

Jak může psychologie přispět k řešení problémů naší doby?

Vladimír Smékal

*Katedra psychologie, FSS MU, Brno
smekal@fss.muni.cz*

Motto:

„Technické pokroky devatenáctého století lidstvu mnoho štěstí nepřinesly. Štěstí vyžaduje moudrost. Musíme znát sebe i druhé, ... a toto poznání přinese psychologie. Přejde doba, kdy psychologie překoná svá dětská léta utváření, opustí školu a vstoupí do života. Tento okamžik bude jedním z nejdůležitějších v lidské historii.“ (G. Heymans, 1909).

Úvod

V této studii se pokoušíme především o inventarizaci úkolů, které by měla řešit psychologie jako základní věda. Všude, kde to téma dovoluje, však naznačuje důležité praktické implementace. Čtenář se tedy setká s přehledem výzev, které dává doba akademické psychologii, a těm aplikovaným psychologickým vědám, které by se měly podílet na řešení globálních problémů té oblasti praxe, které se týkají – zejména v oblasti poradenství, psychoterapie, vytváření a ověřování programů vzdělávání manažerů a dalších odborníků, pro něž je psychologie práce s lidmi podstatnou součástí profese.

Jaká řešení jsou v možnostech psychologie?

Naše orientace v tom, co vyžaduje doba, ve které žijeme, bude záviset na tom, ke kterému z protikladů níže uvedených paradigmat máme blíže díky svým kognitivním stylům.

fragmentarizace	celistvost
singularismus	pluralismus
nezávaznost	nárok na závaznou platnost
pesimismus	optimismus
konzumismus	skromnost
globalizace	respekt ke specifickému
relativizace všeho	předpoklad existence pravdy
absence volního úsilí	vůle jako hodnota
skepse	ideál
mediální manipulace	deklarovaná svoboda volby

Které problémy, jež se před námi vynořují, můžeme považovat za klíčové?

Nebude na škodu uvést několik historických paralel, které naznačují, že jsou určité nadčasové výzvy adresované psychologii snad již od pravěku.

Už ve staré Indii bylo konstatováno, že „nejvíce zla v lidech a národech pochází z **nevědomosti, strachu a sobectví**“.

Jeden z největších světových historiků Edward Gibbon (1737-1794) uvádí následujících **pět hlavních příčin rozkladu a pádu římské civilizace**: (1) Zhroucení rodinné struktury, (2) Oslabení smyslu pro osobní zodpovědnost, (3) Nadměrné daně, striktní řízení a vládní intervence, (4) Vyhledávání takových zábav, které se stávaly stále více hedonistickými, násilnými a nemorálními, (5) Úpadek náboženství.

Neméně závažný je seznam osmi smrtelných hříchů člověka předložený ve stejnojmenné knize K. Lorenzem (1974): (1) Přelidnění země, (2) Pustošení našeho přírodního prostředí, (3) Závod člověka se sebou samým, (4) Mizení všech silných citů způsobené změkčilostí, (5) Genetický úpadek, (6) Rozchod s tradicí, (7) Rostoucí poddajnost lidstva vůči doktrínám, (8) Vyzbrojení lidstva nukleárními zbraněmi. Z nich jsou pro psychologii nepřímo významné všechny uvedené problémy, a přímou výzvu představuje třetí až sedmá položka.

M. Gándhí pranýřoval **sedm moderních sociálních hříchů**, které rovněž obsahují závažnou psychologickou komponentu a úkol ke zkoumání: (1) politiku bez principů, (2) podnikání bez morálky, (3) bohatství bez práce, (4) výchovu bez charakteru, (5) vědu bez lidskosti, (6) požitek bez svědomí, (7) náboženství bez sebekázněmi.

Desetiletí sociálních věd a psychologie,

které navazuje na desetiletí výzkumu mozku a které bylo vyhlášeno APA (Americkou psychologickou asociací) pro léta 2001 – 2010, doporučuje jako výzkumné priority hledání příčin a biosociálních podmínek duševních poruch a rizikového asociálního a delikventního chování, a pochopitelně ověřování postupů vedoucích k biologickému, psychickému a sociálnímu zdraví. Zdárné splnění plánovaných výzkumných projektů je odhadováno za pozitivní průlom do kvality života milionů lidí nejen v USA.

Úkoly vědy v první polovině 21. století

V publikaci *Příštích padesát let - Věda v první polovině 21. stol.* (uspořádané J. Brockmanem, který je zakladatelem a prezidentem nadace Edge Foundation, založené 1988 jakožto klubem předních myslitelů ze všech oborů lidské činnosti) je výslovně psychologii věnováno 8 příspěvků z 25 a dalších 5 s psychologií souvisejí. Pro zajímavost uvádíme seznam autorů s názvy jejich studií:

1. B. Goodwin (*Ve stínu kultury*) /48-56/
2. M. D. Hauser (*Mozky na výměnu*) /57-65/
3. A. Gopniková (*Co se vědci naučí od dětí?*) /66-75/
4. P. Bloom (*Formování teorie morálního vývoje*) /76-84/
5. G. Miller (*Delikátní věda*) /85-91/
6. M. Csikszentmihalyi (*Budoucnost štěstí*) /92-101/

7. R. M. Sapolsky (*Budeme za padesát let stále smutní?*) /102-109/
8. R. Brooks (*Spojení těla a stroje*) /168-176/
9. R. G. Schank (*Budeme už příště chytřejší?*) /187-195/
10. J. Ledoux (*Mysl, mozek a vědomí*) /219-228/
11. J. R. Harrisová (*Proč jsme takoví, jací jsme: Pohled z r. 2050*) /229-238/
12. S. Barondes (*Drogy, DNA a analytikův gauč*) /239-247/
13. N. Etcoffová (*Snímání mozku, oděvní doplňky a letmá setkání*) /248-258/

V následujících odstavcích uspořádáme náměty autorů monografie „Příštích padesát let“ a náměty dalších významných studií, které otvírají nové pohledy na úlohu psychologie v nastávajícím století. Budeme postupovat podle míry obecnosti od globálních ke speciálním okruhům problémů, jejichž řešení si nastávající doba vynucuje. Doplnujeme je vlastním komentářem.

Globální otázky pro základní výzkum

Výzkumy týkající se podmínek utváření a fungování osobnosti zejména se zřetelem k sociální a etické kultuře osobnosti

- Výzkum úlohy srdečnosti a empatie terapeuta a vůbec každého, kdo na člověka působí od raného dětství (13)
Komentář: Náměty obsažené vyplývající z uvedeného úkolu lze rozšířit jednak o nejnovější poznatky o dětských vrahcích a teroristech, které se shodují v konstatování, že rozhodujícím antecedentem těchto sociálně patologických jevů je právě absence empatie a prosociální orientace a jednak o požadavky výchovy pracovníků s lidmi od úředníků státních i místních úřadů až po personalisty firem k respektování sociální kultury jednání s lidmi.
- Výzkumy v oblasti psychologie mravního jednání (3)
Komentář: Vysoce aktuálním tématem pro profylaxi, prevenci i vytváření formativních programů týkajících se negativního sociálního chování, jsou právě výzkumy zákonitostí morálního vývoje. „*To, co potřebujeme, je teorie etického vývoje posvěcená mezioborovou spoluprací, mimo jiné kognitivní psychologii a evoluční teorií.*“ O psychogenezi patologických sociálních jevů pojednávala již ve čtyřicátých letech minulého století velmi inspirativně i pro dnešní dobu J. Krakešová-Došková z r. 1947: *Psychogeneze sociálních případů*). Potřebujeme teorii etického vývoje oplývající stejným intelektuálním bohatstvím jako teorie jazykového vývoje a teorie učení. Pouze pak můžeme smysluplně uchopit problémy, jako je kauzalita a prevence sociální patologie. (4)
- Pro zvýšení efektivity vzdělávání i celoživotního učení je důležité zkoumat a vytvářet plně kvalifikované a využitelné teorie o tom, jak se člověk učí. (3)
Komentář: Gopniková konstatuje, že naše vůle a schopnost učit se „zkrátka nemůže být jen výsledkem vzdělání nebo výchovy nebo promyšlených sociálních institucí – spíš to vypadá, že je elementární součástí naší lidské přirozenosti.“

- Proti orientaci vzdělání na kumulaci vědomostí či informací je třeba orientovat psychodidaktické výzkumy na nalezení efektivních programů probouzení dovedností klást dobré otázky, ale i nové zkoumání toho, jak reflektovat zkušenost a využívat ji ve zvládnání úkolů života a řešení problémů (9).

Komentář: V tom je podstata rozvoje nejen kognitivní inteligence, jak na to poukázal už R. Sternberg. Roger C. Schank konstatuje, že „vzdělání v pravém slova smyslu vždy souviselo spíše s konáním než s věděním.“

Na to ostatně upozorňovala celá řada učenců napříč lidskými dějinami: „*Neboť to, co se můžeme naučit, než to dokážeme používat, se naučíme tím, že to vykonáváme.*“ (Aristoteles) „*Není možné člověka něčemu naučit, lze mu pouze pomoci objevit znalosti v něm samém.*“ (Galileo Galilei) „*Slyším a zapomenu; vidím a zapamatuji si; konám a rozumím.*“ (A. S. Neill, ale původně Konfucius) „*Jediným zdrojem znalostí je zkušenost.*“ (A. Einstein)

Výzkumy způsobů **pěstování duchovních mohutností a ctností** představují znovu obnovený zájem o oblast vůle, charakteru a duchovní kultury osobnosti, které se v minulém století postupně z psychologie vytrácely. Uvedeme alespoň názvy kapitol klíčové monografie shrnující dosavadní tradici a otvírající nové horizonty.

Ch. Peterson & M. E. P. Seligman (2004): *Character Strengths and Virtues – A handbook and Classification*. Oxford, University Press. 800 stran.

- MOUDROST A VĚDĚNÍ (kreativita, zvědavost, otevřenost zkušenosti, kritické myšlení, touha učit se, prozíravost – moudrost)
- ODVAHA/COURAGE (statečnost, píle, integrita, autenticita, čestnost, vitalita, nadšení, energie)
- HUMANITA (láska, laskavost, pomáhání, altruismus, sociální inteligence, emocionální inteligence)
- SPRAVEDLNOST (občanská slušnost, sociální odpovědnost, loajalita, týmovost)
- UMÍRNĚNOST/TEMPERANCE (odpuštění, milosrdenství, skromnost, sebekontrola)
- TRANSCENDENCE (Oceňování krásy a vznešenosti, úžas, pozdviženost, vděčnost, laskavost, naděje, optimismus, veselost, radostnost, duchovnost, víra, otevřenost smyslu)

Výzkumy týkající se nemocí a zdraví

- Studium dobrého zdraví je stejně důležité jako studium etiologie, patogeneze a symptomatologie duševních chorob, na což upozornil už na počátku devadesátých let minulého století M. Seligman, který svými pracemi o naučené bezmocnosti a naučeném optimismu inspiroval vznik a rozmach pozitivní psychologie (13).

Komentář: Ve studii se vyskytuje slogan „Freud odchází, Darwin přichází“, který výstižně naznačuje, že darwinovsky orientovaná psychosomatická medicína se stane základní paradigmatickou nahrazujícím evolučním pohledem strohý determinismus klasické organopatologie. „Zaměření praktické psychoterapie se přeorientuje z chorob na náchylnosti, z příznaků na adaptivní obranu, z výlučného zkoumání individuální historie na studium sdílených aspektů lidské zkušenosti.“

- Stále závažnějším problémem utrpení narůstajícího počtu lidí budou **deprese**. R. M. Sapolsky píše: „Otázka, kterou nakonec musíme položit vědcům, kteří se touto chorobou zabývají, klinickým

lékařům a dokonce i vývojovým psychologům, nezní, proč tak mnoho z nás podléhá depresím, ale spíše, jak před nimi co nejvíce lidí ochránit“ (7).

Komentář: Zájemci o logoterapii vědí, že na tento problém poukazyval již před 60 léty V. Frankl, který upozornil zejména na souvislost depresí se ztrátou smyslu života. Jiní autoři spatřují souvislost s narůstajícím narcismem jako sociokulturním fenoménem doby.

- Velkým problémem, na jehož řešení se bude muset psychologie připravovat, jsou psychosociální, morální a spirituální důsledky transplantace mozku a eventuálně další zásahy do biologické integrity člověka, jako může být klonování, pokud bude prosazeno navzdory všem právním a morálním výhradám (2).
- Psychologicky je třeba interpretovat a hledat cesty, jak člověku pomoci přizpůsobit se různým implantátům – zrakovým (sítnicovým), sluchovým, nervovým (které umožňují např. pohybovat kurzorem myši pouhou silou vůle) (8).

Komentář: R. Brooks odhaduje, že „během příštích deseti až dvaceti let dojde ke kulturnímu posunu, kdy lidé budou vnímat robotiku, technologie, ocel a křemík ve svém těle jako cestu k lepšímu pochopení a interakci s okolním světem.“ Odhaduje, že je možné, aby kdokoliv měl přímo v mozku zabudované zařízení k bezdrátovému připojení na Internet. Genové inženýrství vtrhne podle něj do našeho života již během následujících 20 let.

- Obrovskou a dosud spíše akademicky a životu vzdáleně přijímanou výzvou je zkoumání sociálně psychologických podmínek, jejichž zavedení by zastavilo rapidní pokles kvality života na celém světě (1).

Výzkumy týkající se vědomí

- Otázka původu a podstaty vědomí se stává klíčovou na prahu 21. století. „Odkud se bere vědomí?“ má jako podotázku „Odkud se berou pocity?“ – filosofové zdůrazňují, že jde o fenomén emergence, která překračuje hranice klasického determinismu (1).
- Zásadní výzkumné téma – s nevídanými antropologickými i teologickými konsekvencemi – zní: „Jak může příliv a odliv krve v mozku a ona spletitá pavučina synaptických spojení ztělesňovat naše pocity, obsahovat naše myšlenky?“ (13)
- Jak rozdíl mezi jednotlivci podmiňují procesy, které utvářejí vědomí či osobnost člověka. (10) Zde je pozoruhodné, že J. Le Douarin předpokládá, že osobnost je dána vědomím, což formuloval již J. F. Herbart před více než 150 lety.
- Hledání léku proti depresím a existenciální frustraci spatřuje M. Csikszentmihalyi ve zkoumání a využívání poznatků o flow fenomenu, který je novou interpretací konceptu „proud vědomí“, s nímž již před více než 100 lety přišel W. James. Zkoumání proudu vědomí v tomto širokém vztahovém rámci nutně zahrnuje i taková témata – jimž věnují stále více pozornosti významná světová pracoviště – jako jsou „moudrost, životní cíle, vnitřní pohnutky, spiritualita a další ...“ (6) Připomíná v této souvislosti zakladatele pozitivní psychologie M. Seligmána, který vypracoval seznam charakterových sil a předností (ctností) a popsal je v reprezentativní monografii s kolektivem spolupracovníků (viz výše). „Dalším /výzkumným/ krokem je shromažďování poznatků o tom, jak jsou tyto přednosti pěstovány a rozvíjeny. Takové poznatky nakonec prostoupí celou naši profesí a získají pro ni stejnou vážnost, jakou má dnes terapeutická a preventivní praxe.“

Metodologické výzvy

Nové otázky, které psychologii nastávající doba klade, vyžadují a nutnost jednak doplnit klasickou kvantitativní metodologií – ostatně inspirovanou zemědělským výzkumnictvím – o kvalitativní získávání a zpracování výzkumných dat a jednak najít nový způsob kladení otázek a nový způsob myšlení v psychologii.

- Důraz nejen na podporu kvalitativní metodologie, ale i na rehabilitaci kvalitativní vědy vůbec (1). Dokládá to např. monografie Iana Parkera o kvalitativní psychologii a rozmach naratologie, kterou u nás tvořivě rozvíjí a aplikuje na psychologická data I. Čermák
- M. D. Hauser ve své stati formuluje významný metodologický problém jednoznačnosti výzkumných výsledků a mnohoznačnosti závěrů, které z nich vyplývají. (2)
- Významným úkolem je projasňování terminologie – souvislostí mezi psychickým útvarem, jeho mentální reprezentací a jeho pojmenováním, ale i jeho sociogenezí a neurologickým zakotvením. O tomto teoretickém, epistemologickém a metodologickém problému pojednávají monografie G. Batesona (2006), která je zásadní výzvou nejen pro současnou a budoucí psychologii, a nepřímo i dílo E. Goldberga (2006) o paradoxech moudrosti.
- Psychologie tím, že se téměř celé století nevěnovala introspekci jako výzkumné metodě i jako základně sebeformativních technik reflexe a sebereflexe, přenechala tyto mocné nástroje selfmanagementu esoterice, která s nimi zachází nekriticky a tak je diskredituje. Pro rozvíjení etické a duchovní kultury osobnosti je to velká brzda a pro psychologii velká výzva – rehabilitovat introspekci jako metodu poznání v akademické psychologii a jako nástroj kultivace osobnosti v psychohygieně a v psychoterapii.
- Empirické i teoretické vytváření využitelné kategorizace situací je velký dluh psychologie oborům, které na psychologii navazují – ať už jde o pedagogiku, sociální práci či rehabilitační programy.
- K pochopení utváření osobnosti a vědomí bude nutné hledat a ověřovat nové metody snímání mozkové aktivity a vytvářet technologie pro ohodnocování složitých atributů lidského vědomí cestou mapování vzorů genové exprese. „Jakmile bude technologie dokonalejší a my budeme moci zaznamenávat genové projevy v reálném čase, otevře se nám celý nový svět psychologické komplexity. Spatříme soulad mezi moderními sociálními situacemi a geneticky podmíněnými behaviorálními schopnostmi, které se v těchto situacích uplatňují. Rovněž se přeneseme přes onen zmatený blábol, že povaha a výchova jsou „neoddělitelně“ spojeny, a budeme jasněji chápat, jak určité situace, myšlenky a pocity aktivují určité geny – a vice versa.“ (5)
- Neurofyziologické zkoumání mozku pomocí funkčních snímačů magnetické resonance s cílem najít souvislosti s vědomím (10)
- Využití elektronické počítačové techniky pomocí nositelných detektorů k monitorování úzkosti, deprese, vyčerpání a jiných psychických stavů ohrožujících životní pohodu (13)
- Pro metodologickou inspiraci k ujasnění struktury proměnných psychologických výzkumů nabízím schéma proměnných podle kategorií zadaného předmětu zkoumání.

Model CREDO'S

C = (consequentio) důsledky, výsledky činnosti

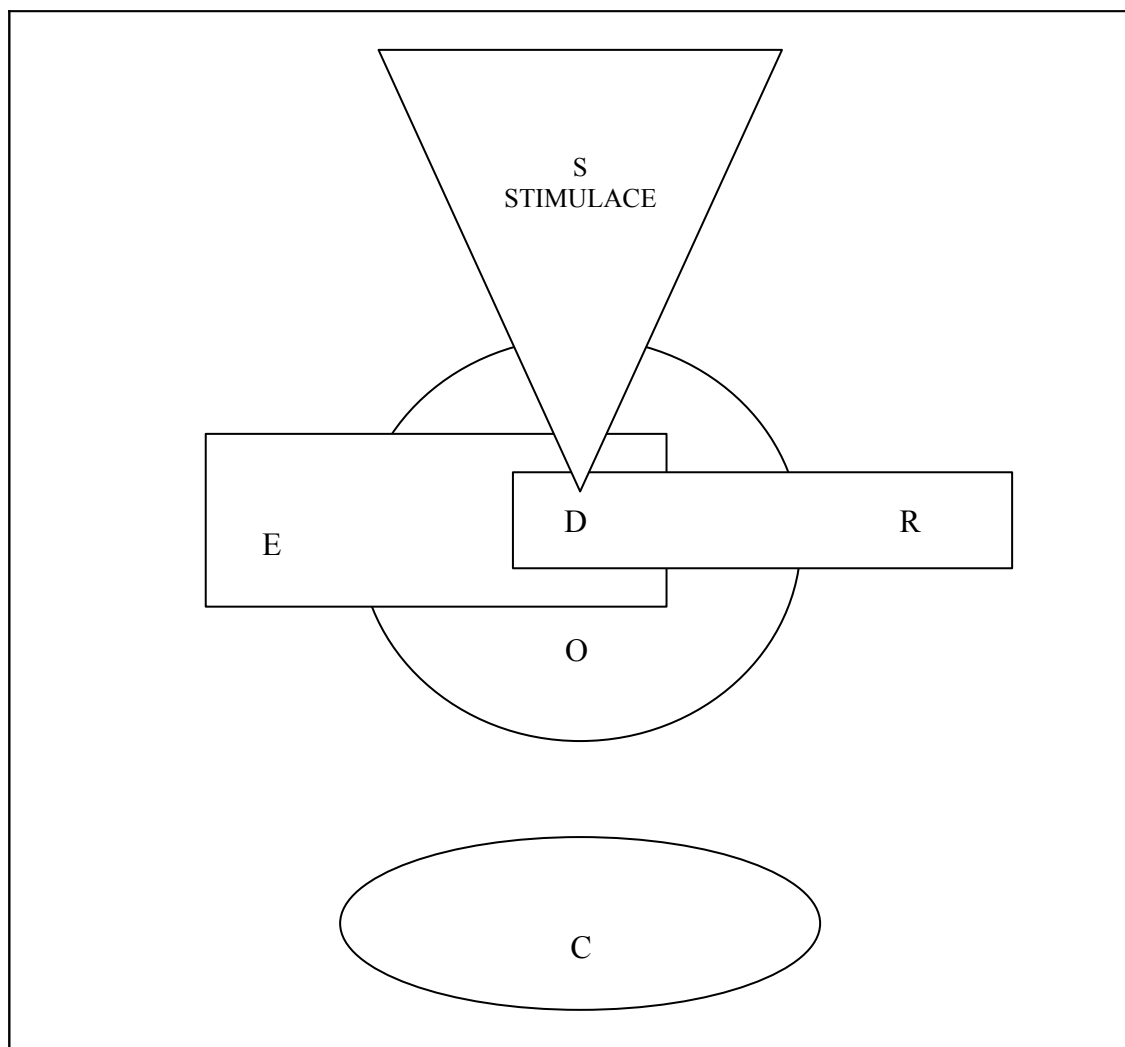
R.= (response) odezva, reakce, projev, chování

E = (experientia) prožívání, vědomí, zkušenost, mysl

D = (dispositio) vrozené a získané předpoklady

O = organismus, morfologie a fyziologie

S = stimulace, vlivy, které působily v osobní historii jedince; a které aktuálně působí (aktuální situace)



Problémy s okamžitě využitelným řešením

- V organizační psychologii se ukazuje jako vysoce aktuální nahradit profesiografická schémata
 - analýzou jednotlivých pracovních funkcí
 - a to spíše v procesuální než v dispoziční perspektivě – tedy jako struktury typických činností s uvedením kompetenčních nároků profese
- Optimální varianty výcvikových programů selfmanagementu pro jednotlivé kategorie pracovníků s lidmi
- Zkoumání sociálně psychologických podmínek, jejichž zavedení by zastavilo rapidní pokles kvality života na celém světě (1)

Cesty ke zvýšení implementační produktivity psychologie

Mají-li výzkumy vést k výsledkům buď přímo využitelným nebo k poznatkům, které lze zprostředkovaně využít v explanaci dalších výzkumných dat a faktů či k formulaci intervenčních nebo preventivních programů, je nezbytné, aby psychologové či výzkumné týmy trvale přihlížely -

- k morálním souvislostem bez moralizujících komentářů
- k pozitivnímu vyznění výsledků (viz Seligmanův obrat od zkoumání „naučené bezmocnosti“ k výzkumu cest vedoucích k „naučenému optimismu“)
- k odvaze „jít proti proudu“ - nebát se budovat „Ostrůvky pozitivní deviace“
- k odpovědnosti za svět
- ke spirituálním souvislostem získaných poznatků

Jak postupovat při strukturování klíčových problémů

- Vytvoření mapy problémů
- Pojmová dekompozice toho, co do jednotlivých klíčových problémů patří
- Strukturovat psychologický problém pomocí modelu CREDO'S
- Hledání aktuální geneze (příklad: postup řešení problému)
- Vývoj a změna procesu, kvality, celku osobnosti
- Vyvolávající podněty
- Vnější (situační, environmentální) a vnitřní (organismové, osobnostní) podmínky a okolnosti
- Průběh
- Důsledky

Psychologie nemá výkonnou moc, ale může přispět svými poznatky institucím, které realizují intervenční či preventivní programy

- Psychologie nemá výkonnou moc, může jen poukazovat na souvislosti mezi událostmi, charakteristikami ducha doby, životními podmínkami a pravděpodobnými důsledky
- a může formulovat programy prevence, profylaxe
- a programy intervenční pro rizikové skupiny, které v těchto programech přijmou účast.
- Cestou k řešení by bylo vytváření komplexních výzkumných týmů s účastí psychologů, které by kombinovaly extenzivní kvantitativní výzkum s intenzivní kvalitativní metodologií.
- Důležité je zaměření na analýzu odchylek pomocí metodologie heteroscedastické analýzy.
- K ověření účinnosti intervenčních programů i programů prevence je nezbytné průběžné vzdělávání instruktorů a vyhodnocování jejich efektivity **evaluačními** výzkumy.
- Účast na projektech a iniciování projektů, které řeší otázky života v **občanské společnosti**.

Závěry

- Zkoumání antecedentů problémových i pozitivních charakteristiky a procesů
- Zkoumání konsekvencí událostí, prožitků i chování
- Zkoumání osobních i organizačních projektů (Co dělat, aby ...)
- Zkoumání aktuální geneze duševního dění

Aktuální oblasti pro výzkumy s účastí psychologie

- Občanská společnost, problémy komunitní psychologie
- Manželství, přátelství, partnerství, krize funkcí rodiny
- Školství – výchova, sekundární a terciální gramotnost
- Psychologie podnikání, organizační a pracovní psychologie
- Psychologie zdraví
- Výzkum struktury a proudu vědomí
- **Fenomény:**
- Terorismus, nuda, necivilizovanost (absence etické a sociální kultury)
- Jak rozvíjet empatii a afiliaci, svědomí, smysl života, spiritualitu, jak překonávat narcismus a deprese
- Kvalita života seniorů, ageismus a pěstování občanských ctností, jejichž jádrem je respekt a úcta k životu

Literatura

Bateson, G. *Mysl a příroda – nezbytná jednota*. Praha, Malvern 2006.

- Dahlke, R. *Čím onemocněl svět?* Praha, Ikar 2004.
- Derrida, J., Roudinesco, É. *Co přinese zítřek?* Praha, Karolinum 2003.
- Gándhí, M. Viz H. Kung
- Gibbon, E. *History of the Decline and Fall of the Roman Empire*, 6 vol., 1776-1788 - *standard edition* by J.B. Bury; 7 vols, 1896-1900, rev. 1909-1914, 1926-1929).
- Huizinga, J. *Ve stínech zítřka*. Praha, J. Laichter 1938.
- Kung, H. *Po stopách světových náboženství*. Brno CDK 2006.
- Lepp, I. *Psychoanalýza lásky*. Signum unitatis 1991.
- Lorenz, K. *Osm smrtelných hříchů*. Praha, Panorama 1990.
- McGhee, P. *Thinking Psychologically*. New York, Palgrave 2001.
- Mündl, K. *Zachraňme naději – Rozhovory s Konradem Lorenzem*. Praha, Panorama 1992.
- Parker, I. *Qualitative Psychology – Introducing Radical Research*. Maidenhead, Open University Press 2005.
- Ch. Peterson & M. E. P. Seligman (2004) *Character Strengths and Virtues – A handbook and Classification*. Oxford, University Press. 800 stran.
- Popper, K. *Život je řešení problémů*. Praha, MF 1998.
- Příštích padesát let - Věda v první polovině 21. stol.* (Ed. J. Brockman). Praha, Argo 2004 (orig. 2002).
- Scott Peck, M. *Svět, který čeká na zrození*. Praha, Argo 2003.
- Seligman, M. *Opravdové štěstí*. Praha, Ikar 2004.
- Sorokin, P. A. *Krize našeho věku*. Praha 1948.
- Toffler, A., Tofflerová, H. *Nová civilizace*. Praha Dokořán 2001.
- Vybíral, Zb. *Kritická psychologie*. Praha, Academia 2006.
- Žakowski, J. *Obavy a naděje – Rozhovory o budoucnosti*. Praha, MF 2004.