životního prostředí, 7) způsob vládnutí v zemi, 8) zdraví, 9) spokojenost občanů, 10) zajištění bezpečnosti a konečně 11) rovnováhu práce a volného času.

Zatím nejintenzivnější výzkumnou pozornost věnovali štěstí pozitivní psychologové (Csikszentmihalyi, Diener, Lyubomirsky, Peterson, Seligman a řada dalších).

Byly vymezeny tři konstituenty štěstí: (i) příjemnost či pozitivní emoce (pleasure); (ii) zapojení se, životní angažovanost (engagement); (iii) smysl, význam (sense, meaning).

„Příjemnost“ představuje hédonický aspekt štěstí, který má ovšem své hranice. Pozitivní emocionalita je vrozená, a proto i prožívání štěstí má – z evolučního pohledu – genetický základ.

Uplatnění „engagement“ ústí do gratifikace, tj. uspokojení, které nás celé zaplaví. Díky tomu jsou do prožitku štěstí zataženy také charakterové ctnosti, jako je kreativita, sociální intelligence, smysl pro humor, vytrvalost a zhodnocení krásy a dokonalosti (blíže viz Peterson, Seligman, 2004).

Využití našich charakterových předností se musí konečně vztahovat k něčemu, co nás přesahuje a zahrnuje naši touhu po „smysluplnosti života“.

Později M. Seligman (2011) rozšířil koncept štěstí na pět faktorů – PERMA (k původním třem přidal „positive relationships“ a „accomplishment“).

M. Csikszentmihalyi (1990) popisuje šťastný zážitek jako plynutí mysli (flow), jež má blízko k zenovému stavu totální jednoty, splynutí s tím, co děláme. Příkladem je, když jsme uchvázeni dobrou knihou nebo filmem. „Flow“ dosáhneme tehdy, když dojde k rovnováze obtížnosti úkolu a naší schopnosti splnit jej.

C. Peterson et al. (2005) vypracovali psychometrické nástroje k posouzení všech tří cest ke štěstí a zjistili, že lidé mají tendenci preferovat jeden z uvedených tří aspektů. S ohledem na ně pak hovoří o „příjemném životě“, o „dobrém životě“ anebo o „plném životě“.

Shrněme několik dalších významných zjištění z výzkumů: Malá explanační síla objektivních proměnných vede k alternativním přístupům k problému, kdy jsou více zohledňovány subjektivní proměnné – tedy to, jak šťastní lidé interpretují různé události, jak na ně reagují, jak přemýšlí. Štěstí je pak pojednáno jako charakteristika osobnosti, nikoli života či okolností.

Pro psychologické poradenství a terapii má velký význam objev dvou alternativních způsobů rozhodování (Schwartz, 2004). První strategie je založena na snaze o výběr nejlepší možné alternativy, aby bylo dosaženo maxima úspěchu či přínosu. Druhá strategie předpokládá výběr takové alternativy, která je přijatelná nebo alespoň „dostatečně dobrá“. Maximalizace zisku koreluje se štěstím negativně, tedy lidé skromnější jsou také šťastnější!

Dále, šťastní lidé aplikují po rozhodnutí takové strategie, které redukují disonanci a posilují pozitivní emoce a sebedůvěru. Tito lidé se méně srovnávají s vrstevníky a nejsou senzitivní ani na jejich úspěchy, ani neúspěchy.

Šťastní lidé se také méně zabývají sami sebou, méně analyzují své myšlenky a pocity. Svě pozitivní zkušenosti chápou jako více pozitivní, zatímco negativní zkušenosti vnímají jako méně negativní. Více používají humor při zpracování negativních událostí a více se soustředí na možnosti zlepšení. Jsou také připraveni hodnotit lidi a různé situace pomocí pozitivních pojmů a kritérií.

Jedním z předních a mnohaletých badatelů v oblasti psychologie štěstí je E. Diener (2009 ad.). Na jeho příkladu můžeme ilustrovat konfuzi různých pojmů. Za základní komponenty psychické pohody (well-being, psychological wealth) považuje:

- životní spokojenost a štěstí
- duchovnost a životní smysluplnost
- pozitivní postoje a emoce
- láskyplné sociální vztahy
- sebenaplňující aktivity a práce
- hodnoty a životní cíle k jejich dosažení
- fyzické a mentální zdraví
- materiální dostatek k uspokojení našich potřeb

Teorie H (happiness-štěstí) má s tímto pojetím stejně tak mnoho společného, jakož i odlišného (viz dále).

Podle Dienera musí být portfolio štěstí vyvážené. Příliš mnoho štěstí v jedné oblasti může být prožíváno jako méně příjemné. Štěstí totiž přesahuje příznivé životní okolnosti, jako je zdraví, bohatství, úspěch v práci nebo dobrá rodina. To je důležitá diferenciální charakteristika ve srovnání se spokojeností či životní pohodou (satisfaction, well-being). V tomto bodu je naše teorie H podobná.

Štěstí má být dále nahlíženo z hlediska jeho funkcí, nikoli pouze jako příjemný prožitek. Štěstí pochází z činu, nikoli z majetku (doing rather than having). I v situaci, kdy se máme dobře a vše se děje uspokojivě, se můžeme cítit nedostatečně šťastni – potřebujeme nové cíle a výzvy, jinak nastupuje nuda.

Pro šťastné je svět a život snazší než pro nešťastné. Vrcholy jsou vnímány jako nižší, vzdálenosti jako kratší. Je tomu tak proto, že je štěstí spjato s aktivitou a perspektivním myšlením, s progresivním vývojem. Šťastní lidé interpretují situace, jichž se účastní, takovými způsoby, které podporují pozitivní emoce a dobré sebepojetí.

## **OBSAH A ROZSAH POJMU „ŠTĚSTÍ“**

Uvedené vymezení pojmu štěstí může být diskvalifikováno předpokladem, že pokud osobní pohoda (well-being) zahrne také prožitek štěstí, není jí třeba štěstí nadřazovat, neboť štěstí se pak stává její součástí. Tímto směrem se ubírají E. Diener, C. N. Scollon a R. E. Lucas (2004), kteří navrhli pojetí osobní pohody jako dynamického systému, jehož základem je mnohaúrovňová povaha štěstí. Jenže onen provázaný soubor různých aspektů štěstí nabízí otázku, zda právě proto by štěstí nemělo být postaveno na samotný vrchol hierarchie pozitivních životních prožitků a postojů, tedy i nad osobní pohodu.

Dienerovo, Scollonovo a Lucasovo pojetí lze v určitých intencích ubránit. Štěstí pak zapadne do obsahu i rozsahu životní pohody. Skutečnost, že „štěstí“ svým rozsahem přesáhne „well-being“, je však na závadu. Kromě toho je známo, že lze prožít pocit štěstí nebo si uvědomit tuto životní kvalitu mimo životní pohodu. Mnozí martyrové a světcí zvolili přece životní nepohodu před pohodou, aby dostáli svého přesvědčení. Jak by mohl být šťasten Jan Hus, kdyby byl před kostnickým koncilem odvolal své učení! Tím nemá být řečeno, že konec jeho života na hranici byl šťastným, i když také tato možnost stojí za úvahu. Jinými příklady

mohou sloužit indičí duchovní, kteří se na poslední léta svého života ubírají do fyzické nepohody lesů a hor, aby zde meditovali a dosáhli nirvány.

Za štěstí bývají nejčastěji považovány tělesná zdatnost a dobré zdraví, mládí, kvalitní vzdělání a výchova, atraktivní zaměstnání, v jehož rámci se člověk seberealizuje (práce koničkem), vyšší finanční ohodnocení a určitá míra bohatství, zdařilé partnerství a/nebo rodina, z osobnostních vlastností pozitivní sebehodnocení, extraverté, víra, naděje, optimismus, nadání a inteligence. To však jsou jen parciální delimitace, které do šťastného života jistě patří, obsah „štěstí“ ovšem zcela nevyčerpávají. Na druhé straně – vzhledem k subjektivitě hodnocení vlastního štěstí – se mohou stát jeho ústředním motivem na životní cestě.

Štěstí může být obecně chápáno jako prožitek, jenž je spjat s pozitivními emocemi, jako je spokojenost, blaženost až intenzivní radost. Může však být pochopeno také jako „dobrý život“ ve smyslu starořeckého *eudaimonion*. Má tedy své biologické a psychologické aspekty, stejně jako rozměry filozofické, resp. spirituální. Můžeme se na ně podívat ze dvou základních hledisek, které lze lapidárně vyjádřit dvěma otázkami: Cítíš se šťasten (hic et nunc)? Anebo Považuješ svůj život za šťastný? Jinými slovy, jde o rozdíl aktuálního a habituálního, či prožitkového a hodnotově-postojového stránky životního štěstí.

## STRUKTURA „ŠTĚSTÍ“ A JEHO VZTAH K OSOBNOSTI

Je principiální otázkou, co všechno by životní štěstí mělo zahrnout. Našemu chápání a přístupu velmi vyhovuje šest základních dimenzí pohody C. D. Ryffové a C. L. M. Keyesové (1995), které by bylo téměř možno přejmenovat na dimenze štěstí:

1. osobní autonomie, tj. nezávislost a sebeurčení,
2. sebeakceptace, tj. pozitivní postoj k sobě,
3. dobré vztahy s druhými, vč. zájmu o jejich blaho,
4. zvládnání životního prostředí (environmental mastery),
5. smysl života a směřování k němu,
6. osobní rozvoj, vč. otevřenosti všemu novému.

Přesah od osobní pohody k životnímu štěstí, jak je chápáno zde, lze spatřovat zejména ve dvou posledních dimenzích. Uvědomovaný smysl života a snaha o osobní rozvoj nebývají k nalezení u všech jedinců, kteří se považují za spokojené a v pohodě. Mnohem častěji uslyšíme lidový bonmot „Hlavně zdravíčko!“, který má sice své neoddiskutovatelné oprávnění, avšak zdaleka není dostačující.

Vztažení štěstí k osobnosti vždy záleží buď na vybrané personologické teorii, nebo na psychometrickém nástroji, který je použit. Pro naše potřeby volíme systémovou integrativní teorii (Kulka, 2006, 2007, viz výše), kde pracujeme se čtyřmi substrukturami osobnosti – motivační a výkonovou, egotickou a charakterovou, jak uvedeno výše. Psychická regulace a řízení činnosti se v tomto pojetí rozvíjí na základě stanovení motivu a cíle, psychického programu jeho dosažení a konečného vyhodnocení efektu. Zahrnuje úroveň biologické, psychologické, sociokulturní i spirituální. Promítla se také do naší teorie H (Kulka, 2007).

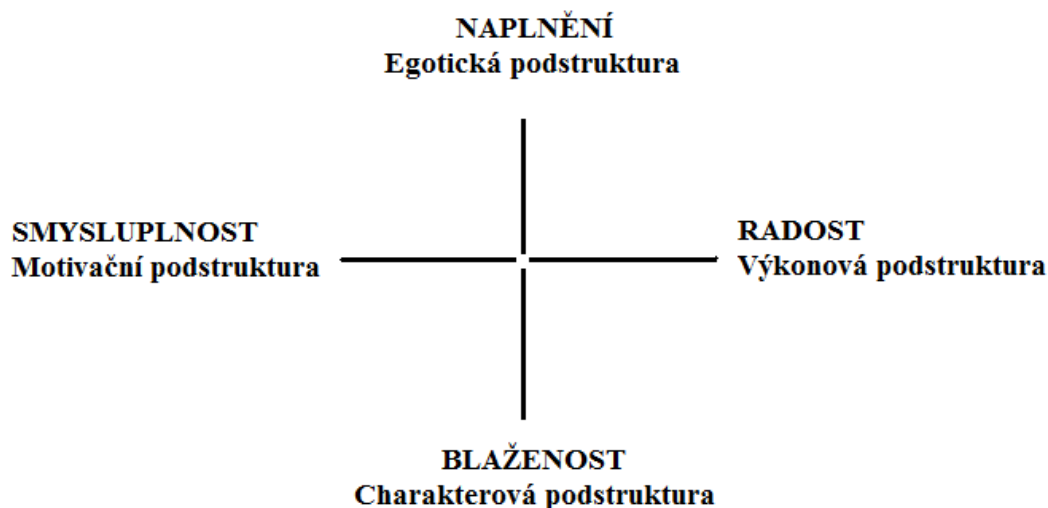
**Štěstí jsme vymezili jako synergický stav radosti, blaženosti, naplněnosti a smysluplnosti.** Může jít o aktuální prožitek anebo o celkové hodnocení života. Provedeme explikaci zavedených pojmů.

- A. *Radost* je citem, který následuje zdar, jinými slovy dosažení cíle činnosti, anebo nějakou akvizici. Opakem radosti je zklamání, nikoli smutek, jak se často uvádí. Za protiklad smutku považujeme veselost.

- B. *Blaženost* je stav tělesné, duševní nebo duchovní rozkoše. Řadíme zde mimo jiné také prožitky dobrých vztahů s lidmi anebo třeba prožitky mystické, nemluvě na druhé straně o dobrém jídle, sexu nebo lahodném spánku.
- C. *Naplněnost* bývá v psychologických kontextech definována jako seberealizace či sebeaktualizace. Jde tedy o co nejoptimálnější realizaci individuálního potenciálu člověka.
- D. *Smysluplnost* je stavem pochopení a akceptace účelnosti života. Chápeme ji v souvislosti s životními cíli, hodnotami a ideály. Ještě užitečnější by mohlo být vymezení smysluplnosti jako nalezení něčeho, pro co může člověk žít.

Struktura štěstí vychází ze struktury osobnosti. Zatímco radost provází výkonovou motivaci činnosti, blaženost náleží charakteru, naplněnost se pak týká egotické podstruktury a konečně smysluplnost bytí je vyústěním či pozadím motivačních regulací.

Schématické vyjádření má následující podobu:

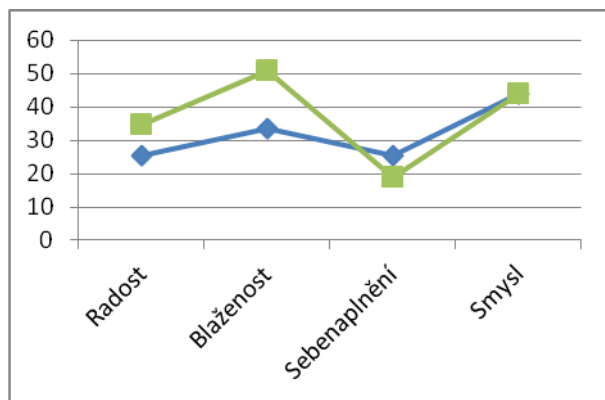


## KLINICKO-EXPERIMENTÁLNÍ VÝSLEDKY APLIKACE IHAB

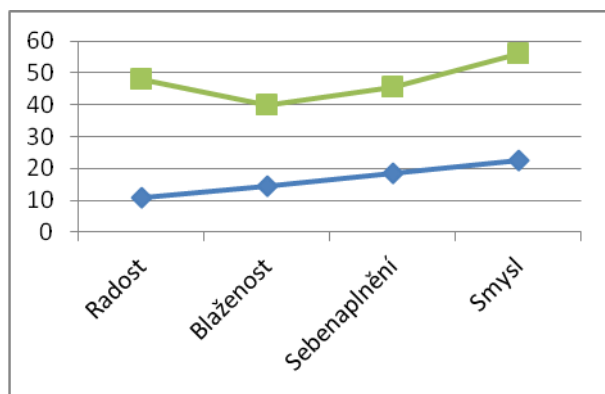
K měření štěstí jsme vytvořili inventář IHAB-2.1, jenž je postaven na výše zmíněných čtyřech faktorech. Ke každému z nich je přiřazeno 15 tvrzení typu „Mám radost ze svého nynějšího partnerského vztahu.“ nebo „Mám pocit, že můj život má smysl.“, jejichž platnost klienti hodnotí na sedmibodové škále 0-6. Hrubý skór pro každý faktor i pro inventář jako celek je převáděn na procenta.

Srovnáváme probandy, kteří vyhledali psychologickou pomoc a kteří nikoli. Zatímco u osob bez přítomnosti psychopatologické symptomatiky se hodnoty ve všech čtyřech faktorech pohybují většinou nad 80 % a nezdědky i nad 90 %, u osob s neurotickými a behaviorálními poruchami se hodnoty pohybují vesměs pod 40 %, zřídka se maximálně blíží k hranici 60 %. Rozdíl lze sledovat u osob s poruchami osobnosti a u psychotiků (zejm. schizofrenního okruhu), kde je hodnocení štěstí narušeno v závislosti na závažnosti poruchy či onemocnění. Zde se díky distorzi vnímání reality mohou hodnoty rozprostírat od 10 % až po nerealistických 80 %.

Osobnost se schizoidní poruchou (F, 30 let, SŠ):



Osobnost s paranoidní schizofrenií (M, 33, SŠ):



Získané grafy (modré kosočtverce-aktuální faktory, zelené čtverce-habituální faktory) mívají charakteristický a snadno interpretovatelný tvar. Zatímco například u schizoidní poruchy osobnosti (horní graf) je prožívání radosti a sebeaplnění na nižší úrovni (časté frustrace), prožívání blaženosti a smysluplnosti je na úrovni vyšší, neboť lidé s touto poruchou mají vyšší egocentricky zaměřenou hédonickou motivaci i pocit smysluplnosti svého života ve srovnání se zbývajícími dvěma faktory. Na druhé straně například schizofrenické onemocnění výrazněji postihuje pozitivní emocionální prožívání štěstí a méně sebeaplnění a smysluplnost, i když také tyto faktory bývají hluboko pod 50 %. Navíc aktuální duševní porucha snižuje obvykle hodnoty všech faktorů štěstí.

Vcelku se potvrdilo, že uvědomování aktuálního štěstí nebo štěstí habituálního je značně subjektivní a lze je výrazně ovlivňovat, což je důležité zjištění pro praktickou práci s klienty v poradenství i v psychoterapii.

### 3. UMĚNÍ

Umění pokládáme za specifický druh mezilidské komunikace, v jejímž rámci jsou předávány informace, které nelze sdělit jiným způsobem. Umělecké dílo kóduje estetický prožitek prostřednictvím psychosémiotické transformace, jejíž druhy jsou popsány jako sedm typických mechanismů semiózy: ab-ductio, ad-ductio, pro-ductio, repro-ductio, re-ductio, de-ductio a in-ductio (viz níže, Kulka, 1989, 1992, 1993).

## PSYCHOSÉMOTICKÉ TRANSFORMACE V UMĚNÍ

Ústřední otázkou je, jakým způsobem určité umělecké artefakty nabývají pro tvůrčího umělce nebo konzumenta určité významy a jak vyvolávají určité prožitky? Nebo jinými slovy, jaké jsou psychické mechanismy kódování a dekódování uměleckých sdělení? Odpovědí by mohl být popis různých psychosémiotických transformací, které se v umění uplatňují.

*I. Typ „ab-ductio“* – umění nevnímáme pouze smysly, nýbrž celým tělem. Somatické reakce těla se přenášejí do psychiky. Abduktivní transformace se dějí z větší části na fyziologické bázi a převažují zde emocionální významy. Zhusta se iniciují primární procesy nevědomí se svou specifickou (a)logikou a svou nezastupitelnou úlohu tu mají významy archetypální.

*II. Typ „ad-ductio“* – tento typ psychosémantického algoritmu přivádí do prožitkového centra asociace. Umělecký prožitek se tak významově obohacuje v kontextu evokovaných pocitů a představ, jež zákonitě přispívají k dekódování uměleckého sdělení.

*III. Typ „repro-ductio“* – část dekódovaných významů uměleckých artefaktů těží z polotovarů, které jsou k dispozici v povědomí tvůrců i konzumentů. U verbálních umění to je nejzřetelnější, neboť jazyk nabízí svůj bohatý slovní tezaurus.

*IV. Typ „pro-ductio“* – na tomto základě jsou kombinovány slovní výrazy, ale také různé obrazy – viz např. Pegasus jako okřídlený kůň a jiné mytologické, pohádkové či fantazijní představy. Produktivní transformace se mohou skládat z různých typů psychosémiotických transformací (abduktivně adduktivní produkce – viz taneční prožitky aj.).

*V. Typ „re-ductio“* – sémiopsychickou redukcí dochází k omezení uměleckého znaku na jeho pouhou prezentační funkci. Příkladem reduktivní transformace je ostenze, v níž se znakovost omezuje na prosté ukázání. Smyslem tohoto kódu je de-realizace nějakého významu tak, aby mohl zastupovat celou třídu obdobných prezentací. Slouží tomu estetické ozvláštnění, distance a izolace.

*VI. Typ „de-ductio“* – tato transformace má v umělecké semióze jiný význam než v logice. Jde o odvození významu z daných indicií. Dosud byly identifikovány dva její mody. Pomocí úsudku a zkušenosti dospíváme jednak k tzv. implicitnímu významu (červené jablko = zralé jablko: zkušenost nás zpravuje o tom, že červená jablka jsou také pravděpodobně zralá). Jiným druhem estetického deduktivního algoritmu je dekódování pomocí empatie. Díky vcítění vyvstávají nové významy na obou stranách komunikace.

*VII. Typ „in-ductio“* – sémiopsychická indukce je zřejmě nejdůležitějším druhem psychosémiotických transformací v umění. Zatímco de-ductio je odvozením, in-ductio je naopak navozením dalšího smyslu uměleckého sdělení.

Mechanismy sémiopsychické indukce je možno rozdělit do čtyř skupin:

*a) Formace.* Formativní indukce spočívá v navození nových významů na podkladě následujících mechanismů:

*aa) Sympraxie* – zaměřenost. Málakterý umělecký znak má ustálený a neměnný význam. Kontext činnosti jej vždy znovu konstituuje nebo podstatně pozměňuje. V rámci sympraktického kontextu se utváří specifické zaměření, jež pak ovlivňuje interpretaci vnímaných informací. Vliv kontextu na chápání situací je dobře znám.

*ab) Cit* – emocionální objektivace. Vedle bezpředmětných citů se ve vědomí objevují emoce, které jsou vázané na určitý obsah. Tyto emoce přivádějí do vědomí svůj předmět a další dodatečné asociace s ním provázané.

*ac) Senzorická intermodalita* – synestézie. Propojení sensorických kvalit vjemů indukuje ve vědomí dodatečné, vlastně „halucinační“ vjemy. Filmový záběr lesa pak například vyvolá vůni čerstvého dřeva.

ad) Apercepce – apercepční distorze. Při apercepci dochází k takovému osvojení předmětu v procesu jeho vnímání, které je zařazeno do osobnostních souvislostí konzumenta a tím subjektivně (des)interpretováno a pozměněno, takže se modifikuje také jeho sémantika.

ae) Zvyk – funkcionální fixace. V praktickém životě jsme zvyklí používat určité předměty za určitým účelem. Jejich funkční fixace nám pomáhá organizovat zkušenost. Na druhé straně ovšem může vést k rigidnosti. V umělecké semióze jsou nabízeny vědomí nové významy.

af) Univerzální symbolismus. Jde o vnitřní vztah mezi symbolem a věcí, kterou symbol reprezentuje. Například opuštěná, devastovaná krajina – pocit úzkosti, zmaru; oheň – síla, energie, změna atd. Započítáme-li do hry působnost uměleckých metafor (ohnivá hudba, smutná voda), zjistíme, že možnosti psychosémiotických transformací jsou zde neomezené.

b) *De-formace*. Tento typ indukce přináší do vědomí především expresivní informaci. Nejčastěji narušením výrazově neutrálního vzoru jsou indukovány v uměleckém sdělení nové významy, jež vysvitnou ze srovnání expresivního výrazu s běžnou znakovou (zejm. Jazykovou) normou. Jinými známými příklady z oblasti malířství jsou mnohé obrazy V. van Gogha nebo E. Muncha.

c) *Sugesce*. Sugescí rozumíme přenesení duševního vlivu z jednoho člověka na druhého, aniž je tento vliv podroben racionální kontrole. Z psychodiagnostiky známe problém tzv. sugestivních otázek, které částečně předurčují odpovědi. V umění to není jev negativní, nýbrž naopak pozitivně konstruktivní.

d) *Senzorializace*. Tento mechanismus bývá popisován jako vizualizace či autosymbolismus. Jde o spontánní schopnost naší mysli utvářet symbolické obrazy, které reprezentují abstraktní ideje. Mnohé vědecké objevy či vynálezy byly učiněny tak, že přemýšlejícímu subjektu nejprve vytanulo na mysli obrazné řešení problému. Jednou z důležitých podmínek zde ovšem byl hypnagogický stav.

Popsané principy psychologie umělecké semiózy a jejich mechanismy se v reálném životě různě prolínají, podporují, doplňují, kombinují a skládají, někdy i předpokládají.

## UMĚLECKÉ DÍLO

S nepříliš velkým zjednodušením lze říci, že pro umění jsou nejdůležitějšími požadavky: 1. *sebevyjádření* – umění je prostředkem vyjadřování lidských myšlenek, názorů, postojů, pocitů, vkusových soudů, prožitků apod. 2. *zobrazení* – umění musí být smyslově vnímatelné, myšlenka musí být zachycena v názorné, obrazné podobě. 3. *estetické uspořádání* – to, co je vyjadřováno a zobrazováno, musí být esteticky zformováno. Umění je zkrátka *prostředkem zobrazování zážitků v esteticky uspořádaných tvarech*.

Aby vzniklo konkrétní umělecké dílo, musí mít svou příčinu, jinými slovy *zdroj*. Odtud pochází *podnět* ke tvorbě a následuje fáze *přípravy* díla, tj. přípravy jeho *pojetí* (koncepce). V této fázi je prvotně zpracován tvůrčí podnět, vzniká a je strukturován námět, případně téma, krystalizují první představy o budoucím díle. Ve třetí fázi dochází k *plánování*, projekci díla jako celku. Umělecké dílo je třeba konečně *realizovat*. Poté může být dílo vnímáno a posuzováno. V této souvislosti hovoříme o *estetické responzi a reflexi*. Každé fázi vzniku uměleckého díla odpovídá jeho sémiotický korelát, jenž uvádíme za názvem fáze v závorce:

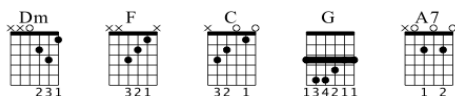
Zdroj – podnět (PRETEXT) : příprava – koncepce (ARCHITEXT) : projekce – konstrukce (PROTOTEKT) : realizace – materializace (TEXT) : responze – reflexe (METATEXT)

Textem obecně rozumíme řazení znaků, které mohou mít různou povahu a jako takové musí být vnímatelné. Každý text má svou sémantickou, syntaktickou a pragmatickou dimenzi, jak učí sémiotika.

Přibližme si realitu skrytou za pojmy na konkrétním příkladu z autorovy tvorby. Různé fáze tvorby a textové mody budeme ilustrovat na písni „Divadlo svět“ z alba Písničky (2007).

# DIVADLO SVĚT

Jiří Kulka



Standard tuning

♩ = 120

**MOTIV 1**                      **MOTIV 2**                      **MOTIV 3**

N-Gt

*mf* Ří- ká se, že svět je di- vad- lo a my jsme her- ci,

**MOTIV 4**                      **MOTIV 3'**                      **MOTIV 4'**

pá- ni ne- bo kmá ni, dě- ti na ko- ber- ci, hra- je- me si sa- mi.

**MOTIV 1**                      **MOTIV 2**                      **MOTIV 5**                      **MOTIV 6**

Di- vím se, co mne to na- pa- dlo. La la la la la la

**MOTIV 7**    **M5'**                      **M6'**                      **M7'**

la la la la la la la la la la

M1 + M2 = a, M3 + M4 = b, abba = A, M5 + M6 + M7 = a, aa = B

Jako většina písní, i tato vznikala ve dvou fázích, nejprve jako harmonizovaná melodie, která byla posléze otextována. *Podnět* písně vznikl náhodou, v rámci improvizace na kytaru. V takovém případě se tvoří náhodné melodické variace a díky selektivní retenci jsou podchyceny ty melodické postupy, které odpovídají naladění autora a nějakým způsobem jej osloví. Takto vzniká hudební **pretext**, jenž sestává ze zatím neorganizovaných motivů. Ve fázi *přípravy* je uvažováno folkové pojetí písně a její hrubé rozvržení, v tomto případě jde o jednoduchou formu ABABABABAB, přičemž část A může být dále rozložena na podčásti abba, část B na aa. Tím se ustavil **architext**, jenž brzy přechází v **prototext** (= *projekce, konstrukce*), který je v hudbě zachycen notovým záznamem. Melodie i harmonie písně jsou

na papíře a zbývá jen provedení hudebního **textu**, tj. *realizace* kompozice pomocí hudebního nástroje. Je třeba si uvědomit, že textem je v tomto případě samotné znění hudby, resp. její nahrávka. Další úvahy o písni (estetické responze) a její další analýzy jsou prezentovány v **metatextu**. Konečné úpravy hudebního textu písně, tzv. aranžmá, přidaly k dílu rytmický ornament provedený perkusemi.

Teprve následně byla melodie otextována. Verbální pretext a architext určují, o čem píseň je, zatímco prototext přizpůsobuje slova písně melodice, metru, rytmu a formě. Dochází k synchronizaci hudby a slova. Textem je zde jednoduše text písně a metatextem je další analýza, k níž se vrátíme v souvislosti s osvětlením významové struktury uměleckého díla.

Obecně: Pretext představuje text v zárodečném stavu. Inspirační podnět existuje pro umělce ve formě zážitku, vzpomínky, nějaké představy, ale i slovně zformulovaného hesla (sloganu) a podobně. Architext je již prvním zachycením uměleckých představ. Příkladem jsou zápisky, poznámky, skicy, notové nápady (poznámenané motivy a témata atd.). Z nich můžeme vyčíst, jak bylo dílo koncipováno. Prototext je fixovaným projektem uměleckého díla. Příkladem je notový záznam hudební skladby, filmový scénář, model budoucí plastiky, dramatický text. Prototext slouží jako návod ke zhotovení textu uměleckého díla. Textem uměleckého díla rozumíme konečné uspořádání uměleckých znaků, které je již neměnné. Vztah „prototext–text“ lze vyjádřit analogicky jako vztah „prototyp-model“ nebo „projekt – artefakt“. Nakonec se dostáváme k metatextu. Je jím každý rozbor uměleckého díla, vyjádření se k němu (zaznamenané), poznámky, vědecké studie, kritické recenze a podobně. Je to vlastně text o textu.

Z toho, co bylo řečeno, plyne, že musíme rozlišit a definovat umělecký projekt, umělecký artefakt, umělecký text a umělecké dílo. Zároveň se nám odkryjí nové souvislosti. *Umělecký projekt* je návod k materiálnímu zhotovení uměleckého artefaktu. Může být přesný nebo volný, může být fixován v prototextu nebo zůstat v hlavě tvůrce. *Umělecký artefakt* je materializovaným projektem. Je to objektivní, materiální produkt s pohotovostí vstoupit do komunikace uměním. Umělecký projekt lze realizovat v různých artefaktech. *Umělecký text* je organizovaný soubor znaků, v jehož pozadí se skrývá systém jazyka. Materiálním nositelem uměleckého textu je umělecký artefakt. Z toho vyplývá, že umělecký text neexistuje mimo umělecký artefakt. Konečně, *umělecké dílo je esteticky komunikovaný artefakt, přesněji, soubor všech možností konkrétních realizací uměleckého projektu a jejich recepcí.*

Z vymezení, ke kterému jsme dospěli, je zřejmé, že umělecké dílo nelze redukovat pouze na projekt, umělecký artefakt, text nebo obraz, jenž vzniká v recepci. Umělecké dílo existuje ve společenském vědomí jako *soubor komunikačních možností* (neustále otevřených), které jsou vždy realizovány sociálně historicky a individuálně psychologicky. Proto není jeho dění nikdy ukončeno a nikdy se nemůžeme u něj dopátrat absolutně všeho.

## VÝZNAMOVÁ STRUKTURA UMĚLECKÉHO DÍLA

Nazvěme souhrn významů a smysl znaků, které jsou použity v díle, *první významový plán* uměleckého díla. Nad prvním významovým plánem se klenou plány další, skryté. Významové dění v těchto vyšších rovinách uměleckého díla vyžaduje aktivní zapojení kreativity vnímatele. Zkušený konzument přechází automaticky ze zmíněného prvního sémantického plánu díla k plánu druhému a dalším. Informace prvního plánu chápe jako výchozí a ihned zapojuje svou představivost a fantazii, aby se dostal od zjevného ke skrytému smyslu uměleckého díla. Nezkušený konzument a děti zůstávají na první významové rovině díla a posuzují pouze to, co je bezprostředně možno vidět nebo slyšet a co se váže ke každodenní praktické zkušenosti.

V hudbě, malířství a v tanečním umění se ovšem běžně setkáváme se situací, kdy první významový plán není dán souborem konvenčních znaků, jejichž významy by byly dopředu

předurčeny slovníkem. Úkolem vnímatele je pak tvořivým způsobem si první sémantický plán zrekonstruovat. Výchozí úroveň dekodování uměleckého sdělení se nám tedy posunula ještě o poschodí níže. Hovoříme o *nultém významovém plánu*. Prakticky užitečné je proto rozlišení nejméně tří sémantických plánů – *nultého, prvního a druhého*. Teoreticky lze ovšem uvažovat ještě o plánu třetím a snad i dalších, ale to jsou už jen abstraktní možnosti.

	třetí významový plán	<b>SUPERSÉMANTÉMY</b>
	druhý významový plán	<b>SÉMANTÉMY</b>
UMĚLECKÉ DÍLO	první významový plán	<b>VSTUPNÍ SÉMANTICKÉ PRVKY</b>
	nultý významový plán	<b>PROTOSÉMANTICKÉ PRVKY</b>

Ve srovnání s přirozenou, mateřskou řečí má řeč umění jedno podstatné specifikum, které je třeba výslovně zdůraznit. *Základnou k pochopení uměleckého díla je jeho estetický prožitek*. Prožitek není jen pozadím nebo kontextem umělecké komunikace, jako je tomu při komunikaci běžné. Mnoho věcí lze pochopit, aniž je osobně zažijeme. U umění to nelze. Prožitek je *prostředkem interpretace* díla, jeho výkladu pro mne samotného. Z toho plyne, že v chápání uměleckého díla má každý člověk právo na určité individuální odlišnosti a neexistuje jediný „správný“ výklad.

Vztah mezi první a druhou významovou rovinou řeči umění je pro komunikaci uměním nejcharakterističtější. Sémantické prvky první významové roviny jsou nazývány *vstupní významové elementy*, ve druhé rovině máme co činit se *sémantémy*. Oba typy uměleckých významů vymezili a popsali S. Šabouk a jeho spolupracovníci (1977, 1989). Vstupní významové elementy uměleckého díla jsou například slova použitá v básni, stromy a lidská stavení zobrazené na malířské kompozici, taneční valčíkový rytmus hudební (a taneční) skladby, filmový záběr atd. Jsou to více nebo méně konkrétní předměty nebo bytosti, které známe z běžné zkušenosti a které bez obtíží poznáváme. Tyto sémantické prvky vnášejí do díla naše zkušenosti, které jsme si osvojili ještě před setkáním s ním. Jejich význam se ustálil a jejich uvedení do díla je pouze zpřítomňuje.

Vysvětlit pojem sémantému je složitější. Sémantémy jsou totiž nové významové a psychické kvality, které vznikají ve vědomí vnímatele na základě vzájemného působení, střetu vstupních významových prvků. Významové napětí mezi dvěma nebo více sémantémy pak vede dokonce ke vzniku supersémantémů, které zakládají třetí významovou rovinu uměleckého díla.

Nyní se vrátíme ke skladbě „Divadlo svět“, abychom teorii ilustrovali na konkrétním příkladu písňového textu:

Říká se, že svět je divadlo  
a my jsme herci, páni nebo kmáni,  
děti na koberci – hrajeme si sami.  
Divím se, co mne to napadlo!  
La, la, la...

La, la, la...  
Zahrajme sobě nový kus,  
po staletí zanedbaný,  
jak prokletí staré panny!  
Bude to jistě velké plus.  
La, la, la...

Svět jsou jak prkna jeviště  
a my jsme loutky, marionety,  
skrýváme choutky, jíme špagety.  
Rozum se dostaví napříště.  
La, la, la...

Co by to tedy mělo být?  
Snad pouhé objetí ve stínu palmy  
a zpívat s dojetím staříčké žalmy.  
Rozhodněme se znovu žít!  
La, la, la...

Přestaňme hrát si na bohy  
a buďme sobě režiséry,  
i v této době, na konci éry  
sestupme rychle z oblohy.

První sémantický plán je dán lexikálním významem použitých slov. Pokud bychom však zůstali pouze na této rovině sdělení, dozvěděli bychom se málo. Pro pochopení textu je třeba přesunout se na druhý plán a dekodovat samotné sémantémy. První sémantém je obsažen hned v názvu písně – „divadlo svět“. Tento sémantém není nijak originální a odkazuje k řadě známých interpretací, které jednak bagatelizují naši sociální realitu, jednak poukazují na sociálně psychologický fakt hraní životních rolí. „Děti na koberci, hrající si sami“ denotují naivní, omezené a bezohledné lidi, kteří myslí jen na sebe a nevidí ani za plot své zahrady. A do třetice – sémantém „loutky, které skrývají své choutky“ reprezentuje primitivní lidi, kteří podléhají svým pudům a nechají se v životě vést svými nízkými motivy. Snadno se můžeme dobrat až k supersémantému, jenž v této písni odkazuje k vůdčí myšlence: Odvrhněme své slabosti a pokusme se žít hodnotný život založený na prostém, láskyplném citu. Písňový text jako celek odkazuje k žádoucímu bodu mravního obratu, který je právě dnes tolik aktuální.

Ještě jeden příklad v největší stručnosti. Podívejme se na obraz „Přístavní lávka“ (1912) Lyonela Feiningera.



Prvý, téměř podvědomý dojem získáváme z kontrastu komplementárních odstínů žlutí a modří a z kubistické skladby troj- a víceúhelníků (= protosémantické prvky na nulté významové rovině), z nichž sestávají moře, obloha a plachetní lodě (vstupní sémantické prvky na první významové rovině). Další vstupní sémantické prvky představují postavy na přístavní lávce, samotná lávka a majáček na jejím okraji. Důležité sémantémy zakládá prostorový kontrast vysokého nebe a mořské hlubiny, která je přímo ostentivně vykreslena v levé dolní části obrazu; lidé pozorující plachetní lodě (odplouvající nebo připlouvající?); vzduchové vrstvy opírající se do plachet; pět či šest plavidel, majestátně klouzajících po hladině; svítící maják, jenž signalizuje blízkost pevniny atp. Supersémantém je charakterizován magickou náladou celého obrazu, touhou po dálkách, nadějemi odplouvajících anebo očekáváním připlouvajících, prolutím různých lidských osudů, lidskou maličkostí tváří v tvář matce Zemi a vlastně celému vesmíru (viz subtilní stylizované postavy na přístavní lávce) atd.

## PŘÍPRAVA UMĚLECKÉHO ZÁŽITKU

Jak patrně z předešlých odstavců, tvorba ani vnímání umění se neobejdou bez mnoha předpokladů, které potenciálně vstupují do semiózy. B. Brecht často zdůrazňoval, že v divadle je třeba rozvíjet dva druhy umění – herecké a divácké.

Na umění nelze pohlížet stejně jako na ostatní věci praktického života. Pokud tak učiníme – a mnoho lidí to dělá – budeme posuzovat pouze fotografickou věrohodnost zobrazených objektů a nedostaneme se dál, nežli k posouzení tohoto parametru. Umělecké dílo však musí vstoupit do estetické funkce a zapojit se do mnohdy složité emocionálně-imaginativní hry. Výsledek této aktivity nemusí být verbalizován, někdy snad ani vysvětlován, pochopení díla je však bez něj nemožné. Umělecký zážitek je proto třeba připravit, a to na obou stranách umělecké komunikace.

V následující tabulce jsou shrnuty předpoklady, které predisponují a spoluutvářejí kódování i dekódování uměleckého sdělení, nebo – řečeno jednoduše – tvorbu a vnímání uměleckého díla.

<b>Relativně stabilní předpoklady</b>	<b>Psychologický efekt</b>
kulturní znalosti a vědomosti	sociálně-historická orientace, druhové, stylové a žánrové specifikace atp.
kreativní a receptivní návyky	ulehčení dekódování uměleckého sdělení (např. způsob konzumace, postup tvorby nebo vnímání)
intelektuální dovednosti	usnadnění a zejména prohloubení chápání uměleckého díla
názory	přístupy k umění, vztahový rámec dekódování
postoje	charakteristický způsob reagování na umění, připravenost
hodnotová hierarchie	postavení umění mezi jinými životními hodnotami (preference)
umělecké zkušenosti	obohacení a prohloubení estetického zážitku
celková kulturní úroveň	hloubka a přesah prožitku do každodenního života
životní styl	způsoby konzumace a interpretace umění, jeho ozvlášťování
<b>Momentálně aktuální předpoklady</b>	<b>Psychologický efekt</b>
prostředí	atmosféra, klid nebo rušivé vlivy, příprava vnějšího rámce estetického prožitku
sociální atmosféra (u skupinové konzumace)	emocionální naladění, prvky sugestivnosti, dynamika průběhu vnímání (přítomnost jiných facilituje či naopak inhibuje příjem uměleckého díla)
důvěra	citová vazba na umělce, akceptace
estetické zaměření	podmínka sine qua non pro uplatnění estetické funkce (hravost, obrazotvornost, vcítění a odstup, aktualizace estetických norem a ideálů atp.)
naladění na vhodný komunikační kanál	„správné“ dekódování uměleckého sdělení
psychické uvolnění a emocionální synchronizace s autorem/dílem	zvýšení spontaneity prožitku, prohloubení chápání
soustředěnost	zapojení celé osobnosti konzumenta (viz apercepce) a prohloubení prožitku i dekódování uměleckého sdělení

Příprava člověka k plnohodnotnému vnímání umění by měla být jedním z hlavních úkolů estetické výchovy. Fakt, že si člověk při recepci uměleckého artefaktu jen minimum z toho, co zde bylo vyčleněno do šestnácti esteticko-psychologických momentů přípravy k recepci, neuvědomuje, neznamená, že tyto faktory nepůsobí anebo že není možno je cílevědomě, pedagogicky ovlivňovat a formovat. Ideálnímu pojmu *připravené spontánnosti* při vnímání uměleckého díla rozumíme tak, že jakmile si člověk osvojí určitý stupeň vymezených předpokladů, stanou se součástí jeho osobnosti i připravenosti k recepci, takže v okamžiku aktuálního vnímání díla si je nemusí (vlastně by ani neměl) uvědomovat, přičemž samy automaticky podvědomě působí.

#### 4. ZÁVĚR

Úkolem psychologických věd je nejen poznání duševního života člověka, nýbrž také pomoc na jeho cestě ke štěstí. Proto jsme se zabývali osobností a teorií štěstí, a proto jsme se ve třetí části příspěvku zastavili u umění, které je jedním ze završitelů duchovní existence, bez níž štěstí není.

Na cestě ke štěstí pomáhá lidem psychoterapie a psychologické poradenství. V návaznosti na pozitivní psychoterapii N. Peseschkiana (1977) byla rozpracována pozitivní systémová psychoterapie (Kulka, 2010), která mimo jiné akceptovala jeho výchozí koncepci čtyř životních kvalit – tělo/smysly, inteligence/výkony, rodina/společnost a fantazie/duchovno. Pojmový systém pozitivní systémové psychoterapie nám skýtá možnost zmapovat pět důležitých oblastí lidského existenčního univerza, jehož obraz nabízíme závěrem.

- A. Tělo/smysly
- B. Egotická podstruktura osobnosti
- C. Sebenaplnění
- D. Energie/Síla
- E. Sport

- A. Hodnoty/duchovno
- B. Motivační podstruktura os.
- C. Smysluplnost
- D. Tvorba/Krása
- E. Umění



- A. Inteligence/výkony
- B. Výkonová podstruktura os.
- C. Radost
- D. Poznání/Pravda
- E. Věda

- A. Rodina/společnost
- B. Charakterová podstruktura osobnosti
- C. Blaženost
- D. Láska/Dobro
- E. Sociální organizace (instituce)

Nechť laskavý čtenář sám posoudí síť vztahů a propojenost jednotlivých kategorií existenčního univerza. Souvislosti a návaznosti A-E je třeba nahlížet v kontextu výše předložených úvah.

## LITERATURA

- Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. New York: Holt, Rinehart and Winston.
- Arndt, W. B. (1974). *Theories of Personality*. New York: Macmillan.
- Carducci, B. J. (2009). *The Psychology of Personality: Viewpoints, Research, and Applications*. 2nd Edition, Wiley-Blackwell.
- Cloninger, S. C. (2012). *Theories of Personality: Understanding Persons*. Pearson Education.
- Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow*. New York: Harper & Row.
- Diener, E. (2000). Subjective well-being. The science of happiness and a proposal for a national index. *American Psychologist*, 55, 34–43.
- Diener, E., Scollon, C. N., Lucas, R. E. (2004). *The evolving concept of subjective well-being: The multifaceted nature of happiness*. *Advances in Cell Aging and Gerontology*, 15, 187–219.
- Diener, E., ed. (2009a.). *The Science of Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. Social Indicators Research Series 37, DOI 10, Springer Science+Business Media B. V.
- Diener, E., ed. (2009b). *Assessing Well-Being: The Collected Works of Ed Diener*. Social Indicators Research Series 39, DOI 10, Springer Science+Business Media B. V.
- Diener, E., Biswas-Diener, R. (2008). *Happiness: Unlocking the Mysteries of Psychological Wealth*. Malden, Oxford, Carlton: BLACKWELL PUBLISHING.
- Diener, E., Seligman, M. E. P. (2002). “*Very happy people*”. *Psychological Science*, 13, 81–84.
- Drapela, V. J. (1987). *A review of personality theories*. Springfield, IL: Charles T. Thomas.
- Engler, B. (1985). *Personality Theories*. Boston.
- Frey, B. S., Stutzer, A. (2002). *Happiness and Economics: How the Economy and Institutions Affect Human Well-Being*. Princeton: Princeton University Press.
- Frey, B. S., Stutzer, A. (2002). *What Can Economists Learn from Happiness Research?* *Journal of Economic Literature*, Vol. XL, pp. 402–435.
- Hagerty, M. R., Veenhoven, R. (2003). *Wealth and happiness revisited: Growing wealth of nations does go with greater happiness*. *Social Indicators Research*, 64, 1–27.
- Haybron, D. M. (2008). *The pursuit of unhappiness: The elusive psychology of well-being*. Oxford, UK: Oxford University Press.
- Jeho svátost dalajlama, Cutler, H. C. (1999). *Cesta ke štěstí*. Praha: Pragma.
- Kesebir, P., Diener, E. (2008). *In pursuit of happiness: Empirical answers to philosophical questions*. *Perspectives on Psychological Science*, 3, 117–125.
- Kohut, H. (1991). *Obnova Self*. Praha: Psychoanalytické nakladatelství.
- Krátký slovník koncepce pražského týmu pro studium vyjadřovacích a sdělovacích systémů umění. (1977). Praha: ČSAV.
- Kulka, J. (1977). *Sémiopsychologický pojem hudebního prožitku*. *Opus musicum*, 10, 297–299.
- Kulka, J. (1981). *The Sign. Minor tractatus semiotico-psychologicus*. *Studia psychologica*, 1981, 3, 231–232.
- Kulka, J. (1982). O psychologických předpokladech sdělování nevyslovitelného. *Sb. prací FF BU*, I 17, 149–154.
- Kulka, J. (1985). *Struktura estetického vědomí*. *Estetika*, 2, 91–100.
- Kulka, J. (1986). Esteticko-psychologické otázky přípravy uměleckého zážitku. *Estetická výchova*, 9, 265–266.
- Kulka, J. (1987). *Zvláštnosti osobnosti mladých umělců*. In: *Světový názor a umělec socialistické epochy*. Ed. J. Kulka, JAMU, Brno, 137–176.
- Kulka, J. (1989). Segmentace, stratifikace a sémiotická transformace v komunikaci uměním. *Estetika*, 3, 139–151.
- Kulka, J. (1990). *Sémiopsychologická teorie komunikace uměním*. *Čsl. psychologie*, 3, 194–204.
- Kulka, J. (1992). *Psychosemiotic transformation in the arts*. *Semiotica* 89-1/3, 25–33.

- Kulka, J. (1993). *Psychosemiotische Segmentation, Transformation und semantische Stratifikation in den Künsten*. In: P. Grzybek (ed.): *Psychosemiotik – Neurosemiotik*. Brockmeyer, Bochum, 133–155.
- Kulka, J. (1995). *A semio-psychological theory of communication in music*. In: *Musical Signification. Essays in the Semiotic Theory and Analysis of Music*. Ed. E. Tarasti. Mouton de Gruyter, Berlin – New York, 279–284.
- Kulka, J. (1998). *(U)strojenost uměleckého díla aneb několik pozitivních poznámek k absolutnímu psychologismu v teorii umění*. In: *O interpretácii umeleckého textu 19. Od recepcie k morfológii umeleckého diela*. Filozofická fakulta UKF, Nitra, 83–88.
- Kulka, J. (2003). *Šťěstí a radost, zdraví a zralost: prolegomena k použití pozitivní psychoterapie a poradenství*. In: *Práca a jej kontexty*. SPS SAV, Bratislava: STIMUL, 322–326.
- Kulka, J. (2006). *Systémová teorie činností*. 2. vydání, Brno: ARCANA.
- Kulka, J., Slabinskij, V. J., Uljanov, I. G. (2006). *Metody psychologičeskoj diagnostiki*. In: *Izbrannyje voprosy kliničeskoj psihologii*. T. 3. Psychoterapija, psihologičeskoje konsulirovanije i psihologičeskaja diagnostika. Vladivostok: Medicina DV, 162–220.
- Kulka, J. (2007). *Systémová teorie osobnosti pro psychoterapii*. *Psychiatria, psychosomatika, psychoterapia*, 14/ 2–3, 121–126.
- Kulka, J. (2008). *Psychologie umění*. Praha: GRADA.
- Kulka, J. (2009). *Teorie H*. *Psychiatria, psychoterapia, psychosomatika*, 16/1, 43–49.
- Kulka, J. (2010). *Pozitivní systémová psychoterapie na cestě k integraci*. *Psychiatria, psychoterapia, psychosomatika*, 17/1, 54–59.
- Leont'jev, A. N. (1978). *Činnost, vědomí, osobnost*. Praha: SVOBODA.
- Lurija, A. R. (1982). *Základy neuropsychologie*. Bratislava: SPN.
- Lyubomirsky, S. (2001). *Why are some people happier than others?: The role of cognitive and motivational processes in well-being*. *American Psychologist*, 56, 239–249.
- McMahon, D. M. (2006). *Happiness: A history*. New York: Atlantic Monthly Press.
- Miserandino, M. (2011). *Personality Psychology*. Boston, MA: Pearson Academic.
- Monte, Ch. F. (1995). *Beneath the Mask*. Fort Worth: Harcourt Brace.
- Murray, H. A. (1938). *Explorations in personality*. New York: Oxford University Press.
- OECD Better Life Index* (2012). <http://oecdbetterlifeindex.org/>.
- Oswald, A. J. (1997). *Happiness and economic performance*. *Economic Journal*, 107, 1815–1831.
- Pervin, L. A. (1996). *The Science of Personality*. New York: John Wiley & Sons.
- Peseschkian, N. (1977). *Positive Psychotherapie*. Theorie und Praxis. Frankfurt a/M: S. Fischer Verlag GmbH.
- Peterson, C., Seligman, M. E. P. (2004). *Character strengths and virtues: A handbook and classification*. Washington, DC: American Psychological Association.
- Piaget, J. (1971). *Štrukturalizmus*. Bratislava: PRAVDA.
- Pogády, J., Nociar, A. (1986). *Osobnosť a choroba*. Bratislava: VEDA.
- Royce, J. R. (1973). *The conceptual framework for a multi-factor theory of individuality*. In: *Multivariate Analysis and Psychological Theory*. Ed. J. R. Royce, London: Academic Press, 305–407.
- Royce, J. R., Powell, A. (1981). *An overview of a multifactor system theory of personality and individual differences: II. System dynamics and person – situation interactions*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 1019–1030.
- Ryff, C. D., Keyes, C. L. M. (1995). *The structure of psychological well-being revisited*. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69, 719–727.
- Seligman, M. E. P. (2002). *Authentic happiness: Using the new positive psychology to realize your potential for lasting fulfillment*. New York: Free Press.
- Seligman, M. E. P. (2011). *Flourish*. New York: Free Press.

- Schwartz, B. (2004). *The paradox of choice: Why more is less*. New York: Ecco.
- Schyns, P. (2003). *Income and life satisfaction: A cross-national and longitudinal study*. Delft, The Netherlands: Eburon.
- Smékal, V. (2002). *Pozvání do psychologie osobnosti. Člověk v zrcadle vědomí a jednání*. Brno: Barrister & Principal.
- Smith, T. W., Ruiz, J. M., Uchino, B. (2001). *Mental activation of supportive ties reduces blood pressure reactivity to stress*. *Psychosomatic Medicine*, 63, 114.
- Šabouk, S. (1989). *Umělecká informace*. Praha: Československý spisovatel.
- Tatarkiewicz, W. (1976). *Analysis of happiness*. Warsaw: Polish Scientific Publishers.
- Thorne, F. C., Nathan, P. E. (1970). *Systems analysis methods for integrative diagnosis*. *Journal of Clinical Psychology*, 26, 3–17.
- Veenhoven R. (2008). *World Database of Happiness, Bibliography*. <http://worlddatabaseofhappiness.eur.nl>.
- Zeig, J. K. (2005). *Umění psychoterapie*. C. Rogers, V. Satirová, P. Watzlawick, A. Ellis, A. Beck., A. Lazarus a další. Praha: PORTÁL.

Jiří Kulka (1950) má širokou erudici, teoretický i praktický záběr. Je vyškolen v psychologii, muzikologii, estetice a teorii umění, má komplexní výcvik v kognitivně-behaviorální a pozitivní psychoterapii. Je ředitelem Institutu pro systémovou pozitivní psychoterapii, provozuje ambulanci klinické psychologie a psychoterapie, v centru jeho výzkumného zájmu jsou metodologie, sociální psychologie, psychologie umění a grafologie, je zastáncem pozitivního přístupu.

Má bohatou publikační činnost (viz [www.arcana.cz](http://www.arcana.cz)).

