

Rozwój psychiczny człowieka w ujęciu humanistycznych teorii osobowości

dr Aleksandra Hulewska

Psychologia humanistyczna jest nurtem, który rozwinął się w latach czterdziestych i pięćdziesiątych, głównie w Stanach Zjednoczonych. Najbardziej znanymi jego przedstawicielami są Abraham Maslow, Carl Rogers, Viktor Frankl, Fritz Perls i in. U podstaw tego kierunku leżała chęć stworzenia alternatywy dla dominujących w tym czasie dwóch opozycyjnych sposobów ujmowania osobowości człowieka, tj. psychoanalizy i behawioryzmu. Właśnie z tego powodu psychologia humanistyczna często jest nazywana „trzecią siłą w psychologii”.

Zasadniczy sprzeciw psychologów humanistycznych budziła jednostronność psychoanalityków i behawiorystów w opisywaniu człowieka - jego psychiki oraz zachowania. Humanisci twierdzili, że człowiek jest kimś znacznie więcej niż tylko bezwolnym efektem oddziaływań jawnych i ukrytych bodźców środowiska zewnętrznego (skrajny behawioryzm) czy ślepych sił nieświadomości (klasyczna psychoanaliza). Warto jednak podkreślić, że psychologowie humanistyczni nie zanegowali znaczenia wszystkich osiągnięć behawiorystów i psychoanalityków. Te dwa podejścia zostały przez nich potraktowane komplementarnie jako wiedza o pewnych aspektach ludzkiego funkcjonowania, lecz jednak nie wiedza o istocie człowieka, który jest czymś zdecydowanie więcej niż sumą części (takich, jak reakcje czy popędy).

Podstawowym założeniem psychologów humanistycznych było twierdzenie, iż tym, co wyznacza istotę człowieka, jest **świadomość** i to jej poświęcili w swoich pracach bardzo wiele uwagi. Dla przykładu – jednym z ważniejszych celów terapeutycznych jest w psychoterapii humanistycznej poszerzanie świadomości jednostki. Świadomość jest opisywana przez psychologów humanistycznych w terminach zaczerpniętych z fenomenologii. To, co w danym momencie jest dostępne czyjejś świadomości, nazywane jest przez humanistów subiektywnym światem jednostki. Aby w pełni zrozumieć motywy zachowań człowieka czy zmiany i procesy zachodzące w osobowości, należy poznać ten subiektywny świat.

Jednym z najważniejszych pojęć w koncepcjach psychologów humanistycznych jest pojęcie rozwoju, które zostanie poniżej zaprezentowane w oparciu o teorię sformułowaną przez amerykańskiego psychologa Abrahama Maslowa. Według tego badacza rozwój jest procesem „samospelnienia się” i jest kierowany tendencją do zrealizowania tego, co w człowieku potencjalne.



Abraham Maslow
Źródło: quangkhoi.net/learningcenter/

Każda jednostka - jeśli trafi na sprzyjające rozwojowi i wzrastaniu środowisko - zrealizuje siebie jako dojrzałą, doskonałą osobę. Widać zatem wyraźnie, że Maslow, podobnie jak

większość psychologów humanistycznych, przyjmuje założenie o biologicznym mechanizmie rozwoju. Czynniki społeczno-kulturowe nie są zatem uważane za determinanty rozwoju, choć mogą, częściowo lub całkowicie, ten proces blokować.

Przebieg rozwoju człowieka jest, wg Maslowa, wyraźnie określony. Postępuje on stadialnie, a jego fazy są wyznaczone przez realizację kolejno pojawiających się potrzeb o ustalonej hierarchii, tzw. piramidy potrzeb. Najważniejszym momentem w rozwoju jest pojawienie się, a następnie realizowanie potrzeby samourzeczywistnienia (in. samorealizacji, samoaktualizacji). Maslow uważał, że nie tylko wszystkie potrzeby są wrodzone, ale wrodzona jest także kolejność, w jakiej człowiek dąży do ich zaspokojenia. Poglądy Maslowa pozostają zatem w opozycji koncepcji relatywizmu kulturowego głoszącej, że ludzie różnią się między sobą pod względem struktury potrzeb (motywacji, dążeń) ze względu na to, iż żyją i rozwijają się w różnych systemach społeczno-kulturowych.

W teorii Maslowa najważniejszą grupę potrzeb stanowią tzw. potrzeby podstawowe, tj. fizjologiczne, bezpieczeństwa, przynależności, szacunku, samourzeczywistnienia. Im niżej w hierarchii znajduje się dana potrzeba, tym jej siła motywacyjna jest większa. Widać zatem wyraźnie, że Maslow traktuje skonstruowaną przez siebie hierarchię potrzeb jako swoisty system motywacyjny. Wystąpienie określonej potrzeby wywołuje dążenie do jej zaspokojenia, a to z kolei organizuje całe zachowanie człowieka. Siła, z jaką w danym momencie dominuje w organizmie dana potrzeba, a która jest wyznaczana stopniem frustracji (poziomem niezaspokojenia), decyduje o sile motywacji do zmiany tego stanu. Potrzeby są zaspokajane kolejno, co oznacza, że wystąpienie potrzeby z wyższych szczebli hierarchii jest możliwe dopiero wówczas, kiedy potrzeby „usytuowane niżej” są przynajmniej względnie, częściowo zaspokojone.

Żadnej z potrzeb nie można zaspokoić ostatecznie, dlatego pojawiają się one przez całe życie człowieka. Względne ich zaspokojenie polega natomiast na stworzeniu jednostce

warunków umożliwiających każdorazową realizację danej potrzeby w momencie, kiedy się pojawi. Za stworzenie takich warunków Maslow czyni odpowiedzialne środowisko społeczno-kulturowe, w jakim żyje człowiek. Jeśli środowisko takich warunków nie stwarza, nie jest możliwe swobodne przechodzenie na wyższe poziomy rozwoju, co blokuje psychiczne wzrastanie jednostki. Reasumując, wedle omawianej teorii, brak zaspokojenia potrzeb podstawowych hamuje rozwój, ponieważ uniemożliwia przejście na wyższy poziom funkcjonowania i aktywizację oraz realizację potrzeby samourzeczywistnienia.

Jak nadmieniono wcześniej, względne zaspokojenie potrzeb leżących niżej w hierarchii, jest warunkiem pojawienia się potrzeb wyższych i najwyższych, w tym – potrzeby samorealizacji. Jest to najwyższa potrzeba w hierarchii potrzeb podstawowych i dotyczy rozwijania indywidualnych wrodzonych zdolności oraz możliwości. Stadium to zostało określone przez Maslowa osiągnięciem stanu pełni człowieczeństwa albo pełni rozwoju. Maslow sformułował dziesięć właściwości charakteryzujących osoby, które osiągnęły ten najwyższy poziom rozwoju. Są to:

1. Jaśniejsza, bardziej skuteczna percepcja rzeczywistości.
2. Większa otwartość na doświadczenie.
3. Wzmoczona integracja, jedność i całość osoby.
4. Wzmoczona spontaniczność i ekspresja, pełne funkcjonowanie, rozbudzenie.
5. Rzeczywista jaźń, zdecydowana tożsamość, autonomia, jedyność.
6. Wzmoczona obiektywność, oderwanie, transcendencja jaźni.
7. Odzyskanie zdolności twórczych.
8. Umiejętność łączenie konkretnego z abstraktem.
9. Demokratyczna struktura charakteru.
10. Zdolność do miłości itd.

Obok powyższych cech, dających się – zdaniem autora – obiektywnie zauważyć, Maslow wskazuje jeszcze na pewne subiektywne doświadczenia typowe dla jednostek samorealizujących się takie, jak poczucie pasji życiowej, szczęścia, euforii itp.

Na koniec warto zaznaczyć, iż Maslow twierdził, że osiągnięcia stadium pełni człowieczeństwa nie należy traktować jako ostatecznego o etapu rozwoju. Cały czas może bowiem następować dalszy rozwój, który polega na doskonaleniu indywidualnych zdolności lub też zaspokajaniu zupełnie nowych potrzeb, które mogą pojawić się na tym etapie (tj. potrzeba wiedzy, potrzeba zrozumienia, potrzeby estetyczne). Widać zatem wyraźnie, że - oprócz potrzeb podstawowych - Maslow przyjmował jeszcze istnienie innej grupy potrzeb, tj. wspomnianą wyżej potrzebę wiedzy i zrozumienia, a także potrzeby estetyczne. Nie jest

jednak jasne, czy lokował je ponad potrzebami podstawowymi, czy też uważał, że tworzą one samodzielną hierarchię, równoległą do hierarchii podstawowej.