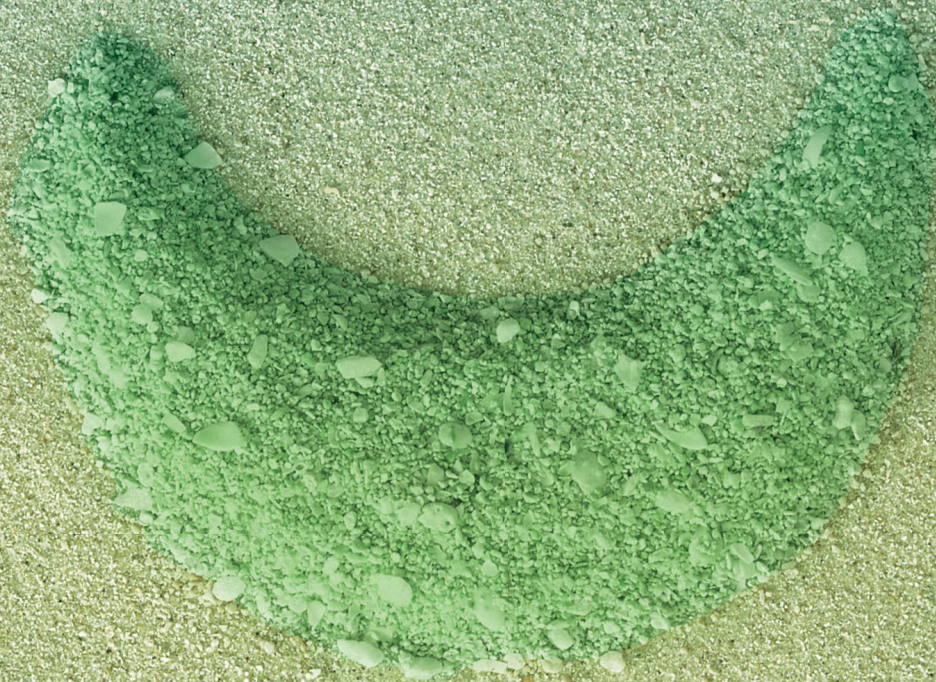

Optimismus

a jeho role v kontextu zdraví

Jaroslava Dosedlová



FILOZOFICKÁ FAKULTA
MASARYKOVA UNIVERZITA



#480

OPERA FACULTATIS PHILOSOPHICAE
UNIVERSITATIS MASARYKIANAE

SPISY FILOZOFICKÉ FAKULTY
MASARYKOVY UNIVERZITY

muni
PRESS



Optimismus

a jeho role v kontextu zdraví

Jaroslava Dosedlová



#480

FILOZOFICKÁ FAKULTA
MASARYKOVA UNIVERZITA

BRNO 2018

KATALOGIZACE V KNIZE – NÁRODNÍ KNIHOVNA ČR

Dosedlová, Jaroslava

Optimismus a jeho role v kontextu zdraví / Jaroslava Dosedlová. – Vydání první. – Brno : Masarykova univerzita, 2018. – 165 stran. – (Opera Facultatis philosophicae Universitatis Masarykianae = Spisy Filozofické fakulty Masarykovy univerzity, ISSN 1211-3034 ; 480)

Anglické resumé

ISBN 978-80-210-8951-8

141.21 * 141.22 * 159.9 * 159.9:613 * 613 * 159.9.07 * (048.8)

- optimismus
- optimismus – psychologické pojetí
- pesimismus
- pesimismus – psychologické pojetí
- psychologie zdraví
- péče o zdraví
- psychologický výzkum
- monografie

159.9 - Psychologie [17]

Recenzovali: PhDr. Ivan Sarmány-Schuller, CSc. (Centrum společenských
a psychologických věd Slovenskej akadémie vied)

doc. PhDr. Lubomír Vašina, CSc. (Masarykova univerzita)

Monografie vznikla jako výstup výzkumu realizovaného s podporou agentury GAČR, projekt číslo GA 13-19808S „Chování zdraví podporující a zdraví ohrožující: determinanty, modely a konsekvence“.

© 2018 Masarykova univerzita

ISBN 978-80-210-8951-8

ISBN 978-80-210-8952-5 (online : pdf)

ISSN 1211-3034

<https://doi.org/10.5817/CZ.MUNI.M210-8952-2018>

Věnuji prof. PhDr. Stanislavě Kučerové, CSc., své mamince, celý život usilující o dobro, krásu a lásku:

„Optimismus i pesimismus, jak se projeví v dějinách myšlení, mají oba své oprávnění, vedou-li k meliorismu, k zlepšení toho kterého stavu, té které situace lidského života. A připomeneme, že v naší národní etice bylo zaznamenáno, že zlé se má překonávat dobrým a dobré lepším...“

Stanislava Kučerová, 2017, z osobní korespondence

Obsah

ÚVOD	9
1 OPTIMISMUS A PESIMISMUS Z HISTORICKÉHO HLEDISKA	11
1.1 Optimismus a pesimismus v náboženských systémech	11
1.2 Optimismus a pesimismus jako filozofické kategorie	12
1.3 Počátky optimismu a pesimismu v psychologii	18
2 SOUČASNÉ PSYCHOLOGICKÉ TEORIE OPTIMISMU	20
2.1 Optimismus jako kognitivní chyba, pozitivní iluze, nerealistický optimismus	20
2.2 Studie č. 1: Optimismus jako pozitivní iluze u současných adolescentů ..	23
2.3 Dispoziční optimismus	32
2.4 Optimismus jako explanační styl	38
2.5 Defenzivní pesimismus a strategický optimismus	44
2.6 Naděje jako příbuzný konstrukt	47
3 KONSTRUKTY OPTIMISMU A PESIMISMU V EMPIRICKÝCH STUDIÍCH	50
3.1 Studie č. 2: Vztahy mezi dispozičním a explanačním optimismem	50
3.2 Studie č. 3: Ověření konstruktů defenzivního pesimismu	52
3.3 Studie č. 4: Vztahy defenzivního pesimismu, dispozičního optimismu a optimismu jako explanačního stylu	54
3.4 Studie č. 5: Vztahy mezi dispozičním optimismem/pesimismem, strategickým optimismem / defenzivním pesimismem, situační úzkostí a dispoziční úzkostností	55
3.4.1 Vztah dispozičního optimismu, defenzivního pesimismu, rysové úzkostnosti a situační úzkosti, genderové rozdíly v těchto vztazích	56
3.4.2 Vztah konstruktů dispozičního optimismu a defenzivního pesimismu	57
3.5 Shrnutí výsledků studií uvedených v kapitolách 3.1.–3.4., diskuse a závěr	58
3.6 Studie č. 6: Model optimismu, vztah optimismu a naděje	59
4 NA CESTĚ MEZI OPTIMISMEM A ZDRAVÍM	73
4.1 Zdraví a nemoc	73
4.2 Determinanty zdraví	77

4.3	Chování související se zdravím	80
4.3.1	Studie č. 7: Chování související se zdravím v průběhu dospělosti v ČR	84
4.4	Determinanty chování souvisejícího se zdravím	92
4.5	Vztah mezi optimismem a zdravím	95
4.5.1	Studie č. 8: Prediktory subjektivních zdravotních stesků v dospělosti	97
4.6	Optimismus a chování související se zdravím	110
4.6.1	Studie č. 9: Dispoziční optimismus a optimismus jako explanační styl jako prediktory chování souvisejícího se zdravím českých vysokoškolských studentů	113
4.6.2	Studie č. 10: Dispoziční optimismus a defenzivní pesimismus jako prediktory chování vztahujícího se ke zdraví českých dospělých	117
5	OPTIMISMUS A PESIMISMUS V KULTURNÍM KONTEXTU	124
5.1	Studie č. 11: Dispoziční optimismus ve vztahu k chování souvisejícímu se zdravím v ČR a v USA	128
	SHRNUTÍ A ZÁVĚR	134
	SUMMARY	140
	LITERATURA	147
	VĚCNÝ REJSTRÍK	163

ÚVOD

Je optimismus pro zdraví a dlouhý život (ve zdraví) výhodou, či spíše rizikem? Starají se lépe o své zdraví (čestí) optimisté, nebo pesimisté?

Není jednoduché rozhodnout, zda to jsou optimistická, či pesimistická očekávání, která vedou člověka k větší pozornosti ve vztahu ke svému zdraví i větší péči. Stojí proti sobě na jedné straně poněkud nerealistická víra ve vlastní nezranitelnost, spojená s aktivním postojem k životu a nadějeplnými vyhlídkami, a na druhé straně větší citlivost k stinným stránkám života, která může vést k různým preventivním opatřením a reálné snaze vyhnout se rizikům.

Publikace, kterou otevíráte, přináší řadu informací a zjištění, jejichž cílem je zmapovat celou vyznačenou oblast zájmu, aby bylo v závěru možné dát na tyto otázky jasnější odpověď.

V první kapitole představujeme optimismus a pesimismus jako filozofické kategorie ve stručném historickém přehledu. Následuje vymezení současných psychologických konstruktů optimismu a pesimismu. Od čtvrté kapitoly sledujeme tyto konstrukty optimismu a pesimismu v kontextu zdraví a chování souvisejícího se zdravím. Závěrečná kapitola je věnována úvaze o kulturní podmíněnosti optimismu, pesimismu a jejich projevu.

V knize je uvedeno jedenáct původních empirických studií, které se vztahují k jednotlivým tématům a které dokumentují autorčinu pozornost dlouhodobě věnovanou dané problematice. Většina uvedených výzkumů byla realizována v průběhu čtyř na sebe navazujících výzkumných projektů podporovaných Grantovou agenturou České republiky, které autorka vedla jako hlavní řešitelka v Psychologickém ústavu FF Masarykovy univerzity. První studie vznikla v kontextu výzkumného projektu GA ČR č. 406/02/1040 *Předpoklady životní spokojenosti současné adolescence: osobnost, hodnoty a společenské perspektivy*, který byl řešen v letech

2002–2004. Odkazujeme též na některé výzkumné výstupy projektu probíhajícího v letech 2005–2007 GA ČR č. 406/05/0564 *Předpoklady životní spokojenosti a zdraví současných vysokoškolských studentů: tělesné sebepojetí, zdraví podporující chování a osobnost*. Studie č. 2 a 9 vznikly jako výstupy dílčích úkolů výzkumného projektu z let 2009–2011 GA ČR č. 406/09/0611 *Kognitivní předpoklady zdraví*. Nejvíce si ceníme výstupů dosud posledního výzkumného projektu GA ČR č. 13-19808S *Chování zdraví podporující a zdraví ohrožující: determinanty, modely, konsekvence*, který jsme realizovali v letech 2013–2016. V knize, jež je sama o sobě jedním z výstupů tohoto projektu, jsou představeny čtyři relativně velké studie řešené s jeho podporou. Jedná se o studie č. 6, 7, 8 a 10. Studie č. 6 (model optimismu) byla již v odlišném kontextu publikována jako jedna z dílčích kapitol kolektivní monografie *Chování související se zdravím: determinanty, modely a konsekvence* (Dosedlová et al., 2016), vydané rovněž v edici *Spisů Filozofické fakulty Masarykovy univerzity*. Její uvedení v propracovanější podobě i v této následné monografii považuje autorka za nutné z hlediska naplnění cílů práce – komplexně představit čtenářům současné konstrukty optimismu/pesimismu nejen teoreticky, ale i empiricky, na základě postupně realizovaných českých výzkumných studií. Zbývající uvedené výzkumy drobnějšího charakteru (studie č. 3, 4, 5 a 11) vznikly jako diplomové práce pod autorčíným vedením. Jak naplňování cílů grantových projektů, tak provedení samotných dílčích studií bylo vždy týmovou prací a spolupracovníci jsou v publikaci jmenovitě uvedeni, samotné studie jsou náležitě citovány.

Věřím, že čtenáře problematika životních iluzí, které mohou, ale také nemusí mít pozitivní dopad na život, zaujme a že pro sebe získá přínosné informace z oblastí dnes tak významné – z oblasti prevence zdraví, které se více či méně účastníme všichni tím, co pro své zdraví (ne)děláme každý den.

Jaroslava Dosedlová

1 OPTIMISMUS A PESIMISMUS Z HISTORICKÉHO HLEDISKA

1.1 Optimismus a pesimismus v náboženských systémech

Všechna velká světová náboženství reflektují potřebu rovnováhy mezi optimismem a pesimismem, každé z nich je však ve způsobu předávání optimistického nebo pesimistického pohledu na svět specifické.

Centrální osou hinduismu, jednoho z nejstarších náboženství, je víra v reinkarnaci, cyklus narození, života na této zemi, smrti a opětovného narození na úrovni, která je dána kvalitou předchozího života. To hinduistům přináší jistotu věčného života a optimistickou vizi, že se dobrým nesobeckým životem reinkarnují na vyšší úrovni. V životě samotném však kastovní systém neumožňuje sociální postup (Keene, 2003).

Buddhismus je jednou z interpretací hinduistického náboženského systému. Základní východisko je pesimistické, protože člověk je předurčen k tomu, aby se trápil nedosažitelností naplnění svých tužeb vzhledem k tomu, že nic na tomhle světě není trvalé. Je však možné askezí a meditací odstranit touhu samotnou, a tak se vymanit z nekonečného cyklu reinkarnace. Člověk pak může dosáhnout žádoucí nirvány (Hopfe, 1987).

Judaismus je nejstarší monoteistické náboženství na světě. Klade důraz na komunitu. Židé věří, že jsou vyvoleným národem a v božích záměrech zastávají významnou úlohu. Přesvědčení o vlastní výjimečnosti a silné sociální zázemí tvoří dobré předpoklady pro rozvoj optimistického postoje k životu. Život je dar od Boha a měl by být žit dle jeho pravidel. Smrt je smutná událost, ale duše člověka neumírá; odebírá se na svou cestu do věčnosti (Miller, Schott Richards, & Keller, 2002, in Chang, 2002).

Křesťanství v dnešní době vyznává nejvíce věřících. Svět je dobrý, člověk se však rodí jako hříšník, s dědičným hříchem. Lidské bytosti tedy nejsou dobré a nemohou

být dobré bez božské intervence. Tento akt přichází v podobě Ježíše Krista, který snímá hřích ze všech, kdo ho následují, a umožňuje jim věčný posmrtný život. S Ježíšem Kristem je spjata veškerá křesťanská naděje. Kvalita činů v průběhu života člověka na zemi ovlivňuje podobu věčného bytí jeho duše po smrti. Křesťanství nabízí optimistickou vizi věčného blaha v božím království, ale i strach z věčného utrpení v pekle (Hopfe, 1987; Miller, Schott Richards, & Keller, 2002, in Chang, 2002).

Islám je jedním z nejmladších světových náboženství. Muslimové věří v jediného boha Alláha. Podobně jako v křesťanství člověk naplňuje jeden život, který určuje, jaké bude jeho bytí na věčnosti, v ráji nebo v pekle. Islám svým věřícím doporučuje přesné způsoby, jak žít a jak se chovat k druhým. Tlumočení optimismu a pesimismu je podobné jako v křesťanství (Keene, 2003).

V posledních třech dekádách řada výzkumů prokázala pozitivní vliv religiozity na duševní i psychické zdraví. Věřící lidé, nikoliv však extrémisté, mají vyšší pocit kontroly nad svým životem, těší se subjektivně vnímané božské podpoře (Pollner, 1989). Religiozita koreluje se smyslem života (Halama, Martos, & Adamovová, 2010). Zvnitřněná, subjektivně hluboce prožívaná religiozita souvisí s efektivním zvládnutím náročných životních situací, vyšší mírou duševního zdraví a kvalitou života (Stríženec, 1996).

1.2 Optimismus a pesimismus jako filozofické kategorie

Optimismus a pesimismus zastávají ve filozofii pozici protipólu a antiteze.

Filozofové jsou vnímáni jako optimističtí, pokud se jim kosmos jeví jako vstřícný vůči lidským cílům a aspiracím, a naopak jako pesimističtí, pokud považují vesmír za nevšimavý, indiferentní či dokonce hostilní vůči lidským bytostem a civilizaci.

Objektivní zdůvodnění může optimismus nalézat v teistické metafyzické koncepci, která vysvětluje existenci světa na základě boží vůle nebo na základě pan-teistické koncepcce, která ztotožňuje boha se světem, s přírodou a klade důraz na věčně trvající jednotu veškerenstva.

Jako filozofické pojmy optimismus a pesimismus předpokládají, že člověk je schopen nahlížet budoucnost nezkresleně na základě spolehlivé analýzy významných minulých i současných událostí. Filozofická stanoviska týkající se optimismu a pesimismu v sobě tradičně zahrnují dva předpoklady:

- a) filozofové se pokoušejí předvídat budoucnost a priori užitím různých obecných principů, které jsou chápány jako neměnitelné pravdy, např. Boží existence,
- b) budoucnost je předvídána a posteriori, s odvoláním na empiricky zjištěné a ověřené zákony a vzorce uplatňující se v přírodě (Domino, & Conway, 2002, in Chang, 2002).

Optimismus a pesimismus v antické filozofii

Nejstarší mýty odrážejí stav člověka v ustavičném ohrožení, ať již přírodními živly, nebo nepřáteli a násilníky. Z pocitu nedostatečné možnosti kontrolovat běh událostí se rodí fatalistická víra v nezměnitelný osud. Konflikty s osudem a vůlí bohů se stávají hlavním námětem tragédií. Stálé ohrožení života vede dokonce k formulaci nevíry v život: „Nejlepší pro člověka by bylo vůbec se nenarodit a nespářit jas slunce, avšak pokud už se jednou narodí, kéž projde bránou smrti, jak nejrychleji je to možné“ (Theognis, dle Copleston, 2014, s. 35). Přemíra štěstí a optimistického pohledu do budoucna je nebezpečná a nejistota individuálního bytí je taková, že o nikom nelze prohlásit, že je šťasten, dokud nezemřel (Kučerová, 2004).

V klasickém období se řecká filozofie věnovala nejprve výkladům vzniku světa a jeho uspořádání (Thales, Anaximandros, Anaximenes, Herakleitos, elejská škola, Anaxagoras, Empedokles, Pythagoras, Demokritos), později se obrátila ke zkoumání společnosti a člověka (Sokrates, Platon, Aristoteles). Vesmír byl chápán jako jednotný a účelně uspořádaný celek, ve kterém vládne určitý řád. Tento řád (logos) lze nejen různě chápat, ale i hodnotit. Herakleitovo učení např. působilo tak vážně, že proslul jako „plačící“ filozof, Demokritos naopak se svou láskou k poznání a vírou v rovnováhu světa jako filozof „smějící se“ (Hrušovský et al., 1998).

Člověk přirozeně hledá na Zemi blaženost a štěstí. To spočívá v životě ve shodě s přírodou a zákony společnosti a je třeba si ho zasloužit a zasluhovat svou aktivitou stále znovu. Řek klasického období chápe blaženost jako ctnost, vědění o dobru. Toto vědění zahrnuje moudrost ducha i péči o tělesnou zdatnost, o statečnost, uměřenost a spravedlnost. Ideálem je kalokagathia, spojení dobra a krásy (Nekvinda, 1996). Svoboda v pojetí Sokrata a Platona znamená sebeurčení prostřednictvím rozumu, který jedině může dobro poznat. Obec si klade za úkol výchovu individua ke ctnosti, a tím i ke svobodě. Spravedlivý člověk pečuje stejně o dobro své duše jako o blaho své obce (dle Ricken, 2002; dle Copleston, 2014). Řek poklasické doby ztratil pocit, že může zasahovat do valících se společensko-politických událostí. Uzavírá se v soukromí rodiny a přátel a s nimi pěstuje svobodu i ctnosti nezávislého ducha jako podmínku blaženosti. Chce-li být šťasten, odmítá a bagatelizuje obavy, starosti a strasti a vnímá vlastní existenci jako dílo naprosté náhody, tedy jako jedinečný zázrak (Epikuros, dle Diogenés Laertios, 1964; Long, 2003; Hadot, 2017).

Komplikovaná doba apeluje stále více na neochvějnou schopnost sebekontroly, omezování potřeb, je žádoucí zachovat za všech okolností (stoický) klid, umět snášet i zlo (nezáleží na realitě, záleží jen na naší mysli) a dokázat i zemřít, je-li naše lidství ohroženo (Seneca, Epiktétos, Marcus Aurelius Antoninus). Ve světě vládne nutnost, které se člověk musí podvolit: „Svolného osud vede, vleče vzdorného“ (Seneca, 1984, s. 223; Long, 2003).

Společensko-historicky podmíněné ubývání prvků optimismu a přibývání pesimismu dokládá i třetí helénistický směr. Skeptikové, představitelé nedůvěry

k lidskému poznání, pochybovači. Odmítají dogmatismus zavedených filozofických směrů, které bez váhání podávají navzájem zcela neslučitelné výklady světa. Není možné proniknout k podstatě a dosáhnout jistoty ve vědě, hlásají Pyrrhon, Ainesidemos a Sextus Empiricus (dle Copleston, 2014).

Optimismus a pesimismus ve středověku

Alternace optimismu a pesimismu se ve středověku ocitá ve zcela jiné poloze. Pro řecko-římský starověk byl charakteristický naturalismus. Filozofie se orientovala na přírodu jako na hlavní, podstatné a určující jsoucno. Ve středověku křesťanství nastolilo místo naturalismu supranaturalismus, víru ve svět nadpřirozený. Zdroj poznání je víra a víra ve zjevení je víc než smysly a rozum, víra je podmínkou spásy. Stvořitel je nedostupný našemu chápání. Lépe je nepokoušet se vědět, ale pouze věřit a být živ v lásce Boží.

Pojetí člověka kolísá od optimistické představy, že byl stvořen „k obrazu Božímu“, k pesimistické představě naprosté nedostatečnosti. Např. Aurelius Augustinus (354–430), vůdčí zjev tzv. patristiky, křesťanské filozofie otců-zakladatelů, napsal: „A co jsem? Nádooba hnoje, střepin a hnisu, plný zápachu a hrůzy, slepý, chudý, nahý, podrobený mnohým nedostatkům a neznající svého východu ani vchodu. Jsem bídný, smrtelný, ten, jehož dny jsou pomíjející jako stín...“ (dle Tretera, 1999, s. 165). Duše je nadřazená tělu a tělo na ni nemá žádný vliv, i když duše vnímá změny v těle s ohledem na vnější stimuly. Duše je stvořená Bohem a štěstí lze nalézt pouze v Bohu (Aurelius Augustinus, 2000; Copleston, 2016).

V raném středověku platí, že svět je slzavé údolí. Kristus na kříži je výmluvný symbol. Je třeba potlačovat tělo a smyslnost, odumřít světu a trpělivě snášet všechny strasti, které život přináší.

Evangelickou (novozákonní) čistotu zachovávají mnišské řády, ale sama církev uzavírá se světským životem kompromisy. Utváří se i nová, rytířská kultura ozbrojených bojovníků za křesťanskou víru. Ta protirečí asketismu a ukazuje radost ze života, z dobrodružství, z poznání cizích krajů, z krásy a lásky (Tretera, 1999).

Se změnou dobového klimatu Evropou proniká reformační hnutí (včetně husitského jako jednoho z nejstarších) podnětené nespokojeností se světským panováním církve. Souběžně s ním se z bohatých italských měst šíří renesance s návratem k naturalismu, individualismu a hédonismu. Optimismus a pesimismus vyjadřují opět přirozený vztah člověka ke světu a životu. Nejde již o spojení s Boží milostí nebo Božím zatracením, ale s lidskou aktivitou, s usilovným snažením a s jeho zdarem či nezdarem (Kučerová, 2004).

Optimismus a pesimismus v novověku 17. a 18. století

Jako filozofické kategorie se dají optimismus a pesimismus identifikovat v moderní evropské filozofii od 17. století. Vzdělanou Evropou se šíří přesvědčení, že se lidský duch zdokonaluje a že díky přibývajícimu poznání dochází k pokroku. Nepřehlédnutelné změny uvnitř vedoucích evropských zemí, růst bohatství, objevné cesty a počátek kolonizace jiných světadílů přispívají k věrohodnosti teorie pokroku a upevňuje víru v neomezenou schopnost růstu lidského ducha. Rozum je schopen podat o světě a o člověku nepochybnou pravdu a zároveň sestavit návrh na správné řízení lidského života a mezilidských záležitostí (Domino, & Conway, 2002, in Chang, 2002).

Za „zvěstovatele“ nového věku, v němž vědění slouží k ovládnutí přírodních sil a uspořádání světa pro blaho člověka, sám sebe označil Francis Bacon z Verulam (1551–1626). Úspěšně rozvinul induktivní metodu poznávání (Bacon, 1974).

Rovněž René Descartes (1596–1650), představitel racionalismu a zastávce deduktivní metody, se orientoval na vědu jako na podmínku kvalitnějšího a zdravějšího života. Zdroj Descartova optimismu tkvěl v přesvědčení, že lidský rozum může odhalit tajemství přírody, a tak přispět ke zlepšení života na zemi (Descartes, 2016).

Gnoseologický optimismus zastával též Jan Amos Komenský (1592–1670). Celé jeho obsáhlé dílo je prodchnuto přesvědčením, že učenci všech národů světa se mají sdružit, aby pečovali o šíření vzdělanosti a osvěty. Promyšlenými školami a knihami povedou všechno lidstvo k vzdělanosti, k moudrosti a k tolerantnímu životu v klidu a míru (Komenský, 1992).

Metafyzický optimismus v absolutní podobě najdeme ve spisech Gottfrieda Leibnize (1646–1716). Všemohoucí, vševědoucí a nejvyšší dobrotivý Bůh sleduje při tvorbě světa princip optima a vytváří ze všech možností světa ten nejlepší možný. Bůh chce to nejlepší, svou prozřetelností vše vede k nejlepšímu, takže optimismus je objektivně oprávněný (Leibniz, 2004).

Leibnizovy myšlenky ironizuje ve svém dílku *Candide* François Arouet, zvaný Voltaire (1694–1778). Postavy v tomto příběhu trpí všemi možnými způsoby neštěstí, utrpení a zármutku. Navzdory veškeré bídě a tragédiím neústupný optimista, učitel Pangloss, trvá na tom, že vše je jen pro dobro, že i všechno zlé je k něčemu dobré. Ve Voltairově pojetí absolutní optimismus jen snižuje citlivost vůči lidskému utrpení. Voltairovi však ve skutečnosti jde o kritiku jak optimismu, tak pesimismu, tedy jakýchkoliv neverifikovatelných spekulativních principů (Voltaire, 2007).

Jean Jacques Rousseau (1724–1804) byl souputníkem francouzských encyklopedistů, jejich bezvýhradný vědecký optimismus však nesdílel. Na otázku, zda obnova věd a umění přispěla k zušlechtnění mravů, odpověděl, že člověk je od přírody dobrý a šťastný, ale společnost jej kazí a kultura jej činí otrokem. Věda a umění

jsou výplodem nečinnosti, pohodlí a přepychu, společenské nerovnosti. Záchrana člověka je v „návratu k přírodě“ (dle Röd, 2004).

Stejně jako Voltaire, i David Hume (1711–1776) zpochybnil myšlenku, že božská prozřetelnost může být odvozována z uspořádání přírody a světa. Vede nás ke skepticizmu – ať už se budeme věnovat čemukoliv, nikdy nebudeme schopni poznat podstatu světa. K praktickému životu však není absolutní poznání ani třeba (dle Röd, 2004).

Immanuel Kant (1724–1804) v Kritice čistého rozumu označuje jak optimismus, tak pesimismus za metafyzicky neobhajitelné kategorie. Přesto přiznává optimizmu hodnotu z čistě praktických důvodů. Tzv. souhrn dobra (summum bonum) představuje konvergenci ctnosti a štěstí. Existenci Boha a nesmrtelnost duše navrhuje postulovat jako nutnou podmínku (nebo i dostatečnou motivaci) pro dosažení „nejvyššího dobra“, pro možnost nastolení morálního zákona, ačkoliv nemůžeme dokázat, že jeho realizace na Boží vůli nějak závisí.

I tak je podle Kanta Boží existence logicky možná, stejně jako optimalizace světa, neboť tuto existenci není možné vyvrátit (Kant, 1996).

Od 19. století do současnosti

Georg Wilhelm Friedrich Hegel (1770–1831) je ve filozofii dějin představitelem historického optimizmu, i když jeho systém obsahuje i některé momenty negativní (odcizení, konflikt, svár). Cílem lidského vývoje je cesta ke svobodě a ta se od dob orientální despotie přes řecko-římskou antiku v moderní Evropě viditelně šíří a stává se všeobecnou.

Takzvaný kulturní optimizmus zastává kromě Hegela Lessing, Herder, Fichte a dále je třeba vlastní i marxizmu. Tito filozofové počítají se stále vyšším vývojem lidského pokolení a jeho kultury: všechno zlo i sama špatnost je jen nutným stadiem přechodu, který bude pozitivně překonán.

Naproti tomu kulturní pesimisté (Troeltsch, Spengler) sledují rozkvět každé kultury s vědomím, že opět zanikne bez možnosti využít jakýkoliv prostředek, který by kulturní pád zastavil (dle Brugger, 1994).

Metafyzický základ veškeré moderní nevíry v budoucnost a v kladné stránky života poskytl svými úvahami Arthur Schopenhauer (1788–1860). Nejen že nepovažuje náš svět za nejlepší možný, ale nazývá ho dokonce nejhorším možným ze všech světů. Možný svět charakterizuje jeho schopností trvat. Náš svět nemá tuto kvalitu (např. kdyby všechny prostředky produkující kyslík byly zničeny). Pokud by náš svět nebyl tím nejhorším, pak by se nutně mělo dařit popsat svět ještě horší. Podle něj lidé nemohou být šťastní, a pokud jsou, je to jen důkaz jejich nevědomosti a nevšímavosti. To, co někteří lidé chybně za štěstí považují, je jen dočasná úleva od bolesti, iluze uspokojení. Jediný způsob, jak zmírnit napětí stálého chtění, je asketické vzdání se žádostivosti (Schopenhauer, 1992).

Ještě radikálnější ve svém pesimistickém nahlížení světa je Schopenhauerův žák Mainländer, hlásající Boží sebevraždu. Boží síla se na základě svého vědomého rozhodnutí roztránila v mnohosti světa, jehož všechny části směřují k zániku a navíc si ještě často vzájemně překáží. S každým zánikem umírá jednou provždy i část Boha. Zániku mají lidé napomáhat pohlavní zdrženlivostí (aby se lidstvo nerozmnožovalo) a sebevraždou, kterou Mainländer také svůj život ukončil (dle Kučerová, 2004).

Vliv Schopenhauerova pesimismu je patrný i v díle Friedricha Nietzscheho. Zatímco však Schopenhauer pokládá pesimismus za jedinou čestnou odpověď na absurditu lidské existence, Nietzsche nabízí poněkud křechovité přitakání životu v podobě víry v příchod heroického nadčlověka přehodnocujícího všechny dosavadní hodnoty právem tvrdosti a síly. Přitom se však nemohl zbavit myšlenky „věčného návratu“, bezútěšného cyklického opakování lidských dějin (Nietzsche, 2013).

Široký ohlas na počátku 20. století získala kritika panteisticky zdůvodněného optimismu, kterou již dříve vypracoval Søren Kierkegaard (1813–1855). Zneuznal jednotu božského veškerenstva a filozofii obecného lidství. Zdůraznil naopak význam singulární existence, která je proniknuta úzkostí a bolestí. Bůh a svět představují dvě cizí entity, člověk zůstává osamocen, zcela sám. Pocit existence navíc splývá s pocitem hříšnosti. Zlo má nejčastější příčiny v individuální rozmanitosti života a jeho pomíjejícínosti. Kierkegaard otevřel cestu existencialismu, pesimistické filozofii 20. století (dle Černý, 1948).

Edmund Husserl (1859–1938) rezignoval na problém podstaty, nešlo mu o původ toho, co je, ale výhradně o podobu toho, co je. Koncipoval novou fenomenologickou metodu, což je přesná, ale pouhá deskripce struktur, jimiž si vědomí osvojuje obsahy (dle Černý, 1992).

Martin Heidegger (1889–1976) užíval fenomenologickou metodu svého učitele Husserla, ale na rozdíl od něj nerezignoval na ontologické otázky. Studium existenční struktury (formy vyprázdňené od obsahů) míní dojít k metafyzice bytí, k obecným zákonitostem lidské existence a bytí vůbec. Existence ovšem vždy předchází esenci, podstatě, která se řeší tvářív v tvář nicotě jako bytí k smrti. Upozornil na pocit absurdnosti z bezdůvodnosti života (dysteologie), na pocit úzkosti přimykající se k jeho konečnosti, na průvodní jevy lidské situovanosti ve světě („Dasein“ znamená „In-der-Welt-sein“). Dasein je jsoucno, pro něž je jeho vlastní bytí je otázkou (dle Černý, 1948).

Jean-Paul Sartre (1905–1980), Albert Camus (1913–1960) a další filozofující existenciální spisovatelé netají své učitele Schopenhauera, Kierkegaarda, Husserla a Heideggera. Východiskem jejich pojetí je subjektivita individua bez objektivně daného smyslu existence. Nemajíc smyslu odjinud je absurdní existence čistou autonomií, sebevládou, svobodou (člověk je ke svobodě odsouzen). Pesimistický úděl bez vlastního výběru situovaného, smrtelného, osamělého a v sobě rozpolceného

člověka trpícího úzkostí je možné vykoupit pouze transcendencí, individuálním hledáním vlastního přesahu, subjektivního smyslu existence. Lze život žít a nesouhlasit s ním. Svobodně a z našeho rozhodnutí můžeme být tím, čím jsme z náhody a absurdně (Sartre, 2004; Camus, 2007).

V 70. letech 20. století někteří evropští i američtí filozofové vymezili své postoje negací moderny (M. Foucault, J. L. Lyotard, J. Derrida, J. Baudrillard, R. Rorty aj.). Soudí, že moderní racionalita vyčerpala své tvořivé možnosti a spěje k zániku. Podle tzv. postmodernistů neexistuje ucelený obraz světa, přírody, dějin, existuje jen pluralita životních způsobů a činností, skupin, oblastí a koncepcí lokálního, omezeného významu (Lyotard, 1993).

U Jeana Baudrillarda (1929–2007) vyznívá důsledek této fragmentarizace zvláště pesimisticky – vývoj nemá smysl, historie skončila, naděje na lepší budoucnost neexistuje (Baudrillard, 1997).

Wolfgang Welsch (*1946) v publikaci *Naše postmoderní moderna* rozlišuje dvě postmoderny, postmodernu povrchní, bezbřehou a náladovou mající povahu módního trendu a postmodernu skutečnou, přesnou a náročnou, která na půdě filozofických a speciálně vědeckých disciplín usiluje legitimně o nové pochopení problémů doby a která snad může překonat i současné tendence k nihilismu a pesimismu (Welsch, 1994).

1.3 Počátky optimismu a pesimismu v psychologii

K největším osobnostem psychologie 20. století patří bezpochyby Sigmund Freud (1856–1939). V jeho díle lze najít úvahy týkající se optimismu a pesimismu. Freud definuje štěstí jako možnost spontánního veřejného vyjádření nevědomých pudů a impulzů. Zároveň si uvědomuje, že v reálném světě to není možné, proto zastává stanovisko, že člověk je odsouzen k tomu být nešťastný. Optimismus existuje jen jako iluze, která udržuje civilizaci především prostřednictvím institucionalizovaných náboženských představ o posmrtném životě. Optimismus je tak výsledkem konfliktu mezi instinkty a socializací (Freud, 1989).

Americký psycholog Wiliam James (1842–1910), jeden ze zakladatelů vědecké a empiricky založené psychologie, rovněž nesdílí optimistické postoje. Je skeptický vůči rozvíjející se vědě, která vzbuzuje nadějeplná očekávání ohledně zajištění materiální základny lidského štěstí. Vnímá jedinečnost každého člověka a rozdílnost jeho potřeb. Co pomáhá jednomu, nemusí pomoci druhému. Věda dle něj nebude nikdy schopná postihnout individuální odlišnosti lidí. Optimismus vnímá jako závoj – může ho odfouknout závan větru nebo ho můžeme ze zvědavosti sami poodhrnout. Život považuje za příliš nejistý na to, aby se člověk mohl optimistickým očekáváním oddat. Povzbuzuje ho však, aby v sobě posiloval

postoj odolávání a chuť bojovat (dle Domino, & Conway, 2002, in Chang, 2002; Peterson, 2000).

Psychologové a psychoterapeuti první poloviny 20. století vycházeli z předpokladu, že zdravý člověk je člověk realistický a mírou duševního zdraví je schopnost přijmout realitu. Považovali tedy za nutné vystavit své žáky a pacienty realitě, nehledě na to, jak bolestná tato zkušenost pro ně může být. Tento trend se začal měnit v 60. a 70. letech 20. století, kdy výsledky psychologických výzkumů dokládaly, že většina populace nemá realistický náhled na svět. Tiger (1979) dokonce označil optimismus za evoluci vybranou a stabilizovanou integrální součást lidské přirozenosti. Optimismus a pesimismus má dle něj významnou adaptační funkci. Optimisté jdou do akce s výhledem na odměnu, nehledě na to, jak tato odměna může být vzdálená. Nebojí se riskovat a riskování je v nepředvídatelných situacích podmínkou explorační. Pesimisté jsou opatrnější, více zvažují riziko, což v některých situacích může být rovněž výhodou zvyšující šanci na přežití. Optimisté jsou podle Tigera méně realističtí než pesimisté. V každém případě se oba tyto přístupy v evoluci osvědčily a představují určitou rovnováhu dvou typů adaptačních mechanismů.