

# PROBLEMATIKA ROZVOJE OSOBNOSTI Z POHLEDU VYSOKOŠKOLSKÝCH STUDENTŮ

## PROBLEMS OF DEVELOPMENT OF PERSONALITY IN TERMS OF UNIVERSITY STUDENTS

Irena Ocetková

***Abstract:** This article deals with the university students on the issue of personality development. The theoretical part contains some basic partial knowledge of the issue. Target of the research is mapping the opinions of college students to the concept of personal development and their own views of the respondents on their personal self-development retrospectively and look at the present and future plans towards developing their own personalities. Results of the qualitative analysis of the answers of the respondents of the research showed the importance of the development of all components of the personality, influence the quality of social relations and the voluntary efforts of individuals and motivation are the basis for the further utilization of knowledge about the issue of personality development activities and techniques in various professional areas with the use of diversity in terms of gender participating people.*

**Klíčová slova:** seberozvoj, růst osobnosti, seberealizace

### 1 Úvod

Téma rozvoje osobnosti nabízí celou škálu různých asociací ohledně odpovědí na to, co se vynoří v myšlenkách člověka – laika nebo odborníka, když si tento pojem vysloví nebo připustí k uvažování nebo si položí otázku o smyslu rozvoje osobnosti. Proč se vlastně zabývat rozvojem osobnosti? Koho nebo čím je to zájem? Co to a komu přinese? Jak odborná, tak laická veřejnost jsou cílovou skupinou, která je různým způsobem motivována a zaangažována vědomě či podvědomě k řešení těchto otázek na různých úrovních. Může to být dáno buď profesními požadavky, nebo osobními potřebami jednotlivých osob. Vysokoškolští studenti jsou adepty na významné profesní uplatnění, zejména ti, kteří se připravují na povolání, ve kterém bude očekáváno, že budou příkladnými a kvalitními vedoucími pracovníky, a to v různých profesních oblastech. Být kvalitním odborníkem však předpokládá být kvalitním člověkem. Kvalitními lidmi se však lidé nerodí, ale mohou se stát v průběhu života. Jednoduchou odpovědí na otázku jak, je odpověď rozvojem své osobnosti.

Praktická část tohoto textu je věnována realizovanému výzkumnému šetření. Jeho cílem bylo najít odpovědi na otázky, jak dotazovaní vysokoškolští studenti rozumí pojmu rozvoj osobnosti obecně a ve vztahu k vlastním zkušenostem a plánům v oblasti vlastního osobnostního růstu v minulosti, současnosti a budoucnosti svého života. Analýza jejich odpovědí nabízí možnosti využití výzkumných výsledků v praxi.

## **2 Některé myšlenky k problematice rozvoje osobnosti z historického hlediska a podle některých psychologických směrů**

Téma rozvoje člověka provází lidstvo od jeho počátku až dodnes. Myšlenky týkající se osobnostní výchovy lze po pečlivém hledání nalézat napříč celou historií lidstva. Už starořeční sofisté, patřící mezi vlašťovky svým obrácením pozornosti od přírody k člověku a k důrazu na individualitu a prospěch člověka, jsou svými myšlenkami základem pro „práci na sobě“. Podle slov Platóna se člověk tehdy poprvé stal pánem svého života, osobou, kterou může. [1]

Dalším důležitým filozofickým proudem s myšlenkou požadavku na ctnostný život, kterého je možné dosáhnout pouze životem v souladu s přírodou, která je prostoupena a stvořena Bohem [2], je stoicismus. Přichází s revoluční myšlenkou, že stát se skutečně svobodným a nezávislým, je umožněno všem lidem a podle stoické filozofie vede k tomuto stavu dlouhá cesta. Člověk má moc rozhodovat o svém bytí, utéct do vlastního nitra a prozkoumat ho [2]. V takových myšlenkách je možné spatřit základní jiskry osobnostně rozvojové teorie jednoho z představitelů humanistického psychoterapeutického směru C. Rogerse. [3], který mluví o zdrojích uvnitř člověka, jejichž využívání vede k uskutečnění sebe sama a k plnému bytí. Pojednává v této souvislosti o tzv. aktualizací tendenci, která je přirozenou a vrozenou součástí každého živého organismu, ať už mluvíme o lidech, zvířatech či rostlinstvu. Aktivita je zde faktorem, který určuje, zda je organismus živý či mrtvý. Rogers dále říká, že v chování organismu lze rozpoznat směřování k zachování, vývinu a reprodukci sama sebe, a to tvoří nejpřirozenější stránku procesu, který nazývá životem [3].

Jestliže je rozvoj osobnosti chápán obecně jako progresivní rozvoj [4], pak jde o rozvoj všech vrstev lidské osobnosti, které směřují k zlepšení života jedince. Jde o vytvoření lepší budoucnosti, plné využití lidského kapitálu, dosažení harmonie, moudrosti, zralosti, sebeuvědomění, nalezení smyslu života a jeho plnohodnotné prožití. Jde o maximální rozvoj schopností člověka a také nejrůznějších ctností a mravních hodnot a dosažení jednoty se sebou samým. [5]. Kořeny této syntézy myšlenek je možné uvidět ve starořeckém aristokratickém ideálu svobodných občanů nazvaném „kalokagathia“, který lze označit za nejstarší evropský výchovný ideál a objevení a formulování harmonického souznění fyzické a duševní stránky osobnosti. Už tady je cílem tělesně, duševně i sociálně rozvinutý člověk, tvořivý i odolný vůči zátěži, schopný myslet i jednat globálně v současnosti i v budoucnosti, schopný soužití se sociálním i přírodním okolím, člověk, který si je vědom nejenom svým povinnostmi, ale i svých práv.[6]

Chápeme-li rozvoj osobnosti jako rozvoj celého člověka v jeho jednotlivých vrstvách nebo částech [4], je třeba zmínit také nutnost rozvoje duchovní, spirituální osobnostní složky, duchovního rozměru osobnosti [7].

## **3 Objektivní a subjektivní aspekt rozvoje osobnosti**

Zabýváme-li se rozvojem osobnosti člověka, pak je třeba vzít v úvahu dva aspekty celého rozvojového procesu. Jednak objektivní podmínky lidského rozvoje, které jsou dány vnějšími okolnostmi, situací a působením okolního prostředí na jedince. Na druhé straně subjektivní postoj a nastavení člověka k vlastnímu rozvoji s jeho aktivním a volným nasazením. Už Toman ve své knize Jak zdokonalovat sám sebe říká, že jestliže někdo podlehe pocitu trvalé spokojenosti se sebou samým a nic už nedělá pro svůj rozvoj, začne zaostávat. [8]. Podobně upozorňuje na nutnost vlastní aktivity v cestě

za štěstím a spokojeností Míček, když klade jako předpoklad šťastného, spokojeného a naplněného života duševní zdraví, které aby si člověk udržel, je třeba individuálním úsilím udržovat zdokonalováním osobního života. Zdokonalování osobního života je podle Míčka [9], odborníka na duševní hygienu, nejenom možné, ale dokonce nutné.

#### 4 Výzkumné šetření

Krátké výzkumné šetření bylo realizováno formou písemného dotázání vysokoškolských studentů. Proběhlo v září – říjnu 2016.

##### 4.1 Cíle a výzkumné otázky

V průběhu šetření jsme hledali odpověď na výzkumné otázky: Jak dokáží oslovení vysokoškolští studenti formulovat své názory a zkušenosti o problematice rozvíjení osobnosti? Jaké existují rozdíly mezi muži a ženami v názorech na tuto oblast a ve zkušenostech s rozvojem vlastní osobnosti?

Cílem výzkumu bylo zjistit a) jak dotazovaní respondenti chápou pojem rozvoj osobnosti, b) jak studenti vypovídají o rozvoji své osobnosti retrospektivně, c) jak vypovídají o svých současných sebe rozvojových aktivitách a d) jaké mají studenti plány a aspirace v oblasti seberozvoje do budoucnosti.

##### 4.2 Popis metody

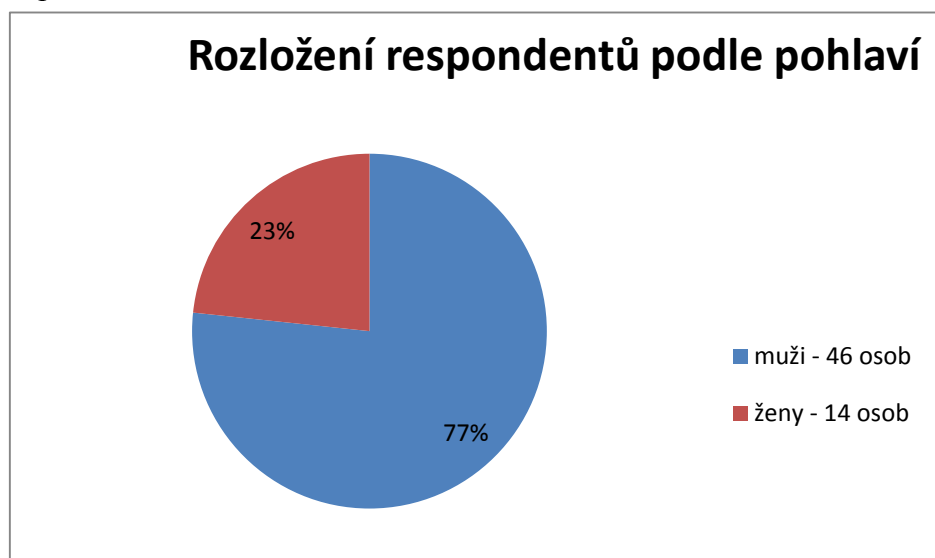
Pro výzkumné účely byli vysokoškolští studenti dotázáni na svůj věk a pohlaví a byly jim položeny 4 otevřené otázky:

1. Jak rozumím pojmu rozvoj osobnosti?
2. Jak jsem rozvíjel(a) svou osobnost v minulosti?
3. Jak nebo čím rozvíjím svou osobnost v současné době?
4. Jak chci rozvíjet svou osobnost v budoucnosti?

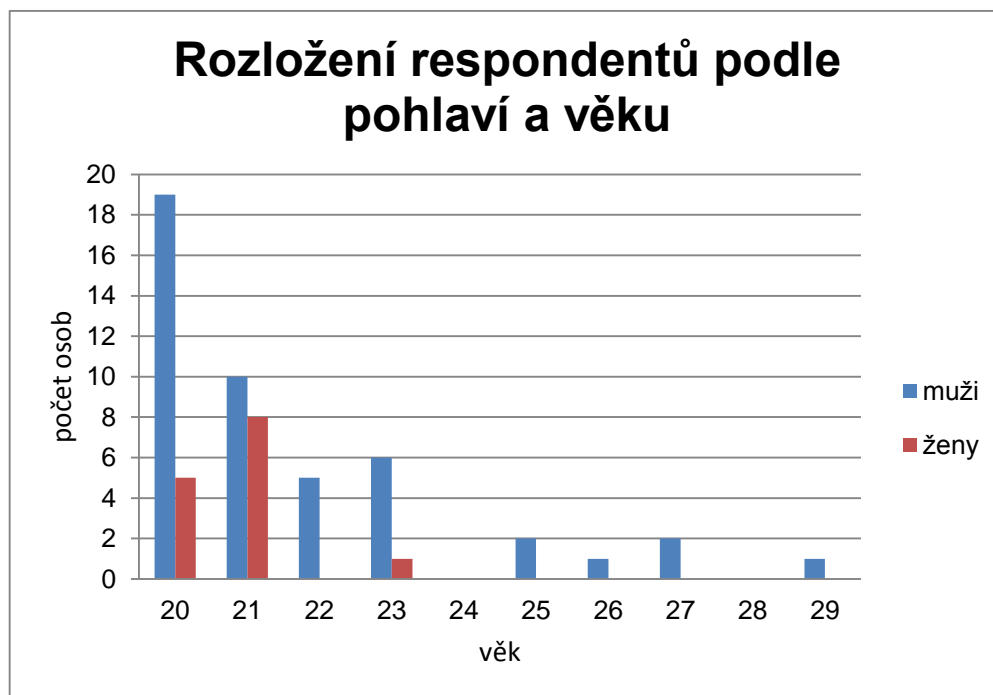
Na základě kvalitativní analýzy odpovědí studentů na položené otevřené otázky bylo formulováno pro každou otázku zvlášť u odpovědí mužů a zvlášť u odpovědí žen 5-11 tematických kategorií, které ukazují směr úvah a zkušeností studentů v dané oblasti.

##### 4.3 Popis vzorku respondentů

Celkově se výzkumu zúčastnilo 60 osob, z toho 46 mužů (77%) a 14 žen (23%) ve věku 20-29 let (viz graf 1 a graf 2). Všichni byli v době dotazování vysokoškolskými studenty v Brně. Jejich studijní obor je profesně zaměřen na výuku a výchovu vedoucích a řídicích pracovníků.



Graf 1: Rozložení respondentů podle pohlaví



*Graf 2: Rozložení respondentů podle pohlaví a věku*

## 5 Výsledky analýzy odpovědí studentů

### 5.1 Analýza odpovědí u otázky č. 1 Jak rozumím pojmu rozvoj osobnosti?

V chápání pojmu rozvoj osobnosti jsme zjistili u výpovědi dotazovaných celkem devět kategorií témat, které bylo možné vysledovat jak u výpovědi mužů, tak u výpovědi žen. V osmi tématech se odpovědi mužů a žen shodovaly, v deváté kategorii byl zaznamenán rozdíl. První formulovaná kategorie nazvaná „Obecná charakteristika“ obsahuje výpovědi charakteru definice, kde bylo možné si všimnout, jak dotázaní rozumí uvedenému pojmu a co pod touto oblastí vnímají jako důležité a stěžejní a jaké asociace se v jejich myšlení objevují při tomto zadání. Byly sem zařazeny např. tyto výpovědi: rozvoj tréninkem a pravidelností; proječováním zájmu o neznámé věci, rozšiřováním obzorů; péčí o sebe sama; učením ostatních nebo vzděláváním sebe sama; cesta, jak se posunout z výchozího místa do požadovaného finálního místa; posun někam dál; zdokonalování, rozvoj, který se děje ve dvou rovinách – rozvíjí nás okolní svět, dalo by se říct nechtěně, nevědomě a pak za druhé se rozvíjíme sami z naší vůle; posouvání fyzických i duševních hranic; rozvíjení vlastností.

Druhá kategorie je nazvaná „Práce na sobě, vlastní aktivita“. Sem byly zařazeny výroky např. rozvíjení sebe sama; práce na sobě; odstraňování svých chyb v povaze; zapracování na nedostatcích a slabínách, na které se člověk záměrně zaměří a snaží se je zlepšovat; poznávat sebe, své silné a slabé stránky; pracovat na sobě, abychom byli lepší, šťastní a úspěšní, na svém vystupování, svém zjevu, na chování.

Třetí kategorie společná pro muže i ženy se nazývá „Lidé kolem nás, socializace“. Obsahuje např. tyto výroky: myslím, že největší podíl na rozvoji naší osobnosti mají lidé kolem nás – ti nás mohou nejvíce posouvat dál a inspirovat v sebepoznání, reflexi

a rozvoji osobnosti nebo naopak utlumovat brzdit, je tedy důležité, jakými lidmi se obklopíme; příklad druhých; naslouchání řešení druhých lidí.

Čtvrtá tematická oblast se týká psychického rozvoje a nazvali jsme ji „Duševní rozvoj“. Byly sem zařazeny např. tyto výroky rozvíjení vnitřních kvalit člověka; rozvoj toho, jaká jsem; jak se chovám; jak reaguji; jak vnímám; jak přemýšlím; je to mentální, psychické vzdělávání; rozvoj spíše po psychické stránce; duševní růst, posun, rozvíjení svého nitra; základem je uvědomění si svého stavu.

Do páté kategorie „Rozvoj fyzické stránky“ byly zařazeny např. výroky rozvíjení fyzické zdatnosti; pohyb; sport; posilování.

Šestá tematická oblast „Zájmy, koníčky“ obsahuje např. sdělení k obohacování sebe sama; měli bychom dělat činnosti, které nás něco naučí, baví, rozvíjí; sport; hry; zábava; vše co nás posune dál; získávání vlastních zkušeností.

Tematická kategorie číslo sedm „Studium, vzdělávání“ byla vytvořena z výroků např. navyšování vzdělání; nabývání nových znalostí; studovat; vzdělávat se; škola.

Poslední z tematických kategorií společných pro muže i ženy je „Seberealizace“. Patří sem sdělení např. stávat se úspěšnějším; vyzdvihoval své silné stránky a naučit se je používat ke svému prospěchu; způsob, jak dosáhnout svých vytýčených cílů v průběhu života; seberealizace“.

U žen se navíc objevily výpovědi o významu prožitých zkušeností vlivem různých okolností, prostředí a času – kategorie nazvaná „Vliv okolností, prostředí a času“ (výroky např. člověk může prodělat nějakou vážnou nemoc autonehodu; rodinné vztahy; osobnost se vyvíjí s časem; jak stárneme, získáváme na věci určitý pohled, různé názory; formování člověka na základě činností a situací, kterých nabyde za svůj život).

U mužů na rozdíl od žen jsme v odpovědích našli duchovní oblast - kategorii jsme nazvali „Duchovní rozvoj“. Muži uvedli potřebu mravního rozměru růstu a rozvoje osobnosti, kdy motivací jsou mravní zásady a mravní etický kodex – výroky např. rozvoj charakteru z psychického a duševního a morálního hlediska. Náznak duchovní dimenze byl nalezen také v odpovědích žen, které se dotkly smyslu života, jako konečného cíle (v kategorii „Vliv okolností, prostředí a času“).

## **5.2 Analýza odpovědí u otázky č. 2 Jak jsem rozvíjel(a) svou osobnost v minulosti?**

V odpovědích se podařilo najít u mužů deset tematických kategorií, u žen jen devět kategorií. Společné kategorie pro obě pohlaví jsou: „Studium, škola, vzdělávání“ (výroky např. čtením knih; vzděláváním se, studiem“), „Nové věci“ (učit se nové věci; zkoušel jsem řešit neznámé situace, do kterých jsem se ještě nedostal; vše co bylo nové, mi přišlo zajímavé), „Čas, vývoj, okolnosti“ (např. nemoc, kterou jsem prodělala; rozvod rodičů, to mě poznamenalo z hlediska přístupu k životu, k lásce a rodině), „Rozvoj fyzické stránky“ (sport; atletika; fyzická cvičení; snažil jsem se na sobě pracovat fyzicky), „Zájmy, koníčky“ (např. rozvíjením talentu; snažila jsem se najít věci, které mě baví a zaměřila se na zlepšení se v nich), „Lidé kolem mne“ (rozhovory s různými lidmi; noví lidé, které jsem poznala; podle vzorů rodičů a vrstevníků), „Nijak“ (nikdy jsem se nesoustředila na osobní rozvoj, docházelo k němu nevědomě; nechával jsem tomu volný průběh; přišlo to samo), „Duchovní rozvoj“ (duchovní program; knihy; návštěva kostela; skauting; kurzy, přemýšlení o sobě).

Muži uvedli na rozdíl od žen, že v minulosti měla na rozvoj jejich osobnosti vliv výchova v rodině (kategorie „Výchova v rodině“, kam jsme zařadili výroky, měla na mě vliv rodina a lidé, kterými jsem byl doposud obklopen) a vlastní sebevýchova (kategorie nazvaná „Sebevýchova“, s výroky např. snažil jsem se potlačovat své typické cholerické rysy; rozvíjení sebe sama a směřováním za určitým ideálem). Dotazované ženy na rozdíl

od mužů mluví také o sebereflexi jako o zdroji sebepoznávacích informací v minulosti (kategorie „Sebereflexe“ s výroky např. přemýšlením nad sebou, co bych mohla změnit).

### **5.3 Analýza odpovědí u otázky č. 3 Jak nebo čím rozvíjím svou osobnost v současné době?**

O rozvoji osobnosti v současnosti se muži také více rozepsali než ženy. V jejich odpovědích se podařilo formulovat o čtyři témata více než u žen. Společnými kategoriemi odpovědí se ženami byly: „Práce na sobě, sebevýchova, sebereflexe“ (výroky např. zlepšováním se; snažím se být lepším člověkem; snažím se zdokonalovat své slabé stránky; snažím se poznat sebe sama; poznat své reakce v určitých situacích), „Studium, vzdělávání“ (např. mít lepší dovednost v angličtině; studiem; rozšiřování si svých znalostí; zvyšování vzdělání), „Volný čas, zájmy, koníčky“ (např. rozvíjím své taneční dovednosti; pokročilejším trénováním volejbalu), „Vztahy s lidmi, lidé kolem mě“ (např. „rozhovory; učím se od jiných lidí; od lidí s většími zkušenostmi; od lidí, kteří mi jdou příkladem; nejvíce mě rozvíjí ostatní lidé, skrze ně vidím věci jiným pohledem na současnost, budoucnost, chyby v minulosti; učím se od nich pohled na život.), „Fyzická kondice, sport“ (např. plaváním; udržováním se v kondici).

Muži se navíc zmínili o svých snahách rozvoje osobnosti na poli duchovním a na motivaci dané pohledem na budoucí cíl a profesní zaměřenost na základě uvědomění si budoucích cílů a aspirací (kategorie nazvané „Duchovní hodnoty a morální oblast“ a „Budoucnost“). Muži také uvedli, že v rozvoji vlastní osobnosti jsou důležité nové zkušenosti a učení se novým věcem tím, že se snaží vědomě participovat na poznávání a učení se něčemu novému (kategorie „Nové věci“). U mužů jsme objevili také odpovědi typu nechávám věcem volný průběh; na rozvoji vlastní osobnosti v současnosti nijak nepracuji; osobnostní rozvoj se děje bez mého aktivního volního nasazení (kategorii jsme nazvali „Nijak“).

### **5.4 Analýza odpovědí u otázky č. 4 Jak chci rozvíjet svou osobnost v budoucnosti?**

U odpovědi poslední otázky se podařilo formulovat stejný počet témat odpovědí u žen i mužů s těmito rozdíly: ženy na rozdíl od mužů zmínily, že v budoucnosti chtějí rozvíjet svou osobnost také na poli zvyšování fyzické kondice (kategorie „Fyzická kondice“, výroky typu sport) a objevily se i odpovědi nevím. Muži na rozdíl od žen zmínili důležitost seberealizace a duchovní rozvoj vlastní osobnosti (kategorie „Seberealizace“ a „Duchovní rozvoj“). Společnými kategoriemi odpovědí jsou: „Sebevýchova, práce na sobě“ (výroky např. pracovat na sobě; být lepším a vzdělanějším člověkem; zlepšovat dobré vlastnosti; zlepšovat se ve všech oblastech; chci být příjemným, přístupným, energickým, iniciativním a inspirativním člověkem), „Studium, vzdělávání“ (sdělení např. vzdělávání; veškeré kurzy, co jsou možné; jazyky; budu se dál vzdělávat), „Nové věci, nové zkušenosti“ (např. zkusit i něco nového; zažíváním nových věcí; učení se stále nových věcí profesních i osobních), „Zájmy, koníčky“ (výroky např. kultura; umění; navštěvovat cizí země; kurzy), „Lidé kolem mě“ (např. dbát rad zkušených lidí a tím se vylepšovat; poznávat nové lidi; budu se scházet s lidmi, jenž mě mají rádi a já je; brát si příklad z lidí, kteří mě určitým způsobem inspirují) a „Stejně jako teď“ (např. chci pokračovat s tím, co jsem začala; chci si udržet široký okruh zájmů, který teď mám; stejným způsobem, jak v současné době; stejně jako dnes; akorát s vyšší kvalitou a více informacemi jako dosud).

## **6 Shrnutí kvalitativní analýzy odpovědí**

Analýza odpovědí na uvedené otázky týkající se rozvoje osobnosti, naznačuje rozdíly i podobnosti mezi vysokoškolskými studenty - muži a ženami v jejich chápání a vnímání předloženého tématu.

U mužů bylo vysledováno více tematických oblastí u otázek 2 a 3, které se týkaly rozvoje osobnosti v minulosti a současnosti. Objevily se rozdíly u odpovědí na otázky 1 a 4 o chápání pojmu rozvoje osobnosti a o sebe rozvojových plánech do budoucna. I přes větší reálné množství dotazovaných mužů než žen v tomto výzkumu, vedou rozdíly odpovědí k úvahám o možnostech stanovit hypotézy o rozdílném uvažování mužů a žen a z toho vyplývajících zkušenostech ohledně seberozvoje osobnosti mezi muži a ženami. Skutečnost o existenci odlišných témat mezi muži a ženami nabízí dále otázky ohledně rozvojových aktivit ze strany výchovně vzdělávacích institucí a o možnostech jejich využití v praxi. Nakolik je možné a vhodné s cílem rozvíjet osobnost působit na muže a ženy stejným způsobem nebo je vhodnější diferencovat postupy a metody podle pohlaví, nakolik a jak lze využít vlastní potenciál člověka k rozvoji jeho osobnosti a nakolik v této oblasti existují rozdíly mezi pohlavími? Další hypotézy by se mohly týkat účinnosti jednotlivých osobnostně-rozvojových postupů vzhledem k pohlaví a také vzhledem k profesní orientaci. V poslední řadě by bylo zajímavé prozkoumat pořadí, případně vytvořit hierarchii osobnostně rozvojových technik, metod a způsobů co do účinnosti ve vztahu k pohlaví.

## **7 Závěr**

Článek se zabývá problematikou rozvoje osobnosti. V krátké teoretické části se dotýká několika dílčích úvah o rozvojově-osobnostní tematice a jejich historických kořenech a vztazích k myšlenkám a praxi některých teorií moderních psychoterapeutických a psychologických směrů. Cílem realizovaného výzkumu bylo zjistit, jak dotázaní vysokoškolští studenti rozumí pojmu rozvoj osobnosti a jak nahlízejí na vlastní seberozvoj v minulosti, přítomnosti a budoucnosti. Výsledky kvalitativní analýzy odpovědí jednotlivých studentů na položené otevřené otázky ukázaly, v jakých oblastech se jejich rozvoj osobnosti podle jejich názorů odehrává, za druhé ukázaly směry v uvažování o potenciálních rozdílech v možných metodách a postupech zaměřených na rozvoj osobnosti co do pohlaví a za třetí ukázaly možné oblasti formulování hypotéz týkajících se dalšího zkoumání problematiky rozvoje osobnosti v různých profesních prostředích.

Všichni dotázaní studenti mají vlastní představu o tom, co znamená rozvoj osobnosti. Podle jejich výpovědí podmiňuje seberozvojové procesy vlastní aktivní a volní nasazení člověka vycházející z něho samotného. Aby mohl jedinec růst vlivem působení vzdělávacích institucí, je třeba také jeho vlastního rozhodnutí, souhlasu a pozitivní odezvy. Záleží na kvalitě vztahů s druhými lidmi, které pak přímo nebo nepřímo úměrně ovlivní rozvojové tendence a vývoj jedince. Rozvoj osobnosti podle jejich výpovědí zahrnuje psychickou, fyzickou i duchovní stránku člověka. Dalším zjištěním bylo, že kvalitativní i kvantitativní vzestupné změny osobnosti jsou vedlejším produktem pocitu uspokojení z činnosti, seberealizace a sebe uskutečnění. Čím jsou podněty působící na osobnost lákavější a zajímavější, tím více člověka motivují k poznávání a k aktivitě.

Zpracované odpovědi dotazovaných mužů a žen poukazují na možnost platnosti např. těchto hypotéz týkajících se rozdílnosti co do pohlaví: Ženy častěji přemýšlejí nad svým jednáním a chtějí se poučit než muži. Pro muže je v rámci osobnostního růstu důležitější duchovní rozvoj více než u žen. Pro ženy je sebereflexe pro osobnostní růst důležitější

než u mužů. Muži vnímají rodinnou výchovu ve své minulosti jako důležitou podmínku růstu své osobnosti více než ženy. Pro muže je seberealizace v budoucnosti důležitější než pro ženy.

Na základě výsledků výzkumného šetření lze formulovat tyto hypotézy společné pro obě pohlaví: Jestliže se jedinec sám aktivně nerozhodne a aktivně nepracuje na vlastním růstu, není možné, aby rozvoj jeho osobnosti proběhl. Motivovaný člověk se osobnostně rozvíjí rychleji než člověk nemotivovaný. Čím kvalitnější má jedinec vztahy s druhými lidmi, tím pozitivněji a rychleji probíhají růstové změny jeho osobnosti. Osobnostní rozvoj zahrnuje rovnoměrný růst fyzické, psychické i duchovní stránky osobnosti. Čím spokojenější je člověk v oblasti seberealizace a sebeuskutečnění, tím více se jeho osobnost zkvalitňuje. Existuje přímá úměra mezi radostí ze života a osobnostním růstem. Rigidita a konzervatismus jsou přímo úměrné stagnaci osobnostního vývoje.

Tyto nastíněné hypotézy mohou být inspirativním podkladem pro rozpracování konkrétních metodologických postupů v oblasti vzdělávání mladých lidí s využitím rozdílnosti pohlaví s cílem vychovat a vyprofilovat kvalitního odborníka a profesionála.

### Zdroje

- [1] PLATÓN. Gorgias/Platón. Praha: Oikoymenh, 2000. ISBN 80-7298-005-X.
- [2] FOUCAULT, M. Dějiny sexuality III.: Péče o sebe. Praha: Herrmann a synové, 2003. ISBN 80-239-1186-4.
- [3] ROGERS, C. Být sám sebou. Praha: Portál. 20015. ISBN 978-80-262-0796-2.
- [4] SMÉKAL, V. O lidské povaze. Krátká zamyšlení nad psychickou a duchovní kulturou osobnosti. Brno: Cesta. 2005. ISBN 80-7295-069-X.
- [5] LAZAROVÁ, B., KNOTOVÁ, D. O čem, jak a s kým v osobnostním rozvoji. In K sobě k druhým k profesi. Brno: Masarykova univerzita, 2008. ISBN 978-80-210-4595-8.
- [6] BŘICHÁČEK, V. *Výkonnost versus harmonie*. In *Kalokagathie – nové dimenze vývoje*: Sborník z II. výročí konference o výchovných a rekreačních aktivitách v přírodě – Olomouc 10. – 12.10.1998. Olomouc: Hanex, 1998. ISBN 80-85783-22-3.
- [7] SMÉKAL, V. Pozvání do psychologie osobnosti. Brno: Barrister a Principal. 2002. ISBN 80-85947-80-3.
- [8] TOMAN, J. Jak zdokonalovat sám sebe. Praha: Svoboda, 1980.
- [9] MÍČEK, L. Duševní hygiena. Praha: SPN. 1984.