

# 2. Psychologie rodiny - normalita a duševní poruchy

1. Normalita/abnormalita osobnosti
2. Poruchy osobnosti

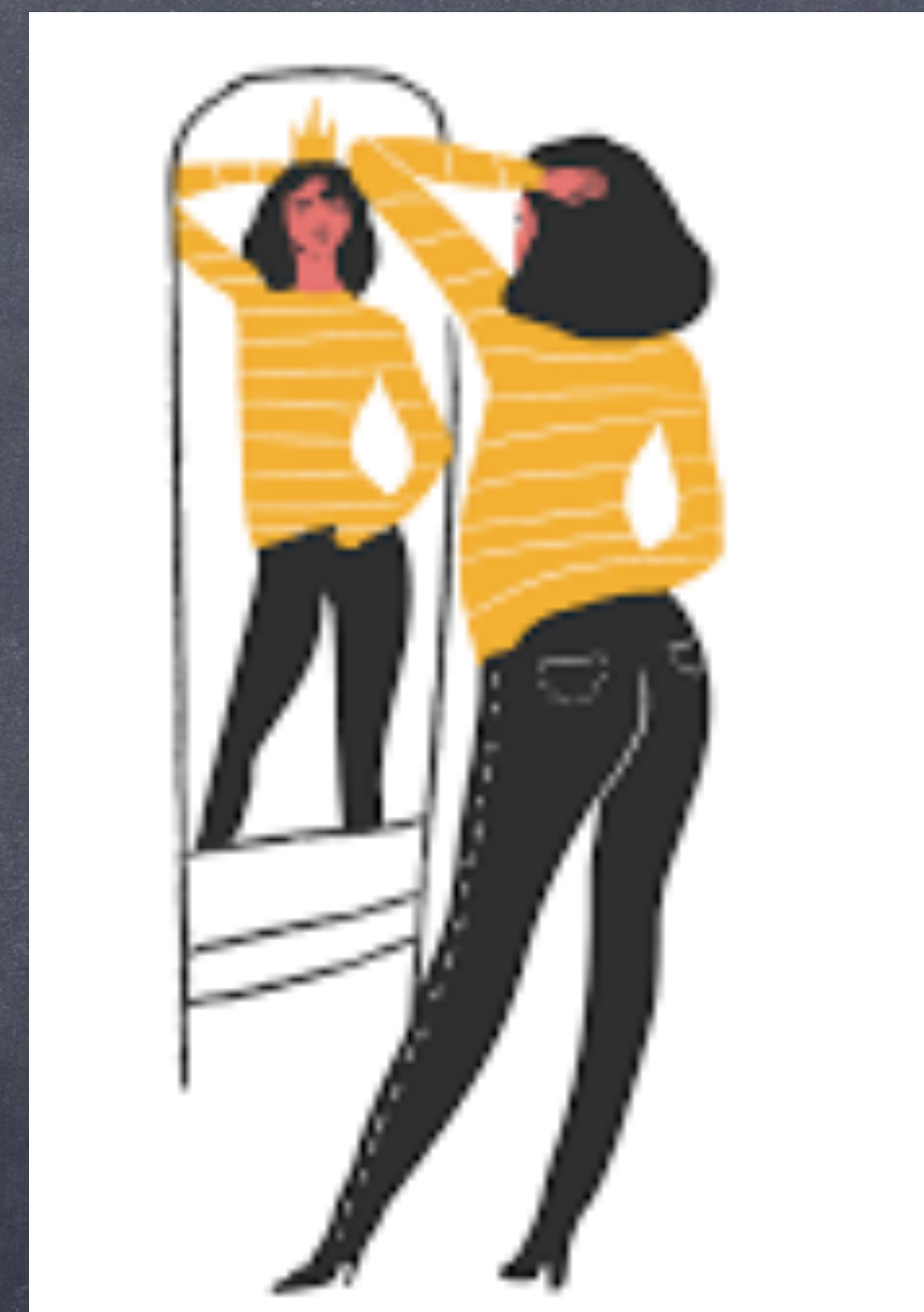
Učitel: Magda Nišpanská

Studijní opora vznikla v rámci ESF projektu Učitelem moderně a odborně.  
Č. projektu: CZ.02.3.68/0.0/0.0/16\_38/0006908

# Narcistická porucha osobnosti

• Narcistická porucha osobnosti projevující se znaky:

- Velikášský pocit vlastní důležitosti (přehánění úspěchu a talentu, očekávaná uznání vlastní nadřazenosti bez odpovídajících úspěchů),
- Opájení se fantaziemi o vlastní úspěšnosti, moci, brilantnosti, kráse či ideální lásce, víra ve vlastní jedinečnost a zvláštnost a v to, že může být pochopen pouze výjimečnými jedinci, popřípadě se může stýkat pouze s jedinečnými či vysoce postavenými osobami nebo institucemi,
- Potřeba nadměrného obdivu
- Pocit oprávněnosti a přemrštěné požadavky na druhé,
- Očekávání přednostního zacházení či automatického souhlasu s vlastními požadavky, zneužívání druhých ke svému prospěchu, nedostatek empatie, tj. neochota nebo neschopnost rozpoznat či se vžít do pocitů a potřeb druhých,
- Častá závist druhým a přesvědčení, že druzí závidí jim, z toho plynoucí arogantní, povýšené, domýšlivé chování či postoje.
- Jsou zde typické obranné mechanismy projekce a popření



Popření (denial)  
kategorie IV. - patologické  
obraný

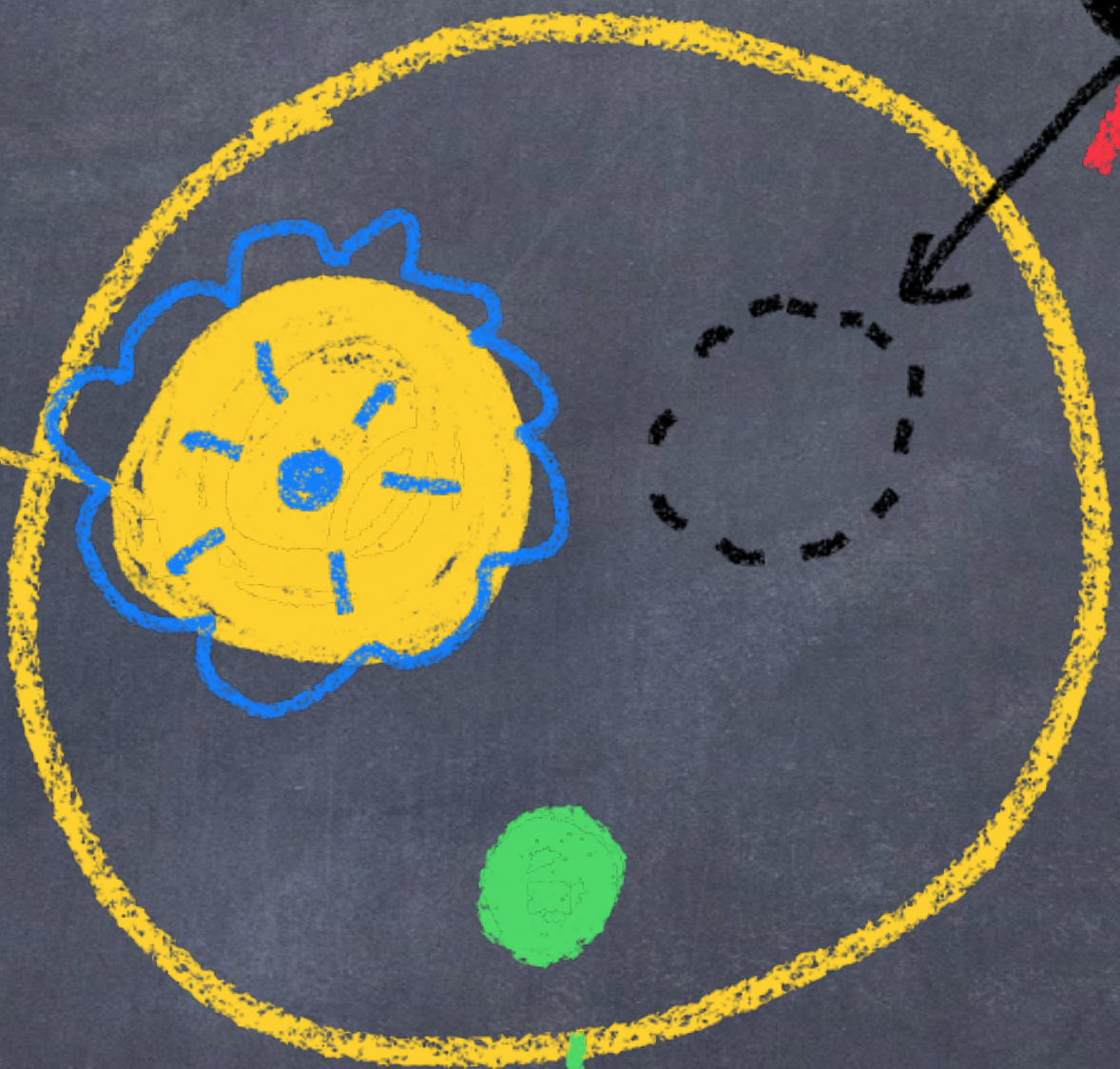
- odmítání pravdy

~~TRAVMA~~

PŘEZÍVAJÍCÍ JÁ

- nafouklé
- inflace
- rozpíná se na úkor dalších částí osobnosti.

DONALD TRUMP



ZRANĚNÉ JÁ

- je mu upřena existence

ZDRAVÉ JÁ

- nevyvinuté, slabé
- nemůže k realitě

Projekce (projection)  
kategorie III. - primitivní obrany

COŽE ŽE

TY LŽEŠ!

děje se nevědomě  
chrání ego



zásti  
vztek  
strach  
zúvisť



nemůže si  
pomocť  
musí někoho  
osvětit

Musím se  
bránit. Nežak  
mu to zkusím  
vysvětlit...

## Projekce

### Kategorie III. primitivní OM

(na tuto úroveň obrany někdy může sklouznout každý)

• Může se nám to stát, ale jsme schopni si to posléze uvědomit a reflektovat, že jsme možná druhému ublížili, dotkli se ho. Poté se bez problému dokážeme omluvit. Dokážeme s ním empatizovat. Snažíme se situaci následně napravit, abychom ještě více nepoškodili vztah. Stává se to, když se cítíme:

- vyčerpání
- znejistění
- oslabení
- nemoci, zranění
- zranitelní



Co už vůbec není zdravé? Jak rozlišíme patologickou projekci?  
Kde jsou hranice mezi normalitou a abnormalitou?

- Pokud daná osoba nezačne napravovat a korigovat daný vztah, ale ještě více situaci "vyhrocuje" - vztahu hrozí nenapravitelné poškození či destrukce.
- Příklad: rodič žáka sepisuje proti učiteli petice a poté na něj podá stížnost na školskou inspekci za to, že se nevěnuje náležitě jeho dítěti. Popírá důsledky, které jeho jednání na učitele mohlo mít. Nenechá si vysvětlit, že se kvůli jeho osočování mohl/a cítit špatně (přece když je špatný, tak si dané jednání zaslouží, rodič přece jen nastoluje spravedlnost...).

# Příklady projekce ve školní praxi, co dělat?

## • Příklad komunikace s rodiči:

- Rodič, který nerozumí svému dítěti (emočně ho např. zanedbává) vás obviní z toho, že se "nevěnujete náležitě jeho dítěti".
- Co udělá učitel? Vezme si to osobně, zraní ho to, cítí se zmatený a nepochopený.
- Namísto toho by se měl zastavit, nadechnout se, zamyslet se. Pokud s tím skutečně nemáte nic společného a jde o čiré domněnky a konspirace, tak to nevypovídá o vás, ale o tom rodiči, o jeho projekci. Jestliže jde o projekci, to znamená, že dotyčný rodič pravděpodobně sám dělá přesně to, z čeho obviňuje vás...
- Měli byste připustit, že daný rodič si to **vůbec neuvědomuje**. Jestliže je rodič zdravý a je pouze přetížený, nechá si to vysvětlit, poté se normálně omluví, příp. útočit přestane a lze se usmířit. Ale může se jednat o narušenou osobnost a potom je vysvětlování téměř zbytečným mrháním energie. Projekce chrání jejich křehkou identitu. Takový člověk se uchyluje k projekci a dalším obranným mechanismům téměř neustále. Má trvale narušenou funkci rozlišování Já-druhý. Podle toho projekci rozpoznáte - rozpoznáte, že nejde o oprávněné kritické námítky. Snaží se okolí podsouvat druhým hezký obraz o sobě - často velmi povrchně, skrze vnější vzhled a statutové symboly.

## Výzkum v rámci DP K. Zahradníkové

Tuto část studenti vypracovávali jako jeden z povinných úkolů z předmětu: Základy profesní komunikace. Studenti s využitím dostupných faktických informací o náročné komunikační situaci v učitelském sboru měli vytvořit smysluplnou a realistickou představu ve formě povídky o učitelském sboru, ve kterém se jeden člen ocitl ve vysoce konfliktní situaci. Dle projevené citlivosti, komplexnosti perspektivy, schopnosti mít nadhled a zaujmout tzv. multiperspektivu, jsme jejich výpovědi vyhodnotili na stupnici od 1 do 9, přičemž 9 je známka nejvyšší mentalizace.



- Proč si myslíte, že se rodiče dítěte chovají tak, jak se chovají
- Jak se podle vás cítí dítě?
- Proč si myslíte, že se další zprotagonistů ve vaší povídce chová tak, jak se chová?
- Kdybyste byla kolegyně třídní učitelky, jakým způsobem byste se jí snažila pomoci?
- Jak byste se být paní učitelkou zachovali?

Někteří respondenti dokázali odpovědi rozvinout a podívat se na situaci pohledem protagonisty, s vědomím toho že si vlastními domněnkami ohledně prožívání protagonistů nemohu být zcela jistí, ale zároveň o něm dokázali hypoteticky uvažovat logicky a citlivě. Dokázali zvažovat různé možnosti perspektiv. Příkladem toho, že je člověk schopný mentalizovat vypovídá i to, že se respondenti snažili vžít do situace a podívat se na danou věc všemi různými úhly pohledu, tzn., že si nebyli jisti pouze jedinou možností, například:

„Dítě může být nešťastné, protože je vystavěno výsměchu mezi spolužáky a ztrácí sociální kontakt. Druhou možností je, že dítě je zvyklé, že rodiče řeší jeho život za něho a tím od rodičů získává pocit jistoty.“

Dotazující předpokládali, že příčina problémů složité konfliktní situace bude na straně rodičů. Často se objevovalo podezření na psychicky narušenou osobnost jednoho z rodičů, což je z povídky poměrně zřejmé, a pokud respondenti vyjádřili pochybnost ohledně duševního zdraví rodičů, považovali jsme to za známku dobré schopnosti mentalizace.

„Důvodem tohoto chování mohou být psychické problémy rodičů, vlastní neúspěch.“ Nebo: „Jsou psychicky nemocní. Je to jejich sebeuspokojování a pocity vlastní důležitosti.“

Dokázali se vcítit do dítěte:

„Myslím si, že dítě musí být zmateno. Rodič mu v tomto případě nedá možnost se vyjádřit, proto může nastat situace, kdy dítě nesouhlasí s jednáním rodiče a nemá možnost to říct. Pokud se ale jedná o dítě, kterému se rodiče do té doby moc nevěnovali, mohlo by to brát jako zájem o něj a mohlo by se cítit dobře, protože si ho rodiče začali všímat.“

Nebo:

„Dítě musí být touto situací poškozeno. Vzhledem k útokům rodičů na ostatní žáky školy se může cítit vyčleněno z kolektivu.“

Respondenti dali také najevo, jakým způsobem by se své kolegyni snažili pomoci:

„Vyslechla jí, hovořila bych s ní o této situaci, podpořila bych jí. Hledala bych s ní možná řešení, např. přemístění dítěte do jiné školy, navrhla bych, aby požádala rodiče ...? vyřešení situace.“

Při nedostatečné mentalizaci respondenti byli přesvědčeni o tom, že dítě je rozmazlené, že je to všechno dokonce „jeho vina“. Nenapadla je možnost, že by hlavní problém vězel v psychice rodičů.

„Je hodně dětí, co má rodiče tzv. omotané kolem prstu a rodiče pro něj udělají první poslední a nevidí vlastně chování svého dítěte, protože je to pro ně jejich poklad“

Uváděli také, že tato situaci dítěti vadit nemusí nebo že se dokonce v takovéto situaci cítí dobře:

„Podle mě se dítě cítí dobře, protože očividně učitele nemá ráda nebo zkouší, co vlastně učitelka vydrží, a co hůř, je dost možné, že si i vymýšlí, že paní učitelka se na ní dívá takhle a že jí nevyvolává a najde si sebemenší důvod, aby učitelce uškodila.“ Podobné odpovědi se vyskytly dokonce u několika respondentů: „Podle mě se cítí dobře. Ona si vlastně může dělat, co chce.“

Někteří studenti celou situaci dávali za vinu dítěti, kvůli tomu, že je rozmazlené:

„Pokud je rozmazlené, jak to tak vypadá, tak si myslím, že to tomu dítěti nějak nevádí. Pokud by ovšem rozmazlené nebylo, zastalo by se paní učitelky a nechtělo ji taky potopit tak, jako to dělají jeho rodiče“ v tomto případě dotyčný nepřipouští možnost, že by dítě z rodičů mohlo mít strach, takže by se těžko zastávali jiné osoby.

Respondenti popsali, že by se takovou situací vůbec nezabývali:

„Já bych se tím vůbec nezabývala. Jestliže rodiče porušují školní vzdělávání, není to učitelky problém.“

Někteří uvedli, že by situaci neřešili, ale počkali by rok, a podle dané situace by buď změnilí pracoviště, nebo by u vedení požádali o změnu vedení třídnictví:

„Rok, anebo podle psychického i fyzického stavu učitelky, vyčkat, a pokud by to neustálo, tak se nabízí hned několik variant. Buď změnit pracoviště anebo požádat u vedení o změnu třídnictví.“ I přesto, že se v modelové situaci píše, že je z toho paní učitelka velice nešťastná i po psychické stránce na tom není dobře, protože již dál učit nechce.

Jde zde o psychologicky velmi nepřiměřené interpretace postrádající citlivost, lidskost a odbornou logiku. Tito studenti už mají za sebou jeden semestr výuky na pedagogické fakultě, včetně základů psychologie.

Je zajímavé, že přibližně 10 % studentů odpovídalo způsobem, který poukazuje na „nezájem“ o vnitřní svět druhých. Ten je zjevný díky jejich stručným, schematickým a černobílým odpovědím. A to i přesto, že šlo o zápočtový úkol. Vypadalo to, jako by respondenti chtěli být se svou prací co nejrychleji hotovi, aby se tímto nemuseli dále zabývat. Jak kdyby pro ně otázky byly obtěžující. Což možná skutečně byly, právě proto, že se nezajímají o vnitřní svět druhých. Navíc tito studenti jsou přesvědčeni o správnosti své perspektivy, např.: „já bych to neřešila“, „Dítě je rozmazlené...“. Toto vše poukazuje na možnou nízkou schopnost mentalizace.

Přibližně 90 % studentů se vyjadřovalo přiměřeně, s určitou dávkou pochybností, nejistoty o vlastním hodnocení protagonistů.

Vzhledem k tomu, že mentalizace je schopnost, která se utváří v dětství, velmi těžko se „přeučuje“. Souhrnná doporučení či kurzy pouze mentalizaci posilují.

Narušená metalizace u učitelů (Zahradníková, 2020, DP TUL)

## Vyhodnoceí: mentalizace

Vzhledem k tomu, že se ve složení pedagogického sboru objevili tací, kteří jsou skutečně empatictí a zvládnou se na problém podívat i očima dítěte, ale také se objevili někteří, kteří naopak vidí problémy „černobíle“, neempaticky, rozhodla jsem se zařadit pár bodů, které by měly napomoci lepší mentalizaci jedince.

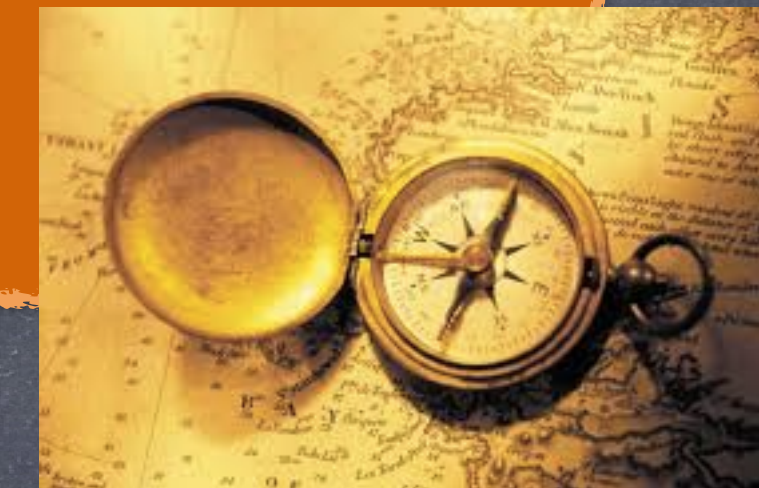
1. Tolerujte nejistotu - přiznat, že něčemu nerozumíme, nechápe, je přeci zcela normální.
2. Snažte se respektovat různé pohledy svých kolegů.
3. Mluvit podle skutečnosti o tom, jak se cítíme, proč se tak chováme.
4. Tolerujte nedorozumění, berete ho jako šanci poučit se z něj.
5. Zaměřte se na svoje pocity, snažte se je popsat, ale zároveň se ptejte i ostatních, jak se cítí oni.
6. Neodpovídejte na otázky, na které sami neznáte odpověď. V životě člověka je normální nemít odpovědi na všechny otázky, které si pokládáme.



## Základní mentalizující postoj učitele podporující mentalizaci u žáka.

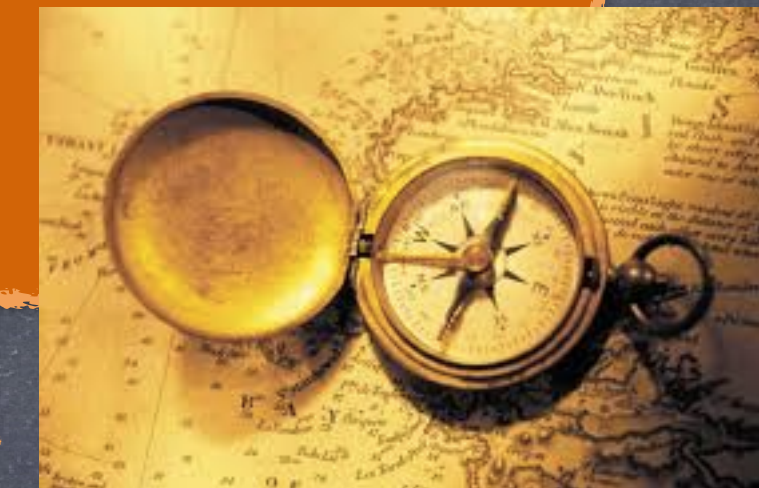
1. Zaměřenost na cíl - cílem je vzájemné porozumění a mentalizace učitele i žáků
2. Východisková pozice nevědění - jistá míra nejistoty
3. Vyhnout se prázdným řečem
4. Aktivní zvědavost, tázání (ne vměšování se)
5. Identifikace současných perspektiv a porovnání s alternativními
6. Transparentnost ohledně učitelovy mysli - Disclosure
7. Detektivní pohled - můžeš mi pomoci, nerozumím tomu, co se děje "Colombo style".
8. Obyčejný, lidský, ne-expertní pohled (...já bych se cítil stejně...)
9. Pokora navzdory nedorozuměním (...je přirozené si nerozumět...a je výzvou hledat porozumění)
10. Zaměřenost na emoce - emoce jsou životodárné, důležité

# Učitelův kompas vlastní metalizace



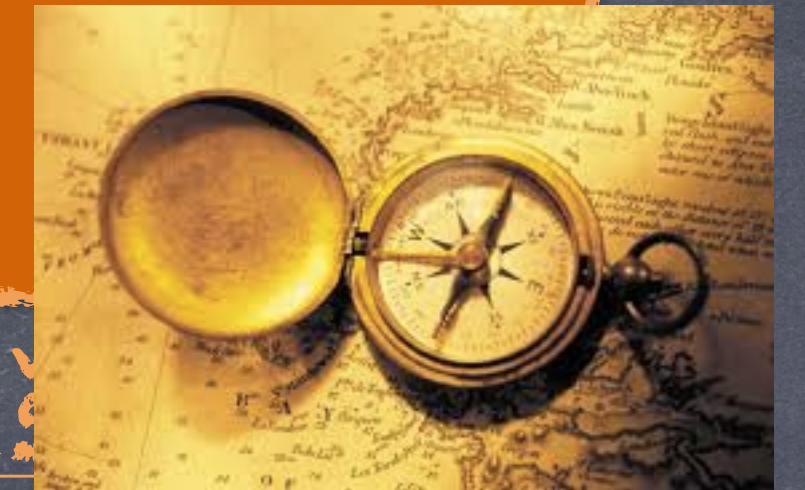
- 1. Dobrá metalizace se projevuje ve všech vašich vztazích
  - Nejste podezíraví, paranoidní
  - Jste reflektivní, máte nadhled, přátelé se Vám svěřují a radí se s Vámi
  - Máte zdravou míru pochybností ohledně vlastních interpretací chování - chápete, že mysl je složitá a vy samotní, nebo druhý člověk mohl mít vlastní motivy pro určité jednání odlišné od vašich domněnek.
  - Dokážete odpouštět, dát druhému šanci
  - Dokážete si vymezit jasné hranice a chránit se před ubližováním
  - Dobře chápete, že za chováním se ukrývají myšlenky a pocity. Nevnímáte chování prvoplánovitě, či doslovně (příklad ze seminární práce - bratr s AS nechápe, že maminka není rozzlobená, ale má hrubší hlas kvůli laryngitidě).

# Učitelův kompas vlastní metalizace



- 2. Dobrá metalizace se projevuje v tom, jak vnímáte vaše vlastní myšlení a citění
  - Máte toleranci a pochopení vůči tomu, že vaše emoce a myšlenky se mění v čase (krátkodobý horizont - traumata, únava, stres, nemoc, konflikt)
  - Máte toleranci a pochopení vůči tomu, že vaše emoce a myšlenky se mění s dlouhodobým vývojem, před 10 lety jste byli "někde jinde".
  - Jste zdravě skeptičtí ohledně vaší vlastní mysli připouštíte omyl
  - Jste upřímně zvědaví
  - Máte zájem o rozdíly mezi sebou a druhými
  - Chápete že vaše emoce mohou někdy dočasně narušit myšlení, vědomě s tím pracujete (s regulací vlastního stresu) zajímáte se o psychohygienu, cítíte její přínos.

## Učitelův kompas vlastní metalizace



- 3. Dobrá metalizace se projevuje v tom, jaké je vaše sebepojetí
  - Máte bohatý vnitřní život
  - Máte dobrou autobiografickou paměť, vaše vzpomínky jsou integrovány v koherentním a komplexním narativu
  - Díky dobrému "zakořenění" ve své mysli, se dokážete naladit na druhé, jste trpělivý/á, druzí vám důvěřují a radí se s vámi.

## Učitelův kompas vlastní metalizace



### 4. Základní postoje a hodnoty

- Umírněnost - nepodléháte excesům, nepoužíváte patologické obranné mechanismy (budoucí přednáška)
- Skromnost - víte, že nemáte patent na rozum, že občas i vy ztrácíte metalizaci
- Pokora - jste si vědomý/á svých individuálních limitů vlastní metalizace (víte, kdy ji ztrácíte a reflektujete to)
- Přijetí - přijímáte věci, které nelze změnit a snažíte se konstruktivně řešit problémy, které změnit lze