

ke
Artu
sta

PŘI
PRÁ
VEN?

Lidé řeknou A, myslí si B, a udělají C. Jak „vypočítat“ C, známe-li A? To je otázka, se kterou se potýká nejen odborný psycholog, ale každý, kdo žije v lidské společnosti. Každý člověk je svým způsobem praktický psycholog — lepší nebo horší. Poznat, jak se lidé ke mně zachovají, na koho se mohu spolehnout, kdo něco dokáže, kdo mi dobře poradí, s kým si budu rozumět, na koho si musím dát pozor, jak na koho jít — kdo z vás by to nechtěl umět? Hledáte své místo v životě z ve společnosti, hledáte životního partnera a nemáte ještě mnoho zkušeností, i když jste prožili už nejedno zklamání. Jak by přišly vhod účinné metody, které by pomohly vyznat se v lidech, naučit se umění praktické psychologie!

PODLE LEBKY POZNÁTE JE?

Snad jste už četli nebo slyšeli o dvou přitažlivých povahopisných metodách: frenologii a grafologii.

Frenologie vychází z předpokladu, že je nějaký vztah mezi tvarem lebky a lidskou povahou. Tento předpoklad vypadá docela rozumně: Lebka je přece schránkou mozku, který je nositelem duševních funkcí a vlastností. Rozdíly mezi lidmi ve tvaru lebky jsou značné a dobře pozorovatelné i měřitelné! Jestliže jsou duševní funkce v mozku lokalizovány, proč by neměly třeba vypouklé spánky znamenat hudební nadání, vysoké čelo inteligenci a vysoké temeno sklon k filosofickému nebo náboženskému hloubání?

A přece je frenologie — pro psychologického amatéra tak lákavá — v současné psychologii

mrtvou oblastí. Žádný z jejích předpokladů se totiž nepodařilo uspokojivě prokázat, a tak toho vědci nechali. Snad se jednou věda vrátí ke starým frenologickým spekulacím a vyrýžuje z nich zrno pravdy. Ale prozatím jsou frenologické „poznatky“ klamné a dokonce škodlivé, protože podporují předsudky o nadřazenosti bílé rasy. (Rozdíly mezi rasami ovšem existují, a to i v duševních vlastnostech; ale nakolik jsou způsobeny životními podmínkami a různou historií a kolik zbývá na rozdíly, dané skutečně biologicky, rasou?)

Grafologie — povahopisná analýza rukopisu — je mnohem slibnější. Rukopis je pro každého z nás charakteristický. Existuje například jen málo lidí, kteří dovedou napodobit rukopis někoho jiného tak, aby to dobrý grafolog nepoznal. Ale i bystrý pozorovatel bez zvláštních odborných znalostí pozná rozdíl mezi primitivním, školáckým písmem a vypsanou rukou vzdělaného člověka, všimne si manýrování kudrlinek a prázdňů snahy po efektu nebo rázných energických tahů. Můžete se sami přesvědčit o kolísání rukopisu (při málo se měnícím základním charakteru písma), když porovnáte, jak jste psali ve stavu silné únavy nebo smutku a jak při radostném vzrušení.

Mnozí psychologové používají grafologie s úspěchem ve své psychodiagnostické praxi. Vyžaduje to však zkušenost a určitý cit. Grafologická teorie má totiž daleko k tomu, abychom z ní mohli odvodit bezpečná pravidla pro poznání povahy. To ovšem zase není důvod k tomu, abychom grafologii prohlásili za nesmysl nebo ji strkali do stejného pytle s frenologií jako „škodlivou pa-

vědou“. Písmo je jen zachycený pohyb. A víte dobře, jak mnoho o sobě člověk prozradí pohybem: způsobem chůze, charakteristickou gestikulací, pohyby obličejových svalů!

Jenom šarlatán tvrdí, že mu k poznání povahy stačí rukopis. Psychologové používají analýzy rukopisu pouze jako doplňkové metody. Když dostanu do ruky dopis a mám říci něco o povaze pisatele, prozradí mi mnohem více to, jakým způsobem se pisatel vyjadřuje, co a jak říká, než rukopis jako takový.

Frenologové, grafologové a dokonce i ti, kteří povahu „čtou z ruky“, mají mnohem větší úspěch, než si zaslouží. Můžete si sami udělat malý pokus. Vezměte dvacet povahových vlastností a promyslete si, jak byste trochu tajemným, autoritativním a zároveň jakoby zetrným způsobem lidem sdělovali, že tyto vlastnosti mají. Pak si dejte od několika lidí předložit rukopis (jejich vlastní nebo jejich známých), předstírejte, že ho grafologicky analyzujete a nakonec řekněte vždycky pět náhodně zvolených vlastností z těch dvaceti. Budete-li si počínat aspoň trochu obratně, budou vaše „posudky“ většinou uznány jako výstižné nebo aspoň zajímavé.

UMĚNÍ ČÍST „MEZI ŘÁDKY“

Speciální metody moderní psychologické diagnostiky nejsou pro laika použitelné a nejsou ani obecně přístupné. Ale základní psychologická metoda je přístupná každému: pozorovat, co lidé dělají a říkají a klást si otázku PROČ. Čeho chce dosáhnout člověk, se kterým právě mluvím? Chce mě k něčemu přemluvit? To je otázka, která nás napadne snadno. Ale stejně důležité jsou



DOVEDU

POZNÁVAT

LIDI?



i motivy a cíle, které si často neuvědomuje ani ten, kdo usiluje o jejich dosažení: touha získat uznání, vzbudit soucit, imponovat, projevit samostatnost (to jest dokázat si jít), zavděčit se, překonat svůj pocit nejistoty, viny nebo méněcennosti.

Kdo chce být dobrým praktickým psychologem, musí se naučit sledovat tento podtext všeho, co lidé dělají a říkají. Je to těžké, protože býváme ve styku s lidmi sami plně zaujati podobnými motivy. Často sotva posloucháme, co druhý říká, hledáme jen mezeru v jeho řeči, ve které bychom uplatnili a zdůraznili své myšlenky a problémy, které nám připadají volice zajímavé a důležité. Přirovnal bych to k šachové partii: Jsou-li dva hráči jinak stejně silní, vyhraje vždycky ten, který se dovede na situaci podívat i očima soupeře. A ještě něco: Lidé většinou touží žít jinak, než právě žijí, být jináci, změnit se. Když pochopíme, jací by chtěli být (oni sami to často ani nevědí!) a když se k nim budeme chovat, jako by takoví už byli... Zkuste to!

Podali-li se vám, abyste začali bez předsudků a beze strachu

pozorovat lidi a uvažovat o příčinách jejich chování, objevíte časem řadu pravidel, která platí bezmála s přesností fyzikálních zákonů: Kdo se chlubí, snaží se vyrovnat pocit méněcennosti. Kdo přehnaně zdůrazňuje lásku, zakrývá (často sám sobě) nedostatek citu. Kdo se posmívá, trpí strachem, že bude sám zesměšněn. Kdo přehnaně zdůrazňuje spravedlnost, bývá sám krutý. Přehnané moralizování bývá výrazem skryté závidi.

ČÍM VÍC LIDÍ POZNÁŠ...

Umění poznávat lidi vyžaduje zkušenost. To neznamená nutně vysoký věk. Hodně můžete získat četbou dobré beletrie, ale důležitější je pozorovat lidi a mluvit s nimi. Možná, že nevíte, jak snadné je často navázat s úplně neznámými lidmi hovor o velmi vážných věcech, třeba o tom, jestli jsou v životě šťastní. Důležité je, abyste poznávali lidi různého věku a různých povolání, s různými názory na život. Když

s nimi nesouhlasíte, nezařazujte je hned mezi „nemožné“ lidi se zastaralým způsobem myšlení. Snažte se pochopit, proč jednají a smýšlejí jinak než vy. Předpokládejte vždycky, že nejsou o mnoho hloupější než vy, že mají jen jiné zkušenosti a jiné starosti.

Je tedy třeba poznat co nejvíce co nejrůznějších lidí. Ale ani to není nejdůležitější. Základem našeho poznání lidí je znalost těch několika, kteří jsou nám nejbliž, se kterými žijeme. Jestliže si s nimi nerozumíme, nerozumíme pořádně nikomu a nejspíš ani sami sobě. Hluboké poznání lidí je možné jen tam, kde se hodně přijímá a hodně dává a kde je oboustranná otevřenost. K této otevřenosti často chybí odvaha. Žena a muž nebo rodiče a děti spolu mohou žít mnoho let, aniž by se poznali. Jsou věci, kterým se v rozhovorech úzkostlivě vyhýbáme, jako by byly tabu. Možná, že prožijete skutečné dobrodružství poznání, když se odvážíte začít jednou úplně jinak.

A nakonec podnět k „domácímu cvičení“. Vyberte ze svých spolužáků (spolupracovníků) jednoho (nebo jednu), který je vám nesympatický, nepřijemný, kterého zkrátka nemáte rádi. Jistě okamžitě dokážete charakterizovat jeho vlastnosti, způsob jeho chování a jednání, jimiž vás odpuzuje. A pak se ptejte sami sebe, proč je takový a proč právě vám jako přítel nevyhovuje. Můžete, budete-li se snažit o přisnou nestrannost, objevit i zajímavé věci. Proniknete-li totiž hlouběji k příčinám projevů jeho osobnosti, možná jej za leccos sami omluvíte, uvědomíte si, že například má zvláštní důvod v něčem být takový a ne jiný. Zjistíte však možná i další ohromující věc: že se totiž povahovými rysy vzájemně dost podobáte, a právě proto se třeba nesnášíte! V každém případě vás takové studium druhé osoby povede k zamyšlení nad sebou samým, a to vám může přijít velmi vhod.

Jste ve věku, kdy toužíte po přátelství ve dvou, objevujete pro sebe city okouzlení, snad i první skutečné lásky. Kvalita takových citů je značně závislá na kvalitě vašeho partnera, vaší partnerky. Může dokonce ovlivnit další váš citový vývoj v příštích letech. Umění poznávat lidi vás může ochránit před mnoha zklamáními, rozčarováním. Učte se mu proto, abyste lidem lépe rozuměli.