



Vályi Gábor

A személyiséglélektan alapjai



A követelménymodul megnevezése:
Gyermekellátási alapfeladatok

A követelménymodul száma: 1868-06 A tartalomelem azonosító száma és célcsoportja: SzT-010-50



A SZEMÉLYISÉGLÉLEKTAN ALAPJAI

ESETFELVETÉS–MUNKAHELYZET

Két irodalmi példa az ember ábrázolására:

Babits Mihály: A második ének (1928)

"Megmondom a titkát, édesem a dalnak:/ Önmagát hallgatja, aki dalra hallgat./ Mindenik embernek a lelkében dal van,/ és a saját lelkét hallja minden dalban./ És akinek szép a lelkében az ének,/ az hallja a mások énekét is szépnak."

A XVII. századból származik Jean de la Bruyère: Jellemek című munkája; a szerző ezt írja Gilton gazdag fejezetében:

"Gilton friss színű, telt arcú, bő tokájú, tekintete szilárd merész, a válla széles, mellét kidüllesztí s biztos és határozott léptekkel jár. Mindig nagy önbizalommal beszél; ha valaki szól hozzá, kétszer is elismélteti szavát, és csak fél füllel figyel arra, amit mondanak neki. Hatalmas zsebkendője van, s nagy zajjal fújja ki az orrát; jó messzire köp, s hangosan tüsszent. Alszik nappal, alszik éjjel, és éjjel is nappal is mélységesen: társaságban is nyugodtan hortyog. Hogyha egyenrangúakkal sétál, mindig ő van középen; megáll, a többiek is megállnak; továbbmegy, s a többiek is vele tartanak. Ha valaki szót emel, félbeszakítja, kijavítja. Mindig vidám, türelmetlen, öntelt, közügyekről titokzatos képpel beszél, azt hiszi magáról, csupa szellem, ész és tehetség."

A segítség lényege a személyes kapcsolat. A segítség lényegéhez tartozik a segítő(k) és kliens(ek) személyes kapcsolata, kapcsolódása. A kapcsolatban és a kapcsolódásban a résztvevők személyesen, saját egyéniségükkel vesznek részt, vannak jelen.

A személyiség, a személyesség meghatározása elengedhetetlen eleme az ún. nyugati kultúra individualizált emberfelfogásának. Németh László író szerint az emberi nemet belül mindenki sajátos és egyedi példány, akinek öntőformáit a természet a megszületést követően összetöri.

Köznapis tapasztalat, hogy ugyanazt a feladatot más és más emberek különbözőképpen oldanak meg; ez igaz akkor is, ha azonos a feladatot végző emberek képzettsége. Az is köznapis tapasztalat, hogy változó körülmények között egy-egy ember alapjaiban ugyanúgy reagál, viselkedik. E két tapasztalat alapján az vetődik fel, hogy az ember csak rá jellemző vonásokkal, illetve e vonások variációinak eredményeképp csak rájuk jellemző személyiséggel rendelkezik?

A személyiség és az egyéniség a pszichológia egyik kulcskérdése. Erről a kulcskérdésről, a személyiséglélektan alapjairól szól ez a tananyag.

SZAKMAI INFORMÁCIÓTARTALOM

Elöljáróban egy feladat!

Feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

A tananyag a személyiségről, s annak pszichológiai értelmezéséről szól. Tanulótársával erről beszélgetve, milyen gondolata van az emberi személyiségről? Gondolatát írja le!

MUNKAANYAG

A SZEMÉLYISÉG

1. Gondolkodók gondolatai a személyiségről

A pszichológia célja az emberekben és az emberek között zajló folyamatok megismerése; elméleti és alkalmazott tudomány egyszerre. Kapcsolódik a természettudományokhoz (például: fiziológia, neurológia, biokémia, etológia, matematikai statisztika, nyelvészet) és a társadalomtudományokhoz is (például: szociológia, kulturális antropológia).

A pszichológia gyökerei – mint annyi minden tudományos elméletnek, és tudomány által igazolt tapasztalatnak – az ókori görög filozófusokig (Platón, Szókratész, Arisztotelész) vezethető vissza; az ókori filozófusai nem kevés kérdést és még több lehetséges választ fogalmaztak meg az emberi lélek, a psziché természetével kapcsolatban.

A pszichológia szó, fogalom megalkotását Rudolph Gocleniusnak, egy német skolasztikus filozófusnak tulajdonítják, 1590-ből. A szó elterjedésében döntő szerepet játszott a szintén német filozófus Christian Wolff, aki a lélek szerkezetéről szóló műveinek címévé is tette a pszichológiát 1732-ben.

A természettudományok fejlődésének és a 17–18. században lejátszódó felvilágosodás folyamatának (amely során az európai gondolkodás egyre inkább megszabadult a vallási, egyházi tekintélytiszteltre alapozott érveléstől) eredményeképpen a világ megismerésének módjára és az emberi lélek tulajdonságára két, egymástól eltérő filozófiai irányzat, a racionalizmus és az empirizmus is igyekezett magyarázatot adni. Mindkettő nagy hatással volt a pszichológia emberképére.

A racionalizmus René Descartes (1596–1650) nevéhez fűződik, aki úgy gondolta, a tudást, azaz a megismerést nem a tekintélyre, hanem magára az emberi észre, a rációra kell alapozni. Munkássága hozzájárult a természettudományos gondolkodás kialakulásához. Az emberi lélekről való gondolatai ma is visszaköszönnek nemcsak a pszichológiai, hanem a hétköznapi gondolkodásban.

A brit empirizmus a 17. század végén bontakozott ki Angliában és Skóciában. Egyik legfontosabb képviselője **John Locke** (1632–1704), amellel érvelt, hogy az ember elméje születéskor nem hordoz semmilyen tudást, hanem üres lap (latinul: tabula rasa). Erre a lapra minden tudást, ismeretet a külvilágból eredő tapasztalás ír rá. Locke három folyamatot vizsgált, amellyel az üres lap "feltöltődik":

- Észlelés, melynek során az elmében létrejönnek az ideák, a külvilág pszichés lenyomatai.
- Asszociáció, az ideák összekapcsolásának folyamata a korábbi tapasztalatok alapján.
- Absztrakció, aminek hatására az elme az egyes ideákból a közös jegyek elvonásával absztrakt fogalmak, ideák létrehozására képes.

David Hume (1711–1776) vetette fel, hogy a pszichés folyamatok (az asszociáció törvényszerűségei) is ugyanolyan **oksági törvények** alapján működnek, mint a fizikai világ kölcsönhatásai. Ez nagy jelentőséggel bírt a természettudományos pszichológia kialakulásában, mert így ezek a folyamatok is ugyanúgy tanulmányozhatóak, mint például a gravitáció törvényei.

A személyiség (persona) szó eredetileg maszkot jelent; a mai értelemben a személyiség fogalmát Goethe (1749–1832.) használta először. Allport (1896–1967) szerint a személyiség egyedülálló alkalmazkodás a környezethez.

2. A személyiséglélektan megközelítése

A pszichológia, ahogy megközelíti az embert, a személyiséget, az kifejezi tudományos emberképét; felfogását és véleményét az emberről. Hogy ezt az emberképet megértsük, érdemes a kályhától elindulni.

A pszichológia az emberi gondolkodással, viselkedéssel és érzelemvilággal foglalkozik; tágabb értelemben a szellemi és érzelmi folyamatok egymásra hatását vizsgálja és magyarázza. Látszólag ilyen egyszerű a pszichológia meghatározása. A tudománytörténeti feljegyzések alapján 1879-re tehető a pszichológia önálló tudománnyá válása. Az azóta eltelt idő alatt sokat formálódott a pszichológia. Több egymás mellett meglévő és érvényesülő elméleti irányzat született, megalakultak a főbb kutatási területek, és a pszichológiai alkalmazott területek száma is megnőtt.

A személyiséglélektan azzal foglalkozik, hogy milyen szerepet játszanak a külső és belső tényezők a személyiség kialakulásában.

Az egyszeri és megismételhetetlen emberre – Kosztolányi Dezső: Halotti beszéd: " Ilyen az ember. Egyedüli példány./ Nem élt belőle több és most sem él/ s mint fán se nő egyforma két levél,/ a nagy időn se lesz hozzá hasonló." – egyénre jellemző vonások, viselkedési jegyek, szokások nincsenek ellentétben azzal, hogy maguk a vonások, viselkedési módok, szokások nem egyetlen ember sajátjai, hanem a létező és már volt, illetve majd létező emberek mindegyikére jellemzők lehetnek. Tapasztalatból is tudjuk, hogy az egyes megkülönböztető jegyek együttesége alapján az emberek tipizálhatók.

Ha a vonások nem lennének általánosíthatók, és a személyiség nem lenne tipizálható, akkor nem értenénk meg például a művészet emberábrázolásait; ezek bőséggel mutatják be az egyes ember és "az ember" viselkedését, szokásait, jellemzőit.

Az emberi viselkedés megismerése, az embert mozgató energiák feltárása, az érzelmek értelmezése, mások és önmagunk megfigyelése az ókor óta az egyik központi témája az embernek. E központi téma lényege az emberi viselkedést meghatározó tulajdonságok feltárása, ezek biológiai vagy szociális eredetének körülírása, bizonyítása; a hangsúly azokra a jellemzőkre tevődik, melyek állandóak egy bizonyos személy viselkedésében, és amelyek közösek, általános érvényűek. A feltárt közös vonások szolgálnak kiindulópontként a különböző tipológiák megalkotásánál.

Minden személyiségelmélet célja, hogy az egyes embercsoportok egyénei között meghatározza azokat a jellemzőket, melyek közösek, és feltárja azokat a dimenziókat, melyek mentén az egyes kategóriák különböznek egymástól.

Tegyük különbséget a vonások és a típusok között!

A típus mindig valamilyen nem folytonos kategóriához való tartozást jelent. **A vonás** egy folytonos kategóriához való tartozást jelent; minden személy azonos vonásokkal rendelkezik, de eltérő mértékben. Például a nőiesség már vonást jelent, jóllehet egy férfi is lehet nőies.

Az ókori, kezdeti próbálkozások inkább a köznapi pszichológiával hasonlatosak. Az első személyiségtipológiák az ókorban, az emberről való gondolkodás születésével egyidőben jöttek létre.

A személyiségnek vannak tartós és "következetes" tulajdonságai, amelyek nagy gyakorisággal járnak együtt más speciális tulajdonságokkal – tartották az ókori tudósok. Ha sikerül valakit valamilyen típusba besorolni, akkor várhatóan bejósolható az illető tulajdonsága is.

Epodeklész négy típusba sorolta az embereket:

- Föld: állhatatos, segítségnyújtó,
- Víz: szertelen, érzelmeiben stabil,
- Levegő: képlékeny, érzelemmentes,
- Tűz: olyan, aki két végén égeti a gyertyát, hatalmas érzelmek, száguldó életvitel.

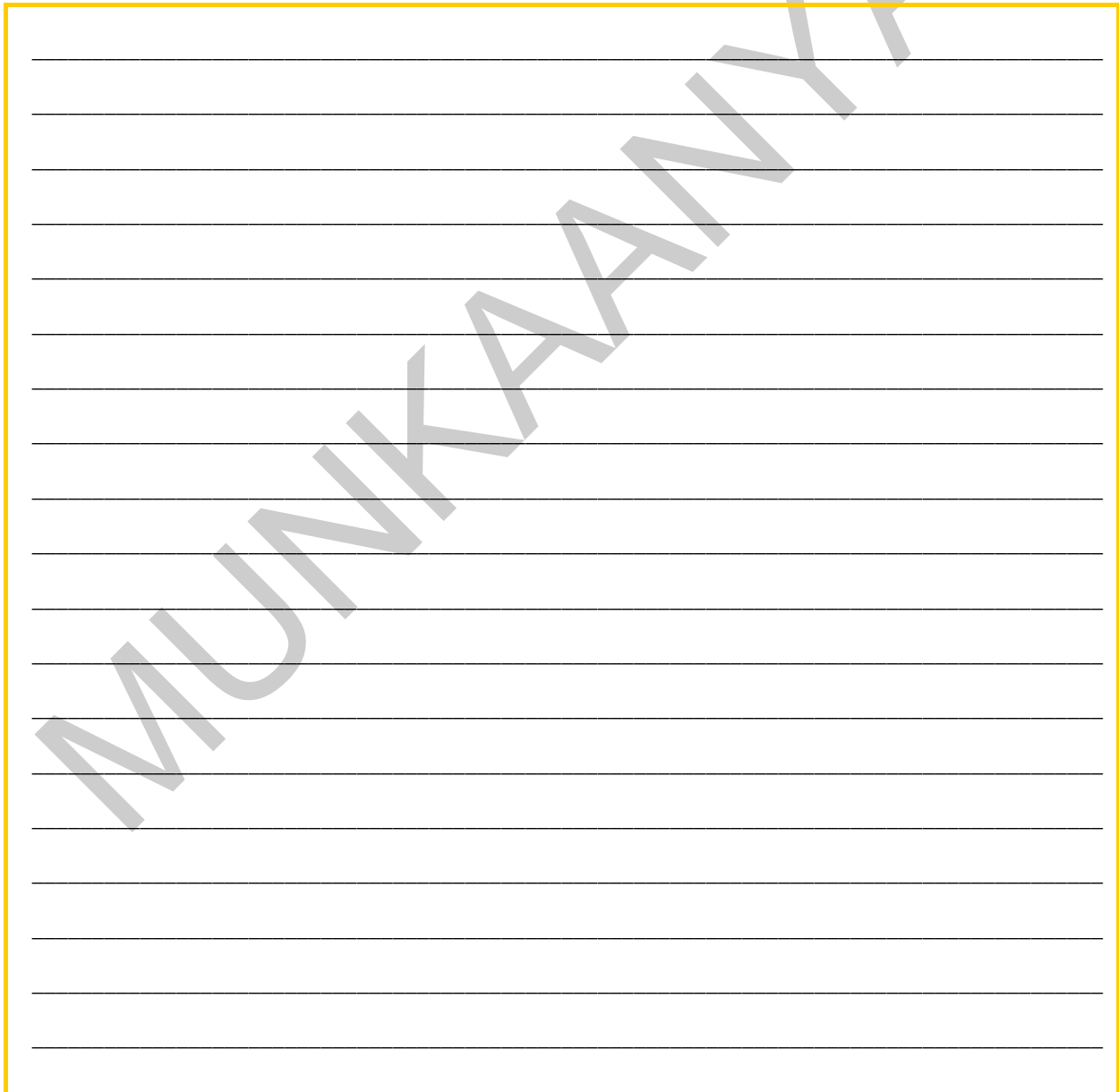
A Hippokratész és Galénosz által leírt vérmérsékleti típusok az ókori filozófiai tanításokból indultak ki; a világegyetem négy őselemből tevődik össze: levegő, föld, víz és tűz. A két filozófus szerint ennek a négy elemnek valamilyen módon tükröződnie kell a személyiségen belül. Abban az időben négy testnedvet írtak le (ez ma a hormonok megfelelői) és úgy gondolták, hogy az őselemek ezekben tükröződnek. Szerintük minden egyes személyiségen belül valamelyik testnedv túlsúlyban van és ezek hatására bizonyos személyiségtulajdonságok kerülnek előtérbe. Megfigyelték, hogy azok a személyek, akiknél ugyanaz a testnedv kerül túlsúlyba, hasonlítanak egymáshoz, meghatározza jellegzetes viselkedésüket, és befolyásolja személyiségük alakulását. Ezek alapján négy vérmérsékleti típust írtak le.

Ha a magyarázó elemektől most eltekintünk, akkor a leírásokban megfogalmazott tipológiák ma is állják a versenyt a modern személyiség-megközelítéssel. E "köznapi" típusok immár több mint 2500 évesek, ám az ezekben leírtak ma is ismerősek, s ismerősek, használatosak is maradnak.

Feladat:

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

Nézzon utána interneten, szakkönyvben, majd írja le a kolerikus, a flegmatikus, a szangvinikus és a melankolikus típus jellemzőit, majd vesse ezeket össze Epodeklész négy típusával!



Szintén hétköznapi tapasztalatok alapján tudjuk azt is, hogy vannak olyan emberek, akik hallgatagok, nem szívesen barátkoznak, szabadidejükben is szívesebben vannak egyedül; őket szoktuk befelé fordulónak, szakkifejezéssel introvertáltak mondani. Más emberek ezzel szemben inkább beszédesebbek, sok kapcsolódásuk, ismerősük, barátjuk van, szabadidejükben is szívesen maradnak másokkal együtt; őket szoktuk kifelé fordulónak, szakkifejezéssel extravertáltak mondani.

3. A személyiség lélektani értelmezése

Egymással látszólag **két ellentétes felfogás** is magyarázza a személyiség – mint fogalom – meghatározását, meghatározottságát.

Az egyik felfogás szerint az ember személyiségjegyeit a genetikai egyediség határozza meg. Ez a biológiai determináltság nem szerint, életkor szerint, endokrin rendszer szerint, illetve az idegrendszer differenciáltsága szerint értelmezi és definiálja a személyiséget.

A másik felfogás szerint a szocializáció során alakulnak ki az ember személyiségjegyei. A társadalmi determináltság azt jelenti, hogy az ember, mint egyén miként látja önmagát, saját társadalmi szerepét, milyen motivációkkal, érzelmekkel fordul mások felé, s milyen hatással van az egyénre a társadalom, illetve az ellenkező nemhez milyen a viszonya.

A két felfogás szembeállítása valójában csak látszólagos; **a két felfogás összeegyeztethető.**

Az ember biológiai, genetikai öröksége az egyéni tulajdonságok széles, sokrétű repertoárját alakítja ki, de hogy végül a genetikai adottságokból valójában mi fog az ember élete során realizálódni, az a környezeti és a társadalmi hatások befolyása alatt áll. Ám az is tény, hogy ami nem rendelkezik genetikai alappal, azt a környezeti hatás nem hozza önmagában létre.

A személyiség alapvető kritériuma az „én” felismerése, vagyis **az a képesség, amivel az egyén el tudja határolni magát a környezetétől.** Személyisége csak az embernek van; sokoldalú dinamikus egység. A személyiség lényege a külvilágtól önmagát elhatárolni képes sokoldalú egység, rendszer, amelyre jellemző e sokféleség egységbefoglalása.

A sokféleséget egységbe foglalni nem könnyű, mert pl. a személyiséglélektani nézőpontok a nézőpontok hangsúlyai alapján máshogy képzelik el az egységet. Nézzük ezeket a nézőpontokat!

Diszpozicionális nézőpont: Azon a feltételezésen alapul, hogy az emberek viszonylag stabil hajlamokkal (diszpozíciókkal) rendelkeznek; ezek a legkülönbözőbb helyzetekben nyilvánulnak meg. Ezek beágyazódnak a személyiségbe. A motiváción keresztül fejtik ki hatásukat a diszpozíciók.

Biológiai nézőpont: Az ember biológiai "teremtmény". A személyiség genetikai megalapozottságú, tehát a diszpozíciók öröklődnek. A személyiség megértése egyenlő a test működésének megértésével. Az emberi viselkedés azért alakul ki, mert evolúciós célokat szolgál.

Pszichoanalitikus nézőpont: A személyiség a bennünk lévő erők egymással folytatott versengése és küzdelme. E megközelítés fókuszában a belső erők dinamikája áll. Tehát a személyen belül működő, időnként együttműködő, máskor harcban álló erők halmaza.

Neoanalitikus nézőpont: A pszichoanalitikus elméletből származik, tehát a közös eredet okán a pszichoanalitikus nézőpont változata. Központi gondolatai az ego-ra és annak fejlődésére vonatkoznak, valamint arra, hogy milyen fontos szerepet játszanak a társas kapcsolatok a személyiségben és annak működésében.

Tanulásméleti nézőpont: Emberképe a viselkedésváltozó. Jellegzetessége, hogy a viselkedés a tapasztalatok hatására változik. A személyiség mindannak az összessége, amit az ember élete során elsajátít.

Fenomenológiai nézőpont: Gyökerei két alapgondolatra vezethetők vissza:

- Az emberek szubjektív élményvilága fontos értékes értelmes és egyedi. Az egyediség és a létezés belső lényegéhez vezető út feltárása fontos.
- Az emberek természetüknél fogva képesek önmaguk tökéletesítésére és a fejlődésre, és a szabad akarat gyakorlása közben mindenki ebbe az irányba terelheti önmagát. A személyiség részben a bennünk lévő egyediség kérdése, részben pedig annak, hogy a személyiség mit akar a benne lakó lehetőségekből kibontakoztatni.

Összefoglalás

A pszichológia célja az emberekben és az emberek között zajló folyamatok megismerése.

A természettudományok fejlődésének és a 17–18. században lejátszódó felvilágosodás folyamatának eredményeképpen a világ megismerésének módjára és az emberi lélek tulajdonságára két, egymástól eltérő filozófiai irányzat, a racionalizmus és az empirizmus is igyekezett magyarázatot adni. Mindkettő nagy hatással volt a pszichológia emberképére.

Személyisége csak az embernek van. A személyiség lényege a külvilágtól önmagát elhatárolni képes sokoldalú egység, rendszer.

Különböző személyiséglélektani nézőpontok vannak.

A SZEMÉLYISÉG MEGHATÁROZÓI

1. Szabadság és kötöttség

Az ember szervezetek rendszerében él, tevékenykedik; alapvető szervezet a család. (A segítő foglalkozások is szervezeteken keresztül fejtik ki hatásaikat). Az egyes szervezetek szerepei, pozíciói egymás létezését feltételezve nyerik el, ismerik fel, határozzák meg funkcióikat. Ezek a funkciók akkor teljesülhetnek, ha az egyes pozíciókat betöltő emberek személyközi kapcsolatban állnak egymással. Ezt a kapcsolatot behatárolja, korlátozza a pozíciók betöltéséhez szükséges viselkedéseket meghatározó szerepek.

A szerepek csak a pozíciók betöltéséhez elengedhetetlenül szükséges, általános és tipikus viselkedéseket írják elő, de nem mondanak arról semmit sem, hogy az adott pozíció által megengedett mozgástéren belül miként élhet az adott személy a számára adott, adódó szabadsággal.

Mert bármennyire is sztenderdizált és tipizált egy-egy ember szervezeten belüli viselkedésének előre meghatározott repertoárja, az előírás, a kötöttség soha nem lehet teljeskörű. Amelyik szervezet képes kiaknázni a személyi szabadságban rejlő lélektani energiákat, az a szervezet közelít az "elég jó" minősítés felé. Minden szervezetet tagjai viselkedésének kötöttségét és szabadságát kifejező, ellentmondásos helyzetek sokasága jellemez; sem a kötöttségnek, sem a szabadságnak nem lehet mindenkorra érvényes arányát, szabályait megadni.

2. Személyészlelés

Az emberrel kapcsolatba kerülő másik embert nem csupán fizikai valójában érzékeli és észleli. Ha az emberek megismerik egymást, akkor elsősorban azok a személyészlelési területek kerülnek előtérbe, amelyek az aktuális helyzet által létrejövő személyes kapcsolat és pozíció szempontjából fontosakká válnak. Pl. fontossá válik a személyközi kapcsolatokban az együttműködés készsége, a bizalom, a jóindulat (vagy rosszindulat), a problémamegoldás készsége.

A másik ember megismerése ingerek útján történik; ám az ingerek értelmezéséhez az embernek előzetes tudásra van szüksége. Ez az előzetes tudás a szocializációs háttérrel, a szociális intelligenciával van összefüggésben. Az ember a másik ember érzelmi állapotát elsősorban az arcán veszi észre. Nem kevés arckifejezés van, amely mindenhol és mindenkor ugyanazt jelentik, ugyanazt az érzelmi állapotot fejezik ki. De nem kevés azon arckifejezések száma és jelentése is, melyek kultúrafüggők, vagy éppen korszakfüggők.

A másik ember megismerése nem egyértelmű, nem egyszerű; ez különösen igaz arra a helyzetre, amikor a két ember pozíciója eltérő. Az eltérő pozícióban lévő emberek saját eredményességük érdekében nem természetes módon alkalmazzák "trükkjeiket", a félrevezetést, a csábítást, a megtévesztést. Az emberek nem csak ahhoz értenek, hogy pozíciójuknak megfelelően szakértelemmel rendelkeznek, hanem ahhoz is, hogy valódi, igazi érzéseiket, hangulataikat leplezzék; nem áll tőlük távol az sem, hogy hamis benyomást képesek ébreszteni saját magukról a másik emberben.

Feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

Írjon konkrét példákat a valódi érzések leplezésére, s a hamis benyomás elérésére, megtévesztésre!

MUNKANYAG

A személyészlelés sajátossága, hogy amikor egy ember a másik embert fizikai valójában érzékel, az ingereket érzékelve tulajdonképpen a másik emberről olyan kép alakul ki, mely messze nem az eredeti érzékelést helyezi a középpontba; az ingerek érzékelése túlmutat magán az érzékelt sajátosságon. A hagyományos felfogás értelmezésében a test és a lélek dualizmusa alapján az érzékelhető (tehát látható, hallható, tapintható stb.) test a nem látható, nem hallható, s nem tapintható emberi pszichével, a lélekkel kerül kapcsolatba. Modernebb értelmezésben ez azt jelenti, hogy a lélek az emberi személyiségre vonatkozó tudásrepertoár része. A tudáskészlet elemei adott kultúrában konvencionálisan megkülönböztetett személyiségvonásokat és személyiségtípusokat tartalmaznak. A személyiségre vonatkozó tudáskészlet kulturálisan meghatározott, a szocializáció során elsajátított, s a kulturális közegben konszenzushoz kötött.

A személyiségészlelés tudásrepertoárját értékek mentén lehet meghatározni; **nem egyszerűen tulajdonságokat lát az egyik ember a másikban, hanem a másik ember jó tulajdonságok, vagy rossz tulajdonságok hordozója.**

A személyészlelésnek vannak akadályai. Ilyen akadály a sztereotipizálás, a stigmatizálás, az elfogultság, a projekció, a szelektív észlelés.

Feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

Nézzen utána az interneten vagy szakszótárban a személyészlelés akadályait kifejező fogalmak értelmezésének!

sztereotipizálás: _____

stigmatizálás: _____

elfogultság: _____

projekció: _____

szelektív

észlelés: _____

3. A cselekvés mögött; a motiváció

Ember embert cselekvésre tud készíteni; a cselekvésre készítés azonban csak akkor lehetséges, ha az ember tudja, hogy mit szeretne elérni, s a másik ember mit szeretne, s mit nem szeretne, illetve mit remélnék a cselekvéstől, s milyen félelmek élnek bennük. Ennek a cselekvésre készítésnek a pszichológiai alapja a motivációból eredeztethető. A motiváció, egy-egy ember motivációja nem ítéhető meg egyszerűen, nem határozható meg könnyen. Az aktuális viselkedés ugyanis nem vezethető vissza egyetlen motívumra. Mert ugyanaz a motívum egymástól eltérő viselkedéseket eredményezhet, s különböző motívumok hasonló viselkedést indíthatnak el, hozhatnak létre. S az ember hajlamos arra, hogy más ember motívumait eltúlozza; akkor is motiválnak értelmez egy viselkedési megnyilvánulást, amikor külső vagy belső kényszer hatására következik csak be a viselkedés. Maga a cselekvő ember pedig hajlamos arra, hogy alábecsülje saját motívumainak szerepét, ezzel megítélését negatívan befolyásolja.

Motiváció alatt azt a készséget értjük, amikor az ember egy meghatározott cselekvést meghatározott intenzitással, illetve tartóssággal egy valós helyzetben végrehajt. A pszichológia egyik fontos kérdése, milyen készítésekből fakad, s milyen erők állnak a viselkedés hátterében. Miért tudunk bizonyos cselekvésekre nagyobb energiát mozgósítani, míg másokra kevesebbet?

A motiváció szó a latin *movere* igéből ered, jelentése mozogni, mozgatni; gyűjtőfogalom a pszichológiában. Motívumokból épül fel és minden cselekvésre, viselkedésre készítő belső tényezőt magában foglal. A motiváció meghatározza az emberi szervezet aktivitásának mértékét, a viselkedés szervezethez és hatékonyságát. **A viselkedés változása tanulás eredménye**; a tanulás a megszerzett tapasztalatok alapján bekövetkező viselkedésváltozás. A tanulás a jutalmazás és a büntetés terében, dimenziójában valósul meg. Egy másik dimenzió a motívumok, a motiváció tárgykörében az ember mozgása; a közeledés vagy távolodás.

A motívum az embert közeledésre vagy távolodásra készíti. A motívum így cselekvési program; ez addig hat, ameddig a cselekvés be nem következik. Ha a cselekvés bekövetkezik, megvalósul, a motívum már nem motívum többé, mert a cselekvés bekövetkezésekor a motívum teljesült, kielégült.

Kutatók egy csoportja szerint az embert alapjaiban két érzés uralja: az öröm és a szenvedés. Az ember keresi az örömet és kerüli a szenvedést, a kínt. A motivációval kapcsolatban ez azt jelenti, hogy ha az ember másik ember valamilyen cselekvésre motiválni akar, akkor el kell vele hitetni, hogy ha megteszi azt, amire motiválni akarják, akkor örömet fog átélni. Ha ezt fokozzuk, lélektanilag azt is mondhatjuk, hogy az ember, akit másik ember motivál, elhiszi, hogy ha megteszi, amire kéri, akkor nem fog szenvedést, kínt átélni; s ha nem teszi meg, akkor kínt fog átélni.

A motiváció mindig a külső feltételek függvénye; a motivációt magának az embernek kell átéreznie, tehát a motiváció részben külső, részben belső forrásokból táplálkozik.

Az öröm és a szenvedés nem mindenki számára jelent ugyanazt. Még fiziológiai értelemben is különböző az öröm és a szenvedés érzése. Segít az a társadalmi közmegegyezés, konszenzus, mely meghatározza, hogy mi a jó és mi a rossz.

Külső motivációs tényező pl. az előlépés a munkahelyen, a pozícióváltás, a fizetésnövekedés, a pénzbeli juttatás növekedése. Belső motivációs tényező pl. a szaktudás, a szakmai hozzáértés, a hiúság, a felelősségérzet.

Az emberi motiváció két típusa:

- Eszköz jellegű motiváció: a viselkedés motivációjában valamilyen cél elérése vagy külső tényező játszik szerepet.
- Önjutalmazó motiváció: akkor beszélünk ilyen motivációról, amikor a cselekvés motivációja a cselekvésben rejlő élvezet maga.

Az eszköz jellegű motivációnak négy szintje, annak alapján, hogy a motivált viselkedés mennyire áll a környezet irányítása alatt:

- A motiváció kívülről való szabályozása esetén a viselkedés a jutalomtól vagy a büntetéstől függ. A cél a jutalom elérése vagy a büntetés elkerülése. A motivációt a külvilág szabályozza.
- Amikor a cselekvést az önértékelés növelése, vagy a szégyen elkerülése motiválja, a jutalmak és büntetések már belsővé váltak és ezek alapján alakul a motiváció. (introjektált szabályozás).
- Szabályozás az azonosuláson keresztül; ebben az esetben az ember tudatosan érzékeli az adott cselekvés fontosságát, és személyesen is fontosnak tartja.
- Integrált szabályozás: a leginkább önálló, autonóm szabályozási módja az eszköz jellegű motivációnak.

Az önjutalmazó motiváció három típusa:

- A tudásra irányuló önjutalmazó motiváció: maga a cselekvés, a tanulás, a megértés motivál.
- A fejlődésre és alkotásra irányuló önjutalmazó motiváció által vezérelt viselkedés öröme az önmagunk meghaladásában és a kreatív tevékenységben van.
- Az ingerlés és élmények átélésére vonatkozó önjutalmazó motiváció esetén kellemes élményeket, érzéseket keresünk, melyek rendszerint érzékszervi vagy esztétikai élmények.

A szocializáció szakmai értelemben vett fontos célja az önjutalmazó motiváció elérése. **Az önjutalmazó motivációt a segítő szakember elősegítheti** az önállóság, a kompetencia érzésének hangsúlyozásával, ám alá is áshatja, ha a viselkedést jutalmazza, mert így az eredetileg önjutalmazó viselkedés eszköz jellegűvé válik, válhat.

Az eszköz jellegű és az önjutalmazó motiváció viszonyát vizsgálva megállapították kutatók, hogy ha egy cselekvés külsőleg motivált (pl. jutalmazás), akkor az önjutalmazó motiváció csökken.

A motiváció hiányának hátterében valamilyen, a cselekvésre és az emberre magára vonatkozó hiedelmek tapasztalhatók, értelmezhetők:

- A képesség hiányának hiedelme: az ember úgy érzi, nincsenek meg benne a cselekvés végrehajtásához szükséges képességek.
- A stratégiára vonatkozó hiedelem: az ember úgy ítéli meg, hogy a lehetséges stratégiák nem vezetnek eredményre.
- Az erőfeszítésre vonatkozó hiedelem: az ember úgy ítéli meg, hogy a cél elérése túl nagy erőfeszítésbe kerül, amit ő nem hajlandó megtenni.
- Tehetetlenségi hiedelem: az ember úgy ítéli meg, hogy az erőfeszítései nem hoznak eredményt a feladat nagyságához mérten.

Összefoglalás

A motiváció az ember egy meghatározott cselekvést meghatározott intenzitással, illetve tartóssággal egy valós helyzetben végrehajt.

Az a felfogás, hogy az embert alapjaiban két érzés uralja: az öröm és a szenvedés, a motivációval kapcsolatban úgy értelmezhető, hogy ha az ember másik embert valamilyen cselekvésre motiválni akar, akkor el kell vele hitetni, hogy ha megteszi azt, amire motiválni akarják, akkor örömet fog átélni.

A motiváció mindig a külső feltételek függvénye; a motivációt magának az embernek kell átéreznie, tehát a motiváció részben külső, részben belső forrásokból táplálkozik.

Az emberi motiváció két típusa az eszköz jellegű motiváció és az önjutalmazó motiváció.

Az eszköz jellegű motivációnak négy szintje, az önjutalmazó motivációnak három típusa van.

TANULÁSIRÁNYÍTÓ

A pszichológia rövid múlttal, de hosszú történettel rendelkezik. A köznapi pszichológia egyik központi témája az emberi viselkedés megismerése. Ez természetes hiszen az ember társas lény, nem is képzelhető el elszigetelten, egyedül.

Akkor tud eredményesen tanulni, ha sorban halad a tananyagban, s a tananyag szerves részének tekinti a feladatokat, melyeket nem egyedül kell megoldania, hanem tanulótársával kell megbeszélnie a megoldás lehetséges menetét. Tehát úgy tanulja e tananyagot, hogy sorban halad; a szükséges feladatokat megoldja, majd levonja a tananyaghoz tartozó következtetéseket! Ezt követően olvassa el többször az elméleti részét a tananyagnak!

A tananyag elsajátításához aktivitás szükséges Öntől, ez az aktivitás a következő tevékenységekben jelentkezik:

- olvasott szakmai szöveget kell megértenie,
- olvasott szöveg feladattal vezetett feldolgozása;
- az olvasott szakmai szöveget a benne lévő feladatokhoz vezető útként értelmezve, problémaelemzésre, és problémafeltárássra van szükség,
- rendszerekben kell gondolkodnia.

Önállóan kell információt gyűjtenie, értelmeznie; az önállóság persze relatív, mert a feladatok többségét munkatársként választott párban oldja majd meg.

A tanulás középpontjában a tananyag értő olvasása és a tananyagban szereplő feladatok megoldása szerepel. A tananyag értő olvasásakor mind a köznapi, mind a szaknyelvi szövegrészek alapos megértésére kell törekedni; úgy kell az olvasott szöveget értelmeznie a tanulónak, hogy a tartalmát mind a köznapi, mind a szakmai környezetben, szakmai beszélgetés keretében ne csupán reprodukálni tudja.

A tananyag tanulásának szerves része a tananyagba illesztett feladatok megoldása, a feladatok mind párban végzett szakmai megbeszéléseket és a megbeszélésekre támaszkodva a tanuló saját értelmezését, értékelését kívánják meg. Ezzel egyik oldalról fejlődik a tanuló olvasott szakmai szövegek beszélgetésbe való áttételének készsége, másik oldalról elérhető, hogy a valós élethelyzet modellezésével, a szakmai megbeszéléssel gyakorolja a tanuló a segítő helyzetek, illetve a szakmai partnerek páros interakcióinak lehetőségeit.

Az önellenőrző feladatok megoldása lehetőséget biztosít a tanulónak arra, hogy a tananyag tartalmát aktív módon átgondolja, a segítői munka folyamatait rendszerben lássa és láttassa.

ÖNELLENŐRZŐ FELADATOK

1. feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

A segítő kapcsolat célja lehet a problémával jelentkező ember belső, pszichikus működésének hibakorrekciója, tehát a személyiségen belüli változás elérése. Ennek a változásnak az elérése hogyan kapcsolódik a motiváláshoz? Konkrét példát, esetet vizsgáljon!

MUNKANYELV

MUNKANYAG

2. feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

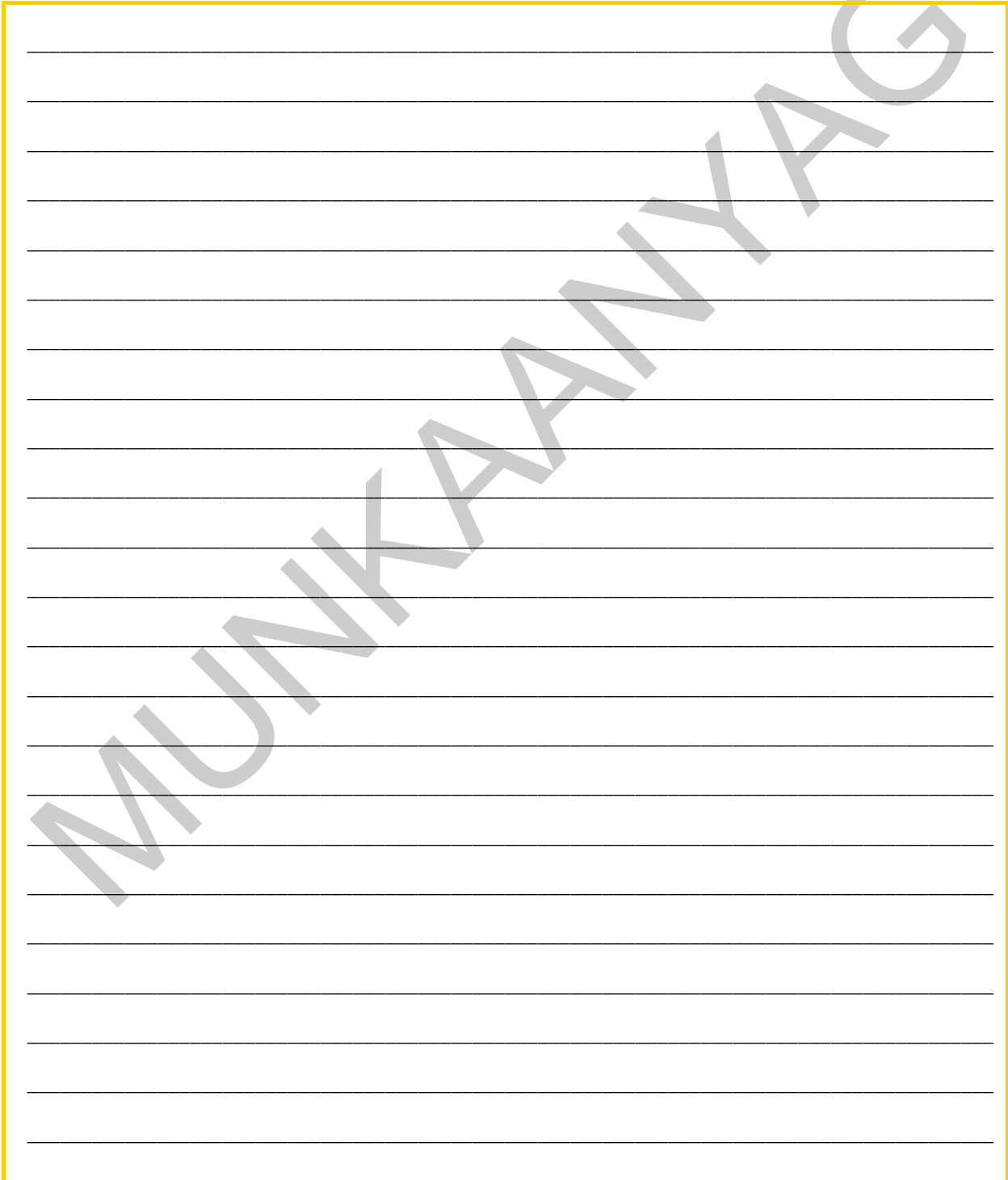
A szükségletekből ered a motiváció, mondja Maslow, a szükséglethierarchia megalkotója. Beszélje meg ezt a kijelentést tanulótársával, majd az értelmezést írja le!

MUNKANYAG

3. feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

A segítői munkában támaszkodik a tapasztalataira és a tanult elméletekre is. Beszélje meg tanulótársával a tapasztalat és az elmélet összefüggéseit a motiváció és a viselkedésváltozás szempontjából, majd írja le erről saját véleményét! Konkrét eset mentén vizsgálódjon!



4. feladat

A feladatot párban oldják meg; válasszon magának tanulótársat, s vele együttműködve oldja meg a feladatot! (Mindketten azonos feladatot oldjanak meg, de mindketten a saját füzetükben dolgozzanak!)

A másik ember megismerése ingerek útján történik. Beszélje ezt meg tanulótársával a kommunikáció és a motiváció szempontjából, majd írja le saját álláspontját!

MUNKANYAG

MEGOLDÁSOK

1. feladat

A feladatmegoldás lehetséges tartalma:

A klienssel való közös problémafeltáráshoz alkalmazott tisztázó, segítő beszélgetés során kiderül, hogy a kliensnek mi a valós problémája; e probléma besorolható a szükségletek rendszerébe, s ennek alapján a kliens problémamegoldáshoz szükséges személyiségen belüli változása megítélhető, a szükséges segítői beavatkozás megtervezhető.

A konkrét példa, eset, alkalmat ad arra, hogy a tanuló a tényleges problémát, a ténylegesen szóba jöhető szükségletet és a szükséglet-kielégítéshez elengedhetetlen személyiségen belüli változást összefüggésében vizsgálja.

2. feladat

A feladatmegoldás lehetséges tartalma:

Maslow egy olyan rendszert épített ki, amelyben az emberi szükségletek egymásra épülnek. Ezeknek a szükségleteknek a kielégítése motiválja az embereket. A valóságban ezeknek a szükségleteknek a kielégítése a mérések szerint így néz ki: a hétköznapi életet élő ember fiziológiai szükségletei 85%-ban, a biztonság igénye 70%-ban, a szeretet és közösséghez tartozás igénye 50%-ban, a tisztelet, elismerés iránti igénye 40%-ban, az önmegvalósítás igénye 10%-ban elégül ki. Az emberi viselkedés mögöttes szükségleteket tükröz, s ezekből fakadnak a személyiségre jellemző sajátosságok, a jellegzetes egyéni különbségek.

3. feladat

A feladatmegoldás lehetséges tartalma:

A tanuló vagy az elmélet mentén közelíti meg a tapasztalatot, vagy ennek a fordítottját követi; saját tapasztalataiból kiindulva keresi meg az esetre vonatkozatható elméleti összefüggéseket.

4. feladat

A feladatmegoldás lehetséges tartalma:

Az inger a szervezetet érő külső vagy belső hatás. E hatás következtében alakul ki az ingerület. Ez az ingerület tudatosul vagy sem, de mindenképpen hatással van a szervezetre. A motiváció a szükségletekből vezethető le. A kommunikációs csatornák működése tudatos és nem tudatos folyamatok eredménye.

A hatékony kommunikáció alapja a tanulási motivációk vizsgálata; a kulcsszó itt az ösztönzés. A segítség folyamatában a kommunikáció egyik kiemelt célja a kliens motivációinak feltárása és átalakítása a problémamegoldás, távlatokban pedig a tartós viselkedésváltozás érdekében. A kommunikációs csatornák működése és az alkalmazott kommunikációs technikák, valamint a tisztázó és segítő, célzott tartalmú beszélgetések a motivációs bázist térképezik fel, majd igyekeznek azt befolyásolni a problémamegoldás és a viselkedésváltozás érdekében.

MUNKANYAG

IRODALOMJEGYZÉK

AJÁNLOTT IRODALOM

Frenk Sylvia, Rajnik Mária: Életesemények – A fejlődéslélektan tükrében. Semmelweis Egyetem–TF Párbeszéd (Dialógus) Alapítvány Budapest, 2002.

Rudas János: Delfi örökösei Önismereti csoportok – elmélet, módszer, gyakorlatok Dico Kiadó Új Mandátum Könyvkiadó Budapest, 2004

Telkes József (szerk.): Személyiségfejlesztés I. Irányzatok, csoportmódszerek A Közművelődés Háza és a Magyar Népművelők Egyesületének Mentálhigiénés Szakmai Szervezete, Tatabánya, 1989.

A(z) 1868–06 modul 010–es szakmai tankönyvi tartalomeleme felhasználható az alábbi szakképesítésekhez:

A szakképesítés OKJ azonosító száma:	A szakképesítés megnevezése
55 761 01 0000 00 00	Csecsemő- és gyermeknevelő- gondozó
54 761 02 0010 54 01	Gyermekotthoni asszisztens
54 761 02 0010 54 02	Kisgyermekgondozó, -nevelő
54 761 02 0100 33 01	Gyermek- és ifjúsági felügyelő
54 761 02 0100 31 01	Házi időszakos gyermekgondozó
33 761 01 0000 00 00	Nevelőszülő

A szakmai tankönyvi tartalomelem feldolgozásához ajánlott óraszám:

15 óra

MUNKKANYAG

MUNKANYAG

A kiadvány az Új Magyarország Fejlesztési Terv
TÁMOP 2.2.1 08/1–2008–0002 „A képzés minőségének és tartalmának
fejlesztése” keretében készült.

A projekt az Európai Unió támogatásával, az Európai Szociális Alap
társfinanszírozásával valósul meg.

Kiadja a Nemzeti Szakképzési és Felnőttképzési Intézet
1085 Budapest, Baross u. 52.
Telefon: (1) 210–1065, Fax: (1) 210–1063

Felelős kiadó:
Nagy László főigazgató