



Teorije ličnosti



Psihoanalitički pristup ličnosti

Klasična psihoanalitička teorija

■ Sigmund Freud (1856-1939)

- Najstarije među osmero djece, veći dio života proveo u Beču
- Liječnik- započeo karijeru s istraživanjima u području neurofiziologije
- Začetak psihoanalize - suradnja s liječnikom Josephom Breuerom na istraživanju hysterije (pacijentica Anna O)
- Društveni kontekst - Viktorijansko doba:
 - Seksualnost kao tabu
 - Prevladavajući stav - racionalnost i samokontrola nas razlikuju od životinja

Freudov psihoanalitički pristup

- Psihoanalitička teorija je vrlo sveobuhvatna:
 - **Teorija o ljudskoj prirodi**
 - **Model razvoja ličnosti**
 - **Metoda psihoterapije**
- Identificirao je dinamičke faktore koji motiviraju ponašanje
- Naglašavao ulogu nesvjesnog
- Razvio prvu psihoterapijsku metodu

Osnovne pretpostavke psihoanalitičkog pristupa

- Što nas motivira, pokreće na neku aktivnost?
- Freudov odgovor: u svakome od nas je izvor energije: *psihička energija* koja motivira ponašanje
- Promjene u ličnosti zbivaju se kao posljedica preusmjeravanja psihičke energije osobe

Elementi psihoanalitičkog pristupa

- Osnovni instinkti (libido i thanatos)
- Nesvjesna motivacija
- Psihički determinizam

Osnovni instinkti: Što nas pokreće?

- Instinkti su glavni izvor psihičke energije, oni pokreću psihički sistem
- Freudova teorija instinkata pod utjecajem Darwinove evolucijske teorije
- Dva osnovna instinkta:
 1. **Libido (eros)** - seksualna energija, instinkt života
 - Osigurava preživljavanje pojedinca i ljudske rase
 - Orijentiran prema rastu, razvoju i kreativnosti
 - Funkcionira na temelju *principa zadovoljstva* - cilj je osigurati ugodu i izbjeći neugodu

2. **Thanatos** - instinkt smrti

- odgovoran za agresivne porive prema sebi i drugima
- poriv prema smrti, povređivanju sebe i drugih, razaranju

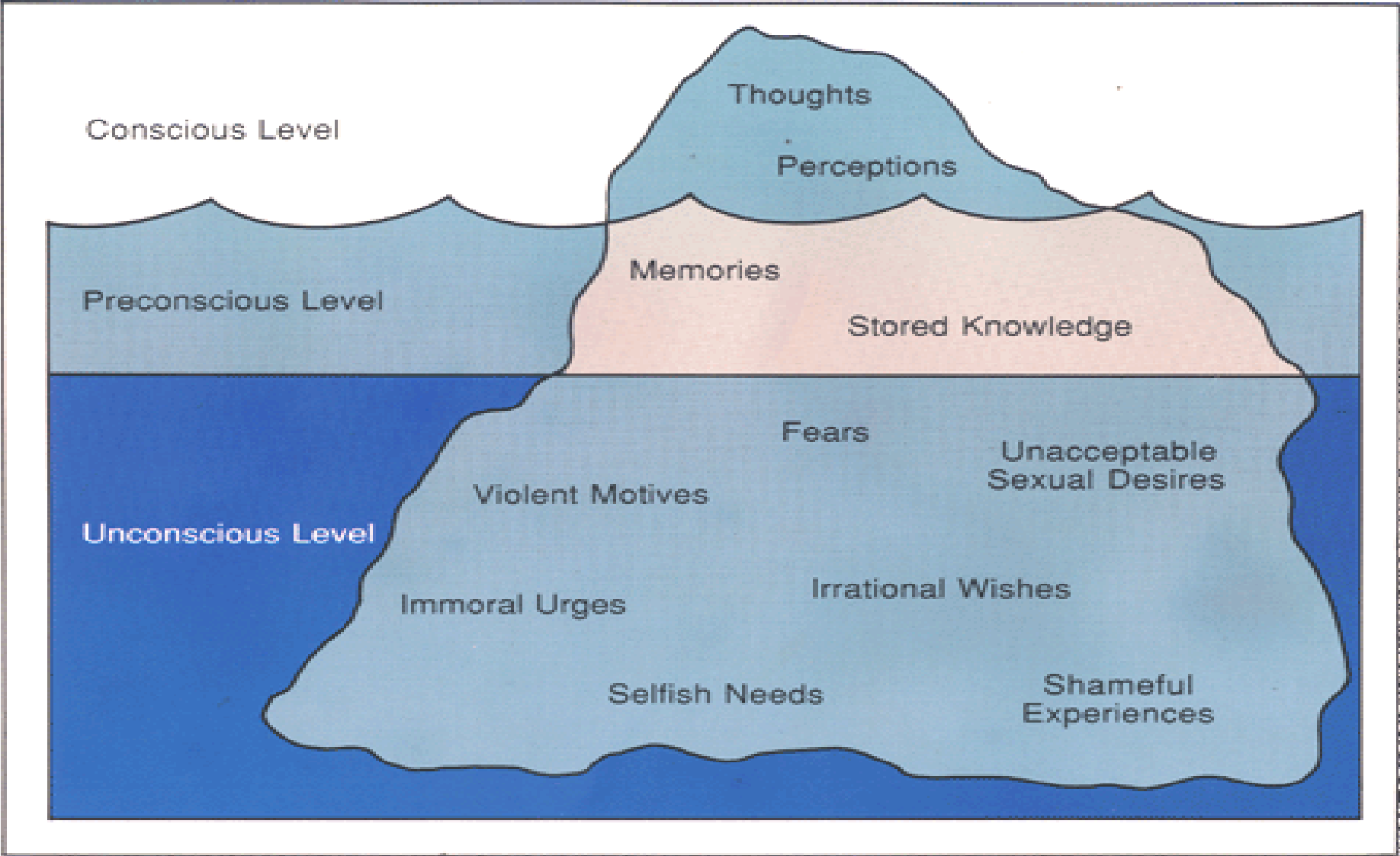
- Seksualna energija i agresivni porivi vrlo snažno određuju ponašanje ljudi

- Npr. silovanje Freud smatrao ekstremnim iskazom instinkta smrti na način koji uključuje i seksualnu energiju

Nesvjesna motivacija: katkad ne znamo zašto činimo to što činimo

- Ljudski um sastoji se od tri razine (*santa leda*)
 1. **Svjesno** - sadrži misli, doživljaje i osjećaje kojih smo trenutačno svjesni
 2. **Predsvjesno** - sadrži informacije kojih trenutačno nismo svjesni, ali ih lako možemo dozvati u svijest - znanja, sjećanja
 3. **Nesvjesno** - najveći dio uma koji sadrži misli, osjećaje i sjećanja kojih nismo svjesni - uključuje neprihvatljive seksualne i agresivne porive, misli i osjećaje

PERS 5 Freud's View of the Human Mind: The Mental Iceberg



Psihički determinizam: Ništa se ne događa slučajno

- Freud - postoji razlog za svaki naš postupak, misao i osjećaj
- Sve što činimo, kažemo, mislimo izraz je našeg uma - svjesnog, predsvjesnog ili nesvjesnog
- Razlozi za naše ponašanje mogu se otkriti otkrijemo li sadržaj nesvjesnog
- Većina simptoma duševnih bolesti uzrokovana nesvjesnom motivacijom
- Da bi se izliječili simptomi, treba otkriti njihov uzrok u nesvjesnom

Struktura ličnosti

- Psihoanalitička teorija ličnosti objašnjava kako se ljudi nose sa svojim seksualnim i agresivnim instinktima unutar granica koje nameće civilizacija
- Um kao hidraulički sustav - jedan dio stvara porive, drugi je “glas” društva i njegovih očekivanja, a treći dio pokušava zadovoljiti potrebe u okvirima realnih društvenih ograničenja
- Tri osnovna dijela ličnosti:
 - **Id** (iracionalni dio)
 - **Ego** (racionalni dio)
 - **Superego** (moralni dio)

ID - zahtjevno dijete

- Najprimitivniji dio uma, izvor svih poriva i potreba
- Vođen principom zadovoljstva - želja za zadovoljenjem svih potreba bez odlaganja
- Funkcionira bez logičkih pravila, ne uzima u obzir realitet

EGO - *prometni policajac*

- Vođen principom realiteta - stavlja id u okvire stvarnosti
- Rješava probleme logičkim razmišljanjem - planiranjem i smišljenim djelovanjem

■ **SUPEREGO** - *sudac*

- Internalizira vrijednosti, norme i moral društva
- Savjest osobe
- Nameće poštivanje normi izazivanjem osjećaja krivnje

Razvoj ličnosti: faze psihoseksualnog razvoja

- Svi ljudi prolaze kroz isti slijed razvojnih faza
- U svakoj od prve tri faze djeca moraju razriješiti specifičan konflikt koji se odnosi na način postizanja seksualnog zadovoljstva
- Ako dijete ne razriješi uspješno taj konflikt, može ostati fiksirano na toj fazi
- Prelazak u višu fazu označava zreliji način postizanja seksualnog zadovoljstva

Faze psihoseksualnog razvoja

1. **Oralna faza** (rođenje – 18 mj)

- Glavni izvor zadovoljstva su usta, usne i jezik
- Glavni izvor konflikta - odvikavanje od sisanja

2. **Analna faza** (18 mj. – 3 godine)

- Glavni izvor zadovoljstva vezan je uz izlučivanje, odnosno zadržavanje stolice
- Glavni izvor konflikta – djetetova sposobnost da stekne samokontrolu

Faze psihoseksualnog razvoja

3. Falusna faza (3-5 godina)

- Dijete otkrije da ima (ili nema) penis
- Seksualna želja usmjerava se prema roditelju suprotnog spola
- Edipov i Elektrin konflikt - želja za posjedovanjem roditelja suprotnog spola i eliminacijom roditelja istog spola
- Razrješava se identifikacijom s roditeljem istog spola (npr. ako dječak ne može imati majku samo za sebe, identificirat će se sa svojim ocem koji ju ima)

Faze psihoseksualnog razvoja

4. Faza latencije (6 god – pubertet)

- Nema značajnih promjena u razvoju ličnosti
- Dijete usmjereno na stjecanje znanja i vještina koje će mu trebati u odrasloj dobi

5. Genitalna faza (od puberteta nadalje)

- Libido se fokusira na genitalno područje
- Nema specifičnog konflikta

Razvoj ličnosti

- **Oralna faza**
 - Vezana uz kasnije nepovjerenje i strah od odbacivanja
- **Analna faza**
 - Vezana uz kasniji problem osobne moći, pretjeranu urednost, sitničavost
- **Falusna faza**
 - Povezana s kasnijim stavovima u području seksualnosti
- **Faza latencije**
 - Doba socijalizacije
- **Genitalna faza**
 - Seksualna energija investirana je u svakodnevni život

Obrambeni mehanizmi

- **Tjeskoba** - signalizira da nešto nije u redu i da nešto treba učiniti
- Signalizira da je **ego ugrožen** događajima iz stvarnosti, impulsima iz id-a, ili pretjeranom kontrolom superega
- Funkcija ega je da se nosi s prijetnjama i odupre opasnostima, čime će reducirati anksioznost
- **Ego** to postiže korištenjem **obrambenih mehanizama**

Obrambeni mehanizmi

- Potiskivanje
- Formirana reakcija
- Poricanje
- Projekcija
- Premještanje
- Sublimacija
- Regresija
- Racionalizacija

Obrambeni mehanizmi

- **Potiskivanje** - prijetee misli se potiskuje nazad u nesvjesno (npr. kod PTSP-a)
- **Formirana reakcija** - prijeteci impulsi se suzbijaju naglašavanjem upravo suprotnog ponašanja (npr. agresivni osjećaji prema nekom - pretjerano ljubazno ponašanje)
- **Poricanje** - odbijanje da se prepoznaju informacije koje izazivaju tjeskobu, one se drže izvan svijesti

Obrambeni mehanizmi

- **Projekcija** - impulsi koji izazivaju tjeskobu projiciraju se na druge; drugima se pripisuju vlastiti prijeteci impulsi (npr. mislimo da nas netko ne voli, ugrožava, a zapravo je obratno - mi ne volimo njega)
- **Premještanje** - nesvjesne želje, strahovi ili agresivni impulsi premještaju se s prave mete na nešto drugo (npr. naljuti nas šef, vičemo kući na partnera)

Obrambeni mehanizmi

- **Sublimacija** - opasni porivi i potrebe pretvaraju se u pozitivno, socijalno prihvatljivo ponašanje (npr. velika agresivnost u uspjeh u borilačkim sportovima)
- **Regresija** - vraćanje na ranije, sigurnije faze života (npr. dijete se pri rođenju sestre počne ponašati “kao beba”)
- **Racionalizacija** - mehanizam uključuje naknadna logična objašnjenja ponašanja koja nemaju veze s prvotnim uzrokom ponašanja (npr. student padne ispit, pa zaključi da pitanja nisu bila jasno postavljena)

Zašto je psihoanaliza važna?

- Prva teorija ličnosti, prva psihoterapija - i danas utjecajan pravac psihoterapije
- Mnoge ideje - npr. pojam **nesvjesnog** i pojam **obrambenih mehanizama** - i danas predmet interesa istraživača u području ličnosti
- Utjecaj na popularnu kulturu i danas velik - objašnjenja ponašanja i pojmovi iz Freudove teorije svakodnevno se koriste

Ali...

- teorija se temelji na vrlo malom broju slučajeva
- Mnoge postavke su nedostupne znanstvenom provjeravanju jer nisu operacionalizirane već su dane u obliku metafora
- Ne pruža mogućnost predviđanja ponašanja
- danas ima uglavnom povijesnu vrijednost
- ne igra veliku ulogu u suvremenom proučavanju ličnosti

1. Prema Freudu, razvoj ličnosti uglavnom završava do 5 godine. T N
2. Dio ličnosti koji uspostavlja ravnotežu između naših poriva i instinkata i zahtjeva okoline je....
3. Kad nas ostavi partner/partnerica, a mi se uvjeravamo da će nam se vratiti, koristimo obrambeni mehanizam premještanja T N
4. Nesvjesno sadrži informacije o kojima trenutačno ne razmišljamo, ali ih se uvijek možemo sjetiti T N
5. Osnovni instinkti koji nas motiviraju zovu se....