

O zkoumání lidského charakteru a možností jeho budování

PhDr. Petr Hampl, Ph.D.
Praha 7. března 2026



Jungmannova
národní akademie

www.junaak.cz



Jungmannova
národní akademie

- › Studium charakteru
- › Pozitivní psychologie
- › Charakterové silné stránky



Jungmannova
národní akademie

STUDIUM CHARAKTERU



Jungmannova
národní akademie

Něco z dějin

- › Původně – charakter je všechno
- › André-Michel Guerry a „morální statistiky“
- › Všechno je prostředí /situace
- › Vlny zájmu o „výzkum charakterových vlastností“
- › 1932 – časopis „Character and personality“
- › Dvě opačné revoluce 60. let
- › 90. léta – model „velké pětky“
- › Geny
 - Pravicové směry
 - Levicové směry

Morální psychologie

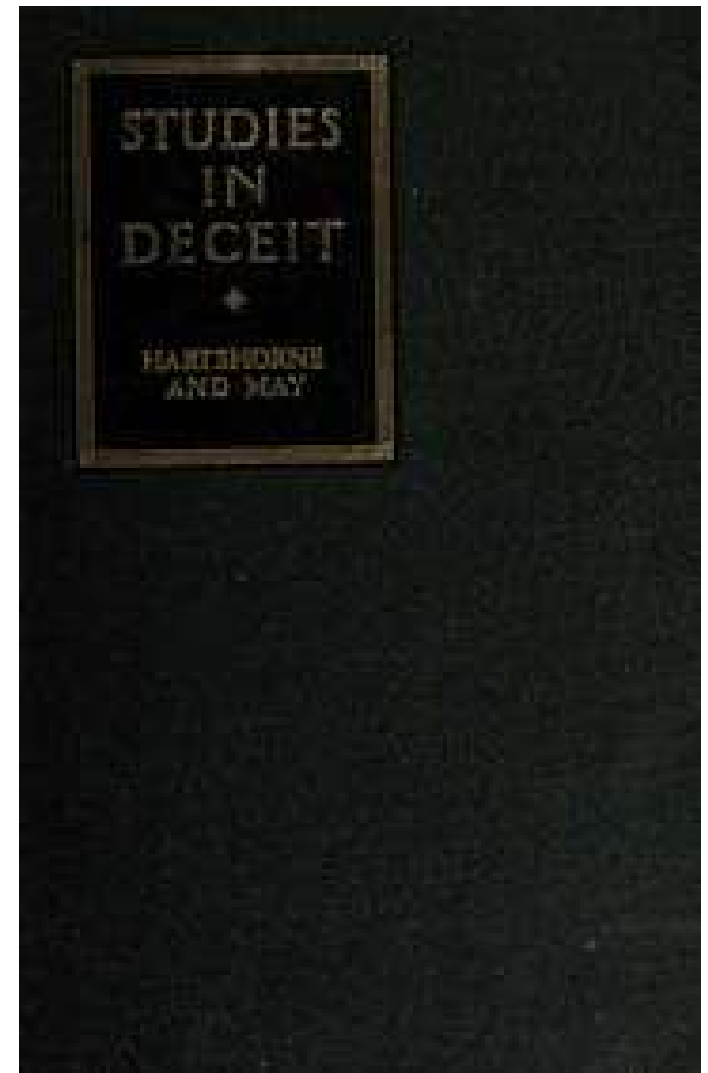
- › Mají lidé stabilní charakter?
- › Lidské jednání určuje:
 - Osobnostní rysy
 - Sociální identita
 - Situace (motivace, anonymita, chování jiných lidí)
 - Prostředí (morálka, zvyklosti, dlouhodobé ekonomické tlaky apod.)

Charakter

- › Nestabilní během života
- › Morální přesvědčení jen omezený vliv
- › Nejvýznamnější prediktor „sebeovládání“
- › Vlastnosti „jestliže – potom“
- › Dva režimy rozhodování
 - Rychlé intuitivní, a potom zdůvodňování
 - Důkladnější přemýšlení

Charles Hartshorne Mark A. May

20.léta



Albert Bandura: Výzkumy násilí

60. léta



Stanley Milgram

60. léta



Meta-Analysis > Psychol Bull. 2006 Jan;132(1):1-25. doi: 10.1037/0033-2909.132.1.1.

Patterns of mean-level change in personality traits across the life course: a meta-analysis of longitudinal studies

Brent W Roberts¹, Kate E Walton, Wolfgang Viechtbauer

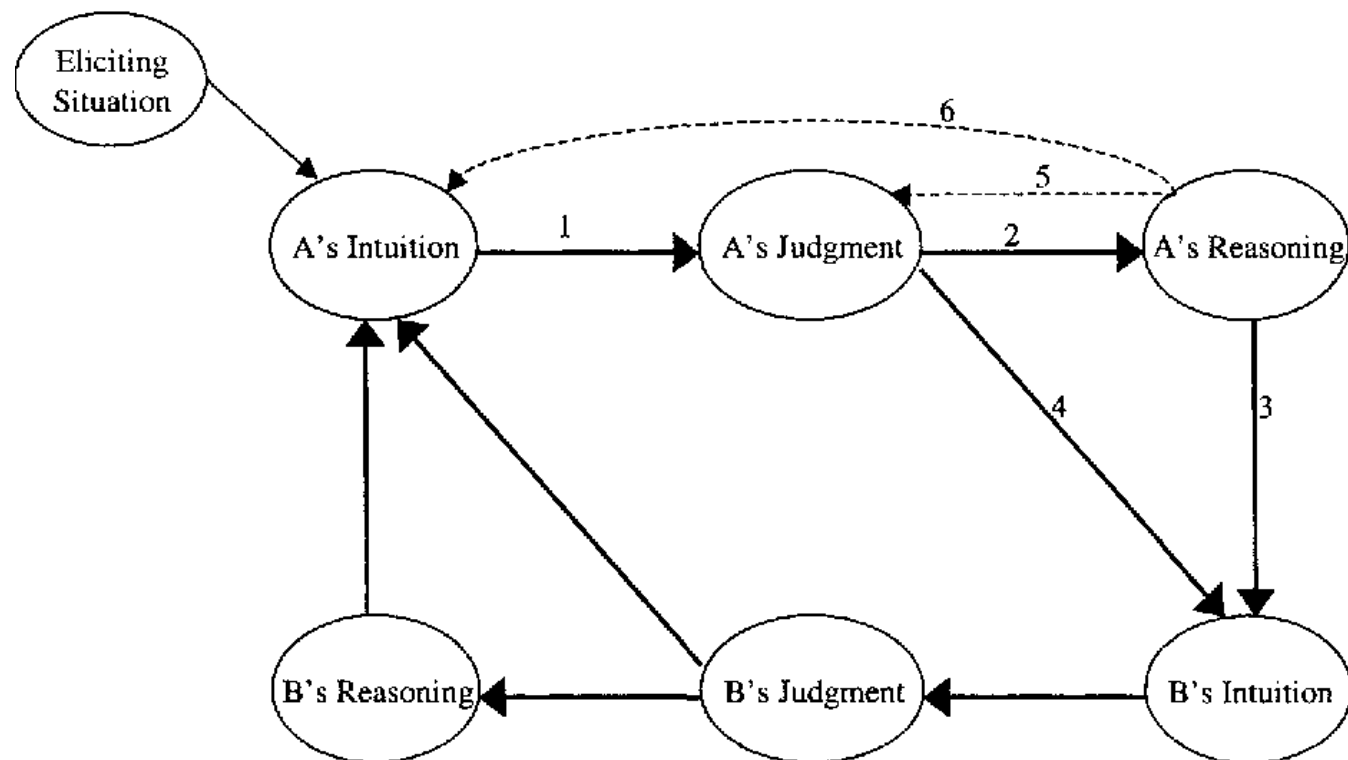
Affiliations + expand

PMID: 16435954 DOI: 10.1037/0033-2909.132.1.1

Abstract

The present study used meta-analytic techniques (number of samples = 92) to determine the patterns of mean-level change in personality traits across the life course. Results showed that people increase

Jonathan Haidt





Jungmannova
národní akademie

POZITIVNÍ PSYCHOLOGIE

Zkušenost versus experiment



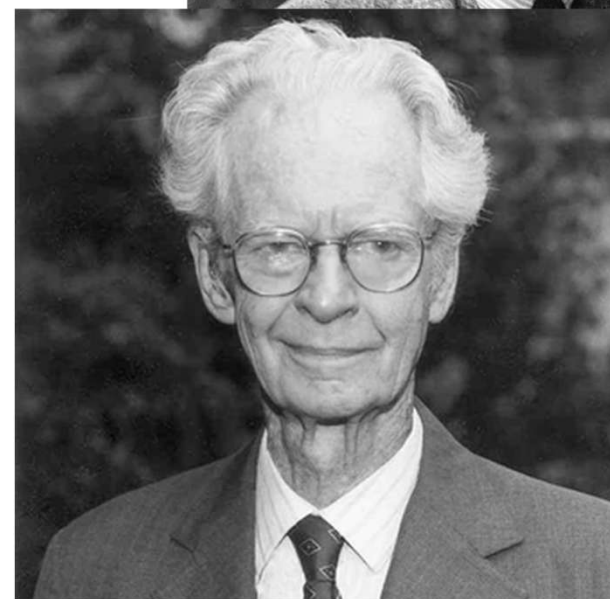
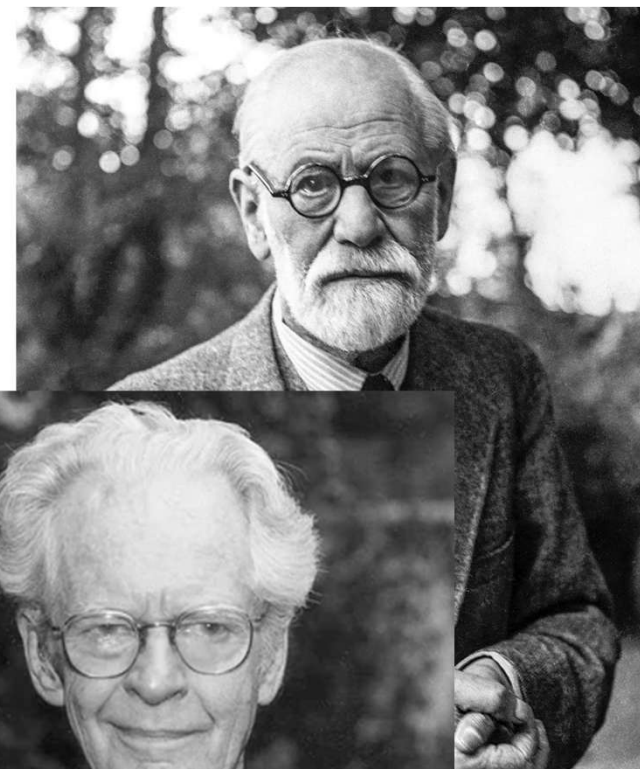
Dva základní psychologické pohledy na člověka

ANALYTICKÝ (HLUBINNÝ atd.)

- › Vychází z psychoterapie
- › Myšlenky nejsou zásadní
- › Rozhodující je minulost
- › Vysoká míra intuice a spekulace
- › Terapie poskytuje úlevu
- › ...ale zpravidla na omezenou dobu

BEHAVIORÁLNÍ

- › Poznatky jisté a spolehlivé
- › ...ovšem poněkud nezajímavé



Proč je Martin Seligman tak málo známý?

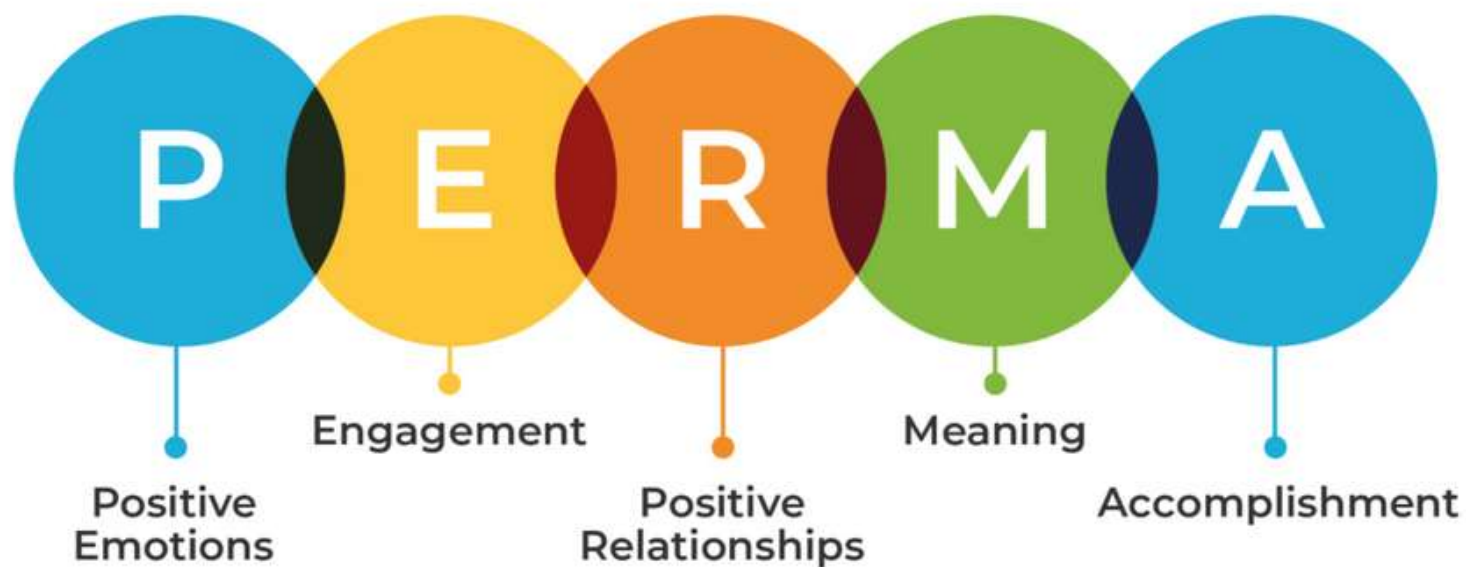


Zásady seligmanovské (pozitivní) psychologie

- › Rozhoduje budoucnost („paměť je ve službě budoucnosti“)
- › Ne krizová intervence, ale práce v dobrých obdobích
- › Ne zaměření na slabé stránky, ale na silné
- › Cílem přecvičit zadní části mozku
- › Cvičení – otestována vůči placebo

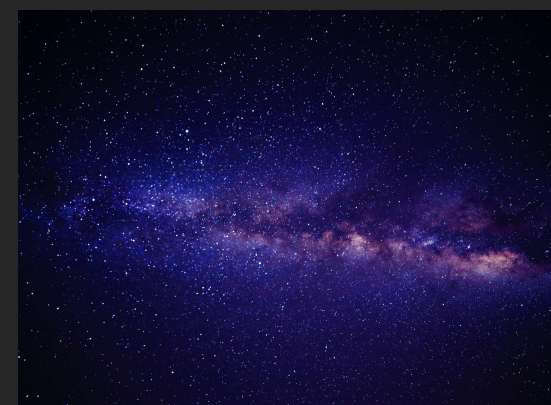
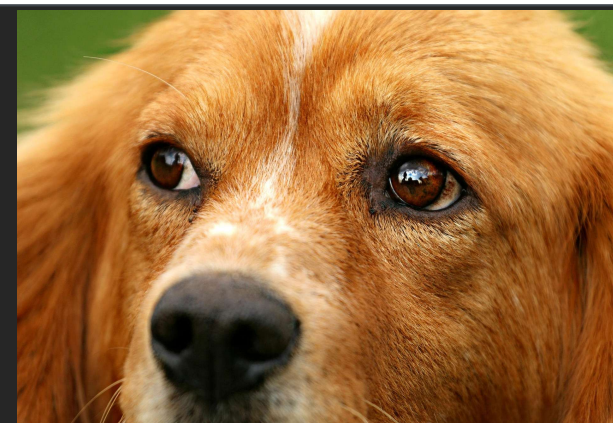
Model PERMA

(co potřebujeme ke štěstí a dobrému životu)





Jungmannova
národní akademie



CHARAKTEROVÉ SILNÉ STRÁNKY

Užitečné testy

- › <https://www.viacharacter.org/>
- › <https://www.authentic happiness.sas.upenn.edu/>
- › V některých prohlížečích lze zapnout automatický překlad do češtiny

Moudrost



Moudrost

- › Tvořivost
- › Zvědavost
- › Otevřenost mysli
- › Láska k učení
- › Pohled z různých perspektiv

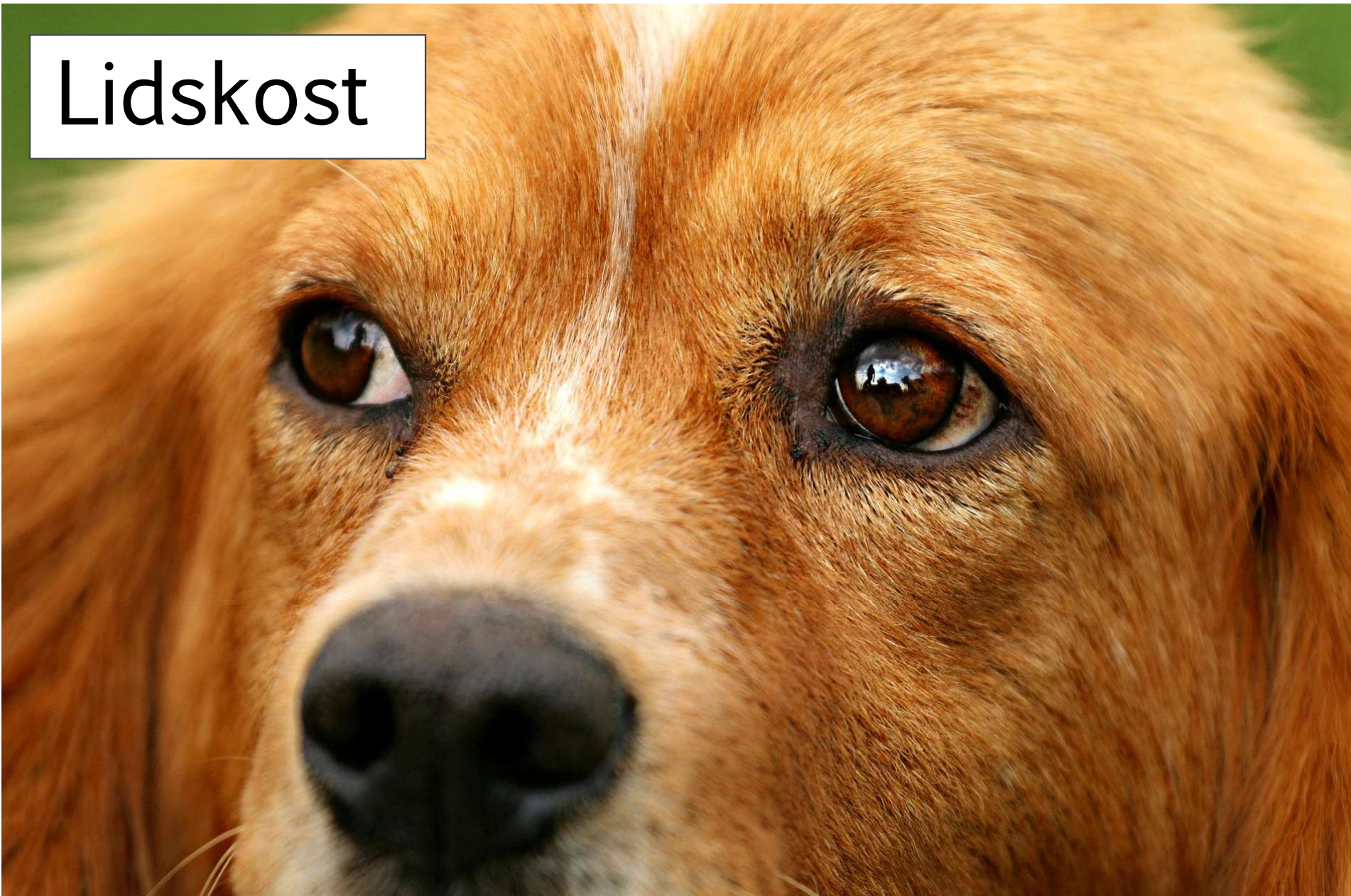
Odvaha



Odvaha

- › Statečnost
- › Vytrvalost
- › Autenticita
- › Nadšení

Lidskost



Lidskost

- › Láska
- › Laskavost
- › Sociální inteligence

Spravedlnost



Spravedlnost (občanství)

- › Týmovost
- › Férovost
- › Schopnost vést



Jungmannova
národní akademie

Umírněnost



Umírněnost

- › Odpuštění
- › Pokora
- › Rozvážnost
- › Sebekontrola

Transcendence

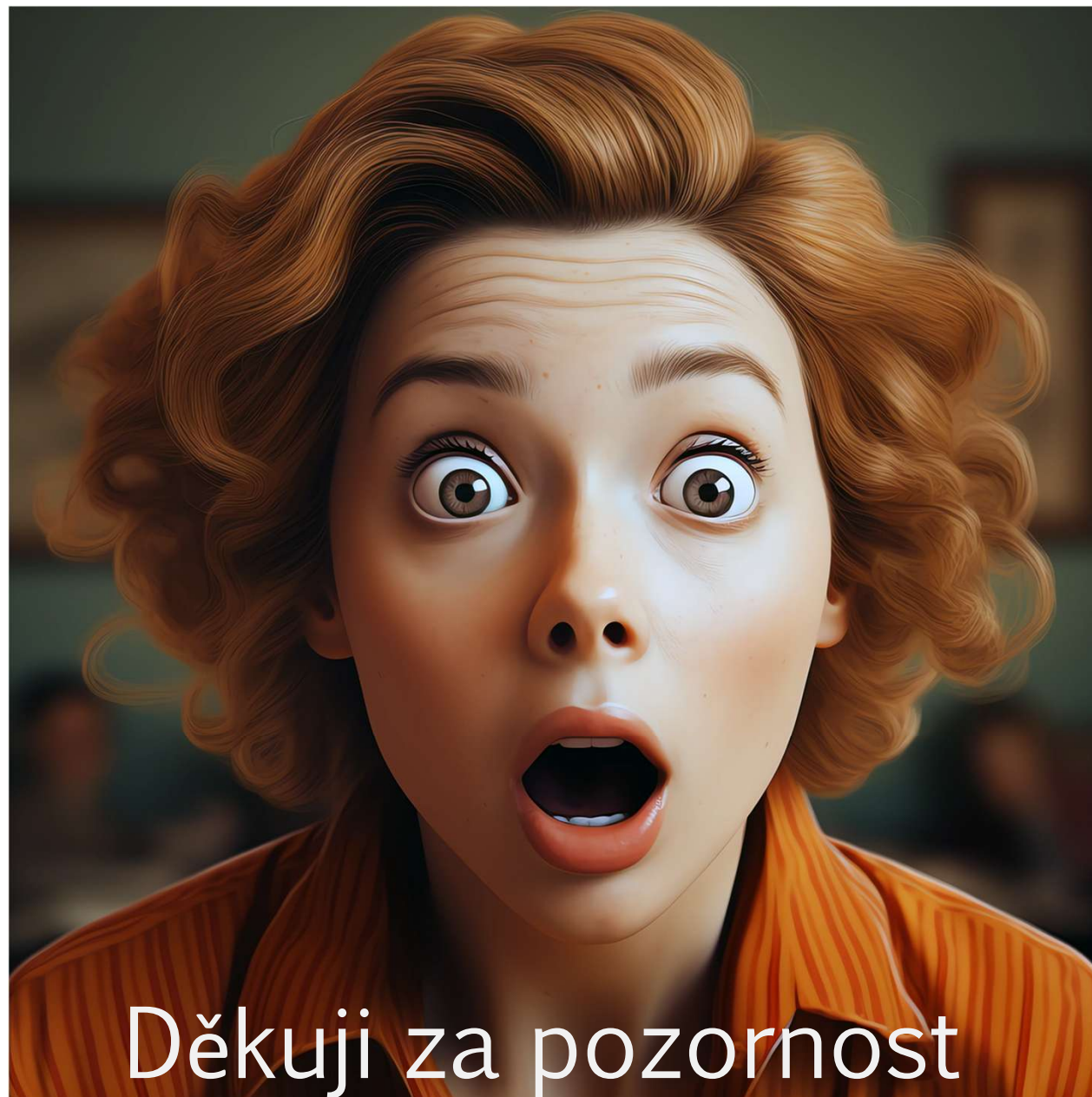


Transcendence (překročení sebe)

- › Ocenění krásy a dokonalosti
- › Vděčnost
- › Naděje
- › Humor (nadhled)
- › Spiritualita



Jungmannova
národní akademie



Děkuji za pozornost