

MODEL ČLOVEKA AKO AKTÍVNEHO ORGANIZMU A TEÓRIE ŽIVOTNÝCH CIEĽOV

TATIANA TAROČKOVÁ, Katedra psychológie FiF UK, Bratislava

Jednou z najvýznamnejších paradigiem, ktoré ovplyvňujú teóriu, metodológiu i praktickú aplikáciu psychológie, je organizmická paradigma. Základnou metaforou v organickom modeli je živý organizmus, organizovaný celok. Tento celok je v nepretržitom prechode z jedného stavu do druhého, existencia sa stotožňuje s aktivitou. Vývoj univerza sa chápe ako progresívny, vzostupný proces, v priebehu ktorého dochádza k emergencii nových kvalít. Organizmický model ho interpretuje teleologicky ako účelový proces determinovaný cieľom (cieľovou príčinou) [1].

V psychológii sa organizmický model univerza premietol do modelu človeka ako aktívneho organizmu. V jeho reláciách človek vystupuje ako prirodzene, spontánne aktívny tvor, zdroj aktov. Je organizovanou entitou, ktorej časti odvodzujú svoj zmysel a funkciu z celku. Pri analýze a interpretácii vývinu človeka ako aktívneho organizmu sa do centra pozornosti dostávajú vzťahy medzi štruktúrou a funkciou, prostriedkami a cieľmi. Z hľadiska tohto modelu vývinová zmena je daná, nemožno ju vysvetliť hybnými (efficient) alebo látkovými (material) príčinami, aj keď tieto príčiny môžu zmenu facilitovať alebo tlmiť. Základné príčiny sú teleologické. Nové vlastnosti sa vynárajú vo vývine, nie sú redukovateľné na nižšie vývinové úrovne, od ktorých sa kvalitatívne líšia [1].

Loft [2] so zreteľom na ľudský vývin ako celoživotný proces špecifikoval tieto implikácie - logické dôsledky vyplývajúce z modelu človeka ako aktívneho organizmu: a) vnútorný zdroj vývinovej dynamiky, b) kvalitatívna vývinová zmena, c) vývin ako zatvorený proces s postulovaním finálneho stavu, d) diskontinuitná vývinová zmena, e) emergentizmus, f) holizmus, g) štruktúralno-funkcionálna analýza vývinu, h) štruktúralna vývinová zmena, i) procesy zrenia ako podstata intraindividuálnych a interindividuálnych rozdielov vo vývine, j) vek ako imanentná charakteristika vývinových štádií a k) univerzalita vývinu.

V našej štúdií sa chceme podrobnejšie zaoberať psychologickými teóriami intencionálnosti a životných cieľov vytvorenými v rámci modelu človeka ako aktívneho organizmu. Určité prvky takéhoto prístupu nachádzame už u niektorých predstaviteľov klasickej psychoanalýzy.

Adler [3] okrem princípu kauzality, ktorý tak dôsledne rozvíjal vo svojich prácach Freud, venuje pozornosť finalite, t.j. kladie si otázku, čo človek svojim snažením sleduje. Na základe štúdia klientov prináša užitočnú myšlienku finality (anticipácie budúceho) a životnej línie, v ktorej sa odrážajú ciele a zmysel ľudského snaženia. Osobnosť chápe ako jednotku imanentne cieľovo zameranú na realizáciu biologických, sociálnych (význam citu pre spolupatričnosť) a racionálnych cieľov (vedomé, plánovité konanie človeka). Z princípu finality vyplýva, že celé správanie človeka, ako

normálneho, tak aj neurotika, je zamerané do budúcnosti. Na dosiahnutie individuálnych cieľov slúžia mechanizmy kompenzácie a hyperkompenzácie.

Iný príklad nielen kauzálneho, ale aj finálneho prístupu ku kontinuite duševného života nachádzame v Jungovej [4] analytickej psychológii. Jedným z jej základných pojmov je pojem úplného bytostného Ja - veličiny, ktorá je nadržaná vedomému ja. Zahrnuje "nielen vlastnú bytosť vedomú, ale i nevedomú psyché a je preto ... osobnosťou, ktorou t i e ž sme" ([4], 315). Cieľom ľudského života je dosiahnuť v procese individuácie, sebautvárania úplné bytostné Ja. Jung [4] však upozorňuje, že neexistuje žiadna nádej, že niekedy dosiahneme čo i len približné uvedomenie úplného bytostného Ja; aj keď si z neho uvedomíme akúkoľvek časť, stále tu bude neurčitý a neurčiteľný obsah nevedomia, ktoré patrí k totalite úplného bytostného Ja.

Intencionálnosť ľudského života a vývinu zdôrazňujú tiež neopsychoanalytické teórie. Podľa K. Horneyovej [5] človeka charakterizuje úsilie o sebauskutočňovanie, realizáciu svojich potenciálov. Toto úsilie pôsobí aj ako cieľ vývinu, ktorý ovplyvňuje hodnotové orientácie osobnosti, spôsoby jej fungovania a formy správania. U neurotikov pocit vnútorného zamerania životnej činnosti často chýba, usmerňujúce sily sebauvývinu sú oslabené alebo deformované. Títo jednotlivci sa preto nesnažia o dosiahnutie skutočného ja, ale o aktualizáciu idealizovaného ja, ktoré je od neho priveľmi vzdialené. E. Fromm [6] uvádza, že ak človek chce byť v jednote so svetom a súčasne so sebou samým, ak chce byť spokojný s inými, a napriek tomu si udržať svoju integritu jedinečnej entity, nemá inú možnosť, ako produktívne využiť svoje schopnosti a vydať zo seba všetko. Objektívnym cieľom každej ľudskej bytosti je sloboda a spontánnosť. Neuróza podľa Fromma vzniká v dôsledku zlyhania človeka v procese individuácie. Strach zo slobody a riziko s tým spojené môže viesť k zlyhaniu pri riešení základného konfliktu - voľby "cesty k slobode" alebo "od slobody" ([3], 122).

Organizmičná tendencia k naplneniu má dôležité miesto v teórii Carla R. Rogersa, predstaviteľa humanistickej psychológie. Táto teória zdôrazňuje podstatu života ako aktívneho procesu. Či už podnet vychádza zvnútra organizmu, alebo zvonku, či je prostredie priaznivé alebo nepriaznivé, správanie organizmu je zamerané na udržiavanie, rozširovanie a reprodukciu seba samého. Smerová tendencia, ktorá pôsobí v každom okamihu u všetkých organizmov, je súčasne tým jediným, čo motivuje správanie organizmu. Iba na základe prítomnosti alebo absencie tohto celkového smerového procesu môžeme povedať, či organizmus žije, alebo je mŕtvy. Aktualizačná tendencia zahrnuje "vývin smerujúci k diferenciacii orgánov a funkcií, expanziu cez rozširovanie a reprodukciu. Je to vývin smerujúci k autonómii a vzdiaľujúci sa od heteronómie alebo kontroly externými silami" ([8], 16).

Na základe vlastnej psychoterapeutickej práce Rogers [7] prišiel k záveru, že aj u človeka existuje a pôsobí smerová tendencia k celostnosti, k aktualizácii jeho potenciálov. Zistil, že psychoterapia nie je účinná, keď sa pokúša u klienta kreovať niečo, čo tam nebolo. Keď mu však poskytol podmienky, ktoré facilitovali jeho osobnostný rast, pozitívna smerová tendencia viedla ku konštruktívnym výsledkom.

Najdôležitejšou z týchto podmienok je presná a citlivá empatia komunikovaná terapeutom. Je to premenná, ktorá patrí do kategórie priamo pozorovateľného

správania. Možno ju hodnotiť na základe reálneho správania terapeuta a jeho hlasových inflexií.

Vrelosť pozitívneho prijímania klienta prežívaná terapeutom je ďalšou významnou podmienkou. Ide o komplexný faktor vo fenomenologickom poli terapeuta, na ktorý možno usudzovať z vlastností a tónu jeho hlasu. Na vrelosť pozitívneho prijímania klienta možno tiež usudzovať z držania tela a giest terapeuta, ak sa použije videozáznam alebo priame pozorovanie.

Tretou dôležitou podmienkou je bezvýhradné akceptovanie klienta terapeutom. Je dôležité, či terapeut akceptuje klienta relatívne podmienenčne, t.j. či niektoré stránky jeho správania oceňuje a iné zavrhuje, alebo ho akceptuje bezvýhradne. Hodnotenie tejto premennej musí byť do určitej miery záverom týkajúcim sa fenomenologického poľa terapeuta, ale ak terapeut akceptuje klienta podmienenčne, prejavuje sa to v jeho pozorovateľnom správaní (verbálne správanie, inflexie, gestá terapeuta).

Štvrtým významným faktorom je kongruencia - stupeň jeho integrovanosti vo vzťahu celostnosti, opravdivosti; je to miera zhodnosti jeho postojov a správania so zážitkom, ktorý sa v ňom odohráva. Hodnotenie tejto premennej musí bezo zvyšku vychádzať z pozorovania správania, predovšetkým vlastností hlasu, pretože absenciu kongruencie si terapeut v danom okamihu neuvedomuje (v podstate ide o sebaobranu pred ohrozujúcim zážitkom). Preto tu treba odhadovať nanajvýš citlivo. Pomôže nám tu fakt, že tento typ hodnotenia robíme už od detstva, keď každý vzťah posudzujeme z hľadiska úprimnosti: prejavuje sa istá osoba úprimne, alebo hrá určitú rolu, skrýva sa za fasádu, predstiera?

Piata a posledná podmienka je čisto fenomenologická - klient musí tieto vlastnosti terapeuta aspoň minimálne vnímať. Na tento účel sa použil hodnotiaci dotazník určený klientovi.

Podľa Rogersa [7] motivačným substrátom ľudského správania je aktualizácia tendencia a úvahy o špecifických motívoch tohto správania sú zbytočné.

Najrozpracovanejšiu teóriu životných cieľov nachádzame u Charlotty Bühlerovej a jej spolupracovníkov. Nazdávame sa, že z nej môžeme získať veľa poznatkov aj pre súčasné chápanie a výskumy životných cieľov. Podľa tejto humanisticko-psychologickej teórie človek má vrodenný pud vytvárania cieľov (goal setting drive). Dlhodobé - životné ciele si jednotlivec stanovuje v súlade so štyrmi bazálnymi životnými tendenciami: a) tendenciou uspokojovania potrieb, b) tendenciou tvorivej expanzie, c) tendenciou sebaobmedzujúcej adaptácie a d) tendenciou udržiavania vnútorného poriadku. Všetky tieto tendencie sú vrodenné, ale v rôznych obdobiach života prevládajú vždy iné (napr. v ranom detstve a neskorej starobe snaha o uspokojenie potrieb, v strednom veku tvorivá expanzia a pod.) [9].

Konečným cieľom a zmyslom ľudského života je sebarealizácia (self-fulfillment). Zameranosť na cieľ, intencionálnosť sa považuje za základnú vlastnosť ľudského života [10].

Podľa Bühlerovej [11] vývin cieľovej zameranosti človeka je determinovaný a) biologickými a psychofyzickými štrukturálnymi danosťami životného cyklu, b) špecifickým individuálnym genetickým vybavením, c) vplyvmi prostredia, d) spoločenským systémom a kultúrou, e) integrujúcim systémom "ja" (self), ktorý organizuje všetky

tieto vplyvy. Na vytváranie životných cieľov v rozhodujúcej miere pôsobia štrukturálne a genetické činitele. Spoločenské prostredie (rodinná výchova, vzdelanie, kultúra, ideológia) iba facilituje alebo tlmí vytváranie životných cieľov na báze prirodzeného smerovania jednotlivca.

So zreteľom na proces vytvárania životných cieľov Bühlerová [12] vypracovala päťfázovú teóriu sebaurčenia (self-determination).

V prvej fáze (od narodenia do pätnásteho roku) sa u jednotlivca vyvíjajú rôzne druhy správania a osobnostných predpokladov, ktoré sú prípravou na vytváranie dlhodobých cieľov. Patrí sem rozvoj spontánnej aktivity novorodenca, selektívnosti vnímania, nadväzovania kontaktu s ľuďmi, utváranie vlastného "ja" medzi 2. a 4. rokom, rozvoj vôle, získanie približného obrazu o svojich schopnostiach, formovanie postojov, v ktorých prevláda vzhľadom na prostredie, buď konštruktivizmus, alebo "deštruktivizmus"¹, vytvorenie systému hodnôt a presvedčení u dieťaťa v školskom veku, prvé stálejšie vzťahy lásky a priateľstva, integrácia poznatkov o svete do prvého ucelenejšieho svetonázoru dospelujúceho, prvé pokusy nájsť smer, cieľ a zmysel života, prvá predstava o rôznych druhoch životného naplnenia.

Druhú fázu (15-25 rokov) charakterizuje pokusné a experimentálne stanovovanie životných cieľov. Človek si po prvýkrát uvedomuje, že život je časová jednotka, ktorá má začiatok a koniec, a cíti zodpovednosť za jeho priebeh.

V tretej fáze (25-45) rokov sa životné ciele stanovujú špecifickým a definitívnym spôsobom.

V štvrtej fáze (45-50/60-65 rokov) človek hodnotí, bilancuje svoje životné výsledky. Tento proces sprevádza pocit sebanaplnenia, rezignácie, niekedy zlyhania až zúfalstva, ak sa životné ciele jednotlivca nerealizovali.

Piata fáza (65 a viac rokov) je fázou odpočinku alebo pokračujúceho zápasu s pocitom neúspechu.

Tieto štádiá sebaurčenia zodpovedajú do určitej miery základnej štruktúre ľudského života, modelu biologického procesu rastu, reprodukcie a ubúdania.

Optimálny vývin cieľovej zameranosti v určitej fáze uľahčuje prechod do vyššej fázy, kým problémy vo vývine, neurotické zablokovanie ďalšieho procesu (napr. v dôsledku nevyriešených konfliktov v sexuálnej oblasti, neochoty prevziať zodpovednosť, nedôvery vo vlastné sily) ho sťažujú. Ako ukázali biografické výskumy (Bühlerová a Goldenberg [13]; Hornerová [14]), v takýchto prípadoch dochádza v porovnaní s uvedeným normatívnym opisom k významným štatistickým posunom, odchýlkam v jednotlivých fázach vývinu cieľovej zameranosti. Tomu zodpovedá aj neúplné, neuspokojivé dosahovanie životných výsledkov.

Predpokladom sebaaktualizácie jednotlivca je nielen vytvorenie životných cieľov naplnených zmyslom, ale aj ich hierarchizácia, určenie hlavných motivačných línií v nasmerovaní života [11].

¹ Podľa Bühlerovej dieťa zovšeobecňuje svoje doterajšie skúsenosti v prostredí tak, že sa s ním identifikuje alebo ho odmieta.

Dimenzia budúcnosti má v tejto teórii dôležité miesto. "Človek ... potrebuje budúcnosť, na ktorú by sa mohol tešiť, v ktorú by mohol veriť, na ktorej by mohol stavať ... iba riešenie bežných problémov nie je cieľom a adjustácia nestačí." [15].

Bühlerová [12] upozornila na dualizmus ľudských cieľov. K ľudskej podstate inherentne patrí polarita medzi komfortom (tendencia uspokojovať potreby) a výkonom (tendencia tvorivej expanzie) ako životnými cieľmi, ktorá je pre jednotlivca zdrojom konfliktov. V súvislosti s dosiahnutím alebo nedosiahnutím konečného cieľa - sebarealizácie - Bühlerová [10] rozlišuje niekoľko možností. O čiastočnom naplnení hovorí vtedy, keď jednotlivec dosiahol úplné uspokojenie iba v jednej zo základných oblastí života (do prvej patrí sexualita, láska, úspech v zamestnaní, do druhej integrácia v rodine a spoločnosti). Za podstatne naplnený považuje život, v ktorom sa realizovali obidve jeho základné požiadavky.

Vo výskume životných cieľov možno použiť biografickú metódu, štúdium denníkov, korešpondencie, metódu rozhovoru, ako aj dotazníkovú metódu. Bühlerová so spolupracovníkmi vyvinuli za týmto účelom *Dotazník životných cieľov*, ktorý umožňuje zisťovať individuálne hierarchie životných cieľov a na základe tzv. profilov životných cieľov diferencovať medzi normálnymi a neurotickými osobnosťami ([9]; [11]).

Nesporným prínosom všetkých týchto teórií je dôraz, ktorý sa v nich kladie na optimalizačné, rozvíjajúce vývinové momenty, pravda, so zameraním na existujúce osobnostné potenciály, na realizáciu všetkých rezerv osobnosti, čo osobitne platí o humanistických teóriách vývinu.

LITERATÚRA

- [1] OVERTON, W. F. - REESE, H. W.: Models of development: Methodological implications. In: Nesselroade, J. R. - Reese, H. W. (Eds.): Life-span developmental psychology. Methodological issues. New York, Academic Press 1973, s. 65-86.
- [2] LOOFT, W. R.: Socialization and personality throughout the life-span: An examination of contemporary psychological approaches. In: Baltes, P. B. - Schaie, K. W. (Eds.): Life-span developmental psychology. Personality and socialization. New York, Academic Press 1973, s. 25-52.
- [3] PARDEL, T.: Psychoanalýza včera a dnes. Pezinok, Formát 1995.
- [4] JUNG, C. G.: Duše moderného človeka. Brno, Atlantis 1994.
- [5] HORNEY, K.: Neurosis and human growth. The struggle toward self-realization. New York, Mc Leond 1950.
- [6] FROMM, E.: Človek a psychoanalýza. Praha, Aurora 1997.
- [7] ROGERS, C. R.: The actualizing tendency in relation to "motives" and to consciousness. In: Jones, M. R. (Ed.): Nebraska symposium on motivation. Lincoln, University of Nebraska Press 1963, s. 1-25.
- [8] ROGERS, C. R.: A theory of therapy, personality and interpersonal relationships as developed in the client-centered framework. In: Koch, S. (Ed.): Psychology: A study of science. Study I. Conceptual and systematic. Volume 3. Formulations of the person and the social context. New York, Mc Graw-Hill 1959, s. 184-256.

- [9] BÜHLER, CH. - MARSCHAK, M.: Basic tendencies of human life. In: Bühler, Ch. - Massarik, F. (Eds.): The course of human life. A study of goals in the humanistic perspective. New York, Springer Publ. Co. 1968, s. 92-102.
- [10] BÜHLER, CH.: Fulfillment and failure of life. In: Bühler, Ch. - Massarik, F. (Eds.): The course of human life. A study of goals in the humanistic perspective. New York, Springer Publ. Co. 1968, s. 400-403.
- [11] BÜHLER, CH.: Psychological and psychiatric considerations of a questionnaire study of goals. In: Acta psychiatrica scandinavica, 41, 1965, č. 3, s. 400-410.
- [12] BÜHLER, CH.: The course of human life as a psychological problem. In: Human development, 11, 1968, č. 3, s. 184-200.
- [13] BÜHLER, CH. - GOLDENBERG, H.: Structural aspects of the individual history. In: Bühler, Ch. - Massarik, F. (Eds.): The course of human life. A study of goals in the humanistic perspective. New York, Springer Publ. Co. 1968, s. 54-63.
- [14] HORNER, A. J.: Goal evolution in Clarence Darroe's life. In: Bühler, Ch. - Massarik, F. (Eds.): The course of human life. A study of goals in the humanistic perspective. New York, Springer Publ. Co. 1968, s. 65-75.
- [15] SHOSTROM, E. L.: Time as an integrating factor. In: Bühler, Ch. - Massarik, F. (Eds.): The course of human life. A study of goals in the humanistic perspective. New York, Springer, Publ. Co. 1968, s. 351-359.

PhDr. Tatiana Taročková, CSc.
Katedra psychológie FiF UK
Gondova 2
818 01 Bratislava
SR