

Personal orientation inventory: test samoaktualizacije

*Prevod in priredba vprašalnika POI (E.L. Shostroma, 1963) v slovenščino
TANJA LAMOVEC IN MATEJ TUŠAK*

POVZETEK

A. Maslow je precejšen del svojega raziskovanja posvetil preučevanju motivacije in motivov. Glede na stopnjo pomembnosti je uvedel pojem hierarhije motivov. Na dnu hierarhije so bazični, biološki motivi oz. nagoni. Praviloma šele, ko so ti zadovoljeni, lahko prihaja do psiholoških motivov (po varnosti, ljubezni, samopotrditvi in ugledu, spoštovanju). Kot najvišji motiv Maslow navaja motiv samoaktualizacije oz. samouresničenja, ki se kaže v vsestranskem razvoju samega sebe in popolnem izražanju sebe, kar najpogosteje dosežemo z ustvarjalnim delom in življenjem.

E. L. Shostrom je s svojim vprašalnikom POI poskušal ugotovljati prisotnost nekaterih lastnosti, ki jih Maslow opredeljuje kot karakteristične za samoaktualizirane ljudi. Shostrom je izločil 12 lestvic, v katerih je zajel posameznikovo časovno ustreznost in njegovo usmerjenost, pa značilnosti vrednot, čustvovanja in posameznikovo samozaznavo, njegovo sinergistično zavedanje in medosebno občutljivost. Posamezne lestvice merijo naslednje: časovna ustreznost/neustreznost, usmerjenost navzven/navznoter, samoaktualizirajoče vrednote, eksistencialnost, čustvena reaktivnost, spontanost, samospoštovanje, samosprejetost, človekova narava, sinergija, sprejemanje agresije, kapaciteta za globok medoseben kontakt.

V naši raziskavi sva prevedla in priredila vprašalnik ter poskušala izdelati neke okvime norme. Standardizacija rezultatov je izdelana prek lestvice T, da je mogoča primerjava z ameriški rezultati (ki so prav tako standardizirani prek T vrednosti).

Rezultati primerjave sugerirajo, da smo Slovenci manj časovno realni, bolj iščemo podporo drugih in smo manj neodvisni, imamo manj samoaktualiziranih vrednot, smo bolj rigidni v uporabi vrednot, imamo slabše mnenje o sebi, prev tako tudi težje sprejemamo svoje slabosti, svoja čustva jeze in agresije in bolj težimo k zanikanju takih čustev kot Američani, imamo pa tudi večje težave ustvariti topel medosebni kontakt.

ABSTRACT

SLOVENIAN TRANSLATION AND ADAPTATION OF THE POI SELF- ACTUALISATION QUESTIONNAIRE (E. L. SHOSTROM, 1963)

A large part of A. Maslow's research focused on the study of motivation and motives. He introduced the notion of a hierarchy of motives. At the bottom of the hierarchy are the basic, biological motives or drives. Only when these are fulfilled, do the psychologi-

cal motives (the need for safety, affection, self-realisation, self-esteem) arise. At the top of the hierarchy, Maslow places the motive of self-actualisation as comprehensive personal development and full self-expression, most frequently achieved through creative work and life.

With his POI questionnaire, E. L. Shostrom tried to establish the presence of certain properties which Maslow defines as characteristic of self-actualised individuals. Shostrom set out 12 scales encompassing an individual's temporal adequacy and orientation, the characteristics of an individual's values and feelings, his/her self-perception, synergic consciousness and interpersonal sensitivity. Individual scales measure the following: temporal adequacy/inadequacy, outward/inward orientation, self-actualising values, existentiality, emotional responsiveness, spontaneity, self-esteem, self-acceptance, human nature, synergy, response to aggression, capacity for deep interpersonal contacts.

For our research, we have translated and adapted the questionnaire and worked out some general norms. The standardisation of the results was performed via T scale in order to make a comparison with the American results (also standardised via T scale) possible.

The results of the comparison suggest that, compared to Americans, Slovenes are temporally less realistic, more inclined to seek support from others and less independent, have fewer self-actualised values, are more rigid in the application of values, have a less favourable opinion of themselves, find it more difficult to admit their weaknesses and feelings of anger and aggression, are more inclined to deny the existence of such feelings, and have more difficulties in creating warm interpersonal contacts.

We believe that the differences are above all a consequence of different values. The idea of self-actualisation is culturally conditioned.

UVOD

A. Maslow je precejšen del svojega raziskovanja posvetil preučevanju motivacije in motivov. V pojmovanje motivacije je vključil nekaj novih pojmov. Govori o dominantnem motivu; to je tisti motiv, ki je v danem trenutku in situaciji posamezniku najbolj pomemben, in ga zato le-ta najprej poskuša zadovoljiti. Maslow je opazil določeno zakonitost v tem, kateri motivi postajajo dominantni, kadar prihaja do konflikta motivov. Hkrati pa je nakazal tudi zakonitosti v sosednjem pojavljanju motivov med posameznikovim razvojem. Glede na stopnjo pomembnosti je uvedel pojem hierarhije motivov. Na dnu hierarhije so bazični, biološki motivi oz. nagoni (materinski, žeja, lakota, spolni nagon, radovednost). Praviloma šele ko so ti zadovoljeni, lahko prihaja do psiholoških motivov (po varnosti, ljubezni, samopotrditvi in ugledu, spoštovanju). Kot zadnji oz. najvišji motiv Maslow navaja motiv samoaktualizacije oz. samouresničenja, ki se kaže v vsestranskem razvoju samega sebe in popolnem izražanju sebe, kar najpogosteje dosežemo z ustvarjalnim delom in življenjem.

A. Maslow je skupaj z nekaterimi sodelavci poskušal ugotavljati, katere so tiste specifične lastnosti, v katerih se samoaktualizirani ljudje razlikujejo od drugih. V ta namen je med takratnimi študenti in nekaterimi drugimi, tudi znanimi osebami, pa tudi

med zgodovinskimi osebami iskal kandidate, ki bi jih lahko vključil v vzorec, ki bi predstavljal skupino samoaktualiziranih ljudi. Maslow te ljudi imenuje zdrave ljudi. Sprva je mislil, da bo takšne ljudi lahko našel tudi v nekaterih junakih romanov, vendar ni našel nobenega, ki bi ustrezal njegovemu pojmu samoaktualiziranega človeka. Izbor je potekal tako glede na negativni kriterij (odsotnost nevroz, psihopatske osebnosti, psihoz ali nagnjenosti k tem boleznim), kot tudi glede na pozitivni kriterij (obstoj pozitivnih dokazov o samoaktualizaciji posameznika, kjer gre za popolno izkoriščanje talentov, kapacitet in potencialov). Zbiranje podatkov o izbranih osebah je predstavljalo precejšen problem, saj so nekateri odklonili sodelovanje, ko so slišali, da so izbrani v vzorec. Taki so bili predvsem nekateri starejši posamezniki, zato je zbiranje njihovih podatkov potekalo v glavnem posredno, medtem ko je neposredno preučeval le mlade ljudi. Avtor je vseeno sestavil neko holistično analizo (na osnovi holističnega, celostnega vtiša), ki daje nekaj podatkov o lastnostih samoaktualiziranih ljudi.

Samoaktualizirani ljudje uspešneje opažajo oz. zaznavajo stvarnost in vzpostavljajo lažnejše odnose z njo. Maslow pravi, da imajo taki ljudje neobičajno sposobnost, da odkrijejo laž in vse tisto nepošteno v osebi, s katero stopajo v kontakt, da točneje presojuje situacije in ljudi. Taki ljudje lažje in hitreje odkrivajo prikrito stvarnost tako v umetnosti, znanosti, javnem življenju, kot seveda tudi v medosebnih odnosih. Ta njihova dobra oz. zdrava prilagojenost ne vpliva zgolj na fiziološke vidike zaznavanja, ampak tudi na razne druge psihološke spremenljivke (želje, predsodki, stereotipi). Razne ugotovitve kažejo, da se ta superiornost v zaznavanju stvarnosti nadaljuje v večjo sposobnost rezoniranja, v zaznavanje resnice, zaključevanje in kognitivno uspešnost.

Samoaktualizirani ljudje sprejemajo sebe, druge in lastno naravo brez jadikovanja in negodovanja. Svoje lastnosti, sebe z vsemi pomanjkljivostmi in odstopanji od ideala sprejemajo brez neke posebne zaskrbljenosti. Sprejemajo človeško naravo, slabosti in tudi zlo tako, kot sprejemajo lastnosti narave (ne jezijo se, ker je voda mokra in ker je sneg hladen itd. pa tudi ne, ker je zlo na svetu in tudi ne, ker so morda bolni). Samoaktualizirani ljudje vidijo stvarnost jasneje kot drugi, zato vidijo človeško naravo takšno, kot je, in ne takšno, kot si jo želijo videti. Njihovo sprejemanje narave je boljše na vseh nivojih. Prvi tak je animalni nivo. Ti ljudje imajo dober apetit, dobro spijo, uživajo v seksualnosti brez nepotrebnih zavrtosti. Takšni so tudi na področju drugih fizioloških impulzov. No, tudi na ostalih nivojih (npr. potreba po ljubezni, varnosti, pripadnosti, časti in samospoštovanju) sprejemajo sebe in druge podobno uspešno, saj vse to sprejemajo kot vredno. Malo ali pa skoraj ne uporabljajo raznih obrambnih mehanizmov, se ne pretvarjajo, niso licemerski. To seveda ne pomeni odsotnost občutkov krivde, sramu in obrambe, ampak samo odsotnost takih nepotrebnih, nevrotskih občutkov. Vsekakor pa se samoaktualizirani ljudje počutijo krive, kadar delajo nekaj, kar vedo, da bi lahko popravili (npr. kadar so leni, kadar so brezobzirni do drugih, kadar žalijo ipd.).

Vedenje samoaktualiziranih ljudi lahko opišemo kot relativno spontano, njihovo notranje življenje, njihova čustva in misli pa so še veliko bolj spontane kot samo vedenje. Impulzi in misli takih oseb so nenavadno nekonvencionalne, vendar se velikokrat ne obnašajo tako. Večkrat se odenejo v plašč konvencionalnosti zato, ker se zavedajo, da večina ljudi (nesamoaktualiziranih) sprejema svet drugače in bi jih oni sami s svojo nekonvencionalnostjo lahko prizadeli, kar pa nikakor ne želijo. So najbolj etični ljudje, vendar v smislu tiste resnične, avtonomne etike, ne pa etike povprečne, prilagojene osebe, kjer gre velikokrat le za konvencionalno vedenje. Preučevanja kažejo, da je

njihova motivacija kvalitativno drugačna od običajnih ljudi. Oni se prav tako trudijo, so ambiciozni, vendar njih motivira izgradnja značaja, njegovo izražanje, razvoj in sploh samoaktualizacija.

Njihova usmerjenost v probleme se od običajnih ljudi razlikuje po tem, da so usmerjeni na problem zunaj sebe in ne na Ego. Precejšen del energije porabijo za neke zunanje probleme, ki zavzemajo pomembno mesto v njihovi motivaciji in se ne ustavljajo na sebi, ne izgubljajo energije z ukvarjanjem s seboj. Niso malenkostni, njihov sistem vrednosti je širok in univerzalen. "Nikoli se ne približajo drevesu toliko, da ne bi več videli gozda."

Samoaktualizirani ljudje imajo, bolj kot drugi, potrebo biti sami. Imajo radi samoto in se radi umaknejo, raje kot povprečne osebe. Lahko obdržijo dostojanstvo tudi v težkih, nepredvidljivih in nedostojanstvenih situacijah. Običajni ljudje bodo to njihovo izločenost včasih razumeli kot hladnost, snobovstvo ali pomanjkanje naklonjenosti. Vendar samoaktualiziranim ljudem drugi niso potrebni v običajnem smislu. So samodisciplinirani, aktivni in odgovorni, sami odločajo, so avtonomni. Rezultati opazovanj kažejo, da imajo več svobodne volje in se tudi počutijo manj determinirane.

Ena izmed lastnosti samoaktualiziranih ljudi je tudi njihova, že večkrat omenjena, avtonomija, tj. relativna neodvisnost od fizičnega in družbenega okolja. To so ljudje, ki jih motivirajo motivi rasti, samoostvaritve. Njihova neodvisnost od okolja pa jim daje čvrstost pred težkimi udarci, nesrečami in drugimi problemi. Taki ljudje lahko ohranijo mirnost tudi v kritičnih situacijah, ko se mnogi v obupu oklenejo samomora. Determinante zadovoljstva za te ljudi so v njih samih, ne pa v družbi. Taki ljudje niso odvisni od drugih, za njih ima tudi ljubezen, spoštovanje, nagrade, popularnost itd. manjšo vlogo kot za druge.

Neprekinjena svežina doživljanja je lastnost, ki je prav tako karakteristična za samoaktualizirane ljudi. Sposobni so, da vedno znova doživljajo osnovne življenjske dobrine v vsej svežini (sprehod v naravo, glasba, otroci), s spoštovanjem in prijaznostjo, pa tudi z vznemirljivostjo in ekstazo. Iz teh doživljanjev črpajo potem inspiracijo in moč. Gre torej za bogastvo subjektivnega doživljanja.

Subjektivne ekspresije, kjer prihaja do občutka, da se je zgodilo nekaj izredno važnega in dragocenega, kjer se izgubi občutek za čas in prostor, kjer prihaja do občutka ogromne ekstaze in navdušenosti, pa preplavljenosti s čustvi, je W. James (1943) poimenoval vrhunski oz. mistični doživljaj. Maslow pravi, da vsi samoaktualizirani ljudje nimajo teh doživljanjev. Opozarja pa, da moramo ločiti med vrhunskimi doživljaji in manj močnimi oz. blagimi mističnimi doživljaji, ki pa so prisotni pri večini samoaktualiziranih. Samoaktualizirani ljudje, ki niso deležni res vrhunskih doživljanjev, so bolj praktični, delovni ljudje, ki živijo v tem svetu in se v njem dobro znajdejo. Tisti z vrhunskimi doživljaji pa živijo v svetu umetnosti, poezije, simbolov, estetike, transcendence in mistike.

"Gemeinschaftsgefühl" je Adlerjev pojem, ki je po Maslowu najbolj primerna beseda, s katero lahko opišemo eno izmed lastnosti samoaktualiziranih ljudi (SL). Ti ljudje čutijo globoko simpatijo in naklonjenost do drugih ljudi. Resnično želijo pomagati ljudem. SL se razlikujejo od drugih, zato včasih delujejo kot tujci med povprečnimi ljudmi, včasih pa se tudi zgodi, da kljub njihovi izrazito pozitivni orientaciji do drugih izgubijo živce in se jezijo nad napakami ostalih.

Medosebni odnosi so pri SL globlji in bolj čvrsti kot pri drugih odraslih, sposobni so večje ljubezni, popolnejšega poistovetenja in podiranja meja ega. Vendar pa imajo ti ljudje manj globokih vezi, manjši krog prijateljev, saj predanost v nekem odnosu zahteva

več časa. Do vseh ljudi skušajo biti ljubeznivi, strpni. Posebno nežno ljubezen čutijo do otrok. To ne pomeni, da njihove reakcije niso tudi sovražne, vendar gre v glavnem za zaslužene reakcije, iz katerih naj bi se oseba nekaj naučila.

Samoaktualizirani ljudje so značilni tudi po demokratskem značaju. Oni se demokratično vedejo do vseh ljudi, ki so elita po značaju, po sposobnostih, po talentu, ne pa po krvi, rasi, imenu ali družini. Iskreno spoštujejo vsakogar, ki je mojster svojega poklica, pa naj bo mizar ali pa zdravnik.

SL so zelo etični, imajo jasne moralne standarde in se vedejo v skladu z njimi. Vedno znajo jasno razlikovati, kaj je prav in kaj narobe; dobro od zlega. Predvsem pa zanj ločiti sredstva od ciljev, pravzaprav še več: večkrat lahko iz sredstev naredijo cilj (delo jim postane cilj in v njem uživajo).

Imajo smisel za pametni, filozofski, prijateljski humor, ki je pogosto spontan in neponovljiv, ki se roga človeku in njegovi neumnosti in majhnosti. Ti ljudje se kvantitativno manj šalijo in se ne smejiijo agresivnim in vulgarnim šaliam. Povprečni ljudje jih bodo morda imeli za preveč resne in suhoparne.

Ustvarjalnost je tipična lastnost samoaktualiziranih ljudi. Vsak izmed njih na nek način izraža inventivnost in originalnost. To ustvarjalnost moramo ločiti od specialne ustvarjalnosti, zasnovane na posebnem talentu (npr. Mozart v komponiranju), V slučaju SL gre za ustvarjalnost, ki se kaže v vsakdanjem življenju, v njihovem neposrednem, naivnem in univerzalnem gledanju na svet, kakršno je značilno za otroke. Taki ljudje so bolj spontani, pristni, manj omejeni.

Odpor do enkulturacije je tudi njihova značilnost. SL niso dobro prilagojeni v smislu uglašenosti s kulturo. Njihov odnos do kulture je kompleksen. V stvarih, ki se jim ne zdijo posebno pomembne, so konvencionalni (način oblačenja, izražanja, hranjenja ...), ker se ne želijo vznemirjati in trošiti nepotrebno energijo za take stvari. Tudi se ne upirajo avtoritetam. Vendar niso proti borbi, vsekakor pa so proti borbi, ki ne more ničesar spremeniti. Svojega občutka oddvojenosti od kulture se nujno ne zavedajo, vendar pa iz kulture izbirajo tisto, kar je z njihovega gledišča dobro, ostalo pa zavračajo. Pri njih gre torej za aktiven, kritičen izbor in doživljanje kulture, ne pa za pasivno sprejemanje ali zavračanje le-te. So bolj avtonomni, manj vkalupljeni in izenačeni, na njih ima kultura oz. socializacija manjši vpliv, kot na ostale povprečneže.

Kljub vsem omenjenim lastnostim SL pa se seveda moramo zavedati, da so to vseeno samo ljudje, ki imajo prav tako slabosti, so prav tako lahko dolgočasni, imajo neumne in nekoristne navade, so razdražljivi, imajo napade jeze in besa, so pristranski do svojih del, do svojih otrok ipd. Včasih so v svojih dejanjih celo nepričakovano okrutni in hladni.

Osnovo za njihov sistem vrednot predstavlja njihovo filozofsko prejetje narave lastnega JAZ-a, človeške narave in dela družbenega življenja ter naravne in fizične stvarnosti. Na njihov sistem vrednosti pa seveda močno vplivajo tudi njihovi lagodni odnosi s stvarnostjo, njihov Gemeinschaftsgefühl, njihove v osnovi zadovoljene potrebe in ostale njihove značilnosti. Vse to vpliva na njih v tej smeri, da so ambivalentnost, boj in nesigurnost v slučaju odločanja in izbiranja neprimerno manjša kot pri drugih ljudeh. Včasih pa celo izginejo na nekaterih področjih življenja. Taki ljudje na mnoge probleme ne gledajo kot na prave probleme. Tu ne gre le za majhne, nepomembne težave, ampak tudi za pomembnejša področja, kot je npr. odnos do življenja, do smrti itd. Mnogih sporov, antagonizmov oni ne zaznavajo na ogrožujoč način, npr. antagonističnih interesov med mladimi in starimi ne zaznavajo kot antagonizme, ampak prej kot pestrost interesov.

Glavne vrednote samoaktualiziranih ljudi so enkratne in kot take izražajo njihov značaj. Kljub njihovi enkratnosti, individualiziranosti vsakega izmed njih, pa so si SL vendar podobni, so kljub vsemu socializirani in poistoveteni bolj kot večina drugih.

Maslow kot eno bistvenih značilnosti SL navaja njihovo razrešitev življenjskih dihotomij. Pravi, da pri njih ni tekmovanja med idom, egom in superegom, pač pa med njimi obstaja usklajeno sodelovanje. Kognitivno, emocionalno in impulzivno so združeni v organizmično enoto, kar jim omogoča, da so hkrati najbolj etični in moralni in hkrati najbolj pohotni in živalski; da jim ni potrebno ločevati dela in igre, saj je za njih delo igra in igra delo.

Pri preučevanju ljubezni samouresničenih ljudi govorimo o samouresničeni ljubezni, vendar moramo vedeti, da vsak ljubezenski odnos (celo velik del njih) ni samouresničena ali B- ljubezen (kot jo imenuje Maslow). Za B-ljubezen je značilno, da se oseba svobodno predaja, popolno in nevsiljivo, brez omejitev ali preračunljivosti. T. Reik (1957) pravi, da se posebno pogosto pri zdravih ljudeh pojavlja ljubezenski odnos, ki teži k popolni spontanosti, k poštenju, kjer partnerja izgubljata obrambni položaj, prenehata z igranjem raznih vlog. Podaljšanje take veze privede do vse večje spontanosti in izražanja lastne osebnosti. Taki ljudje trdijo, da so s takim partnerjem lahko to, kar zares so. Sposobni so ljubiti in biti ljubljene, pri njih sta spolnost in ljubezen zlita v eno, v spolnosti dosegajo najvišja seksualna zadovoljstva in ekstatične občutke. Pri njih z orgazmom prihaja do uresničitve želje po totalnem zlitju dveh oseb v eno. V samouresničeni ljubezni prihaja tudi do poenotenja hierarhije osnovnih potreb, tako da oseba partnerjeve potrebe zaznava kot lastne. O tem je največ pisal E. Fromm (1947), pa tudi M. Schlick (1939). To poistovetenje potreb se kaže v prevzemanju odgovornosti, skrbi za drugo osebo. Značilno za ljudi je, da v taki ljubezni nepopisno uživajo, se veselijo. Kljub poenotenju pa sprejemajo individualnost partnerja in spoštujejo to njegova edinstvenost.

Maslow na koncu preučevanja samouresničenih ljudi trdi, da se le-ti razlikujejo od povprečnih ljudi ne le v stopnji, ampak tudi v vrsti psihologije. Proučevanje nezdravih oseb rojeva nezdravo, revno psihologijo, šele preučevanje, zdravih, samouresničenih ljudi pa lahko predstavlja osnovo za univerzalno psihologijo.

METODA:

Shostromov vprašalnik POI sloni na Maslowovi teoriji in poskuša ugotavljati prisotnost nekaterih lastnosti, ki jih Maslow opredeljuje kot karakteristične za samoaktualizirane ljudi. Shostrom je izločil 12 lestvic, v katerih je zajel posameznikovo časovno ustreznost in njegovo usmerjenost, pa značilnosti vrednot, čustvovanja in posameznikovo samozaznavo, njegovo sinergistično zavedanje in medosebno občutljivost. Posamezne lestvice merijo naslednje:

1. ČASOVNA USTREZNOST/NEUSTREZNOST (živi v sedanjosti nasproti živi v preteklosti ali prihodnosti);
2. USMERJENOST NAVZNOTER/K DRUGIM (neodvisen, samozadosten nasproti odvisnosti, išče podporo drugih);
3. SAMOAKTUALIZIRAJOČE VREDNOTE (ima vrednote samoaktualiziranih ljudi nasproti zavračanju teh vrednot);
4. EKSISTENCIALNOST (fleksibilen v uporabi vrednot nasproti rigidnosti);
5. ČUSTVENA REAKTIVNOST (občutljiv za lastne potrebe in čustva nasproti neobčutljivosti);

6. SPONTANOST (spontanost v izražanju čustev nasproti strahu izraziti čustva);
7. SAMOSPOŠTOVANJE (ima dobro nasproti slabemu mnenju o sebi);
8. SAMOSPREJETOST (sprejema sebe z vsemi svojimi slabostmi nasproti nesposobnosti sprejemanja sebe in svojih slabosti);
9. ČLOVEKOVA NARAVA (gleda človeka kot nekaj dobrega nasproti gledanju na človeka kot zlega v biti);
10. SINERGIJA (nasprotja življenja vidi kot smiselno povezana nasproti zaznavanja nasprotij antagonistično);
11. SPREJEMANJA AGRESIJE (sprejema čustva agresije in jeze nasproti zanikanju teh čustev);
12. KAPACITETA ZA GLOBOK MEDOSEBEN KONTAKT (ima tople medosebne odnose nasproti nesposobnosti ustvariti tople medosebne odnose).

Shostrom je izdelal profilni list za POI (priloga 1), kjer so vrisane standarne točke (T) za posamezne lestvice. O vzorcu, na katerem je Shostrom dobil omenjene rezultate, nismo mogli dobiti informacij, zato bom v nadaljevanju opisali le vzorec, na katerem smo aplicirali slovensko obliko POI.

Standardizacija rezultatov je izdelana prek lestvice T, da je mogoča primerjava z ameriški rezultati (ki so prav tako standardizirani prek T vrednosti).

Lestvice so pretvorjene na T vrednosti zato, da je možna njihova medsebojna primerjava, ki pač preko absolutnih skorov ni mogoča.

Pri uporabi standardiziranih T-skorov je potrebno upoštevati dejstvo, da je izvedena standardizacija metodološko neustrezna. Najprej se postavlja vprašanje reprezentativnosti vzorca (pripombe s te strani so neenako razmerje moških in žensk, predvsem pa selekcioniran vzorec študentov, kjer je normalno pričakovati, da bo motiv samoaktualizacije višji kot pri običajni, neselekcionirani populaciji), druga - prav tako utemeljena pripomba se nanaša na izrazito premajhen vzorec (N = 61), saj se pri izdelavi standardiziranih skorov običajno zahteva N vsaj 400 ali celo več (1000 in več). Kakorkoli že, teh pomanjkljivosti se zavedamo, zato bo ponovna evaluacija in standardizacija vprašalnika izvedena takoj, ko bomo pridobili novo, večje število izpolnjenih vprašalnikov.

Namen raziskave je bil preizkusiti slovensko verzijo vprašalnika POI, dobiti osnovne rezultate in izdelati okvirne norme, ki bodo služile kot nek okvir pri nadaljni aplikaciji in evaluaciji inventarija.

V raziskavi smo poskušali ugotovljati tudi, če vprašalnik diferencira situacije, ko odgovarjamo na vprašanja, kot da se tičejo nas (pogoj A), kot da veljajo za idealno osebo (pogoj B) oz. kot da veljajo za idealnega moškega oz. idealno žensko (pogoj C in D). Rezultati so dobljeni na 61 študentih 1. in 2. letnika psihologije v študijskem letu 1991/92. Spolna struktura je pretežno ženska (52 žensk in 9 moških). Vzorec je bil nekoliko premajhen, da bi lahko relevantno ugotavljali pomembnost razlik med pogojema A in B (razlike med lastnostmi v zaznavanju sebe in človeka-ideala), in razlike med pogojema C in D (lastnosti idealnega moškega in idealne ženske).

REZULTATI

Rezultati so prikazani v dveh tabelah (pogoj A in B, ter pogoj C in D). Priložen pa je tudi profilni list, izdelan kot kopija Shostromovega profilnega lista, seveda z ustreznimi slovenskimi normami.

Priloženi so tudi diagrami, kjer je grafično prikazana primerjava A-B (torej JAZ nasproti idealni osebi) ter primerjava C-D (idealni moški nasproti idealni ženski).

Spremenljivka	pogoj	M	SD	min	max
Ču	A	16.43	3.25	5	22
Čn	A	6.57	3.25	1	18
N	A	80.05	9.41	94	96
D	A	45.82	10.04	28	70
SAV	A	18.33	3.28	8	24
Ex	A	18.34	3.62	7	27
Čr	A	16.41	2.42	11	22
S	A	11.69	2.87	6	17
Sspo	A	11.28	2.76	3	16
Sspr	A	15.07	2.87	8	21
Čna	A	12.18	1.91	4	15
Si	A	7.05	1.37	1	9
Sa	A	15.13	3.12	9	23
Kk	A	16.82	2.97	9	23
Ču	B	17.57	2.41	12	22
Čn	B	5.43	2.41	1	11
N	B	80.77	9.70	53	98
D	B	44.33	10.09	27	73
SAV	B	20.03	2.26	13	24
Ex	B	15.25	4.33	2	23
Čr	B	15.10	3.14	7	20
S	B	12.34	2.32	5	17
Sspo	B	14.05	1.28	11	16
Sspr	B	14.75	2.92	8	22
Čna	B	12.33	1.22	10	15
Si	B	7.51	0.99	5	9
Sa	B	14.52	3.24	6	20
Kk	B	18.28	3.93	5	25

Opomba: Lestvica Čn (Časovna neustreznost) je v bistvu obratna lestvici Ču (časovna ustreznost). Prav tako velja za lestvico D (usmerjenost k drugim), ki je obratna lestvici N (usmerjenost navznoter), zato lestvici Čn in D nista posebej evaluirani na profilnem listu.

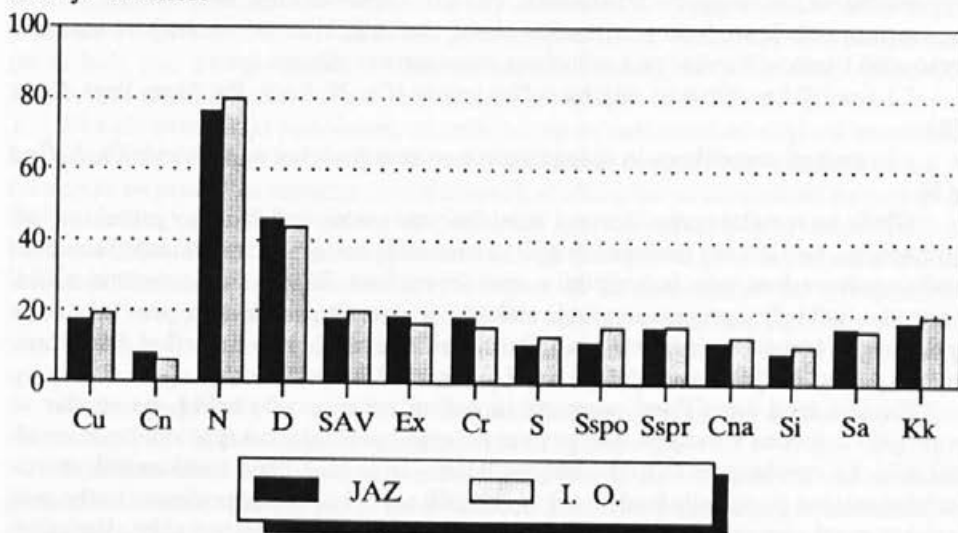
Spremenljivka	pogoj	M	SD	min	max
Ču	C	18.26	2.57	12	23
Čn	C	4.74	2.57	0	11
N	C	83.75	9.08	54	102
D	C	41.51	9.41	22	70
SAV	C	19.98	2.24	14	23
Ex	C	17.03	3.60	7	25
Čr	C	15.92	3.04	8	21
S	C	13.33	4.67	6	44
Sspo	C	14.07	1.24	9	16
Sspr	C	15.59	2.91	7	23
Čna	C	12.74	1.44	9	15
Si	C	7.57	1.13	5	9
Sa	C	15.74	2.81	9	22
Kk	C	18.18	3.04	9	23
Ču	D	17.98	3.15	8	23
Čn	D	5.02	3.15	0	15
N	D	82.23	10.60	53	100
D	D	42.82	11.23	24	74
SAV	D	19.85	2.78	11	25
Ex	D	16.05	4.41	6	24
Čr	D	16.11	3.03	9	20
S	D	12.48	2.79	5	17
Sspo	D	13.41	2.25	3	16
Sspr	D	15.72	3.14	6	22
Čna	D	12.93	1.41	10	15
Si	D	7.52	1.18	4	9
Sa	D	14.46	3.59	5	21
Kk	D	17.61	3.77	9	25

Legenda:

- pogoj A: JAZ
- pogoj B: IDEALNA OSEBA
- pogoj C: IDEALNI MOŠKI
- pogoj D: IDEALNA ŽENSKA

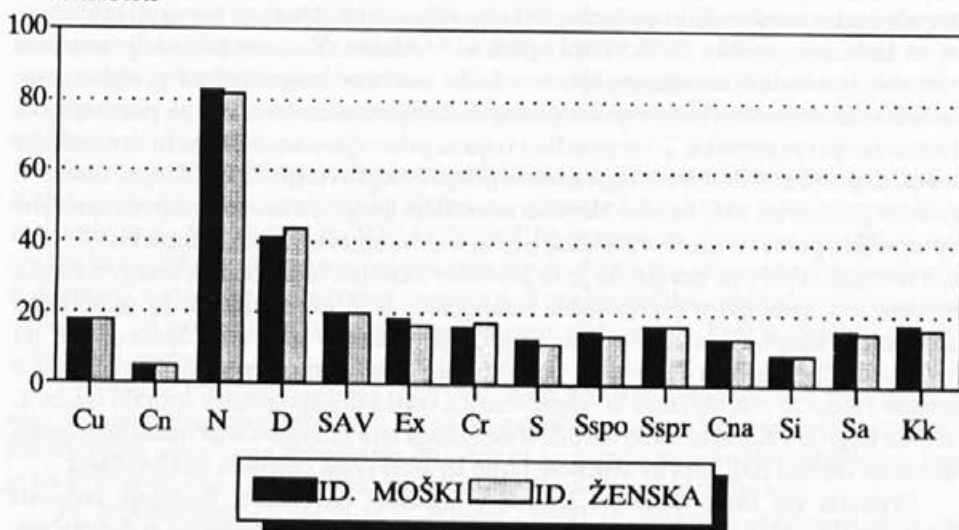
POI
Primerjava JAZ - IDEALNA OSEBA

srednja vrednost



POI
Primerjava ID. MOŠKI - ID. ŽENSKA

odstotek



INTERPRETACIJA IN DISKUSIJA

V kolikšni meri so razlike med ameriškim in našim vzorcem pomembne ali nepomembne, ni mogoče izračunati. Zaradi nepoznavanja ameriškega vzorca (numerus, točnih srednjih vrednosti in stand. deviacij, kvalitete vzorca) ne moremo izračunati t-testov. Vendar pa kvalitativna obravnava rezultatov kaže:

- 1.) ameriški rezultati so višji na večini lestvic (Ču, N, SAV, Ex, Sspo, Sspr, Sa in Kk);
- 2.) rezultati ameriškega in našega vzorca so zelo podobni na lestvicah Čr, S, Čna in Si.

Glede na rezultate smo Slovenci manj časovno realni, bolj živimo v preteklosti ali prihodnosti, bolj iščemo podporo drugih in smo manj neodvisni, imamo manj samoaktualiziranih vrednot, smo bolj rigidni v uporabi vrednot, imamo slabše mnenje o sebi, prav tako tudi težje sprejemamo svoje slabosti, si jih težje priznavamo, prav tako težje sprejemamo čustva jeze in agresije in bolj težimo k zanikanju takih čustev kot Američani, imamo pa tudi večje težave ustvariti tople medosebni kontakt.

Razlike med ameriški normami in našimi res niso zelo velike, pa vendar se pojavljajo določena vprašanja. Kot prvo se pojavlja vprašanje: zakaj so slovenski rezultati nižji. To vprašanje je še toliko bolj zapleteno, če se zavedamo karakteristik vzorca (selekcijirana populacija študentov), po katerih naj bi bile zajete poskusne osebe prej bolj kot manj samoaktualizirane. Rezultati pa kažejo ravno obratno sliko. Vsekakor obstaja možnost, da rezultati niso pričakovani zaradi majhnega numerusa vzorca. Lahko pa je odgovor tudi v nečem drugem. Ali je vprašalnik, direktno prenešen iz angleščine, slab in meri nekaj drugega kot originalni vprašalnik (je preveč kulturno pogojen), torej ga bo treba revidirati, ali pa smo Slovenci v resnici manj samoaktualizirani, kar je tudi mogoče glede na nekatere tiste osebnostne lastnosti, ki nam jih pripisujejo in ki niso značilne za samoaktualizirane ljudi.

Meniva, da so razlike predvsem posledica razlik v vrednotah. Pojem samoaktualizacije je kulturno pogojen. Povsem možno je, da je optimalna osebnost za Slovence drugačna od samoaktualizirane osebe, kakršno si je zamislil Maslow. Samoaktualizacija, kot jo kaže test, morda za Slovence sploh ni vrednota. To nam pokaže primerjava dejanskih in idealnih rezultatov, kjer so razlike ponekod nasprotno od pričakovanih. Razlike v vrednotah so bolj verjeten razlog za dobljene rezultate, kot pa pomanjkljiva diferenciacija vprašalnika. To še posebno velja za primerjavo ameriškega in slovenskega vzorca. O posebnostih slovenskega naroda pišejo mnogi avtorji. Erwin Ringel, dunajski profesor psihiatrije, trdi, da smo Slovenci nevrotični ljudje, da smo občutljivi, zamerljivi in prepirljivi, polni zavisti. Boris Pahor govori o samooptoževalnem kompleksu Slovenca, Trstenjak (1991) pa navaja, da je za Slovence značilen tudi občutek manjvrednosti, nagnjenost k samomoru (agresivnost zatajujemo, si je ne priznamo, jo usmerjamo navznoter v nasprotju z Američani, ki jo lažje usmerijo navzven). Slovenec je po Trstenjaku discipliniran človek, je perfekcionista (težko sprejema lastne slabosti) z razvitim čutom za red, dolžnost in odgovornost, skratka dokaj rigiden v uporabi vrednot. Čeh Jan Lego je v Karakteristiki naroda slovenskega leta 1886 med značilnimi lastnostmi Slovencev omenil tudi nepripravljenost javno izražati svoja čustva in naklonjenost.

Omenila sva samo nekatere izmed, v literaturi navedenih, značilnih lastnosti Slovencev, tiste, ki se najbolj skladajo z dobljenimi razlikami med Slovenci in Američani. V skladu s temi razlikami je seveda optimalna, samoaktualizirana osebnost za Slovence

drugačna kot za Američana, osebnostne lastnosti, kot vrednote teh dveh narodov, pa različne.

Primerjava rezultatov po pogojih kaže, da med A in B praktično ni razlik, oz. so le-te majhne in ponekod celo nasprotno pričakovanim. Dobljeni rezultat lahko interpretiramo na dva načina. Ali študentje psihologije sebe res zaznavajo tako idealno, ali pa je bolj res, da vprašalnik ne diferencira teh situacij z modificirano aplikacijo. Primerjava srednjih vrednosti naših rezultatov in tistih ameriških (srednja vrednost kot $T=50$) kaže precejšnjo podobnost, oz. celo to, da so naši rezultati nižji od ameriških, kar pomeni, da so verjetno realne lastnosti poskusnih oseb takšne, kot kaže pogoj A (realne in ne posledica napačne samozaznave); medtem ko pa so rezultati na pogoju B bolj posledica tega, da lestvice ne diferencirajo razlik v našem pojmovanju SEBE in IDEALNEGA SEBE. Še posebej zanimivi in za interpretacijo težki so rezultati na lestvicah Eksistencialnost, Čustvena reaktivnost in Samosprejetost ter Sprejemanje agresije. Če verjamemo rezultatom, naj bi bila idealna oseba bolj rigidna v uporabi vrednot (se bolj strogo držala le-teh), manj občutljiva na lastne potrebe in čustva, težje sprejemala svoje slabosti, še posebej čustva jeze in agresije.

Možno pa je tudi, da vprašalnik z originalnim navodilom zbuja predvsem idealno sliko sebe. To bi bilo treba na slovenskem vzorcu še preveriti.

Podobno sliko kaže primerjava med pogojem C in D. Tudi tu nismo dobili pomembnih razlik. Mogoče je, da vprašalnik tudi za tak način aplikacije ni ustrezen (ne diferencira dovolj dobro) oz. so naše predstave o idealnem moškem zelo skladne s predstavami o idealni ženski. Novejše raziskave kažejo, da pri "idealni" osebi spol ni toliko pomemben kot pri "neidealni".

Razmerje med časovno ustreznostjo in časovno neustreznostjo pri samoaktualiziranih ljudeh naj bi bilo okoli 1:8 (na ameriški verziji vprašalnika). Seveda je razumljivo, da je to razmerje, če primerjamo dobljene srednje vrednosti za Čn in Ču pri pogoju JAZ, precej manjše (1:2.5), saj gre za neko neselekcionirano populacijo, kjer niso zastopane samo samoaktualizirane osebe; zato pa nekoliko preseneča prav tako nizko razmerje (1:3.2) pri pogoju IDEALNA OSEBA, kjer bi nekako pričakovali, da naj bi bila ta oseba visoko samoaktualizirana. Rezultati so taki verjetno zaradi že prej omenjene slabe diferenciacije med JAZ in IDEALNIM JAZ. Lahko pa tudi, da so pri nas mnenja o idealni osebi drugačna - idealna oseba torej po našem mnenju nekoliko več živi tudi v prihodnosti in preteklosti, kot pa je to značilno za visoko aktualizirane osebe.

Razmerje usmerjenost k drugim z usmerjenostjo navznoter pri samoaktualiziranih ljudeh znaša 1:3. Naši rezultati (JAZ) dajejo razmerje 1:1.7, kar je nekako razumljivo, zato pa je tudi v tem slučaju pri IDEALNI OSEBI razmerje prav tako nizko (1:1.8), kar spet kaže na neko odstopanje v pojmovanju idealne in visoko samoaktualizirane osebe v dimenziji navznoter oz. navzven usmerjen. Tudi tu idealni osebi dovoljujemo več odvisnosti od pogledov drugih in manj samostojnosti, kot jo kažejo visoko samoaktualizirane osebe.

Pregled nekaterih rezultatov raziskav v zvezi s POI bi lahko strnil v dve veji. Ena veja se nanaša na tiste raziskave, ki so se nanašale na raziskovanje psihometričnih karakteristik inventarja, druga veja raziskav pa se nanaša na določene probleme, kjer je bil POI uporabljen kot merski instrument (v glavnem v bateriji testov).

H. N. Anderson, G. Sison in S. Wester (1984) so poskušali preverjati vpliv inteligentnosti na "ponarejevanje" POI skorov v pozitivnem smislu. Hipoteza se je glasila,

da lahko bolj inteligentni odgovarjajo v smeri, ki jih bo prikazala kot bolj samoaktualizirane. Raziskava je bila narejena s pomočjo rezultatov 113 visokošolcev, razdeljenih v dve skupini glede na inteligentnost. Hipoteza ni bila potrjena in pokazalo se je, da je POI dobro odporen na takšne vplive. Na to odpornost instrumenta opozarjata tudi naslednja avtorja, ki sta na osnovi POI razvila indeks samoaktualiziranosti.

A. Jones in R. Crandall sta (1986) razvila indeks samoaktualizacije (sestoji iz 15 itemov) na osnovi modificiranih postavk POI. S pomočjo rezultatov več kot 500 študentov sta računala notranjo konsistentnost in test-retest zanesljivost. Indeks je dobro diskriminiral med skupinama samoaktualiziranih in tistih, ki niso bili označeni kot samoaktualizirani. Poročata o pomembnih korelacijah indeksa s POI, Eysenck Personality Inventory in Rational Behavior Inventory.

L. Plouffe in F. Gravelle (1989) sta raziskovala odvisnost POI od starosti in spola na 80 odraslih osebah. Poročata o tem, da nista našla pomembnih razlik med spoloma, sta pa našla nekatere razlike med starostnima skupinama (56 do 67 let in 68 do 84 let). Starejši dosegajo nižje povprečne rezultate na lestvicah Eksistencialnost, Čustvena reaktivnost, Sprejemanje agresije in Kapacitete za globok kontakt.

O veljavnosti inventarja je bilo kar nekaj polemike. S. A. Weiss se je spraševal o veljavnosti in očital Shostromu, da njegov inventarij ne more biti veljaven zaradi pomanjkljive oz. neuniformne definicije samoaktualizacije, pa tudi, da skupine preizkušancev, ki jih je Shostrom uporabil v svoji raziskavi, niso bile resnično "poznane". Vendar pa S. Burwick in R. R. Knapp (1991) poročata, da je bila veljavnost POI preizkušana s pomočjo korelacijskih koeficientov z drugimi sorodnimi instrumenti v številnih raziskavah na široki množici skupin (od hospitaliziranih pacientov, ljudi odvisnih od drog, pa tudi do uspešnih poslovnežev itd.) in da so ti koeficienti taki, da ne more biti dvoma o ustrezni veljavnosti instrumenta.

O zanesljivosti instrumenta raziskave pravijo nekoliko drugače. J.J. Hattie iz Nove Anglije (Avstralija, 1987) navaja koeficiente zanesljivosti za posamezne lestvice, ki se gibljejo od 0.21 do 0.73. Avtor zaključuje, da je inventarij uporaben predvsem kot eden izmed testov v klinični bateriji. V nasprotju z njim pa J. J. Ray (prav tako iz Avstralije, 1984) ne priporoča POI za klinične namene.

R. Dahl iz Californije (1983) je raziskovala povezanost POI z nevroticizmom, ekstravertiranostjo in psihotocizmom. POI je uporabila skupaj z EPQ (Eysenck). Rezultati 212 študentov na dveh glavnih lestvicah (Časovna ustreznost in Usmerjenost navznoter) kažejo pomembno negativno korelacijo z nevroticizmom. Z ekstravertnostjo je dobila pomembno pozitivno korelacijo, vendar le pri ženskah, med POI in psihotocizmom pa ni dobila nobenih povezav. Zaključuje, da samoaktualiziranost indicira pomanjkanje nevrotičnih tendenc, ne pa tudi pomanjkanje psihotičnih tendenc.

E. R. Whitson in P. V. Olczak (1991) sta raziskovala uporabnost POI v kliničnih situacijah, predvsem pri evalvaciji, ocenjevanju psihičnega zdravja, rezultatov intervencij in pri psihodiagnostiki. Rezultati njune raziskave sugerirajo uporabo vprašalnika v raziskovalne namene, medtem ko za klinične situacije ni najbolj primeren.

Raziskava je dosegla osnovni namen, to je izdelavo okvirnih norm, vendar pa je pustila odprta številna vprašanja, na katera bomo lahko odgovorili, ko bomo zbrali zadostno število odgovorov poskusnih oseb, iz katerih bomo lahko izoblikovali čim bolj reprezentativen vzorec, s pomočjo katerega bomo lahko dobili dovolj veljavne in zanesljive rezultate oz. norme. Področje je vsekakor zanimivo, saj raziskav v zvezi z vprašalnikom POI res ni veliko, pa še ti rezultati si marsikje nasprotujejo.

LITERATURA

- Anderson H. N., Sison G., Wester S.: Intelligence and dissimulation on the Personal Orientation Inventory, *Journal of Clinical Psychology*, 1984 Vol 40(6), str. 1394-1398.
- Burwick S., Knapp R. R.: Advances in research using the Personal Orientation Inventory. Special Issue: Handbook of selfactualization, *Journal of Social Behavior and Personality*, 1991 Vol 6(5) str. 311-320.
- Dahl R. in sodelavci: How the personality dimensions of neuroticism, extraversion and psychoticism relate to selfactualization, *Personality and Individual Differences*, 1983 Vol 4(6), str. 683-685.
- Hattie J. A.: A defence of the Shostrom POI, *Personality and Individual Differences*, 1986 Vol 7(4) str. 593-594.
- Jones A., Crandall R.: Validation of a short index of selfactualization, *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1986, Vol 12(1) str. 63-73.
- Lamovec T.: Psihologija motivacije, Univerza v Ljubljani, FF, Ljubljana 1986.
- Lamovec, Musek, Pečjak: Teorije osebnosti, Cankarjeva založba, Ljubljana, 1975.
- Maslow A. H.: Motivacija i ličnost, Nolit, Beograd, 1982.
- Musek J.: Teorije osebnosti, Univerza v Ljubljani, FF, Ljubljana, 1988.
- Musek J.: Osebnost, DDU Univerzum, Ljubljana, 1982.
- Plouffe L., Gravelle F.: Age, sex, and personality correlates of self-actualization in elderly adults, *Psychological Reports*, 1989 Vol 65(2) str. 643-647.
- Ray J. J.: A caution against use of Shostrom POI, *Personality and Individual Differences*, 1984 Vol 5(6) str. 755.
- Shostrom E.: Personal Orientation Inventory (POI): A test of Self-Actualization, San Diego, California, 1963.
- Trstenjak A.: Misli o slovenskem človeku, Založništvo slovenske knjige, 1991.
- Whitson E. R., Olczak P. V.: The use of the POI in clinical situations: An evaluation. Special Issue: Handbook of selfactualization, *Journal of Social Behavior and Personality*, 1991 Vol 6(5) str. 291-310.

