

Znovu vychází Způsob bytí, zásadní kniha C. R. Rogerse

Carl R. Rogers založil své životní dílo na víře ve schopnost člověka růst. V knize *Způsob bytí* vyjádřil své osobní zkušenosti a reflexe, základní pojmy své psychotherapeutické metody i poznatky o výchově a vzdělávání. Jako jedno z posledních děl odráží *Způsob bytí* autorův osobní i profesionální vývoj od šedesátých do osmdesátých let 20. století.

Carl Rogers je považován za **zakladatele humanistické psychologie a terapie zaměřené na člověka**. Základní předpoklad tohoto přístupu spočívá v tom, že lidé disponují ve svém nitru obrovským potenciálem k osobnostnímu rozvoji. Tento potenciál je možné využít a podpořit růst každého člověka. Partnerem pro takovou podporu může být terapeut, psycholog, ale i učitel, rodič, nadřízený. Je však třeba, aby vzájemný vztah splňoval tři základní podmínky: autentičnost, bezpodmínečné pozitivní přijetí a empatické porozumění. To znamená, že terapeut akceptuje klienta, projevuje mu zájem a důvěru a sděluje mu své porozumění.

„Lidé, kteří jsou akceptováni a oceňováni, začínají mít větší zájem o vlastní já,“ vysvětloval Rogers svůj postup. *„A jakmile člověk porozumí sám sobě a váží si sebe sama, stane se jeho já shodným s jeho prožíváním. Tak se tento člověk stane opravdovějším, autentičtějším a úspěšnějším při změně vlastního já. Důsledkem je větší volnost k proměně v opravdovou, celistvou osobnost.“*

Knihu uvozuje pětice osobních Rogersových statí především o **komunikaci**. Pro autora byla zásadní přesná a upřímná komunikace jako způsob vyjádření pocitů a myšlenek, podle hesla naslouchat a být naslouchán a respektován, bez jakýchkoli náznaků zastrašování, přesvědčování či manipulace. V knize se čtenář sám přesvědčí, že Rogers mluví sám za sebe, velmi srozumitelně a otevřeně.

Druhá část knihy je zaměřena na Rogersovy **profesionální názory a aktivity**. Popisuje zde přístup zaměřený na člověka a možnosti jeho využití nejen v psychoterapii, ale celkově v přístupu k životu, ve způsobu bytí, jenž lze aplikovat na jakoukoli situaci, ve které je jedním z cílů růst osobnosti.

Třetí oddíl je věnován **výchově**. Rogers čerpá ze svého mnohaletého pedagogického působení. Byl přesvědčen o tom, že na člověka zaměřený přístup uvolňuje tolik síly k osobnostní změně, že je možné jí využít i v učení. Zasadil se o to, aby **výuka** vedle kognitivního zahrnovala také emotivní učení, aby se učitelé zaměřovali na celou osobnost žáka a vytvářeli učební prostředí plné akceptace a empatického porozumění. Usiloval, aby byli učitelé se zdravotnickým personálem školeni v přístupu zaměřeném na člověka, aby se snažili posilovat sebeúctu žáků a podněcovat jejich zvědavost.

V závěrečné části se Rogers zamýšlí nad budoucností lidstva a jeho perspektivami, ať už se jedná o rozvoj vědy, technologií, emancipace, rozpor mezi konformitou a osobní svobodou aj. Předpokládá velké sociální změny a definuje „člověka zítřka“, který v „novém“ světě dokáže žít.

Způsob bytí doprovodil předmluvou **Irvin D. Yalom**, slavný americký psychotherapeut a spisovatel, známý především svými romány i české veřejnosti: *„Byl přesvědčen o významu lidské volby. Věřil, že empirické učení je mnohem účinnějším přístupem k porozumění a změně jednotlivce než úsilí vynaložené na intelektuální vzdělávání,“* vysvětluje Rogersovu filozofii a vyzdvihuje jeho přínos vědě: *„Věřil také, že jednotlivci disponují aktualizační tendencí, tedy jakousi vnitřní tendencí k růstu a naplnění. Touto svojí vírou v aktualizační tendenci se zařadil mezi humanistické myslitele, jako byl Nietzsche, Kierkegaard, Adler, Goldstein, Maslow a Horneyová.“*

Šíří svých témat a zaměřením na pozitivní profesionální vztah bude kniha *Způsob bytí* podnětná pro všechny, kteří působí v pomáhajících profesích či studují některý z příslušných oborů – psychologii, medicínu, pedagogiku či filozofii.

Rogersův *Způsob bytí* je v nakladatelství Portál první knihou nové ediční řady „klasických děl“. Na konci dubna se k ní přidají další dvě publikace: [O psychologii bytí](#) Abrahama Maslowa je titulem vysvětlujícím jeho teorii hierarchie lidských potřeb, jednu z nejčastěji citovaných teorií v oblasti lidské motivace. [Strach ze svobody](#) Ericha Fromma pak pojednává o dvojznačnosti lidské svobody, která se může stát otevřením možností, stejně jako cestou do úzkosti z osamění a izolace.

Anotace knihy *Způsob bytí*:

Carl R. Rogers založil své životní dílo na víře ve schopnost člověka růst. Jeho kniha *Způsob bytí* obsahuje osobní zkušenosti a reflexe, základní pojmy jeho psychoterapeutické metody i poznatky o výchově a vzdělávání. Jako jedno z posledních děl odráží *Způsob bytí* autorův osobní i profesionální vývoj od 60. do 80. let 20. století. Šíří svých témat a zaměřením na pozitivní profesionální vztah bude kniha podnětná pro všechny, kteří působí v pomáhajících profesích či studují psychologii, medicínu, pedagogiku či filozofii. Více o [knize *Způsob bytí*](#) včetně stažení obálky v tiskové kvalitě.

O autorovi:

Carl Ransom Rogers (1902–1987) je zakladatel humanistické psychologie a na klienta/člověka zaměřené psychoterapie. Vystudoval teologii, pedagogiku a psychologii, pracoval nejprve dvanáct let jako poradenský psycholog v Rochestru s delikventními a týranými dětmi. Později působil jako profesor psychologie na univerzitách v Ohio, Chicagu a Wisconsinu. Na člověka zaměřené poradenství demonstroval také v pedagogice, výchově a rovněž při řešení lidských konfliktů národních i mezinárodních. Jeho mezinárodní úsilí bylo tak rozsáhlé, že byl navržen na Nobelovu cenu míru.

Ukázka z knihy:

Na základě zkušenosti jsem zjistil, že když se mi daří napomáhat vytváření atmosféry, která se vyznačuje opravdovostí, uznáním a porozuměním, dějí se vzrušující věci. V takovéto atmosféře se lidé, stejně jako skupiny, vzdávají své nepoddajnosti a stávají se přizpůsobivějšími. Svůj statický způsob života zaměňují za dynamický, závislost mění za autonomii, obranný postoj za sebezpřijetí. Přestávají být předvídatelní a stávají se tvořivě nepředvídatelní. Proměňují se v živoucí důkaz aktualizační tendence. Nacházím-li se v atmosféře podporující růst, jsem schopen vyvinout hlubokou důvěru v sebe, v lidské jedince, v celou skupinu. Strašně rád vytvářím prostředí, ve kterém lidé, skupiny, a dokonce i stromy mohou růst. Konečně hluboce věřím tomu, co nemůže být ničím víc než jen hypotézou, totiž že filozofie mezilidských vztahů, kterou jsem pomáhal formulovat a jež je obsažena v této knize, je aplikovatelná na všechny situace, ve kterých hrají roli lidé. Věřím, že ji lze použít pro terapii, manželství, pro rodiče a dítě, učitele a žáka, pro lidi s vysokým statutem i pro ty na opačném konci společenského žebříčku, pro lidi jedné rasy ve vztahu k lidem druhé rasy. Jsem dokonce tak troufalý, že jsem přesvědčen o tom, že by mohla pomoci v situacích, které jsou dnes doménou uplatňování hrubé síly – například v politice, zvláště v našem jednání s ostatními národy.

Kontakt pro novináře:

Ing. Romana Bařtipánová
nakladatelství Portál
e-mail: bartipanova@portal.cz
tel.: 283 028 502, 724 635 667
adresa: Klapkova 2, 182 00 Praha 8
www.portal.cz