

Slezáčková, Alena

Místo pozitivní psychologie ve výuce ostatních psychologických disciplín

Sborník prací Filozofické fakulty brněnské univerzity. P, Řada psychologická. 2008,
vol. 56, iss. P12, pp. [99]-106

ISBN 978-80-210-4740-2

ISSN 1211-3522

Stable URL (handle): <https://hdl.handle.net/11222.digilib/114389>

Access Date: 20. 02. 2024

Version: 20220831

Terms of use: Digital Library of the Faculty of Arts, Masaryk University provides access to digitized documents strictly for personal use, unless otherwise specified.

ALENA SLEZÁČKOVÁ

MÍSTO POZITIVNÍ PSYCHOLOGIE VE VÝUCE OSTATNÍCH PSYCHOLOGICKÝCH DISCIPLÍN

Souhrn: Cílem příspěvku je představení aktuálního hnutí pozitivní psychologie, které vnáší do současného psychologického výzkumu i praxe kladná témata z oblasti pozitivních emocí (radost, láska, štěstí, vděčnost), pozitivních vlastností osobnosti (optimismus, nezdolnost, altruismus) a vyzdvihuje význam pozitivně fungujících institucí (rodina, škola, zařízení poskytující péči). Objasňujeme východiska a kořeny pozitivní psychologie a uvádíme její hlavní představitele ve světě i u nás. Pojednáváme o základních cílech směru pozitivní psychologie, oblastech jeho bádání a možnostech aplikace získaných poznatků do praxe. Uvádíme přehled současného stavu výuky předmětu pozitivní psychologie na našich vysokých školách a zmiňujeme důvody podporující zařazení výuky pozitivní psychologie do učebních plánů oboru psychologie.

Klíčová slova: pozitivní psychologie, pozitivní psychoterapie, humanistická psychologie, psychologie zdraví, výuka psychologie

Hnutí pozitivní psychologie se stává nepřehlédnutelným proudem v současné světové psychologii, jenž o sobě dává vědět stále výrazněji a postupně získává odezvy i od ostatních psychologických disciplín. Přesto se u nás donedávna výuce pozitivní psychologie nevěnovala větší pozornost.

Pozitivní psychologie je směrem rodícím se na přelomu 20. a 21. století, jenž se za necelou první dekádu své existence rozšířil za hranice Spojených států a zakořenil v mnoha evropských zemích.

O hnutí pozitivní psychologie se však studenti psychologie zatím dozvídají spíše okrajově a mnozí tak mohou podlehnout dojmu, že se jedná pouze o jakousi přechodnou módní vlnu, charakterizovanou naší kulturou nepříliš blízkým „americky optimistickým“, jednostranně pozitivním pohledem na člověka.

Svou roli v tom může hrát i skutečnost, že počátky formujícího se myšlenkového hnutí pozitivní psychologie byly spojeny s poněkud provokativně sebevědomými projevy jeho zakladatelů, což ztěžovalo přijetí jeho ústředních myšlenek širší psychologickou obcí. V současnosti však již představitelé pozitivní psychologie nacházejí smířlivější tón a oproti halasnému vyčleňování se z dosavadního proudu psychologie projevují tendenci hledat spíše styčné body a nacházet oblasti vzájemného obohacení.

Oficiální počátek směru pozitivní psychologie bývá spojován s přelomem milé-
nia – na podzim roku 1999 došlo v americkém Lincolnu k prvnímu společnému
setkání psychologů hlásících se k tomuto trendu a již začátkem roku 2000 vyšlo
v časopise *American Psychologist* monotematické číslo věnované představení
pozitivní psychologie jako nového směru. Na podzim r. 2000 se ve Washingtonu
konala druhá konference pozitivní psychologie s názvem „Budování pozitivní
lidské budoucnosti“, jež odstartovala tradici každoročního říjnového Washing-
tonského summitu pozitivní psychologie – pro letošní rok 2008 je plánována již
jubilejní desátá konference.

V krátké historii pozitivní psychologie jako samostatného směru však nelze
opomenout význam dřívějších prací představitelů humanistické psychologie,
kteří svým dílem předznamenalí příklon ke studiu pozitivních aspektů osobnosti
člověka. Jmenujme alespoň A.H. Maslowa (2000) s jeho konceptem sebeaktua-
lizace, V.E. Frankla (1994) poukazujícího na lidskou „vůli ke smyslu“ či C.R.
Rogerse (1998) s konceptem tzv. „plně fungující osoby“ (fully functioning per-
son), autora „na osobu orientovaného přístupu“ PCA (person-centered approach)
v psychologickém poradenství a terapii.

Jak upozorňuje I. Šolcová (2005), právě v Maslowově knize *Motivation and Per-
sonality* z r. 1954 se lze zřejmě poprvé setkat s termínem „pozitivní psychologie“.

Z období 60. až 80. let 20. století je třeba připomenout významné příspěvky
z oblasti psychologie zdraví – od Lazarusovy definice zvládání a copingových
strategií, přes práce J. Rottera přinášející nosný termín „locus of control“, kon-
cepte salutogeneze a pojetí nezdolnosti ve smyslu „sence of coherence“ A. Anto-
novského, nezdolnost v pojetí „hardiness“ S. Kobasové a S. Maddiho, dispozič-
ní optimismus Scheiera a Carvera, „naučený optimismus“ M. Seligmana a další
(Křivohlavý, 2001).

Z výše uvedeného je patrné, že kořeny hnutí pozitivní psychologie sahají do
50. až 60. let 20. století, avšak některé práce věnované kladným stránkám člo-
věka lze nalézt ještě dříve. Ve 20. a 30. letech 20. století se např. L.M. Ter-
man věnoval studiu osobnosti talentovaných dětí a zkoumání příčin spokojenosti
v manželství a E.L. Thorndike se zabýval také studiem morálních kvalit jedince
(Mareš, 2001).

Vůdčí osobnost a jeden ze zakladatelů hnutí pozitivní psychologie M.E. Selig-
man však odmítl přímou návaznost pozitivní psychologie na humanisticky ori-
entované psychology s diskutabilní výtkou jejich nedostatečné vědeckosti. Dal-
ší představitelé pozitivní psychologie, C.R. Snyder a S.J. Lopez, pak dokonce
vyzvali k oddělení od dosavadní psychologie, k deklaraci nezávislosti na patolo-
gickém modelu a ke konstituování samostatné a odlišné vědy pozitivní psycho-
logie (Snyder, Lopez 2002). Podobné projevy a prohlášení zvedly v psycholo-
gických vodách značnou vlnu nevole a s jejich důsledky se v podobě apriorních
odsudků pozitivní psychologie jako celku vyrovnáváme dodnes.

Teprve tzv. druhá vlna pozitivní psychologie, reprezentovaná např. L.G.
Aspinwallovou a U. M. Staudingerovou (2003) přináší smířlivější a sjednocující

koncepti a orientuje se na tzv. psychologii lidských sil („psychology of human strengths“). Uplatňuje nový přístup v uvažování o inteligenci (Sternberg, 2003), usuzování (Griffin, Kahneman, 2003), kreativitě (Nakamura, Csikszentmihalyi, 2003), pozitivní afektivitě (Isen, 2003), sociálním chování (Berscheid, 2003), stárnutí (Fernandez-Ballesteros, 2003), zdraví (Ryff, Singer, 2003) a dalších tématech.

Byť hlavní představitelé směru pozitivní psychologie vytýkají dosavadní psychologii přílišné zaměření na tzv. „negativní“ jevy – odchylky od normy, deficity, poruchy – a naopak nedostatečný prostor věnovaný studiu pozitivních aspektů osobnosti, uvědomují si také mnohé nezpochybnitelné přínosy doposud převládajícího trendu psychologie. Mezi ně patří zejména čtyři revize DSM, vytvoření rozsáhlé databáze údajů o psychických onemocněních a v mnoha případech také nalezení způsobů jejich efektivní léčby díky spojení psychoterapeutických a farmakoterapeutických přístupů, dále rozšíření poznatků o environmentálních stresorech a vyvinutí účinných výzkumných strategií a statistických metod (Gillham, Seligman, 1999 in Mareš, 2001).

Za hlavní nedostatky tradiční psychologie naopak považují již zmíněnou jednostrannost výzkumného zaměření, nedocení významu vnitřních zdrojů jedince či sociální skupiny při zvládání nepříznivých situací, nevhodně koncipovanou prevenci a přetrvávající zaujetí pro viktimologii, hledající příčiny problému jedince mimo něj – a to nejčastěji v jeho původní rodině (Gillham, Seligman, 1999 in Mareš, 2001).

Dnešní pozitivní psychologie se především snaží o doplnění celkového obrazu psychiky o doposud zanedbávaná kladná témata. Deklaruje se jako věda o pozitivních emocích (radost, štěstí, láska, naděje,...) a kladných životních zážitcích a zkušenostech, o pozitivních individuálních vlastnostech a rysech osobnosti (optimismus, nezdolnost, smysl pro humor, svědomitost, sebedůvěra,...) a o pozitivně fungujících společenstvích a institucích (Seligman, 2003).

Hlavním cílem je podle představitelů hnutí pozitivní psychologie M. Seligmana a M. Csikszentmihalyiho (2000) budování „nejlepších kvalit života“. Snaží se porozumět kladným stránkám osobnosti a podpořit rozvoj vnitřních sil člověka. V centru jejich zájmu je také výzkum a podpora pozitivních potenciálů a tendencí lidské osobnosti, jako jsou empatie, altruismus, tolerance, vděčnost, pokora a další. Nově vynášejí na světlo v dnešní době již odsunutá témata mravních charakteristik člověka, tzv. ctností – moudrosti, spravedlnosti, odvahy, lásky, střídmosti a spirituality (Seligman, 2003).

Oblasti výzkumného zájmu se týkají jak minulosti jedince (hodnocení spokojenosti s vlastním životem, vděčnost, odušnění), tak jeho přítomnosti (pocit štěstí, subjektivní pohoda – „well-being“, vrcholné zážitky – „flow“) i budoucnosti (naděje, víra, optimismus, posttraumatický růst).

Tématikou pozitivních emocí se v současnosti zabývá např. americká psychologka B.L. Fredericksonová, jež v rámci své teorie „rozšiř a buduj“ („broaden-and-build theory“) upozorňuje na to, že pozitivní emoce rozšiřují naše intelektuální, tělesné a sociální zdroje a vytvářejí rezervy, z nichž můžeme v případě

potřeby čerpat. Poukazuje na význam kladných emocí v souvislosti s rozšiřováním repertoáru myšlení a jednání – pozitivní naladění činí myšlení kreativnější a otevřenější k informacím, zlepšuje fyzickou i psychickou pružnost a kladně ovlivňuje osobní pohodu a dlouhověkost (Frederickson, 2002).

Ostatní badatelé se však nevyhýbají ani tématům z kognitivní oblasti (moudrost, touha po poznání, vnímaná osobní zdatnost – „self-efficacy“, schopnost kladení si cílů – „setting goals“, tvořivost,...), z oblasti speciálních způsobů zvládnání náročných životních situací (otázka smysluplnosti života, spiritualita, pokora,...) či z oblasti sociální psychologie – soucítění, odpouštění a smířování, empatie a altruismus (Křivohlavý, 2004).

Se snahou o maximální uplatnění získaných poznatků v praxi souvisí aktuální trend aplikované pozitivní psychologie (Linley, Joseph, 2004). Klade důraz na využití výsledků zkoumání v oblasti životního stylu (Sheldon, Lyubomirsky, 2004), ve vzdělávacím procesu (Reznitskaya, Sternberg, 2004), v psychoterapii a poradenství (Joseph, Linley, 2004), psychologii řízení (Kauffman, Scoular, 2004), veřejné správě (Myers, 2004) a dalších oblastech.

V programu pozitivní psychologie nalezneme mezi základními cíli jak snahy o prevenci výskytu negativních jevů a prožitků, tak podporu pozitivních fenoménů. Nabízí také obohacující posun v oblasti poradenství a psychoterapie, a to směrem k odhalování klientových kladných vlastností a rozvíjení jeho vnitřních potenciálů. Mezi neméně významné cíle patří také podpora kampaně otevírající prostor pro širší empirický výzkum v oblasti pozitivní psychologie a vytvoření curricula pro výuku předmětu pozitivní psychologie na středních a vysokých školách (Wellner, Adox, 2000 in Mareš, 2001).

První kurz – tehdy začínající – pozitivní psychologie otevřel na jaře roku 1999 M. Seligman na univerzitě v Pensylvánii. Od té doby se pozitivní psychologie vyučuje na mnoha univerzitách Spojených států a Kanady, avšak pevné zázemí si již zajistila také v jiných zemích. Své místo si našla v Latinské Americe, Austrálii i Singapuru a v rámci Evropy zastává pozitivní psychologie silnou pozici ve Španělsku, Německu, Itálii, Skotsku a Chorvatsku.

Právě chorvatské lázeňské město Opatija bylo v červenci 2008 hostitelem již 4. Evropské konference pozitivní psychologie, kterou organizovala katedra psychologie univerzity v Rijece.

U nás je v současné době pozitivní psychologie vyučována na filozofických a pedagogických fakultách většinou jako součást předmětů psychohygieny (na PedF Masarykovy univerzity v Brně), psychologie zdraví (na FF a FHS Univerzity Karlovy v Praze a na FF Univerzity Palackého v Olomouci), základů psychologie (na Fakultě informatiky a managementu Univerzity Hradce Králové) nebo jako samostatný výběrový seminář (v podzimním semestru r. 2006 na Katedře psychologie FSS MU a v současnosti na Psychologickém ústavu FF MU v Brně).

Z dosavadních reakcí studentů je patrný jejich zájem o bližší seznámení se s kladnými tématy psychologie a porozumění také těm výše již zmíněným kvalitám osobnosti, které ji rozvíjejí, posilují a zpevňují. I tady může zařazení výuky

pozitivní psychologie nabídnout jistou rovnováhu oproti „na problém orientovaným“ disciplínám a harmonicky doplnit kompletní obraz lidské osobnosti a prožívání, v nichž interagují jak pozitivní tak negativní faktory. V žádném případě však snahou pozitivní psychologie není nabízet pohled přes „růžové brýle“ či snižovat význam negativního prožívání a vlivu nepříznivých podmínek v životě člověka. Vždyť v mnoha případech jsou to právě negativní zkušenosti a emoce, jež stojí za vzepětím síly tvořivosti, sebevyjádření, za úsilím o vlastní růst a sebe-realizaci, a jimž bezpochyby náleží své místo ve vnitřním životě člověka.

Výuku pozitivní psychologie je možno pojmut více způsoby. Jedním z nich je výuka pozitivní psychologie jako samostatného předmětu, jenž by však neměl být omezen na pouhé předávání informací, ale měl by si klást za cíl také podporu lepšího sebepoznání studentů, posilování kladných aspektů jejich osobnosti a vnitřních sil („human strengths“), rozvíjení skrytých potenciálů a vyzdvižení významu ctností („virtues“). Lze také podpořit jejich uvědomování si souvislostí a významu pozitivního i negativního prožívání, povzbudit jejich motivaci a kritické myšlení, posilovat schopnost plného uvědomování „mindfulness“ (Baylis, 2004), optimálního prožívání „flow“ (Csikszentmihalyi, 1996) a otevřenost vůči všem aspektům života – a částečně tak přispět zrání a růstu osobnosti budoucích psychologů.

Jinou možností výuky je začlenění prvků pozitivní psychologie do stávajících sylabů ostatních předmětů, tak aby studenti měli možnost seznámit se s různými úhly pohledu na probírané téma – příkladem může být třeba propojení témat posttraumatický syndrom a posttraumatický rozvoj osobnosti (Calhoun, Tedeschi, 2006).

Domníváme se, že ať již je zvolen jakýkoli způsob předávání poznatků z oblasti pozitivní psychologie, může se stát jedním z hodnotných zdrojů obohacení současných učebních plánů studijního oboru psychologie.

V české a slovenské odborné literatuře zatím jen pozvolna přibývá prací z tématické oblasti pozitivní psychologie. Nejvýraznějším zastáncem tohoto směru je J. Křivohlavý (2004), jenž se ve svých publikacích věnuje jak obecným otázkám, tak vybraným okruhům, jako jsou vděčnost, naděje, smíření, smysluplnost existence a další. K tématu pozitivní psychologie se vyjádřil z oblasti psychologie zdraví také V. Kebza (2005), jenž vnáší do diskuze otázku, zda lze pohled pozitivní psychologie chápat jako změnu psychologického paradigmatu a nebo jej lze považovat spíše za inspirující pokus o obrácení pozornosti k tradičním pozitivním hodnotám a obohacení psychologie zdraví o důraz na pozitivní aspekty.

J. Mareš (2001) hodnotí základní ideu pozitivní psychologie, tj. zkoumání kladných stránek člověka („human strengths“) a pozitivního lidského fungování ve světě („positive human functioning“) jako inspirující a podnětné a upozorňuje na u nás či na Slovensku již publikované pozitivně zaměřené psychologické práce.

V tématické oblasti věnované kvalitě života nalezneme např. práce J. Payneho a kol. (2005), D. Kováče (2001, 2004), J. Mareše (2005) J. Mareše a T. Urbánka (2006), subjektivní pohodě a životní spokojenosti se věnovali M. Blatný (2001),

M. Blatný a L. Osecká (1998), J. Džuka a C. Dalbert (2002) a nověji J. Kožený (2007), N. Schusterová (2007), M. Blatný, J. Dosedlová, V. Kebza a I. Šolcová (2005), K. Hnilica (2004, 2005, 2006), V. Kebza a I. Šolcová (2003, 2005) a další. K tématu smysluplnosti života publikovali např. J. Křivohlavý (2006), K. Balcar (1995), P. Halama (2000). Řadu styčných ploch vykazují i práce vycházejících z oblasti psychologie zdraví – J. Křivohlavý (2001), V. Kebza a I. Šolcová (2000, 2006), K. Hnilica (2006), V. Břicháček a M. Habermannová (2007) a další.

Tzv. pozitivní psychoterapii, spojené se jménem N. Peseschkiana (2000) se u nás věnuje zejména J. Kulka (2006). V roce 1998 vznikl v Brně Česko-německý institut pozitivní psychoterapie a poradenství a stal se tak jedním z více než tří desítek institutů a center pozitivní psychoterapie, jež pod vedením svého zakladatele N. Peseschkiana rozvíjejí svou činnost po celém světě. Jeho přístup je charakteristický tím, že se nezaměřuje pouze na redukci negativních jevů a eliminaci překážek bránících klientovi ve spokojeném a naplněném životě, ale soustředí se především na posílení a povzbuzení silných a zdravých stránek jeho osobnosti. V určitém smyslu je jeho přístup blízký Franklově logoterapii (Frankl, 1994), jež zdůrazňuje schopnost jedince zaujímat aktivní postoj vůči danostem života a potřebu přijetí svobody a zodpovědnosti v rozhodování a uskutečňování svých životních hodnot, skrze něž člověk dává své existenci bezprostřední smysl.

V této souvislosti nelze nezpomenout také rogersovskou na klienta orientovanou psychoterapii „Client-centered psychotherapy“, která stojí na pozitivních pilířích empatie, vřelosti a autenticity (Rogers, 1995), a jež si již v českých zemích vybudovala pevnou pozici mezi ostatními psychoterapeutickými systémy.

Pozitivní psychologie je živě se rozvíjející směr zasahující do nejrůznějších oblastí oboru. Nejnovější poznatky o současných trendech výzkumu a aplikace poznatků pozitivní psychologie lze získat na četných mezinárodních konferencích a sympóziích věnovaných vybraným otázkám daného směru. Přehled všech významnějších akcí je k dispozici na webových stránkách společnosti International Positive Psychology Association (IPPA) či Positive Psychology Center (PPC), editovaných M. Seligmanem. Evropské psychology hlásící se ke směru pozitivní psychologie zastřešuje European Network of Positive Psychology (ENPP).

Na závěr si dovolueme vyjádřit názor, že pro přijetí některých myšlenek proudu hnutí pozitivní psychologie není nutné hlásit se k jakémukoli směru či hnutí. Inspirací pro povzbuzení kladného přístupu k člověku a ke světu nám v mnohém mohou být osobní a profesní osudy lidí, kteří svým životem poskytují ostatním pozitivní příklad.

Jako ilustraci vybíráme citaci autentických vzpomínek dr. Václava Mertina na prof. Zdeňka Matějčka: „Na prvním místě dnes vnímám jeho jednoznačně kladný přístup ke všemu, úpornou snahu najít rozumné a zároveň pozitivní vysvětlení věci rozumně a pozitivně nevysvětlitelných, příznivých motivů tam, kde se jednalo o evidentní padoušství, vstřícnost lidem, kteří ho v posledku třeba i oklamali. Byl tak naivní? Ne, on svým založením dospěl k pozitivní psychologii a v životě ji pěstoval dávno před tím, než byla na konci minulého století explicitně vyhlášena. Na něm jsme mohli pozorovat, jak se projevují láska, moudrost, laskavost,

vřelost, důvěřivost, odpouštění. Myslím také, že nakonec mohl být docela uspokojen – docílil neporovnatelně víc než všichni ti kritičtí, nesmířitelní, odmítaví, vážní, pochybovační, ti, kteří umějí spolehlivě vyhledat všechno, co je špatné, slabé, odsouzeníhodné, nevhodné.“ (Vyhledáno 22.3.2008, <http://www.rodina.cz/clanek4201.htm>).

Vybraná literatura:

- Aspinwall, L.G., & Staudinger, U.M. (Eds.). (2003). *A Psychology of Human Strengths: Fundamental Questions and Future Directions for a Positive Psychology*. Washington: APA.
- Blatný, M., Dosedlová, J., Kebza, V., & Šolcová, I. (2005). *Psychosociální souvislosti osobní pohody*. Brno: Vydavatelství MSD.
- Blatný, M. (2001). Osobnostní determinanty sebehodnocení a životní spokojenosti: Mezipohlavní rozdíly. *Československá psychologie*, 45, 6, 385–392.
- Calhoun, L.G., Tedeschi, R.G. (Eds.). (2006). *Handbook of Posttraumatic Growth. Research and Practice*. Mahwah: Erlbaum.
- Csikszentmihalyi, M. (1996). *O štěstí a smyslu života*. Praha: Lidové noviny.
- Frankl, V.E. (1994). *Člověk hledá smysl: úvod do logoterapie*. Praha: Psychoanalyt. nakl.
- Frederickson, B.L. (2002). Positive emotions. In C.R. Snyder, & S.J. Lopez (Eds.). *Handbook of Positive Psychology* (120–134). New York: Oxford University Press.
- Halama, P. (2000). Teoretické a metodologické přístupy k problematice zmyslu života. *Československá psychologie*, 44, 3, 216–236.
- Hnilica, K. (2005). Vlivy materialistické hodnotové orientace na spokojenost se životem. *Československá psychologie*, 49, 5, 385–398
- Joseph, S., Linley, P.A. (2004). Positive therapy: A positive psychological theory of therapeutic practice. In P.A. Linley, & S. Joseph (Eds). (2004). *Positive Psychology in Practice* (354–370). New Jersey: J.Wiley and Sons.
- Kebza, V., Šolcová, I. (2003). Well-being jako psychologický a zároveň mezioborově založený pojem. *Československá psychologie*, 47, 4, 333–345.
- Kluge, H.(2000). *Optimisté žijí déle*. Liberec: Dialog. Kováč, D. (2004). K pojmo-logike kvality života. *Československá psychologie*, 48, 5, 460–464
- Křivohlavý, J.(2007). *Psychologie vděčnosti a nevděčnosti*. Praha: Grada.
- Křivohlavý, J.(2006). *Psychologie smysluplnosti existence*. Praha: Grada.
- Křivohlavý, J. (2004). *Pozitivní psychologie*. Praha: Portál.
- Kulka, J. (2006). Světlé stránky pozitivní psychologie. *Československá psychologie*, 50, 1, 95–97
- Linley, P. A., Joseph, S. (2004). *Positive Psychology in Practice*. New Jersey: J.Wiley and Sons.
- Mareš, J. (2005). Kvalita života a její proměny v čase u téhož jedince. *Československá psychologie*, 49, 1, 19–33.
- Mareš, J. (2001). Pozitivní psychologie: důvod k zamyšlení i výzva. *Československá psychologie*, 45, 2, 97–11.
- Maslow, A.H. (2000). *Ku psychologii bytí*. Modra: Persona
- Payne J. a kol. (2005). *Kvalita života a zdraví*. Praha: Triton.
- Peseschkian, N.(2000). *Psychoterapie v každodenním životě: jak se účinně vypořádat s konflikty*. Brno: Cesta.
- Peterson, Ch. (2006). *A Primer in Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Rogers, C.R. (1995). *Ako byť sám sebou*. Bratislava: Iris.
- Rogers, C.R. (1998). *Způsob bytí*. Praha: Portál.
- Seligman, M. E. P. (2003). *Opravdové štěstí : pozitivní psychologie v praxi*. Praha: Ikar.
- Seligman, M. E. P., Csikszentmihalyi, M. (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55, 5–14.

- Schusterová, N. (2007). Vzťah hodnot, cieľov a subjektívnej pohody. *Československá psychologie*, 51, 1, 48–57.
- Snyder, C.R. (2000). *Handbook of Hope*. New York: Academic Press.
- Snyder, C.R., & Lopez, S.J (Eds.). *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.
- Šolcová, I., Kebza, V. (2005). Prediktory osobní pohody (well-being) u reprezentativního souboru české populace. *Československá psychologie*, 49, 1, 1–8.
- Šolcová, I. (2005). Stinné stránky pozitivní psychologie. *Československá psychologie*, 49, 4, 363–366.

Internetové odkazy:

| | |
|---|--|
| International Positive Psychology Association | www.ippanetwork.org |
| European Network of Positive Psychology | www.enpp.org |
| Positive Psychology Center | www.ppc.sas.upenn.edu |
| Chorvatsko | www.pozitivna-psihologija.com/eng_naslovna.html |
| Itálie | www.psicologiapositiva.it |
| Španělsko | www.psicologia-positiva.com |
| Velká Británie | www.centreforconfidence.co.uk |

THE POSITION OF POSITIVE PSYCHOLOGY AMONG OTHER PSYCHOLOGICAL SUBJECTS

The paper makes the acquaintance of the movement of positive psychology, its historical roots and present circumstances. Leading representatives as well as main points of program of positive psychology and its feature application areas are introduced. Positive psychology is presented as scientific field focusing on human strengths and building the best things in life as well as repairing the worst. Positive psychology has three central concerns: positive emotions (love, happiness, gratitude), positive individual traits (optimism, hardiness, altruism) and positive institutions (family, school, nurturance). A part of the study is devoted to the review of current situation on the ground of teaching of positive psychology at Czech universities and emphasizing the need of developing the positive psychology course syllabi.

Key words: positive psychology, positive psychotherapy, humanistic psychology, health psychology, teaching psychology