

Psihologija kot pomembna znanost v interdisciplinarnem povezovanju z zdravstveno nego

Strokovni članek

UDK 614.253+159.922

KLJUČNE BESEDE: humanistična psihologija, zdravstveni delavec, zdravstvo, življenjski cilji, vrednote

POVZETEK – Psihologija je v svojem znanstvenem razvoju veliko prispevala k opisu človekove osebnosti, njegovih glavnih značilnosti in tudi patologije. V prispevku se bomo osredotočili na pomen in prikaz »tretje sile« v psihologiji – humanistične psihologije, ki je nastala kot reakcija na psihoanalitično in behavioristično razlago človeka. Za razliko od psihoanalitičnih in behaviorističnih teorij humanistična psihologija prinaša spoznanja o avtentičnih človekovih potrebah, o njegovi vrednostni orientaciji, o njegovih življenjskih ciljnih in zmožnosti odgovornega vedenja glede svojega zdravja ali bolezni. Cilj humanistične psihologije je, da prispeva k temu, da bo človek živel polnejše, avtentično življenje, ne glede na okoliščine. Poskusi odkrivanja in raziskovanja humanistične podobe človeka imajo implikacije tako v vzgoji kot terapiji. Ker vsak zdravstveni delavec, ki ima pred sabo pacienta, že vstopa v odnos, je zelo pomembno, s kakšnim znanjem ga opremimo. Pomembno je, ali resnično razume pacienta, njegovo doživljanje, njegove specifične osebnosti ali pa ostane v praksi le izvajalec zdravstvene nege.

Professional paper

UDC 614.253+159.922

KEY WORDS: humanistic psychology, health care professional, health care, goals in life, values

ABSTRACT – In its scientific development, psychology has contributed a great deal to the definition of man's personality, the main characteristics and pathology. The paper will focus on the meaning and demonstration of »third force« in psychology – humanistic psychology, which arose as a reaction to the psychoanalytical and behaviouristic explanation of man. As opposed to psychoanalytical and behaviouristic theories, humanistic psychology provides answers about authentic man's needs, value orientation, aims in life and the capability of responsible behaviour with regard to health or sickness. The goal of humanistic psychology is to contribute with its learning to a fuller, authentic life of man, regardless of circumstances that occur in life. The attempts to detect and research the humanistic image of man have implications in upbringing as well as therapy. Since health workers who have a patient in front of them already enter into a relationship, it is very important with what knowledge they are equipped. It is important if they really understand the patient, his/her experience, the specifics of his/her personality or if they remain only nursing care providers in practice.

1 Uvod

Psihologija je s svojim znanstvenim in predvsem aplikativnim znanjem na področju teorij osebnosti veliko prispevala k vsem naravoslovnim in tudi družboslovnim znanostim. Teorije osebnosti izhajajo iz dveh velikih psiholoških disciplin, in sicer iz teoretične in klinične psihologije.

Teoretična psihologija se ukvarja z empiričnim preučevanjem psihičnih zakonitosti in z deduktivnim preučevanjem le-teh, velikokrat tudi med seboj prepletenih.

Klinična psihologija pa se ukvarja z duševnimi motnjami in duševnimi stiskami, v skladu s tem pa je razvila tudi mnogo psihoterapevtskih pristopov, ki ima vsak svojo

metodologijo, teoretična izhodišča in tehnike dela, ki nudijo pomoč posameznikom in skupinam.

Zelo veliko psiholoških teorij je dobilo odločilne pobude iz drugih znanstvenih disciplin, npr. kulturne antropologije, sociologije, filozofije, medicine in kibernetike, kar že v osnovi kaže na nujnost interdisciplinarnega povezovanja.

2 Klasifikacija psiholoških teorij

Prva med bolj znanimi klasifikacijami (Musek, 2010) je delitev na celostne in elementaristične teorije.

Za celostne teorije je značilno, da posameznikove osebnostne značilnosti gledajo z vidika celostne osebnostne integracije.

K celostnim teorijam spadajo vse tipologije, psihoanalitične teorije, teorije polja, gestalt teorija itd.

Za elementaristične teorije pa je značilna analiza ustroja celotne osebnosti. V to skupino pa spadajo factorske teorije, teorije osebnostih potez in tudi kar nekaj fiziološko ter behavioristično usmerjenih teorij.

Druga klasifikacija pa je razdelitev osebnostnih teorij v tri smeri:

- psihoanalitične teorije,
- objektivistične teorije,
- humanistične teorije.

2.1 Psihoanalitične teorije

Ortodoksna psihoanalitična teorija temelji na delih Sigmunda Freuda (1942–1952). Glavni vir njegovih spoznanj je bila njegova klinična praksa s psihiatričnimi in nevrotičnimi pacienti. Psihične težave pacientov je pripisoval posameznikovim nagonskim, praviloma seksualnim težnjam, ki pa so bile potlačene in zato jih je potem s svojo metodo psihoanalize priklical v posameznikov spomin. Ponovno spominjanje takih »pozabljenih« dogodkov je najlažje dosegel s pomočjo asociativnega nizanja. Ugotovil je, da že samo spominjanje in podoživljanje pozabljenih dogodkov ugodno vpliva na potek zdravljenja ali celo na izgubo simptomov. Ob tem pa je tudi ugotovil, da so se značilnosti notranjega doživljanja pacientov pojavljale v simbolični obliki v vsebini sanj in drugih, zavestno manj kontroliranih dejavnostih, na primer v domišljiji, igri, bralnih napakah itd.

Freud je v kasnejših letih dodal spolnemu nagonu še en primarni nagon, in sicer agresivnost – kot instinktivno težnjo po uveljavljanju. Dokončno pa je izoblikoval hipotezo o dveh nagonskih temeljih. Prvega je imenoval eros – nagon po življenju, drugega pa thanatos – nagon po uničevanju in samouničevanju.

Freud je tudi prvi opozoril na psihične konflikte kot gibala, ki usmerjajo in oblikujejo posameznikovo vedenje, in tako vnesel v teorijo osebnosti dialektično pojmovanje psihičnih procesov, ki jih mnoge kasnejše teorije niso prepoznale.

Freudova teorija je zelo obsežna, ne smemo pa pozabiti, da je bil njen glavni namen utemeljiti nov terapevtski pristop, zato v vsebinskih pogledih bolj ustreza tistim, ki se ukvarjajo s klinično psihologijo, kot pa z zdravim posameznikom.

Predvsem pa moramo poudariti, da mnoge kulturne in razvojne značilnosti, ki naj bi bile instinktivno pogojene in zato tudi obče veljavne, nikakor niso univerzalne, zato je dejstvo, da psihoanaliza ne upošteva socialnih in kulturnih dejavnikov, kar je njena velika pomanjkljivost.

Naslednja psihoanalitična predstavnika sta bila Alfred Adler s svojo individualno psihologijo in C. G. Jung s svojo analitično psihologijo.

V naslednjem obdobju so se razvile različne neoanalitične smeri, ki so dopolnile psihoanalizo predvsem s pomenom socioloških in družbenih vplivov. Najvidnejši predstavniki so: Reichova teorija osebnosti, neoanalitična teorija osebnosti Karen Horneye, socialno umerjena psihoanalitična teorija Erika Eriksona itd.

2.2 Objektivistične teorije

Njihov predmet preučevanja je to, kar je možno objektivno opazovati, to pa so procesi reakcije, vedenja in fiziološki procesi. Zavestni in podzavestni procesi jih zelo malo zanimajo, ali pa sploh ne. Razdelimo jih lahko v tri skupine:

- behavioristične teorije (Skinner, Dollard – Milerjeva in Mowrerjeva teorija), te govorijo največ o zunanjem obnašanju, predvsem z vsemi procesi učenja,
- faktorske teorije (Cattellova, Guilfordova in Eysenckova teorija), te obravnavajo statistično izračunane faktorje,
- fiziološke teorije (Pavlov), te povezujejo osebnostne lastnosti s fiziološkimi procesi v organizmu, zlasti z živčevjem.

Skinner (1972), kot najvidnejši predstavnik behaviorističnih teorij, je celotno človekovo obnašanje determiniral z zunanjimi okoliščinami. Po njegovem so torej rešnični vzroki obnašanja zunaj organizma, ki pa so velikokrat tudi nepoznani. Okolje je njegov lastni proizvod, človek pa nadzoruje samega sebe tako, da spreminja pogoje, v katerih živi, in ti pogoji potem vplivajo na njegovo obnašanje in obnašanje drugih.

Svojo metodo imenuje »funkcionalna analiza obnašanja«, s predpostavko, da obnašanje lahko neposredno nadzorujemo in spreminjamo. Iz tega razloga tudi zavrača pojme, kot so nagon, potreba, emocije, osebnostne poteze. Po njegovem mnenju to niso vzroki obnašanja, ampak obnašanje samo ali vsaj del njega.

Patološko vedenje, kot tudi vse druge vrste vedenja, so posledica istih principov učenja. Nevroza ali psihoza je posledica poprejšnjega napačnega pogojevanja. Tako je na primer za nastanek depresije vzrok splošno pomanjkanje odzivnosti, ker okolje ni nudilo ustreznih ojačanj ali pa se je njegova odzivnost kaznovala.

Njegovo učenje je imelo velik vpliv predvsem na terapijo psihotikov in otrok. Po njegovem mnenju v klinični praksi sploh ni potreben terapevt, temveč strokovnjak za operativno pogojevanje, ki mora ugotoviti, katere oblike obnašanja je treba spreminiti, in določiti nove, zaželene oblike obnašanja. Terapija torej ni osredotočena na odstranjevanje vzrokov, ampak neposredno na vedenje.

Skinner je imel veliko privržencev in tudi kritikov. Zlasti Rogers in pristaši fenomenoloških smeri, ki zavračajo behaviorizem, so v njegovi teoriji videli napad na človekovo svobodo in dostojanstvo. Upravičene so tudi kritike, ki mu očitajo podcenjujočo vlogo razuma, vpogleda in ustvarjanja, skratka, preveč poenostavljeno in deterministično pojmovanje človeka in njegovega obnašanja.

2.3 Humanistične teorije

Humanistične teorije (Musek, 2010) so predvsem teorije zavesti, ki so poskušale preseči prejšnje teorije, »teorije človekovega pomanjkanja«, in dodale pojme, kot so samorealizacija, samomotivacija ipd. Predhodniki teh teorij so že organizmične teorije (Goldstein in Angyal) in Allportova teorija o funkcionalni avtonomnosti motivov.

Glavne naloge humanistične psihologije so bile usmerjene v raziskovanje zdravega in polnega človeškega življenja, ob tem pa je bilo treba določiti cilje, metodologijo in teoretične temelje humanističnega koncepta človekove narave. Humanistična psihologija se osredotoča na človekovo doživljanje kot na primarni, nenadomestljivi fenomen raziskovanja. V svoj raziskovalni prostor pa vnaša človekove kvalitete, kot so ustvarjalnost, izbira, vrednotenje, zanimanje za razvoj potencialnih možnosti človeka.

Odkrivanje in raziskovanje humanistične podobe človeka imata implikacije tako v terapiji kot v vzgoji. Najvidnejši predstavniki humanističnih teorij:

- Carl R. Rogers,
- Abraham Maslow,
- C. Bühler.

Nedirektivna teorija Carla R. Rogersa

Najprej se je Rogers (1964) naslanjal na Freudova dinamična stališča, vendar gre v njegovi teoriji za težnjo po združitvi religije in znanosti, intuitivnega z objektivnim, kliničnega in statističnega. Za spoznavanje subjektivnega sveta doživljanja je poskušal uveljaviti objektivne metode znanosti, terapija pa mu pomeni doživetje, v katerem se odraža človekova subjektivnost. V njegovih delih se torej teorija, pogled na človeka in na življenje medsebojno prepletajo. Vsak posameznik je usmerjen k pozitivnemu in z vsem svojim bistvom teži k samoaktualizaciji, zrelosti in socializaciji, s predpostavko, da se lahko doživlja brez omejitev, in k svoji avtentični naravi.

Rogers izhaja iz fenomenološkega stališča, da posameznik zaznava svet na njemu lasten in edinstven način. To pomeni, da tako kot zaznava svet okoli sebe, tako se nanj tudi odziva. Torej v svoje fenomenalno polje vključi tako zavestne kot podzavestne zaznave, tako tiste, ki so simbolizirane, kot tiste, ki niso. Pri zdravih ljudeh so pomembnejše simbolizirane zaznave, saj določajo posameznikovo vedenje. Fenomenalno polje je posameznikov privatni svet, vendar tudi mi lahko vstopimo vanj, če pogledamo na njegovo vedenje z njegovimi očmi.

Razlikuje tudi med subjektivnim (glede na lastni referenčni okvir) in objektivnim spoznanjem (tisto, kar vemo, ponovno preverjamo z opazovanjem drugih). Obema pa je dodal še medosebno spoznanje, pri katerem uporabljamo svoje empatične sposobnosti, da bi lahko razumeli fenomenalno polje drugega. To »fenomenološko spoz-

nanje« je nujen in zakonit del psihologije kot znanosti. Raziskovanje pa naj bi bilo usmerjeno prav v razumevanje pojavov subjektivnega in medsebojnega doživljanja.

V svojem preučevanju človekove osebnosti se ni osredotočal na preučevanje posameznih nagonov in motivov, ki vodijo posameznika v aktivnost in k cilju, ker je zanj posameznik že v osnovi aktiven in uresničuje samega sebe. Kadar koli govori o strukturi osebnosti, vedno poudari njeno spreminjanje. Človek je vedno usmerjen naprej, pri tem pa dinamika ni osredotočena na redukcijo napetosti, kot so utemeljevali behavioristi, ampak je važnejša težnja po samoaktualizaciji in rasti. Torej njegov osrednji teoretični model sestavlja motiv po samoaktualizaciji. Iz posameznikove aktivnosti, ki bogati in razvija organizem, sledita tudi veselje in zadovoljstvo, saj organizem vedno teži k nečemu novemu, k bolj aktivnemu življenju.

Proces osebnostne rasti poteka preko diferenciacije, avtonomnosti in socializacije. Pri zdravem človeku se razvije kongruentnost med podobo »sebe« in doživljanjem, pri nevrotični osebi pa se podoba »sebe« strukturira na način, ki ne ustreza izkustvom organizma. Vsa doživetja, ki so nekongruentna s podobo »sebe«, dojema kot grožnjo nastalemu organizmu in jih potem mora zanikati ali poiskati izkrivljeno pot v simbolizaciji. Prav tako gleda tudi na psihotično stanje kot na vedenje, ki je nekonsistentno s podobo »sebe«.

Po njegovem mnenju se slabo prilagojena oseba svojih stališč, ki nasprotujejo »sebi«, niti ne zaveda, zato se poskuša izogniti vsem tistim vrstam izražanja, ki bi jih razkrivale. Prav tako doživlja tudi tesnejše stike z drugimi kot nevarne, zato se jih raje izogiba. Nasprotno pa zdrava oseba rada izraža in doživlja svoja občutja, in se ne boji, da bi tvegala lastni »jaz« v odnosih z drugimi.

V psihoterapiji je Rogers (1951) razvil »na klienta osredotočeno« nedirektivno terapijo, kjer ga je zlasti zanimalo, kako pride do spreminjanja človekove osebnosti. V svojih novejših delih poudarja, da poteka spreminjanje iz fiksiranosti v spremenljivost in iz rigidne strukture v proces. Spreminjanje predstave o »sebi« in način doživljanja vodi do sprememb v vedenju. To se zgodi na več ravneh, in sicer vrednote drugih zamenjajo lastne vrednote, poveča se odprtost v doživljanju samega sebe, razvije se jasnejši, pozitivnejši »jaz«, ob tem ko se razvije občutek za lastno vrednost, se spremeni tudi vrednotenje drugih.

Rogersov največji prispevek je povezovanje klinične prakse s teorijo in raziskovanjem. Bil je izredno znanstveno dosleden, navkljub intuitivnemu kliničnemu delu, saj je razvil klinično ustrezna merila osebnosti in prikazal vrednosti raziskovanja na tem področju.

Samoaktualizacijska teorija Abrahama H. Maslowa

Maslow (1962) je dal pobudo za ustanovitev Združenja za humanistično psihologijo, tako imenovano »tretjo silo« v psihologiji, poleg behaviorizma in psihoanalize.

V svojih delih poudarja humanistično podobo človeka, ki do najvišje stopnje lahko uresniči svoje potencialne. Osredotočil se je predvsem na preučevanje zdrave osebnosti

in želel dopolniti podobo, ki jo je psihologija ustvarila s preučevanjem depriviranega posameznika.

Njegovo izhodišče je zajeto v naslednjih postavkah (Maslow, 1954):

1. Vsak posameznik ima biološko dano notranjo naravo, ki je v določenih mejah ni mogoče spreminjati in se tudi ne spreminja.
2. Posameznikova notranja narava je enkratna, neponovljiva, deloma pa je značilna za vrsto.
3. Notranjo naravo je možno raziskati in odkriti, kakšna je.
4. Človekova notranja narava ni močna in nezmotljiva, kot so živalski instinkti, navede, kulturni pritiski jo zlahka prekrijejo.
5. Človekova notranja narava ohrani dinamično učinkovitost, tudi če je potlačena. Dinamična učinkovitost se kaže v nujni rasti, v želji po zdravju in tako omogoča vzgojo in psihoterapijo.
6. Posameznik svojo notranjo naravo delno odkriva, delno pa soustvarja.
7. Človekova narava ni sama po sebi slaba, lahko jo označimo kot dobro ali nevtrarno, zato jo je treba odkriti in opogumiti.
8. Posameznik ne more biti zdrav, če on sam in ljudje, s katerimi živi, ne sprejmejo njegove notranje narave.

Maslow obravnava teme človekove notranje narave, ki jih je delil na teorijo motivacije in psihologijo bivanja.

Za teorijo motivacije so značilne temeljne potrebe, hierarhija motivov, teorija grafitikacije motivov, razlikovanje med motiviranim in nemotiviranim vedenjem, potrebe pomanjkanja in potrebe rasti. Temeljne potrebe so značilne za človekovo notranjo naravo (potrebe po varnosti, ljubezni in pripadnosti, po spoštovanju in samospoštovanju, po samoaktualizaciji, po znanju in razumevanju, estetske potrebe). Te potrebe so hierarhično razvrščene, šele ko so zadovoljene potrebe, ki so najnižje na lestvici, se lahko uresničuje višje razvrščena potreba. V to hierarhijo pa niso vključeni ljudje, ki se žrtvujejo za svoje ideale in vrednote. Prav tako lahko trdimo, da človekovo vedenje motivira več potreb hkrati. Maslow je raziskoval predvsem posledice zadovoljitve temeljnih človekovih potreb, za razliko od motivacijskih teorij, ki so preučevale predvsem posledice frustracije motivov. Tako kot posameznik zadovoljuje temeljne potrebe, toliko je tudi duševno zdrav. Kadar je na primer zadovoljena potreba po ljubezni in spoštovanju, se bodo v posameznikovem značaju razvijale poteze ljubeznivosti, zaupanja vase, gotovosti. Prav zadovoljevanje višjih potreb vodi k nastanku zdrave osebnosti, k samoaktualizaciji posameznika, torej stran od vsega patološkega. Razlike med bolno in zdravo osebnostjo utemeljuje s svojima pojmom: potrebami pomanjkanja in potrebami rasti. Zadovoljitev nezadovoljenih potreb pomanjkanja ozdravi bolezen. Potrebe pomanjkanja so praznine, ki jih je treba zapolniti s pomočjo drugih ljudi, torej je posameznik zelo odvisen od odnosov v okolju. Potrebe rasti pa so potrebe po samoaktualizaciji, to je težnja po uresničevanju človekovih možnosti, tisto, kar je za človeka bistveno. Izkušnja rasti potrjuje samo sebe, saj vsak posameznik nosi v sebi sile, ki ga potiskajo naprej. Rast pa ne pomeni zgolj ugodja, temveč tudi bolečino, saj

je vsak napredek tudi tveganje, pomeni opustitev nečesa znanega, lažjega načina življenja za bolj zahtevno in težje. Od posameznika zahteva tudi pogum in moč.

Psihologija bivanja pravi, da je stanje bivanja k cilju usmerjeno vedenje oziroma motiviranost s potrebo po rasti. Maslow pravi: »Proces rasti je proces nastajanja človeka; biti človek, bivanje, je nekaj drugega« (Maslow, 1962, str. 112). V svojih delih navaja, da je resničen opis stvarnosti odvisen od duševnega zdravja posameznika. Nevroze, psihoze pomenijo ovirano rast, saj kot kognitivna obolenja izkrivljajo percepcijo, pomnjenje, mišljenje. Kot ena od najpomembnejših značilnosti osebe, ki se aktualizira, je integriranost. Zdravje in posameznikova zrelost se kažeta v integraciji zajemanja iz predzavestnega, zavestnega in podzavestnega. Zato je zdrava osebnost sposobna integrirati svoj notranji psihični svet z zunanjo stvarnostjo in živeti v obeh. To pa še ne pomeni, da zdravi ljudje ne doživljajo konfliktov, tesnob, frustracij, krivde. Zrelost pomeni, da se znajo odmakniti od nevrotičnih problemov k resničnim – eksistenčnim problemom. Maslowa teorija pomeni velik prispevek k razumevanju sebe in soljudi, pa tudi družbe v celoti. Osredotoča se na bistvo človeka – kaj zmore in kam je usmerjen, kar je večer predmet psihologije kot znanosti, pa tudi vzgoje in psihoterapije.

Humanistična teorija osebnosti Charlotte Bühler

V eni od najbolj branih del C. Bühler *Psychologie im Leben unserer Zeit* (1962) je postavljena teza, da sodobna psihologija lahko pomaga človeku živeti ustvarjalnejše, polnejše in bolj avtentično življenje.

Bühler pravi, da je osebnost kot dinamičen sistem, ki je v nenehnem razvijanju in spreminjanju ter v vzajemnem odnosu z okoljem. Vedno pa je ta sistem usmerjen k nekemu cilju. Hierarhični sistem ciljev omogoča notranjo enotnost osebnosti, kontinuiteto in daje vtis lastnosti. Osrednja problematika njene teorije je človekova motivacija, ki jo definira s pojmi življenjskih ciljev in vrednotami. K človekovi izpolnitvi vodijo štiri življenjske težnje:

- težnja po osebni zadovoljivosti v spolnosti, ljubezni in samopotrditvi,
- težnja po prilagajanju, samoomejevanju, pripadnosti, varnosti,
- težnja po izražanju samega sebe in ustvarjalnosti,
- težnja po združevanju in vzdrževanju notranjega reda.

Izpolnitev pomeni, da je posameznik napredoval v vseh štirih težnjah, ne glede na to, katera je bila pomembnejša. Končni cilj izpolnitve pa se pokaže v uspešnem življenju. Kadar je bilo življenje uspešno, je to omogočilo posamezniku širjenje in prilagajanje ter vzpostavitev notranjega reda.

Življenjski cilji v smislu teženj po izpolnitvi obstajajo vse življenje in gredo skozi razvojne faze posameznika od otroštva do odraslosti. Močno je poudarjena vloga, ki jo imajo cilji in vrednote v posameznikovem življenju. Tudi pri psihoterapiji je avtorica zelo poudarila pomoč, ki jo daje terapevt pri vzpostavljanju človeku ustreznega vrednostnega sistema. »Psihoterapija, ki temelji na razumevajočem odnosu do življenja, je zahteva današnjega časa« (Bühler 1972, str. 85).

Največji prispevek njene teorije je, da so njene teoretične postavke rezultati analize dela v psihoterapevtski praksi (kriza vrednot, osamljenost, problemi iskanja lastne identitete, iskanje življenjskega smisla), torej so izšle iz izkustva o življenju človeka.

3 Sklep

Teoretična psihologija, ki se ukvarja z empiričnim preučevanjem človekove osebnosti, je pravzaprav z vsako teorijo osebnosti razkrila in utemeljila del naše notranjosti. V zgodovinskem pregledu se zelo dobro vidi, kako je potekalo to raziskovanje in kako se slika naše osebnosti vedno bolj izpopolnjuje tako pri zdravem kot pri bolnem posamezniku.

Nemogoče si je zamisliti delovanje naših psihičnih procesov brez poznavanja naše instiktivne narave, podzavestnih procesov in pomena zgodnjih doživetij otroka, ki nam jih je razkril Freud in njegovi učenci.

Objektivistične teorije so nam dokazale, kako pomembne so človekove reakcije, vedenje in fiziološki procesi. Vse behavioristične teorije se zelo uspešno uporabljajo v terapevtske namene zdravljenja odvisnosti in drugih psihičnih težav, saj izhajajo iz predpostavke, da posameznik lahko spremeni pogoje okolja sebi v prid.

S humanistično usmerjenimi teorijami pa smo pridobili vpogled v raziskovanje zdravega človeka, ki s svojo ustvarjalnostjo in cilji stremi k samoaktualizaciji. Teorije, pogledi na človeka in življenje, se vedno bolj interdisciplinarno prepletajo in dokazujejo, da človek ni samo nagonsko bitje, niti ni samo bitje, ki odreagira na določene dražljaje v svojem okolju, temveč je zlasti bitje, ki želi uresničiti svoje potenciale, se nenehno spreminjati in se preizkušati, kaj zmore. V ozadju je torej vedno težnja po napredovanju in osebnostni rasti. Kadar posameznik zboli, pa je v ozadju vedno neka kriza lastne identitete, kriza vrednot in pomanjkanja življenjskih ciljev.

Kadarkoli imamo pred sabo pacienta ali svojca, je verjetno najpomembnejše vprašanje, ali bo zdravstveni delavec s to osebo prišel v spoštljiv in dober odnos, ali bo znal prepoznati njene vrline, pa tudi pomanjkljivosti, ali pa bo v njej videl le človeka, ki boleha za to in to boleznijo. Vsak pacient je mnogo več kot »bolezen«. Je osebnost, ki je sestavljena iz vseh čustvenih, spoznavnih, vrednostnih usmeritev. Je osebnost, v kateri se prepletajo vsa pretekla doživetja in upanje v prihodnost, in je osebnost, ki želi kljub bolezni živeti svoje življenje.

Zdenka Zalokar Divjak, PhD

Psychology as an important science in interdisciplinary integration with health care

Psychology with its scientific and especially applied knowledge in the field of theories of personalities has contributed a lot to all the natural as well as sociological sciences. The theories of personalities originate from two big psychological disciplines; from theoretical psychology and clinical psychology.

Theoretical psychology is concerned with empirical studies of psychic laws and deductive studies of psychic laws, many times intertwined among themselves. Clinical psychology, however, is concerned with mental disorder and mental distress and has accordingly developed many psychotherapeutic approaches, each of them with its own methodology, theoretical basis and work techniques that offer help to individuals and groups.

The first among the more well-known classifications is the division into integral and elementaristic theories. It is typical for integral theories to view an individual's personality traits from the viewpoint of overall personal integration. Belonging among integral theories are all typologies, psychoanalytic theories, field theories, the Gestalt theory etc.

For elementaristic theories, however, it is the typical analysis of personality into elements that induce the structure of a whole personality. Into this group are included factorial theories, trait theories of personalities and many physiologically- and behaviourist-oriented theories.

The second classification is the division of personality theories into three directions:

- psychoanalytic theories,*
- objectivistic theories,*
- humanistic theories.*

In the article, humanistic theories will be especially presented, which are especially theories of consciousness and tried to surpass previous theories »theories of human deficiency« and added concepts such as self-realization, self-motivation etc. Organismic theories (Goldstein and Angyal) are already the predecessors of these theories and Allport's theory of the functional autonomy of motives.

The main tasks of humanistic psychology were oriented into the research of a healthy and full human life, and thereby determining the goals, methodology and theoretical basis of a humanistic concept of a human's nature. Their concept is focused on man's experiencing as the primary, irreplaceable phenomena of research. Into their research area, they enter man's qualities, such as creativity, choice, valuation, interest in the development of man's potential possibilities.

The detection and research of a humanistic image of man have implications in therapy as well as in education.

As the most apparent representatives of humanistic theories, the following will be presented:

- *Carl Ransom Rogers,*
- *Abraham Maslow,*
- *Charlotte Bühler.*

Ad 1) Non-directive theory of Carl R. Rogers

He tried to implement objective methods of science for the study of a subjective world of experiencing; therapy to him means an experience, in which man's subjectivity is reflected.

In his study of man's personality, he did not focus on studying individual instincts and motives that led an individual into activity and led him towards his goal, because to him, an individual is fundamentally active and realizes himself. Man is always oriented forward, whereby the dynamics are not focused on the reduction of tension as behaviours argued, they favoured the tendency for self-actualization and growth.

In psychotherapy, he developed »client-centred« non-directive therapy (1951), where he was especially interested how it comes to changes in human personality.

Rogers' greatest contribution is connecting clinical practice with theory and research. He was extremely scientifically consistent, despite intuitive clinical work, because he has developed clinically appropriate standards of personality and showed the values of research in this area.

Ad 2) Self-actualization theory of Abraham Harold Maslow

Maslow (1962) gave the initiative for founding the Association for humanistic psychology, the so-called »third force« in psychology, next to behaviourism and psychoanalysis.

In his work, he emphasizes the humanistic image of man, who can realize their full potential. He focused mainly on studying mentally healthy individuals and wanted to supplement the image psychology created by studying underprivileged individuals. His basis is gathered in the following statements:

- 1. Every individual has an essential biologically-based inner nature, which cannot be altered and which does not change.*
- 2. An individual's inner nature is unique, one of a kind, and is partly characteristic of the species.*
- 3. Inner nature can be researched and uncovered what it is like.*
- 4. Man's inner nature is weak, not strong and infallible like animal instincts; habits cultural strains can easily overcome it.*
- 5. Man's inner nature keeps its dynamic efficiency even if it is suppressed. Dynamic efficiency is shown in urgent growth, a wish for health, and thus enables education and psychotherapy.*
- 6. An individual partly discovers and partly co-creates his inner nature.*
- 7. Man's nature is inherently not bad; it can be labelled as good or neutral, therefore it has to be discovered and encouraged.*

8. *An individual cannot be healthy if he himself and the people that he lives with do not accept his inner nature.*

Maslow deals with themes of man's inner nature, which he divides into:

- *theory of motivation,*
- *psychology of being.*

Ad a) Basic needs, hierarchy of motives, theory of gratification of motives, differentiation between motivated and unmotivated behaviour, needs of deficiency and needs of growth are typical for the theory of motivation.

He establishes the differences between an unhealthy and healthy personality with his concepts: deficiency needs and needs for growth. The satisfaction of unsatisfied needs of deficiency heals diseases. Deficiency needs are voids that need to be filled with the help of other people; therefore, an individual is very dependent on relations from the environment.

The needs of growth are the needs of self-actualization, the tendency to realize man's potential; that is what is fundamental for man. Growth does not mean only comfort but also pain, because each amount of progress is a risk; it means abandoning something familiar, as an easier way of life for a more demanding and more difficult one. It also demands courage and strength from the individual.

Ad b) Psychology of being

The states of being are goal-oriented behaviour or motivation with growth needs. Maslow states: »The process of growth is the process of becoming a person. Being a person is different«.

In his works, he states that the real description of reality depends on the mental health of an individual. Neurosis and psychosis mean hindered growth, because cognitive diseases distort perception, retention, and thinking.

Maslow's theory signifies a great contribution towards understanding oneself and other people, as well as society as a whole. It focuses on man's basis – what he can do and where he is headed, which is the eternal object of psychology as a science as well as education and psychotherapy.

Ad 3) Humanistic theory of personality by Charlotte Bühler

*In one of the most read books by Charlotte Bühler, *Psychologie im Leben unserer Zeit*, a thesis that modern psychology can help man live a more creative, fuller and more authentic life is presented.*

Charlotte Bühler defines personality as a dynamic system, which is constantly developing and changing, and is in mutual relationship with the environment. This system is, however, oriented towards a goal. The central problem of her theory is man's motivation, which she defines with concepts of life goals and values. Four life tendencies lead to man's fulfilment:

1. *the tendency for personal satisfaction in sexuality, love and self-conformation,*
2. *the tendency for adjustment, self-limitation, belonging, safety,*
3. *the tendency for expressing oneself and creativity,*

4. *the tendency for combining and maintaining inner order.*

Fulfilment means that an individual has improved in all four tendencies, regardless of which tendency was more important. The final goal of fulfilment is shown by a successful life. When life is successful, it enables individuals to expand, adapt, and restore their inner order.

The greatest contribution of her theory is that her theoretical points are the results of work analysis in psychotherapeutic practice (crisis of values, loneliness, problems in searching of one's own identity, searching for the meaning of life), therefore stemming from the experiences of a person's life.

Theoretical psychology, which is concerned with the empirical study of an man's personality, has with each theory actually revealed and established parts of our inwardness.

It is impossible to imagine our psychic processes functioning with knowing our instinctive nature, the subconscious processes and the meaning of a child's early experiences that were revealed to us by Freud and his disciples.

Objectivistic theories have proved to us how important man's reactions, behaviour and physiological processes are. All behaviourist theories are very successfully used for the therapeutic purposes of addiction treatment and other physical problems, because they originate in the presumption that an individual can change the environmental conditions in his favour.

With humanistically oriented theories, however, we have gained an insight into the research of healthy man, who strives for self-actualization with his creativeness and goals. Theories, views of man and life are increasingly interdisciplinary intertwined and prove that man is not only an instinctive creature, which reacts to different stimuli in his environment but is in particular a creature that wishes to realize his potentials, to constantly change and test himself of what he is capable. There is therefore in the background always a tendency for progress and personal growth. When an individual is sick, there is, however, always a sort of personal identity crisis in the background, a crisis of values and a lack of goals in life.

Whenever there is a patient or a family member in front of us, the most important question is probably whether the health worker will enter a respectful and good relationship with that person, whether he will be able to recognize his virtues as well as imperfections or whether he will see him only as a man that suffers from this or that disease. Every patient is a lot more than »just a disease«. He is a personality combined from all emotional, cognitive, value views, and standpoints. He is a personality in which all past experiences and hopes for the future are intertwined and he is a personality that wishes to live his life despite disease.

LITERATURA

1. Bühler, Ch. (1962). *Psychologie im Leben unserer Zeit*. München/Zürich: Droemer Knaur.
2. Bühler, Ch. (1972). *Introduction to humanistic psychology*. Monterey: Brooks and Cole Publishing Company.
3. Freud, F. (1942 – 1952). *Gesamtaufgabe*. London: Band I-XVIII und Zusatzband.
4. Maslow, A. H. (1954). *Motivation and personality*. New York: Harper and Row.
5. Maslow, A. H. (1962). *Toward a psychology of being*. Princeton: D. van Nostrand.
6. Musek, J. (2010). *Psihologija življenja*. Vnanje Gorice: Inštitut za psihologijo osebnosti.
7. Rogers, C. R. (1951). *Client-centred therapy*. Boston: Houghton Mifflin Co.
8. Rogers, C. R. (1964). *Toward a science of the person*. Chicago: The University of Chicago Press.
9. Skinner, B. F. (1972). *Beyond freedom and dignity*. London: Jonathan Cape.