

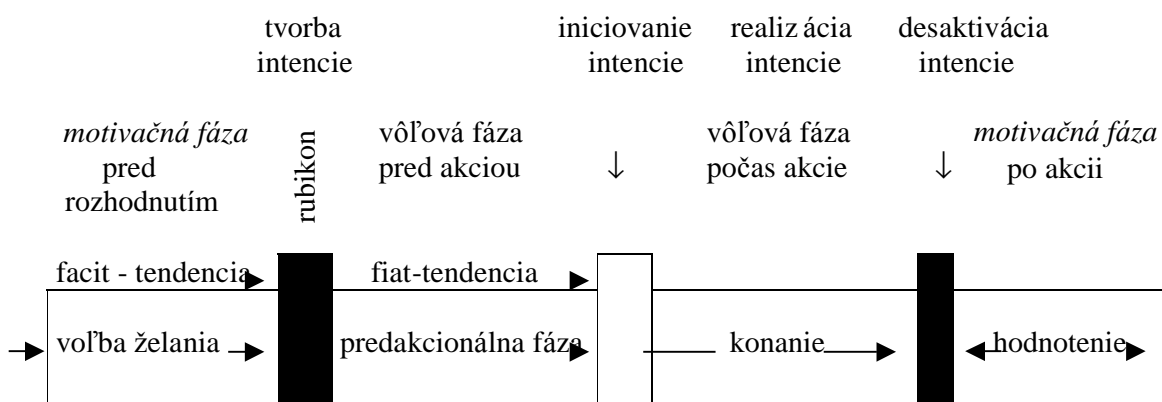
9. Integrácia motivačných a vôľových procesov – rubikonový model

Je zásluhou Heckhausena (1987), že v súčasnosti existuje deskriptívny model, ktorý integruje motivačné a vôľové procesy a približuje sa tak opisu motivovaného konania v jeho prirodzenej podobe. Autor ho nazval rubikonový model (názov bol prebraný z príbehu o prekročení riečky Rubikon, čím Cézar začal občiansku vojnu v Rímskej ríši. Je to udalosť, ktorá je spájaná aj s výrokom „Kocky sú hodené“, čo znamená, že od tejto chvíle už išlo iba o čím lepšiu realizáciu prijatého rozhodnutia).

Heckhausen (1989) vychádzal z toho, že motivačné procesy pramenia z veľkého množstva želaní. Niektoré z týchto želaní sú povrchné a rýchlo sa vytrácajú z pracovnej pamäti bez toho, aby boli osobou akokoľvek (kognitívne) spracovávané. Jedinci sa od seba navzájom líšia v tom, ktoré druhy želaní sú pre nich typické, a to v závislosti od štruktúry ich implicitného motivačného systému (želaní sú predselektované podľa toho, ktorý z motívov u osoby dominuje: motív výkonu, moci, väzby alebo intimity). Táto trvalá nadprodukcia želaní je u všetkých ľudí (s výnimkou ľudí trpiacich napr. depresívnymi poruchami) prítomná vždy. (V modeli Heckhausena je predpokladaná, ale nie je nezobrazená).

Rubikonový model konania s motivačnými a vôľovými fázami (podľa Heckhausena, 1989, str. 212).

Psychologické fázy konania a priebeh konania



Samotný model začína motivačnou fázou. Niektoré z veľkého množstva stále osobou produkovaných želaní preniknú v malom počte do tzv. motivačnej fázy. Tu je príslušné želanie registrované a kognitívne spracované – predovšetkým z hľadiska želanosti následkov v prípade realizácie konania. Osobou je preskúmaná zároveň realizovateľnosť

tohto želania. (Presnú predstavu o tom, čo sa v motivačnej fáze deje, možno získať na základe analýzy rozšíreného kognitívneho modelu motivácie). „V tejto fáze sa osoba riadi väčšinou princípom reality: je otvorená ku všetkým, pre rozhodnutie dôležitým informáciám, zvažuje, hodnotí možnosť vzniku neželaných vedľajších následkov, kladie si otázku, či iné osoby alebo situačné zmeny budú nápomocné alebo blokujúce. Toto všetko je typické pre uvedomovanú motivačnú pozíciu.“ (Rheinberg, 1997, str. 169).

Detailnú analýzu tejto fázy uskutočnili Gollwitzer a Heckhausen (1987, podľa Rheinberga, 1997). Autori zistili, že s dĺžkou trvania uvažovania stále viac začínajú prevažovať negatívne aspekty pôvodne lákavých želaní – prebieha to tak, ako keby sa osoba sama chcela od príslušného želania odhovoriť. Iba vtedy, ak už boli zvážené aj následky nerealizácie želania a pritom sa ukázalo, že tieto želania sú pre osobu neprijateľné, vzniká rozhodnutie želanie realizovať.

Zo želania sa tak stáva úmysel = intencia a v tejto chvíli bol rubikon prekročený. Od tohto okamihu sa mení zameranie vedomia: ak bolo v motivačnej fáze zameriavané na realitu, vo fáze volície je orientované na realizáciu. Informácie, ktoré by mohli prijaté rozhodnutie spochybniť, sú ignorované. Všetky procesy sú teraz zamerané tak, že majú iba jednu jedinú funkciu – uskutočniť to, pre čo sme sa pri predchádzajúcom zvažovaní rozhodli.

Gollwitzer a kol. (1987) skúmali vlastnosti obidvoch druhov orientácie vedomia nasledovne: Skúmaná vzorka bola rozdelená na časť probantov, ktorí sa nachádzali v stave pred prijatím rozhodnutia, aké želanie chcú realizovať (motivačná fáza) a iná časť bola vo fáze po prijatí rozhodnutia (po vzniku intencie, vôľová fáza). V úvodnej časti výskumu pred analýzou obsahov vedomia boli obidve skupiny probantov požiadané, aby rozmýšľali o dôležitých životných rozhodnutiach. Išlo o otázky typu: či sa treba od rodičov odsťahovať, či by sa životný partner mal meniť, či sa musí dokončiť štúdium a pod. Bezprostredne za tým nasledovali experimenty (osoby mali napríklad vymyslieť a napísať krátky príbeh), ktoré ukázali, že osoby, ktoré boli v motivačnej fáze, používali frekventovanejšie slovesá, ktoré vyjadrovali uvažovanie osôb, zatiaľ čo osoby, ktoré sa nachádzali vo volicionálnej fáze, používali frekventovanejšie slovesá, ktoré vyjadrovali konanie.

Ďalšia dôležitá odlišnosť sa týkala dojmu, v akej miere môžu osoby svojím konaním ovplyvniť (kontrolovať) príslušné udalosti. Osoby, ktoré boli vo volicionálnej fáze, mali aj napriek objektívne malým možnostiam mať na udalosť vplyv, subjektívny dojem, že ich možnosť vplyvu je veľká. Presne naopak to bolo u osôb, ktoré sa nachádzali v motivačnej fáze. Podľa Gollwitzera (1991, tu podľa Rheinberga, 1997) uvedené ako aj ďalšie zistenia potvrdzujú, že naozaj ide o dva kvalitatívne odlišné stavy vedomia, ktoré sú orientované na

odlišné aspekty realizovanej úlohy a že zároveň sa v nich odohráva niečo, ako sebaoptimalizácia systému.

Rubikonový model je, pravdaže, ešte komplexnejší. Po prijatí rozhodnutia realizovať určité želanie totiž k jeho realizácii vôbec nemusí ihneď dôjsť. Zvyčajne na to musia nastať vhodné podmienky, resp. vhodná príležitosť. Po samotnom rubikone vznikajúca intencia môže ostať v latencii a byť aktivovaná pri vhodnej príležitosti. Človek, ktorý sa po dlhom uvažovaní rozhodol, že si kúpi počítač, to nemusí urobiť okamžite po prijatí tohto rozhodnutia a môže byť touto intenciou poháňaný vyhľadať si vhodný typ počítača, opýtať sa známych, prejsť rozličné obchody a podobne. A tu sa môže vec opäť komplikovať, pretože osoba si môže vybrať niekoľko druhov počítačov, resp. nebude sa vedieť rozhodnúť pre pre ňu vhodný typ a opäť sa môže dostať do motivačnej fázy, v ktorej sa celý proces môže zopakovať. Realizácia intencie je pravdepodobnejšia, ak je ukotvená v špecifických predsavzatiach, za akých podmienok, kedy a čo sa má urobiť. Ak osoba prepracuje svoje predsavzatie do takýchto detailov, uskutoční sa príslušná intencia – nastúpi konanie akoby automaticky, akonáhle sú naplnené v predsavzatiach stanovené podmienky (porovnaj Lewin). Ako uvádza Rheinberg (1997), fakt, že nie všetky intencie môžu byť ihneď uskutočnené, ale že väčšinou sú uložené v pamäti, núti rozdeliť fázu volície na predakcionálnu a akcionálnu. A keďže v pamäti sa môže nachádzať viac intencií, prebieha rozhodovanie, ktorá z nich sa presadí. Väčšinou je to tak, že sa nepresadí najsilnejšia ale tá, ktorá sa pre príslušnú situáciu najviac hodí.

V priebehu vôľovej fázy sa predpokladá prítomnosť hypotetickej veličiny – tzv. *tendencia fiat*, ktorá rozhoduje o štarte (spustení) konania. Iná hypotetická veličina – tzv. *tendencia facit* je pravdepodobná v motivačnej fáze, a tá závisí od toho, aké silné bolo určité želanie. Sila tohto želania má za následok to, že bolo z viacerých želaní vybrané na realizáciu.

Priebeh vlastného konania je riadený cieľom, na ktorý je zameraná intencia. Táto akcionálna vôľová fáza je riadená rôznymi úrovňami cieľov: v prípade, že ide o jednoduchú činnosť, môže sa osoba sústrediť na vyššie cieľové roviny, ak ide o veľmi zložitú, prípadne celkom novú činnosť, musí osoba prihliadať na množstvo parciálnych cieľov, v extrémnych prípadoch sa musí sústrediť na jednotlivé ciele, ktoré nasledujú po sebe tak, ako nasledujú po sebe jednotlivé konkrétne operácie (napríklad jazda začiatočníka na aute).

Po ukončení konania sa dostáva osoba opäť do motivačnej fázy. V nej je hodnotené, či bol cieľ dosiahnutý a v prípade že nie, v čom mohla byť príčina. Hodnotenie, ktoré v tejto fáze osoba robí, nie je orientované iba do minulosti, ale aj do budúcnosti: pri hodnotení dosiahnutého cieľa osoba skúma, ktorá z intencií nachádzajúcich sa v pamäti môže byť

realizovaná ako ďalšia. Beckmann a Heckhausen (1988, podľa Rheinberga, 1997) experimentálne potvrdili, že tieto myšlienkové hodnotiace procesy sa po prípadnom neúspechu môžu veľmi rýchlo sústrediť na predstavu o ďalšom možnom konaní. Iná možnosť spočíva v tom, že osoby sa intenzívne zaoberajú myšlienkami, ktoré krúžia okolo neúspechu a vedú k negatívnemu sebahodnoteniu (na situáciu orientované osoby).

Heckhausen (1987) sám sa nedomnieval, že pred každým konaním musia prebehnúť všetky zložky motivačnej a vôľovej fázy a predpokladá, že naštartovanie konania môže prebehnúť aj bez motivačnej fázy. Konkrétne uvádza, že s pribúdajúcim vekom má človek k dispozícii stále viac hotových intencií, pretože pre mnohé životné situácie má už overené a akoby definitívne motivačné hodnotiace procesy. Stačí teda, že sa objaví vhodná situácia alebo príležitosť a motivačné procesy sa pred konaním vôbec nemusia aktivovať, osoba iba preskúma, ktorá zo zapamätaných intencií sa k danej situácii najlepšie hodí. Rheinberg (1997) k tomu uvádza, že ak by sme domysleli tento názor do dôsledkov, potom dospejeme k prekvapujúcemu zisteniu, že totiž motivačné procesy zohrávajú s vekom stále menšiu rolu, pretože naše konanie sa stále viac stáva funkciou vôľových procesov. Dodáva však ďalej, že v takom prípade by sme prehliadli jedno z rozhodujúcich obmedzení celej psychológie vôle, na ktoré upozornil už Ach (1935), že totiž v praktickom živote sa vôľová fáza nemusí vôbec aktivovať. Predpokladom pre ňu sú predovšetkým prekážky vonkajšieho alebo vnútorného charakteru, ktoré musí človek prekonať. A ďalej, pri činnosti, ktorá nám prináša sama osebe radosť, ktorá sa nám jednoducho darí, nepotrebujeme vynakladať žiadne vôľové úsilie.