

## 2. 1. Inštinkt a jeho miesto v motivačnom systéme

Podľa Schneidera a Schmalta (1994) sa pojem „inštinkt“ najprv začal používať v biológii (ak odhliadneme od zmienok o tomto pojme v prácach Aristotela alebo Descarta) a vysvetľoval účelnosť a cieľovú zameranosť správania sa zvierat, pričom zvieratá si na rozdiel od ľudí jednotlivé prejavy správania a ich funkcie neuvedomujú. Otázku pôvodu inštinktov, ich cieľovej a účelovej zameranosti u zvierat vysvetlil Darwin, ktorý definoval inštinkt takto: „Ak správanie, ktorého uskutočnenie u ľudí predpokladá skúsenosť, je uskutočnené zvieratom - zvlášť mladým zvieratom, ktoré je ešte bez skúseností, a keď toto správanie prebieha u väčšiny zvierat podobným spôsobom bez toho, aby poznali jeho účel, potom možno takéto správanie nazvať inštinktívne“ (Darwin, 1876, str. 287, podľa Schneidera a Schmalta, 1994). Napríklad u potkaních samičiek, ktoré nemali nikdy možnosť vidieť budovanie hniezda pre svoje potomstvo, môžeme pozorovať, ako znášajú do hniezda rôzne materiály, trhajú si srst' atď., a to všetko presne dva dni pred pôrodom. Je nepravdepodobné, že by zviera bolo schopné 2 dni pred pôrodom predvídať, čo bude potrebovať, teda správať sa účelovo, a to preto, že u neho je nepravdepodobný taký stupeň rozvoja kognitívnych procesov, ktorý by takéto predvídanie umožňoval. Správanie, ktoré pritom pozorujeme, má znaky účelovosti, ktoré v nás mylne vyvolávajú predstavu účasti takejto anticipácie (Rheinberg, 1995). Aj keď nás prejavy tohto správania mýlia a sugerujú prítomnosť kognitívnych procesov, v skutočnosti je ich determinantom vrozený a dedičnosťou podmienený inštinkt.

Zatiaľ čo angloamerická tradícia vo výskume inštinktov nepokračovala (s výnimkou McDougalla), v Európe sa dostalo pojmu inštinkt ďalšieho upresnenia. Bol to predovšetkým etológ Lorenz (1937, 1942), ktorý poskytol ďalšie precizovanie pojmu inštinkt. Na základe pozorovania voľne žijúcich zvierat (hlavne husí a kačíc) rozlíšil dva komponenty inštinktov: fixne vrozený priebeh správania a apetenčné správanie, pomocou ktorého zviera hľadá možnosti a príležitosti, aby sa umožnilo uskutočnenie vrozeného priebehu správania. Ak sa tento fixne vrozený sled správania stretne s vhodným objektom, realizuje sa ako automatizmus, bez možnosti čokoľvek na jeho priebehu zmeniť. Apetenčné správanie, počas ktorého zviera hľadá vhodné objekty, je modifikovateľné a podlieha skúsenosti a učeniu. Čo je však dôležité, „pred a počas apetenčného správania ako aj na konci vlastného inštinktívneho správania vznikajú emócie“ (podľa Rheinberga, 1995, str. 39). V každej fáze správania sú podľa Lorenza prítomné emócie, avšak, a to je to najpodstatnejšie, tieto citovo nabitú doprovdné procesy, ktoré sa vyskytujú počas inštinktívneho správania, reprezentujú

bezprostredný účel apetenčných prejavov správania. Inými slovami povedané, emócie sú tie motivujúce premenné, ktoré k týmto prejavom bezprostredne vedú. V Lorenzovej predstave sú teda emócie podstatou inštinktívneho správania. V kontexte motivácie možno hovoriť o „dvojako motivovanom apetenčnom správaní“ (Lorenz, 1937, str. 295): v prvom prípade je organizmus „poháňaný“, v druhom „vábený“. Obidva stavy sú organizmu oznamované prostredníctvom emócií. Etológovia sa týchto predstáv neskôr vzdali, pretože emocionálne prežívanie zvierat nebolo možné priamo pozorovať a dalo sa na jeho existenciu iba usudzovať na základe analógie s ľuďmi, ktorí o svojom emocionálnom prežívaní môžu poskytnúť subjektívnu výpoveď.

Konanie, pri ktorom ľudia sledujú pozitívne hodnotené ciele, resp. pri ktorom sa vyhýbajú negatívnym cieľom: prijímanie potravy, správanie pri úteku, pri boji a pri sexe atď, je silne závislé od individuálnej skúsenosti, a teda je podmienené sociálnym a kultúrnym kontextom, v ktorom miesto pre inštinkt nie je hľadané. Ľudia prejavujú nepriateľské a hnevlivé prejavy nie v podobe druhovotypických vzorcov pohybov (zdedená koordinácia), ale v týchto prejavoch sa líšia od osoby k osobe. Porovnanie týchto prejavov u detí však určitú unifikovanosť potvrdzujú a v posledných rokoch to bola sociobiológia, ktorá do popredia opäť postavila otázku funkcie a zároveň adaptačnú hodnotu určitého systému správania a síce pre ľudské ako aj pre zvieracie správanie v rovnakej miere (Wilson, 1993).

Otázkou teda je, či vôbec a ak áno, tak ako možno pojem „inštinkt“ využiť v humánnej psychológii. Aj keď ľudia dokážu svoje správanie (vedome či nevedome) koordinovať v súlade s predstavou cieľa, ku ktorému vedie, neznamena to, že sme sa všetkých inštinktív, ktoré sú geneticky determinované, zbavili úplne. Týka sa to predovšetkým nášho výrazového správania. Rôznorodosť podmienok, v ktorých ľudia na našej planéte žijú, vedie k veľkej rozmanitosti prejavov v správaní. Jeden zo spôsobov správania - mimický výraz prežívaných citov je však rovnaký a rozličnými národmi je aj rovnako interpretovaný: praobyvatelia Novej Guiney priradili v pokuse Ekmana (1972) fotografie s tvármi vyjadrujúcimi emócie obsahovo adekvátne, aj keď to boli fotografie ľudí cudzej kultúry. A naopak, americkí študenti dokázali priradiť emočné výrazy týchto praobyvateľov tiež správne, aj keď s nimi nikdy nemali kontakt (Ekman, 1972).

Okrem týchto výrazových prejavov sú univerzálne aj určité základné tendencie, ako je útek, útok, zorientovanie sa, a to vždy ešte skôr, než sme si stihli urobiť predstavu nejakého konkrétneho cieľa či prostriedkov, ktoré k nemu vedú. Zdá sa, že inštinktívne činitele správania sú plauzibilné a potvrdzujú to aj pokusy využiť pojem inštinkt pre interpretáciu správania (konania) na humánnej úrovni. Najznámejšie sú dva pokusy: Jamesov (1890) a

McDougallov (1908). V tejto práci budeme venovať pozornosť McDougallovmu vysvetleniu úlohy inštinktov v ľudskom správaní.

## **McDougallov**

Pojmu inštinkt v McDougallovom chápaní porozumieme lepšie, ak budeme rozlišovať medzi: pozorovateľným inštinktívnym správaním, psychofyziologickým procesom (na ktorom sa toto správanie zakladá) a dispozíciou (sklonom) inštinktívne správanie prejavíť. Pojem „inštinkt“ vyjadruje tretí aspekt – dispozíciu k inštinktívnemu správaniu. Inštinky ako vrodene dispozície „sú spoločné všetkým členom jedného druhu, sú to druhové znaky, ktoré sa v procese prispôsobovania druhov svojmu prostrediu postupne vyvinuli a ktoré sa pomocou psychickej konštitúcie nedajú v priebehu života individua ani zničiť, ani naučiť“ (McDougallov, 1960, s.20). Svojím zameraním a obsahom sú špecifické, pretože každý z nich je určený na vyrovnávanie sa (zvládanie) s určitým problémom – napríklad obstarávanie potravy, ochrana pred poranením a pod. Cieľom inštinktov je v tomto ohľade biologické prispôsobenie sa – zabezpečiť svoju ochranu a bezpečie, ochrániť potomstvo. Zatiaľ čo ostatní psychológovia danej doby, zvlášť behavioristi nepredpokladali inštinky u ľudí, ale iba u zvierat, McDougallov sa domnieval, že veľké množstvo inštinktov hrá dôležitú rolu aj v ľudskom prežívaní a správaní. Na rozdiel od iných psychológov, ktorí predpokladali, že inštinky kvôli rozvoju inteligencie a myslenia u ľudí zakrpateli, McDougallov (1960) bol presvedčený, že u človeka inteligencia fungovanie inštinktov kontroluje a modifikuje, avšak že človek má práve toľko inštinktov ako zvieratá. Napríklad inštinkt utiecť (pred nebezpečenstvom), ako vrodene sklon pred určitými objektami utekať: „Ak je útekový inštinkt vzбудený, potom sa prejaví impulz (utekať) predovšetkým vo forme rýchlych pohybov, aby inštinkt dosiahol svoj cieľ. Aby tieto motorické pohyby (utekania, plávanie, lietanie) dosiahli čím vyššiu efektívnosť, je nutné, aby všetky viscerálne orgány (vnútornosti) boli regulované vhodným spôsobom. Srdce a pľúca musia pracovať rýchlejšie, krv musí byť prostredníctvom kontrakcie artérií odvedená z pokožky do tráviacích a sekrčných orgánov a musí sa koncentrovať v pľúcach, svaloch a mozgu... Všetky tieto prispôsobenia sú komponentami alebo znakmi celkovej reakcie, ktorá reprezentuje inštinktívnu reakciu úteku“ (McDougallov, 1960, str. 321 – 322). Táto fyziologická časť, ktorá obsahuje predovšetkým vegetatívne reakcie však musí byť doplnená o tieto tri aspekty, resp. subprocessy inštinktu: (1) kognitívny proces – teda rozpoznanie objektu, (2) určitý druh cítenia (prežívania) vo vzťahu k tomuto objektu – ako emocionálny proces (3) úsilie priblížiť sa resp. vyhnúť sa stretu s týmto objektom, motivačný resp. v terminológii McDougalla konatívny proces.

Za účelom zohľadnenia psychických a telesných aspektov inštinktívnej reakcie uvádza McDougall (1960) takúto všeobecnú a integrujúcu definíciu inštinktu: „Inštinkt definujeme ako vrodenu psychofyzickú dispozíciu, ktorá zodpovedá za to, že jej nositeľ vníma (uprednostňuje) objekty určitej triedy, venuje im pozornosť a v prípade vnímania takéhoto objektu prežíva emocionálne vzrušenie celkom špecifickej kvality, pričom vo vzťahu k tomuto objektu koná celkom špecifickým spôsobom, resp. prinajmenšom prežíva impulz k takémuto konaniu“ (s.25). Čo sa týka anatomicko-fyziologickej stavby inštinktu, McDougall predpokladal existenciu sensoricko-motorického reflexného oblúka, ktorý pozostáva z troch častí: aferentnej, centrálnej a eferentnej.

Aferentná (receptórna) časť inštinktívneho mechanizmu pozostáva z „organizovanej skupiny neurónov, ktoré sú špecificky usporiadané prijímať tie impulzy, ktoré sú vyvolané v sensorickom orgáne na základe vnímania vrodeneho objektu (vrodeneho spúšťača)“ (McDougall, 1960, s. 28). V zmyslovom orgáne je vnímaný podnet ďalej spracovávaný, a to pomocou psychickej elaborácie a syntézy, ktorej produktom je vnem, resp. rozpoznanie (kognícia).

Centrálna časť mechanizmu inštinktu prebieha v bazálnych gangliách mozgu, „v ktorých sa uskutoční výber tých nervových impulzov, ktoré činnosť viscerálnych orgánov, ako sú srdce, pľúca, prietok krvi atď. ovplyvní takým spôsobom, aby prebehla efektívna realizácia inštinktívneho konania“ (str. 28). Počas týchto viscerálnych zmien vznikajú vo vedomí emocionálne kvality, ktoré McDougall v inej práci definoval takto: „Primárne emócie vďaka za svoje špecifické kvality vo veľkej miere zmyslovým dojmom z viscerálnych orgánov“ (1969, str. 350).

Eferentná, resp. motorická časť inštinktívneho mechanizmu zabezpečuje „rozdelenie nervových impulzov do svalstva, prostredníctvom ktorých je inštinktívne správanie realizované... a ktoré je pociťované ako impulz ku konaniu“ (str. 29).

McDougall bol presvedčený, že tieto tri procesy inštinktívneho mechanizmu sú vo vzťahu k rôznym prejavom v špecifickom vzájomnom pomere. Predovšetkým existujú podľa neho vrodene špecifické vnemy, resp. kognície spúšťačích udalostí, špecifické viscerálne zmeny a s tým súvisiace špecifické citové kvality ako aj špecifický impulz ku konaniu. Niektoré inštinkty okrem toho majú aj celkom presne určené vrodene motorické prejavy (napríklad pri útočnom inštinkte je to zodvihnutie ruky k úderu) alebo charakteristický mimický výraz (napr. pri hneve je to zvrátenie obočia).

Odpoveď na rozhodujúcu otázku, aká je funkcia inštinktov, bezprostredne súvisí s motiváciou ľudského správania. McDougall na ňu odpovedá v tom zmysle, že živé tvory sú

vďaka aktivácii situácii primeraných impulzov motivované k takému konaniu, ktoré sa v evolúcii ukázalo ako vhodné na riešenie stále sa opakujúcich problémov prispôsobovania sa. Tvrdí ďalej, že inštinky sú primárnymi popudmi všetkých úkonov: „Inštinky sú priamymi alebo nepriamymi zdrojmi popudov akejkoľvek ľudskej činnosti... Inštinktívne popudy určujú ciele všetkých činností a poskytujú popudovú energiu, prostredníctvom ktorej môžu byť podnecované všetky psychické aktivity. Komplexný intelektuálny aparát a samotná najvyššie vyvinutá psychika je iba prostriedkom, vedúcim k cieľu, prostredníctvom ktorého sú tieto impulzy uspokojované. Ak by sme tieto inštinktívne dispozície s ich silnými impulzami ku konaniu odstránili, stal by sa organizmus nespôsobilým k akýmkoľvek činnostiam, bol by bez pohybu a takto by ostal stáť ako prekrásne hodinky, ktorých pero bola odstránené...“ (str. 38).

Aferentné a centrálné časti tohto mechanizmu sú v službách tejto základnej funkcie inštinktu: v aferentnej časti vytvorená kognícia slúži na to, aby diagnostikovala požiadavky problému prispôsobenia sa a tým aktivovala impulzy ku konaniu v primeranom čase a podmienkach, zároveň je jej úlohou udržiavať pozornosť individua dovedy, pokiaľ cieľ inštinktu nie je dosiahnutý. Centrálné aktivované fyziologické zmeny slúžia na to, aby podporovali realizáciu inštinktívneho konania, napríklad zabezpečujú energiu alebo menia citlivosť zmyslových orgánov.

Okrem toho inštinktívne správanie je pozorovateľné a pozorované inými osobami (útek, útok) a predstavuje tak určitý výrazový prostriedok, ktorý má podľa McDougalla sociálno-komunikatívnu funkciu: oznamuje iným osobám, aký impulz ku konaniu je v danom momente aktivovaný. Táto informácia umožňuje iným osobám predpovedať pravdepodobný priebeh ďalšieho konania osoby a prispôbiť vlastné konanie vo forme kooperácie alebo opozície.

Vo svojej Sociálnej psychológii z roku 1908 rozlišuje McDougall medzi hlavnými a inými inštinktami. K siedmim hlavným inštinktom patria: inštinkt utiecť (escape), inštinkt averzie, odporu (repulsion), inštinkt zvedavosti, skúmať cudzie objekty, predmety (curiosity), inštinkt bojovať (combat), inštinkt dominancie (assertion), inštinkt podriadenia sa, pohotovosť podriaďiť sa, byť poslušným voči tým, ktorí majú moc (submission) a rodičovský inštinkt, živiť a ochraňovať potomstvo (parental).

Iné, nie hlavné inštinky sú tieto: sexuálny inštinkt (pairing), inštinkt konštruovať, pohotovosť vyrábať, zabezpečiť si strechu nad hlavou, vyrobiť nejaké nástroje (construction), sociálny inštinkt (úsilie združovať sa) a inštinkt niečo nadobúdať, vlastniť (acquisition).

### Zoznam inštinktov a doprovodných emocionálnych kvalít

Názov inštinktu	Názov doprovodnej emocionálnej kvality
inštinkt utiecť	strach
inštinkt bojovať	hnev
inštinkt averzie	nechuť, hnus
rodičovský inštinkt	láska
inštinkt zvedavosti	prekvapenie, údiv
inštinkt podriaďiť sa	cítienie závislosti
inštinkt dominovať	povznesená nálada (hrdosť)
výzva, apel	smútok, bezmocnosť
sexuálny inštinkt	žiadostivosť
sociálny inštinkt	opustenosť
inštinkt loviť	chuť
inštinkt niečo nadobúdať, vlastniť	cítienie vlastníctva
inštinkt konštruovať	cítienie tvorivosti
inštinkt smiať sa	uvoľnenie, relaxácia

Podľa McDougalla, 1923, str. 324

V práci z roku 1923 uvádza McDougall aj ďalšie, podľa neho menej významné inštinkty: inštinkt lovu (vyhľadávania potravy), inštinkt smiať sa, inštinkt vyhľadať pomoc (appeal) a jednoduché telesné prejavy, ako kašľať, kýchať, škriabať sa. V poslednej citovanej práci usporiadal McDougall (1923) inštinkty v podobe zoznamu (pozri vyššie), v ktorom sú súčasne s inštinktom uvedenými aj im zodpovedajúce doprovodné emocionálne kvality, ktoré sú prítomné pri inštinktívnom správaní. Sedem hlavných inštinktov opisuje McDougall (1960) takto:

(1) Inštinkt utiecť je pre väčšinu zvierat nevyhnutný k prežitiu. Vrodenými spúšťačmi tohto inštinktu u ľudí je náhle sa objavujúci hluk alebo zvuk, prvotná konfrontácia s niektorými druhmi zvierat (psy, mačky) a stretnutie sa so všetkým novým, extrémne odlišným od známeho. Samotná kognícia, ktorá je v tomto inštinkte prítomná, môže byť veľmi „chudobná“, môže spočívať iba v jednoduchom vnímaní určitého objektu alebo udalosti. Uvedomované hodnotenie tohto objektu ako nebezpečného vôbec nemusí byť prítomné (porovnaj Zajonc, 1980). V prípade cudzích objektov je však prítomnosť kognitívneho

hodnotenia, kognitívnej interpretácie pravdepodobná. Tento inštinkt úteku je spätý s inštinktom ukryť sa. „Je málo pravdepodobné, žeby tento inštinkt nemal túto dvojakú tendenciu aj u ľudí. Akonáhle malé dieťa dokáže utekať, prejavuje svoj strach útekou a ukrytím. A že táto tendencia aj u mnohých dospelých existuje, sa dá odvodiť z toho, že pred neznámymi zvukmi počas tmavej noci alebo pred búrkou hľadajú únik tak, že si hlavu ukryjú do vankúša a pritom pociťujú celkom iracionálne upokojenie“ (str. 45). Biologickým účelom inštinktu utiecť je ochrana pred poranením a smrťou.

(2) Inštinkt bojovať má zvláštne postavenie medzi hlavnými inštinkтами – jeho aktivácia predpokladá skutočnosť, že v danej chvíli prebieha správanie, ktoré je riadené iným inštinktom. Spúšťačom tohto inštinktu je totiž „prerušenie a zabránenie priebehu akéhokoľvek iného impluzu a spočíva v blokovaní konania, ku ktorému bola živá bytosť vedená iným inštinktom“ (str. 51). Biologickým účelom tohto inštinktu je prispieť k tomu, aby boli dosiahnuté ciele iných inštinktov. McDougall bol presvedčený, že aj pre civilizovaných ľudí je tento inštinkt potrebný a dôležitý – je rezervoárom energie, ktorý je využitý vtedy, ak sa do cesty iných našich plánov postaví prekážka.

(3) Inštinkt averzie – vyvoláva ho vôňa a chuť určitých substancií ako aj kožný kontakt so sliznatými a klzkými látkami. Impulzom, tendenciou, ktorá pritom vzniká, je tendencia odmietnuť a odstrániť tieto substancie od úst alebo pokožky.

(4) Rodičovský inštinkt alebo inštinkt starostlivosti o iných je podľa McDougalla najsilnejším inštinktom a je podľa neho zvyčajne u žien silnejší než u mužov. Prirodzeným spúšťačom tohto inštinktu je pohľad na bezmocného potomka. Emócia, ktorá tento inštinkt sprevádza, bola McDougallom pomenovaná pojmom „neha“, „...primárnym spúšťačom nehy nie je dieťa samotné, ale výraz bolesti, strachu a utrpenia akéhokoľvek druhu, zvlášť plač dieťaťa. ..Táto inštinktívna reakcia nie je spúšťaná iba plačom vlastného potomka, ale každého dieťaťa“ (McDougall, 1960, str. 62). Impulz ku konaniu, ktorý na základe tohto inštinktu vzniká, by sa dal vyjadriť v tom zmysle, že dospelý sa chce k objektu inštinktu priblížiť, chrániť ho, starať sa o neho. Základnou funkciou tohto inštinktu je udržanie druhu – zaistiť prežitie vlastného, ale aj cudzieho potomstva. Pretože tento inštinkt je najsilnejším, jeho blokovanie vedie rýchlejšie k zlosti, ako je to v prípade iných inštinktov.

(5) Inštinkt zvedavosti je aktivovaný podľa McDougalla objektami alebo udalosťami, ktoré sa veľmi odlišujú od známeho a dôverného. Impulz ku konaniu je prežívaný ako priťahovanie a priblíženie sa. Výsledkom tohto vyzvedania je alebo môže byť aj poznatok, že ide o nepriateľa, čo aktivuje potom ďalší inštinkt, napríklad utiecť.

(6 - 7) Inštinkt dominovať nad inými a inštinkt podriaďiť sa. Aj keď sú obidva inštinkty protikladné, majú spoločný biologický základ – rešpektovanie sociálneho poriadku. Inštinkt dominovať u človeka je aktivovaný predovšetkým prítomnosťou iných ľudí, o ktorých máme predstavu, že ich nejakým spôsobom prevyšujeme. V takomto prípade vznikajúca emócia bola McDougallom pomenovaná pojmom pozitívny sebacit (elation), u ľudí možno hovoriť o hrdosti. Impulz, ktorý na základe tohto citu vzniká, sa prejaví tak, že človek chce dať iným najavo svoju prevahu, svoju chuť viesť ich (riadiť ich) alebo od nich získať uznanie alebo pochvalu (McDougall, 1932). Podobne aj inštinkt podriaďiť sa je u ľudí vyvolávaný prítomnosťou iných. Vznikajúca emócia v tomto prípade bola McDougallom pomenovaná ako negatívny sebacit (subjection) a možno ho považovať za predformu hanby. Impulz ku konaniu vyvolaný týmto inštinktom sa prejavuje v tom, že osoba má tendenciu podriaďiť sa, vzdať sa, byť poslušnou a nasledovať iného. Samotná prítomnosť ľudí však tento inštinkt nespúšťa, nejde teda o jednoduché vnímanie prítomnosti iných, ale ide o kognitívne hodnotenie vlastnej osoby vo vzťahu k iným.

Inštinkty nie sú podľa McDougalla strnulé a nemenné reflexné mechanizmy, ale vyznačujú sa tým, že: (1) umožňujú organizmu na cieľ zamerané správanie, ktoré je prispôsobovateľné požiadavkám prostredia (porovnaj apetenčné správanie sa zvierat u Lorenza), (2) u ľudí a u vyšších zvieracích druhov sú skúsenosťou modifikovateľné. Modifikovateľnosť sa však vzťahuje iba na aferentnú (receptórnú) časť inštinktu a na eferentnú (motorickú) časť inštinktu – teda na spúšťače inštinktov a na konanie, ktoré je inštinktom riadené. Nemodifikovateľná je centrálna časť inštinktívnej reakcie – teda emocionálny komponent a z tejto emocionálnej reakcie vyplývajúci impulz ku konaniu. Emocionálne kvality a fyziologické zmeny, ktoré ten-ktorý inštinkt sprevádzajú a implúzy ku konaniu, ktoré z týchto emócií vyplývajú, sú nemennými zložkami inštinktu a nepodliehajú vývinovým zmenám. V čom spočíva modifikovateľnosť aferentnej časti inštinktu? McDougall uvádza príklad situácie, keď na neobývanom ostrove žijúci vtáci sa prvýkrát dostanú do kontaktu s človekom. Pri tomto prvom stretnutí pred človekom neodlietajú, čo neznamena, že by nemali vrodenný inštinkt vyhnúť sa nebezpečenstvu, avšak ich zmysly ešte nevidovali ľudskú postavu, ktorá by inštinktívne správanie mohla spustiť. Keď však ľudia začnú na ostrove strieľať (hluk vyvoláva únikovú reakciu), ďalšie objavenie sa človeka útekovú reakciu vtákov vyvolá. Podľa McDougalla (1960) mechanizmus, ktorý tento efekt vyvolal, sa zakladá na *asociácii* vnemu pôvodne neutrálneho objektu s afektívnou a konatívnou komponentou inštinktívneho procesu (časovo-priestorová blízkosť neutrálneho objektu a vrodenných spúšťačov emocionálnej reakcie). Takýmto spôsobom sa po viacerých

skúsenostiach vytvorí u vtákov dispozícia, ktorá bude vyvolávať reakcie charakteristické pre inštinkt úteku. Možno zovšeobecniť, že na základe skúseností si vytvárame asociácie našich emocionálnych a konatívnych dispozícií s mnohými objektami, ktoré v našej prvotnej vrodenej výbave pôvodne boli indiferentné. Tento spôsob osvojenia si nových reakcií je identický s klasickým podmieňovaním, ktoré skúmali behavioristi (McDougall sám nebol behavioristom). Okrem princípu asociácií uvádza ako druhý *princíp podobnosti*, ktorý možno považovať za analogický behavioristickému princípu generalizácie podnetov, pričom ho demonštruje na príklade inštinktu rodičovskej lásky: „Podobnosť rôznych inštinktov s primárnym (vrodenným) spúšťacím objektom má za následok, že emócia nehy a k nej priradené impulzy k ochraňujúcemu konaniu sú nimi vyvolávané bezprostredne...Takýmto spôsobom je emócia vyvolaná nielen utrpením dieťaťa, ale aj pohľadom alebo myšlienkou na šťastné dieťa. Lebo jeho nedostatočná schopnosť uspokojiť vlastné potreby, jeho zraniteľnosť tisíckami ohrození odôvodňuje nutnosť chrániť ho. Ďalšie rozšírenie tohto prežívania sa môže týkať aj pohľadu na veľmi mladé zviera, zvlášť vtedy, ak je v situácii ohrozenia“ (McDougall, 1960, str. 63). Rozšírenie tohto inštinktu na rôzne spúšťáče na základe uvedených dvoch princípov môže ísť ďaleko za rámec vrodenných spúšťáčov a túto vlastnosť môžu nadobudnúť mnohé, pôvodne indiferentné podnety.

Ešte jeden princíp, týkajúci sa modifikácie inštinktívneho správania predpokladal McDougall vo svojej teórii – princíp *špecializácie* (ktorý je v pojmoch behavioristov identický s princípom diskriminácie medzi podnetmi). Ak je napríklad útekové správanie spočiatku spúšťané každým náhle sa objavujúcim hlukom, neskôr sa individuum naučí medzi rôznymi druhmi tohto hluku diskriminovať v závislosti od toho, ktorý hluk bol spojený s negatívnymi efektami a ktorý nie. Špecifické postavenie v rámci inštinktívneho správania má v McDougallovej teórii „sympatia“ ako spúšťáč inštinktívnej reakcie. Nie je to vrodená dispozícia, ktorá by mala vlastnosti inštinktov, pretože neobsahuje tendenciu ku konaniu, ani pre ňu typickú emóciu. Je to skôr nešpecifická vrodená tendencia, sklon na základe vnímania inštinktívneho správania iných príslušníkov druhu prejaviť také isté inštinktívne správanie a s tým asociované emócie a impulzy ku konaniu. Ako príklad uvádza pohľad malého dieťaťa na smejúcu sa alebo plačúcu tvár iného dieťaťa, ktoré sa tiež začne smiať alebo plakať, aj keď ešte nie je vo veku, aby bolo schopné rozpoznať v mimickom výraze emóciu, ktorú iné dieťa prežíva. To isté však platí aj pre dospelých: „Šťastná tvár nás robí veselými...zvedavý pohľad iných vzbudzuje aj našu zvedavosť...“ (McDougall, 1960, str. 81).

Zhrnutie: Podľa McDougalla je inštinkt vrodenu štruktúrou, ktorá je reprezentovaná tromi aspektami: a) vo vnímaní zapríčiniuje uprednostňovanie určitých objektov a udalostí,

b) takto vnímané objekty majú za následok celkom konkrétne kvality emocionálneho napätia,  
c) následkom tohto emocionálneho napätia vzniká tendencia konať vo vzťahu k tomuto objektu, resp. vzniká prinajmenšom impulz k takémuto konaniu.

Inak vyjadrené, inštinktívne konanie obsahuje vždy: (1) spoznanie niečoho, (2) prežívanie emócie vo vzťahu k spoznanému a (3) úsilie priblížiť sa resp. vzdialiť sa od spoznaného.

Z tejto koncepcie je jasné, že nemenným jadrom inštinktu je špecifická emócia, pričom plasticita správania súvisí s tým, že triedy objektov alebo udalostí, ktoré túto, pre príslušný inštinkt typickú emóciu vyvolávajú, môžu byť v závislosti od individuálnej skúsenosti modifikované.

Meyer, Schützwohl a Reizenzein (1997) uvádzajú takéto hodnotenie McDougellovej teórie: Jeho práca *Social Psychology* z roku 1908 vyšla v 31 vydaniach (posledné v roku 1960), jeho koncepcia inštinktov a ním postulované inštinkty boli mnohými autormi prevzaté čiastočne alebo úplne (Murray, 1938 alebo Cattell, 1950). Napríklad Cattellova definícia ergov – motivačných dispozícií je takmer identická s McDougellovou definíciou inštinktov. Hlavná kritika McDougellovej teórie bola vedená v rokoch 1920 – 30 predovšetkým behavioristami, z dnešného pohľadu by ju bolo možné hodnotiť ako neopodstatnenú, pretože postuláty behavioristickej kritiky boli prekonané: a) kritizovali mentalistickú koncepciu inštinktov – teda, že inštinktívne konanie je regulované priamo nepozorovateľnými psychickými procesmi, b) kritizovali názor McDougalla, že inštinkty nie sú charakteristické iba pre zvieratá, ale že aj u ľudí existuje celý rad vrodenných, špecifických psychických dispozícií (inštinktov).

Keďže behavioristi mali tendenciu význam genetického základu minimalizovať a za rozhodujúce považovali vplyvy prostredia, sám McDougall na ich kritiku reagoval v tom zmysle, že sa vracajú na preddarwinistickú pozíciu anglického empirizmu, ktorý ľudí považoval za „tabulu rasu“. Proti predstave o existencii inštinktov u ľudí sa kritika sústreďovala na dve skutočnosti: cirkularitu a neúplnosť zoznamov inštinktov (tzv. inflačnosť zoznamov). Takto zameraná kritika prebieha aj v súčasnosti a je zameraná proti akceptovaniu existencie bazálnych (primárnych) emócií. Pod cirkularitou sa myslí skutočnosť, že McDougall z vonkajších prejavov správania usúdil na prítomnosť inštinktu a pomocou takto dedukovaného inštinktu sa zároveň pokúšal objasniť podstatu pozorovaného správania (podľa Rheinberga, 1995). Často je citovaný príklad Krantza a Allena (1967, podľa Meyera, Schützwohla a Reizenzeina, 1997): „Prečo tento muž vyskočil z okna? Preto, lebo ho k tomu viedol inštinkt zabiť sa. Odkiaľ vieme, že mal tento inštinkt? Pretože vyskočil z okna... Toto vysvetlenie je tautologické, pretože je redukované na: muž vyskočil z okna, pretože vyskočil

z okna“ (str. 140). (Cirkularita bola zvlášť kritizovaná behavioristicky orientovanými psychológmi a viedla v konečnom dôsledku k úplnému zamietnutiu pojmu inštinkt. Toto odmietanie trvalo v angloamerickej psychológii až do 50. rokov, keď dovtedy v behaviorizme dominujúce chápanie motivácie - organizmický deficit už nemohlo vysvetliť takú potrebu, akou je napríklad potreba spolupatričnosti – väzby a pod.). Meyer, Schützwohl a Reizenzein (1997) k príkladu s mužom skákajúcim z okna uvádzajú, že ide o dezinterpretáciu inštinktívno-teoretického výkladu. V skutočnosti mal inštinktivistický výklad znieť takto: „Muž vyskočil z okna, pretože bol vybavený v evolúcii vzniknutým mechanizmom, ktorý v príslušnej situácii bol aktivovaný a ktorý toto správanie zapríčinil“ (str. 140). Konečne je potrebné upozorniť na fakt, že McDougall nepostuloval inštinkt „spáchať samovraždu“, a preto je prezentovaný príklad Krantza a Allena (1967) potrebné považovať za nevhodný.

Riešenie druhého problému, problému neúplnosti zoznamu inštinktív poukazuje na problematickosť tohto zámeru a pokusy robiť stále precíznejšie zoznamy viedli nakoniec k absurdnostiam. Ešte v roku 1924 vznikol zoznam 14000 prejavov inštinktív, ktoré na základe analýzy literatúry konštatoval Bernard a ako príklad inštinktu uvádza: „Inštinkt nejst' jablko na vlastnej plantáži“. Citovaný Bernard (1924) tým demonštroval skutočnosť, že určenie počtu inštinktív je svojvoľné a hľadanie definitívneho zoznamu je preto nerealizovateľné.

Takýto zmätok však nebol produktom samotného McDougalla, a preto aj táto kritika bola adresovaná na nesprávneho adresáta. McDougall sám postuloval iba 7 bazálnych inštinktív. Aj keď v roku 1932 vo svojej práci *The Energies of Men* sa McDougall vzdal pojmu „inštinkt“ a namiesto neho použil na označenie vroděných tendencií ľudí slovo „propensity“ (hybná sila), súčasne zdôraznil, že toto nové označenie nemení nič na jeho názoroch a že to urobil iba preto, lebo chcel oddeliť svoje učenie od nežiaducich asociácií s kritikou pojmu „inštinkt“, ktorý mnohí autori chápali odlišne ako on.

Čo teda ostalo z takto kritizovaného konštruktu „inštinkt“ pre psychológiu ostatných rokov? Odpoveď bude pravdepodobne prekvapujúca (porovnaj Meyer, Schützwohl a Reizenzein, 1997): vznikla definícia (v duchu McDougallovej tradície) iného pojmu – emócií. Bez toho, aby sa výskumníci v oblasti výskumu emócií explicitne odvolávali na pojem inštinkt a s tým súvisiace neutíchajúce pokusy stanoviť definitívny počet fundamentálnych emócií, časť výskumu emócií od 60. rokov (Plutchik, Ekman, Izard, Tomkins) skutočne predpokladá existenciu 6 - 10 bazálnych emócií: prekvapenie-zvedavosť, radosť-šťastie, smútok-starosť, hnus, strach, hnev, hanba. Tieto tzv. bazálne (fundamentálne, diferencované) emócie (podobne ako inštinkty) sú považované za rudimentárne motivačné systémy, pretože

umožňujú v štandardných situáciách rýchlu interpretáciu-hodnotenie a vedú k okamžitým tendenciám konať určitým spôsobom (Heckhausen, 1989). Pravdaže, nie všetko správanie sa dá vysvetliť pomocou týchto inštinktov-emócií, resp. ich mixom. Odporovalo by to plasticite ľudského správania a nepokrývalo by to oblasť správania, ktorá je riadená kognitívnymi procesmi. To však nevylučuje skutočnosť, že časť nášho správania podlieha inštinktívnej regulácii. Prínos na inštinkt orientovaných konceptov možno v zhode s Rheinbergom (1997) zhrnúť takto:

- časť podnetov ku konaniu a správaniu je zakotvená v evolučnej histórii človeka, a preto človeka nemožno považovať iba za chladne kalkulujúce racion
- existujú predformované tendencie konať určitým spôsobom v určitých situáciách (utekať alebo zaútočiť, ak sme ohrození), za ktorými sú emócie, vstupujúce do hodnotenia cieľov. Sú to pozitívne emocionálne stavy, o ktoré sa usilujeme, resp. negatívne emocionálne stavy, ktorým sa chceme vyhnúť.

## **2. 2. Pudy ako koncepty vysvetľujúce motiváciu**

Terminologická poznámka: Na prelome 19. a 20. storočia sa na označenie motivačnej dispozície nepoužíval pojem motív, ale pojem inštinkt. „Aj Freudov pojem pud (Trieb) v prvých prekladoch jeho diela z nemčiny do angličtiny bol preložený ako instinct“ (Heckhausen, 1980, str. 98). Už v roku 1918 však Woodworth oddelil pojem inštinkt od pojmu pud (drive) a neskôr pribudol ešte pojem potreba. Aj keď sa nám javí asociácia pojmu pud s psychoanalýzou ako najsilnejšia, význam tu zohral aj behaviorizmus, ktorý sa významne podieľal na jeho výskume (Hull). Bol to však rozhodne Freud, ktorý položil základy psychoanalýzy a tým aj základy pudovej koncepcie ľudskej motivácie. Uvedený stav v oblasti terminológie z uplynulého obdobia zanechal zmätok v definícii pojmov, ktorý je pociťovaný dodnes.

### *Freudova (hlbinno-psychologická) koncepcia pudu*

Zatiaľ čo inštinkty sú nejakým spôsobom späté so situáciou - sú spúšťané špecifickými kľúčmi, pud vo Freudovej koncepcii nemá takmer žiadny vzťah k aktuálnej situácii, v ktorej konanie prebieha. Správanie je v prvom rade produktom vysoko dynamických a konfliktných vnútorných (v indivíduu prebiehajúcich) procesov. To, čo niekto robí alebo nerobí, závisí od toho, ktoré pudy si po dlhom strádaní „v psychickom aparáte“ získali prístup k motorickým prejavom. Aktuálne prebiehajúce udalosti, situácia, podnety, tie Freuda veľmi nezaujímali, najdôležitejšie boli pre neho zvnútra pochádzajúce tlaky. Podľa Freuda nie sú to vonkajšie, ale vnútorné podnety, s ktorými sa musí psychický aparát

vyrovnávať. Nemôže sa im vyhnúť, ako je to v prípade vonkajších podnetov, pretože vznikajú v organizme. V mnohých častiach organizmu vznikajú potreby, ktoré majú za následok stálu produkciu a akumuláciu pudenia. A táto akumulácia pudenia musí byť stále „odventilovaná“. Vo Freudovej predstave je pud (Trieb) psychofyzický koncept, hraničný pojem medzi duševným a somatickým. Somatickú stránku predstavuje energia, duševnú afekt (emócia). Pud má organický zdroj vzrušenia a podnet, ktorý vychádza z takéhoto zdroja, predstavuje somatickú potrebu. *Reprezentácia tejto potreby vo vedomí je prežívaná ako pud.* Každý pud má cieľ a tým je jeho uspokojenie, ktoré je možné dosiahnuť iba odstránením podnecujúceho stavu, pochádzajúceho zo zdroja pudu a získaním objektu - teda toho, prostredníctvom čoho možno tento cieľ (redukciu pudu) dosiahnuť.

Tento model redukcie pudu sa zakladá na homeostatických a hedonistických predstavách. Organizmus je tým viac v rovnováhe, čím nižšia je hladina pudu. Každé zníženie hladiny pudu je spojené s príjemnými citmi a každé zvýšenie tlaku pudu je doprevádzané nepríjemnými citmi.

Poznámka: Predstava, že redukcia pudu (vnútorného podnecujúceho stavu) je podstatou motivácie správania, je v súčasnosti považovaná za prekonanú a z evolučnobiologického hľadiska za nesprávnu (podľa Schneidera a Schmalta, 1994). CNS prostredníctvom podnetov z vonkajšieho a vnútorného prostredia získava informácie o stave svojho organizmu a o prostredí, v ktorom sa nachádza. Získavanie týchto informácií ide „nad úroveň“ somatických potrieb a dosahuje najvyššie štruktúry mozgu. Ľudia ale aj zvieratá vyhľadávajú informácie práve vtedy, keď utíšia smäd alebo hlad. Aj výskum v oblasti senzorickej deprivácie ukázal, že ľudia pri nízkej stimulácii skôr uprednostňujú vyhľadávanie podnetov, aby individuálne rozdielny stupeň napätia obnovili.

V súvislosti s pojmom pud Freud používal tieto ďalšie pojmy: tlak, cieľ, objekt a zdroj pudu.

*Tlak pudu* predstavuje sumu síl. *Cieľ pudu* je vždy definovaný ako uspokojenie pudu, ktoré môže byť dosiahnuté iba odstránením napätia v zdroji pudu. *Objektom pudu* je to, čo alebo prostredníctvom čoho pud môže dosiahnuť svoj cieľ. Objekty pudu sú najmenlivejšie na pudoch, nie sú s pudom primárne spojené, naopak, získavajú túto svoju vlastnosť (uspokojiť pud) podľa svojej vhodnosti na jeho uspokojenie. *Zdrojom pudu* je somatický proces v niektorom orgáne alebo časti tela, ktorého pudenie je reprezentované v prežívaní prostredníctvom pudu (Freud, 1915).

Heckhausen (1980) charakterizoval zhrnujúco Freudovu teóriu takto:

1. Pudové impulzy sa prejavujú rozličným spôsobom. Ak chýba (je nedostupný) pri vysokej intenzite pudu objekt uspokojenia pudu, dostávajú sa nenaplnené pudové želania do vedomia vďaka predstavám predchádzajúceho naplnenia pudov a takto ovplyvňujú prežívanie. (Táto idea významne ovplyvnila meranie motívov v neskoršej dobe pomocou projektívneho nástroja TAT). Pudové impulzy môžu byť presunuté aj na iné objekty, môžu byť sublimované (teda zamerané nie na sexuálne ciele) a môžu byť aj potlačené (v tomto prípade prenikajú do vedomia v menej priehľadnom spôsobe – v podobe snov alebo do správania – ako chybné úkony).

2. Psychický život, v ktorom sú hlavné tendencie v neustálom konflikte, prebieha v psychickom aparáte, ktorý pozostáva z troch poschodí: id – vyhľadávanie pôžitku, superego – morálna kontrola a ego – ktoré sa pokúša zosúladiť obidve predchádzajúce inštancie s realitou.

3. Dospelá osobnosť je výsledkom pudového vývinu v detskom veku. Poruchy pudového vývinu v ranom detstve majú rozhodujúci význam pre schopnosť pracovať a milovať v dospelosti. Psychoanalytickou terapiou sa však tieto chybné tendencie dajú napraviť.

4. Pudový vývin prechádza viacerými psychosexuálnymi fázami, v ktorých dominujú rozličné erogénne zóny: **orálna** – zdrojom uspokojenia sú ústa a satie, **análna** – zdrojom uspokojenia je schopnosť ovládať vylučovacie (defekačné) funkcie a **fálicko-genitálna** – zdrojom uspokojenia je manipulácia s vlastnými pohlavnými orgánmi. Vývin pudu sa môže nežiaducim spôsobom zafixovať na jednej z nižších úrovní (napr. análnej a v dospelosti sa to prejaví v podobe extrémnej túžby po poriadku, neustálom upratovaní alebo vysávaní a pod.).

5. Pudový vývin prebieha akoby v dráme obsadenej tromi osobami: manželia a mimo stojací milenec. Tým milencom je dieťa, ktoré by chcelo mať sexuálny vzťah s rodičom opačného pohlavia (oidipovský komplex). Normálny vývin ukončí tento konflikt identifikáciou s rodičom rovnakého pohlavia. Dieťa prevezme morálne normy rodiča rovnakého pohlavia a tým získa svedomie, ktoré kontroluje jeho správanie (superego).

Čo sa týka klasifikácie pudov, Freud túto otázku nepovažoval za významnú a sám sa viac orientoval na dynamiku konfliktov, ktoré podľa neho tvoria podstatu psychického života. Pri analýze jeho diela sa v úvodných prácach objavujú dva pudy: pud sebazáchovy (konkrétnym reprezentantom bola napríklad potreba potravy) a sexuálny pud (libido). Po prvej svetovej vojne a pod jej vplyvom nahradil Freud pud sebazáchovy pudom agresie. V skutočnosti sa však venoval najviac výskumu sexuálneho pudu. V poslednej etape svojho života postuloval antagonizmus pudu života (eros) a pudu smrti (thanatos).

Freudovo učenie vyvolalo vo všeobecnosti intenzívny výskum a dnes jeho prínos k motivačnému výskumu možno v zhode s Rheinbergom (1997) vidieť v týchto troch rovinách:

(1) v jeho koncepcii motivácie, podobne ako u McDougalla sa objavuje dôležitosť vzťahu motivácie a emócií: uspokojenie pudu, ktoré nastáva vďaka odstráneniu vnútorného stavu napätia, je spravidla spojené s pozitívnym afektívnym stavom (pôžitkom).

(2) jeho predstava nevedomých želaní, ktoré sa do vedomia snažia preniknúť a ktoré sa manifestujú v podobe prerieknutí, resp. projekcií otvorila možnosť skúmať prostredníctvom nejednoznačného podnetového materiálu stav motívov osoby. Na tomto princípe neskôr vyvinul Murray (1938) známy TAT – tematický apercepčný test.

(3) Tretí vplyvný produkt Freudovej koncepcie spočíva v zistení, že osoba si nemusí svoje ciele plne uvedomovať, aby mohla cieľavedome (cieľasmerne) konať.

#### *Behavioristická koncepcia pudu*

Behaviorizmus (v zhode s názormi jeho najvýznamnejšieho predstaviteľa Watsona) akceptuje vo výskume iba pozorovateľné javy: objektivizovateľné podnety (S - stimuly) a objektivne registrovateľné reakcie (R - reakcie jednotlivých telesných orgánov alebo celého organizmu). Akékoľvek prejavy vedomia či čohokoľvek, čo sa týka vnútorného prežívania, boli vylúčené z vedeckého pozorovania. Základnou úlohou behaviorizmu sa teda stalo určenie zákonitostí, na základe ktorých vznikajú, prípadne sa menia objektivne registrovateľné spojenia medzi stimulom a reakciou. Je známe, že behaviorizmus redukoval vznik týchto spojení na bazálne mechanizmy učenia (klasické, resp. operantné), pričom celý výskum sa sústredil na biele myši, holuby, psov, mačky, a takmer bez zvyšku sa uskutočňoval v laboratóriách.

Na jednoduchom príklade (podľa Rheinberga, 1997) však možno demonštrovať, že nie všetko správanie možno vysvetliť iba na základe učenia: ak niekto ide na počutie zvonenia k telefónu a nie k dverám, znamená, že sa už predtým naučil rozlišovať medzi obidvoma druhmi signálov. Ako je však možné, že osoba vôbec vstane zo stoličky a neostane pohodlne sedieť? Ako vznikne ten podnecujúci moment, ktorý energetizuje správanie, naučené skôr?

Pretože deficit v anatomicko-fyziologických štruktúrach (teda potreba) také a podobné prejavy vysvetliť nemohol, chtiac-nechtiac museli aj behavioristi brať do úvahy niečo ako motiváciu, pretože iba pomocou procesov učenia by toto správanie nebolo vysvetliteľné.

Jednoduchú predstavu, že za všetkými potrebami sú anatomicko-fyziologické štruktúry vyvracala napríklad skutočnosť, že pre takú potrebu, akou je potreba prijímať a

získavať informácie, nebolo možné nájsť anatomicko-fyziologický základ (spočívajúci na výmene a premene látok v organizme). Behavioristi museli uznať, že organizmické potreby nemusia mať svoj pôvod iba v periférii tela (vo vnútornostiach, viscerogénny pôvod), ale môžu vznikáť aj v CNS, môžu mať neurogénny pôvod (Harlow, 1953, podľa Schneidera a Schmalta, 1994). Táto výhrada mierila do samotných základov behavioristickej koncepcie motivácie – *spochybňovala predstavu o tom, že správanie je spúšťané organizmickou potrebou a že po jej nasýtení je správanie ukončené.*

Tento homeostatický model časť správania vysvetľoval adekvátne, zlyhal však, ak mal vysvetliť skutočnosť, že človek (aj zvieratá) nemusí konať (zháňať potravu), aj keď je hladný alebo prežíva inú organizmickú potrebu a naopak, správa sa niekedy tak (zháňa si potravu, pripravuje sa na neskoršie uspokojenie potreby), ako keby podľa tohto modelu prežíval organizmickú potrebu, a v skutočnosti žiaden tlak potreby neprežíva.

Vrchol behavioristickej orientovaného výskumu motivácie predstavujú teoretické a experimentálne analýzy Clarka Hulla. Hullova teória je reprezentovaná vzorcom (podľa Rheinberga, 1995):

tendencia k správaniu = návyk x pud

Návyk (angl. habit) je naučená reakcia na určitý podnet. Sila návyku závisí od počtu príležitostí, pri ktorých sa mohla za rovnakých podmienok uskutočniť príslušná reakcia (posilnenie). Od čoho však závisí sila pudu? Hull rozlišoval pri hľadaní odpovede na túto otázku medzi pudom a potrebou: potreby sú na biologickej báze pôsobiace popudy - napríklad hlad, smäd, sexualita. Prinajmenšom v prípade hladu a smädu sa existencia týchto potrieb dá experimentálne dokázať prostredníctvom dĺžky hladovania či smädu: napríklad hladný potkan je v klietke evidentne aktívnejší a vykazuje viac habits (návykov, návykového správania) ako sýty. To isté platí pre smädné či ináč deprivované zvieratá. Podľa Hulla to znamená, že všetky potreby disponujú nešpecifickým a všeobecným pudom. Tento pud energetizuje v aktuálnej situácii vhodný návyk a aktivizuje ho k činnosti. Pud má v tomto prípade teda iba popudový (tlakový) účinok. Smerový komponent správania vzniká na základe učenia.

Dôkazy, ktoré spochybňujú predpoklad o tom, že by pud – jeho redukcia mala status univerzálneho posilňovača (funkciu odmeňovania), poskytli Olds a Milner (1954). Títo autori objavili v mozgu centrum vzrušenia pre pocity pôžitku. Ak implantovali v určitých oblastiach mozgu potkanom alebo opiciam elektródy a umožnili im tieto oblasti elektronicke stimulovať, tak to zvieratá robili až 7000-krát za hodinu a nezaujímal ich o nič iné. Z tohto

zistenia vyplýva, že nie odstránenie vzrušenia (redukcia napätia, pudu), ale stimulácia je činiteľom, ktorý prináša uspokojenie.

Aj Crespiho (1942) pokusy a výhrady nútili Hulla neskôr (1952) jeho predstavu motivácie modifikovať. Crespi (1942) menil množstvo potravy, ktoré pokusné zvieratá získali po splnení úlohy a zistil, že vzorec (sila pudu x sila návyku) nefunguje spoľahlivo – ak totiž zvieratá získali za odmenu väčšiu dávku potravy, učili sa rýchlejšie. Ukázalo sa teda, že účinkuje tu sila, ktorá sa nachádza mimo organizmu – je to činiteľ, ktorý sa nachádza v prostredí a v tomto prípade to bolo množstvo potravy (môže ísť aj o jej kvalitu, druh atď podľa toho, čo zvieratá uprednostňujú). Hull (podľa Rheinberga, 1995) túto kritiku zohľadnil a svoj vzorec doplnil o komponent, ktorý nazval *podnecujúca hodnota cieľového objektu* (Schneider a Schmalz, 1994 používajú starší Hullov pojem *incentív*):

tendencia k správaniu = návyk x pud x podnecujúca hodnota

Hull sa pokúšal zdokonaľiť svoj model motivácie – chcel poskytnúť odpoveď na otázku, ako dokáže organizmus reagovať tak, aby svoje budúce správanie mal už v určitom momente, ešte pred jeho realizáciou akoby v predstave – teda, ako by u neho existovalo očakávanie (anticipácia). Ako behaviorista nemohol tieto kognitivistické pojmy použiť, a preto jeho vtedajšie komplikované vysvetlenia tejto skutočnosti majú z dnešného pohľadu iba historický význam (pozri napríklad Hull, 1952) a poukazujú na to, že bez kognitívneho komponentu je objasnenie motivovaného správania nedostatočné.

Okrem Tolmana, ktorý (podľa Schneidera a Schmalta, 1994) na vysvetlenie nehomeostaticky motivovaného správania použil pojem „kognitívne mapy“ (kognitívna reprezentácia prostredia), sa pokúšal nájsť východisko pre behavioristickú pozíciu Hebb (1955). Ten predpokladal existenciu primárnych pudov, ktorých podstatou je všeobecná aktivácia – organizmicky založené potreby stupňujú aktiváciu CNS, pričom tento aktivačný tonus reguluje retikulárna formácia. Tento nárast aktivácie potom pôsobí na kôrové funkcie, čo je prežívané pozitívne až dovtedy, kým aktivácia nedosiahne určitú hladinu. Nad touto hladinou (optimum) pôsobí negatívne a trestajúco.

Zhrnutie. Pudy reprezentujú „tlakový“ aspekt motivácie. Možno si ich predstaviť ako vnútroorganizmové veličiny, ktoré v určitom časovom rozpätí akumulujú napätie, resp. energiu, ktorá si vynucuje uspokojujúce vybitie. Hull (podľa Heckhausena, 1980) ako najvýznamnejší predstaviteľ pudovej teórie v psychológii motivácie vychádzal z odlišnosti medzi potrebou a pudom: potreba je špecifický stav nedostatku alebo poruchy v organizme (hlad, smäd, bolesť), a tento stav nedostatku vyvoláva nešpecifický pud určitej sily, ktorý má

aktivujúcu funkciu vo vzťahu k správaniu. Potreba je podľa Hulla pozorovateľná a manipulovateľná premenná, pud je naproti tomu hypotetickým konštruktom. Dôležitá otázka, odkiaľ tlačiaci pud "vie", čo ho uspokojí, je zodpovedaná Hullom dvojako: buď ide o vrodené spojenie pudu a úkonov na jeho uspokojenie (napríklad hlad - núti jesť) alebo ide o spojenie, ktoré vzniklo učením. Tieto potreby spravidla zasiahnu do regulácie toku správania, keď sú signalizované určité vnútroorganismové deficity. Sú prežívané ako nepríjemné pocity a môžu v prípade, že sú dostatočne silné, prerušiť iné aktivity. Aktuálna sila takýchto potrieb sa dá vysvetliť tým, koľko času uplynulo od ich posledného uspokojenia: veľkosť smädu závisí od toho, kedy a čo sme pili, čo sme jedli, v akých klimatických podmienkach sme boli, akú telesnú námahu sme museli vykonávať a pod. Zdá sa, že tieto vnútroorganismové potreby sú jednoznačne vysvetliteľné tým, ako dlho boli neuspokojené. Existujú tu však určité odchýlky, ktoré nesúvisia iba so stavom organizmu - napríklad chuť piť pri pohľade na chladený nápoj počas horúceho letného dňa môže mať inú prítlačivú silu, ako keby tento pohľad chýbal.

Rheinberg (1997) hodnotí význam behavioristov v prípade problematiky motivácie takto: Podnietili experimentálny výskum a experimentovanie získalo ich zásluhou významné miesto v psychológii. Ich presné a precízne experimentovanie bolo pre motivačný výskum dôležité, lebo vytváralo určitú protiváhu pri hľadaní odpovede na otázku „prečo“ voči filozofickým a religióznym prístupom. Úsilie zapojiť do objasnenia podstaty motivovaného správania aj mechanizmy CNS viedli k vzniku biopsychologického prístupu.

### **2. 3. Vlastnosti a druhy fyziologických potrieb**

S pudmi, ako bolo uvedené vyššie, významným spôsobom súvisia fyziologické potreby. Pri opise vlastností fyziologických potrieb sa opierame o prácu zakladateľa humanistickej orientácie v psychológii – Abrahama Maslowa (1981). Maslow (1981) charakterizuje fyziologické potreby takýmto konštatovaním: „Potreby, ktoré sa zvyčajne používajú ako východiskový bod motivačnej teórie, sú tzv. fyziologické pudy“ (str. 62). Toto konštatovanie môže pôsobiť máľúco. Ak však zoberieme do úvahy Hullovo rozlišovanie medzi potrebou a pudom, tak z hľadiska klasifikácie môže byť irelevantné, či použijeme pojem potreba alebo pojem pud (pripomíname, že napríklad Freud považuje potrebu za uvedomovaný pud), pretože obidva pojmy vyjadrujú simultánne sa vyskytujúce javy – stav potreby a s tým súvisiacu prítomnosť, resp. neprítomnosť pudenia.

Podľa Maslowa (1981) do tradičného chápania potrieb zasiahli dva výsledky výskumov: poznanie podstaty homeostázy a odlišenie apetencie od homeostatických stavov (napr. uprednostňovanie jedného druhu potravy pred iným). Homeostáza je založená na

automatizmov (tela), ktoré zodpovedajú za stálu a normálnu cirkuláciu krvi (ide o rovnováhu látok, ako obsahu vody v krvi, solí, cukru, proteínov, tukov, vápnika, teploty ale aj minerálov, hormónov, vitamínov atď.). Čo sa týka apetencie (chuti), je nerozumné zostavovať katalóg základných fyziologických potrieb, pretože by bol taký dlhý, aký stupeň klasifikácie jednotlivých jedál zvolíme.

Podľa Maslowa sú fyziologické potreby bezpochyby najsilnejšie a demonštruje to na pude hladu (potrebe potravy): „Niekomu, komu chýba potrava, bezpečie, láska a akceptácia pociťuje pravdepodobne viac hlad po potrave ako po niečom inom“ (1981, str. 63). To, čo sa deje v situácii, keď človek hladuje, opisuje citovaný autor ďalej takto: „Vedomie je takmer úplne vyplnené hladom, všetky schopnosti sa orientujú na utíšenie hladu a sú zamerané na tento jediný cieľ. Receptory a efekty, inteligencia, pamäť, všetky návyky sa stávajú v tejto situácii nástrojmi na utíšenie hladu. Chuť písať básne, kúpiť si nové auto, záujem o dejiny, o nové topánky, to všetko je druhradé. V situácii extrémneho hladu neexistuje žiadny iný záujem osoby, ako záujem o jedlo. Osoba sníva o jedle, v pamäti si vybavuje iba jedlo, myslí iba na jedlo, vníma iba jedlo a žiada si iba jedlo“ (tamže, str. 63).

Významnou zvláštnosťou ľudského organizmu je, že ak je ovládaný nejakou konkrétnou potrebou, potom zmení aj svoju filozofiu budúcnosti. V prípade hladu je človek schopný zmeniť svoje myslenie natoľko, že by bol šťastným a nikdy by už nič iné nechcel, len aby mohol celý zvyšok svojho života mať istotu, že už nebude viac hladovať. V našich podmienkach sú takéto stavy skôr výnimočné a v spoločnosti, ktorá žije v mieri zriedkavé. Maslow na podmienky USA konštatuje nasledovné: „Priemerný americký občan, ak hovorí: som hladný, pociťuje chuť do jedenia a nie hlad.“ (1981, str. 65). Maslow sám sa neusiloval o úplnosť zoznamov potrieb a považoval aj vtedy existujúce zoznamy potrieb a pudov za teoreticky neplodné. Vo svojej práci z roku 1954 uvádza vlastnú hierarchicky usporiadanú schému motívov, v ktorej sa neusiluje o úplnosť, ale o určenie tried motívov. V jeho pyramíde sú na najnižšom mieste fyziologické potreby a ako jednoznačné príklady takýchto potrieb uvádza: hlad, sexualitu a smäd. Za problematické považuje zaradenie únavy a spánku a na inom mieste dodáva, že nie všetky fyziologické potreby možno identifikovať ako homeostatické. K homeostatickým podľa neho patria sexuálna žiadostivosť, spánok, tréning.

Young (1936, podľa Heckhausena, 1980) je pravdepodobne autorom najrozsiahlejšieho zoznamu fyziologických potrieb (Young sám používa pojem primárny pud). Ide o týchto 16 primárnych pudov: hlad, hnus, smäd, sexualita, čistota, urinácia, defekácia, vyhýbanie sa horúčave, vyhýbanie sa chladu, vyhýbanie sa bolesti, hlad po

vzduchu, strach a zlosť, únava, spánok, zvedavosť, šteklenie. Nemožno, pravdaže, nechať bez povšimnutia skutočnosť, že strach, zlosť a zvedavosť sú zaradené k pudom (sú to emócie).

## 2. 4. Vzťah inštinktov a pudov

Z obsahového hľadiska možno rozdiel medzi obidvoma pojmami vyjadriť konštatovaním, že inštinky sú vždy nejakým spôsobom späté so situáciou - sú spúšťané špecifickými kľúčmi z prostredia, pudy sú vecou vnútroorganizmových stavov a spravidla nemajú takmer žiadny vzťah k aktuálnej situácii, teda k situácii, v ktorej konanie prebieha.

Druhá významná odlišnosť spočíva v tom, že súčasťou inštinktov je prežívanie špecifických emócií, v prípade pudov je prežívaný nešpecifický emocionálny stav – pôžitok verzus nepríjemné pocity.

Najprimeranejšiu klasifikáciu inštinktov poskytol McDougall a najúplnejšia klasifikácia pudov pochádza od Younga. Nižšie uvádzame pre porovnanie zoznamy inštinktov a pudov obidvoch citovaných autorov v spoločnej tabuľke.

Zoznam inštinktov podľa McDougalla (1960)	Zoznam pudov podľa Younga (1936)
inštinkt utiecť	smäd
inštinkt averzie	hlad
inštinkt zvedavosti	vyhýbanie sa bolesti
inštinkt bojovať	vyhýbanie sa horúčave
inštinkt dominovať	urinácia
inštinkt podriadiť sa	vyhýbanie sa chladu
rodičovský inštinkt	spánok
<i>sexuálny inštinkt</i>	<i>sexualita</i>
výzva, apel	defekácia
sociálny inštinkt	hlad po vzduchu
inštinkt loviť	únava
inštinkt niečo nadobúdať, vlastniť	strach a zlosť
inštinkt konštruovať	hnus
inštinkt smiať sa	čistota (čistotnosť)
	zvedavosť
	šteklenie

Poznámka: pod čiarou sú inštinky, resp. pudy, ktorých zaradenie je nejednoznačné.

Ak porovnáme zoznamy inštinktov a pudov s vyššie uvedenými kritériami, evidentné sú tri problémy:

1. Zoznam obsahuje sexuálny inštinkt (vľavo) a súčasne pud sexuality (vpravo). Aj keď McDougall nezaradil sexuálny inštinkt medzi hlavné inštinkty (ale iba medzi „iné“ inštinkty), predpokladá v prípade sexuality jej inštinktívnu povahu. S najväčšou pravdepodobnosťou má naozaj ľudská sexualita vlastnosti inštinktu aj pudu: neuspokojená sexuálna potreba má pudiaci účinok a jej uspokojenie prináša odstránenie napätia spojené s prežívaním pôžitku. Aj napriek bezprostrednému uspokojeniu tejto potreby však vnímanie subjektívne atraktívneho sexuálneho objektu môže opätovne aktivovať sexuálny inštinkt (v tomto prípade nejde o potrebu, pretože pudenie - potreba bolo uspokojené).

2. Hnus a zvedavosť, ktoré Young považuje za potreby, možno podľa uvedených kritérií zaradiť medzi inštinkty: obidva sú aktivované špecifickými spúšťačmi a je nepravdepodobná existencia pudenia, pri ktorom človek prežíva deficit látok, ktoré vyvolávajú hnus.

3. Medzi pudy boli Youngom zaradené aj strach a zlosť – obidva pojmy vyjadrujú primárne emócie (porovnaj Izard, 1980), a preto nepatria medzi pudy. Problematické je aj zaradenie čistoty medzi pudy. V tabuľke sme preto oddelili inštinkty a pudy, ktoré sú jednoznačne priraditeľné k týmto kategóriám (nad čiarou) a pod čiarou uvádzame zástupcov tých kategórií, ktoré sú menej významné resp. ktorých zaradenie je nejednoznačné. Podrobnejší opis niektorých pudov nájdete čitateľ v práci Schneidera a Schmalta (1994) (hlad, smäd, sexualita), resp. v práci Nakonečného (1995) (hlad, smäd, dýchanie, oddych-spánok, bolesť, sex).

Niet sporu o tom, že deficitný model (potreba a jej pudiaci účinok v smere jej uspokojenia) vysvetľuje časť motivácie ľudského správania. Tento model je však rozhodne nevhodný pri vysvetľovaní komplexnejších oblastí konania: napríklad učenia sa, pozerania umeleckých diel, riadenia práce iných a pod. Je nepravdepodobné, že existujú týmto aktivitám zodpovedajúce inštinkty alebo potreby. Vhodnejším modelom pre vysvetlenie tohto druhu konania by bolo "príťahovanie" a nie popud, resp. tlak. To, čo individuum príťahuje, je možné nazvať ako cieľový stav. Rôzne osoby uprednostňujú rôzne cieľové stavy, rôzne triedy vecí a stavov. Tak môžeme u niekoho pozorovať uprednostňovanie riešenia zložitých úloh, úsilie byť úspešným – tzv. výkonový motív, u iného snahu o ovplyvňovanie iných, uprednostňovanie pocitov nadvlády a pod. – tzv. motív moci. U týchto pretrvávajúcich tendencií nemožno predpokladať inštinktívny ani pudový základ.