

Co je to psychologie?

Povědět si, co je to psychologie, je daleko těžší než charakterizovat, co se za psychologii jen vydává, ale co jí není. Psychologií tedy nejsou psychologické romány, filmy nebo divadelní hry, i když se z nich často o vnitřním životě člověka a o motivaci lidského jednání dozvíme více než z vědeckých psychologických studií. Nezaměňujme však umělecký pohled na člověka, jeho duši a osobnost s pohledem vědeckým.

Všichni známe úsloví „musí se na to jít psychologicky“. Avšak toto hledání fint a způsobů, jak se dostat – jak se říká – druhému člověku na kobytku, může nanejvýš být předmětem výzkumu tzv. manipulačních technik, ale ne psychologií. Za vědu nepovažujeme ani tzv. „psychologizování“ o lidech. Když postava v novele „Nebezpečné znalosti“ Ivana Kříže říká, že „psychologie je pracně vymyšlená zábava pro chlápky, kterým se nechce nic dělat“, myslí tím autor jalové psychologické mudrování o pohnutkách jednání nebo o povahových vlastnostech lidí. Kříž tak bezděky glosuje to, co už v Desateru bylo výstižně nazváno „křivé svědectví“ a co je denním tématem tlachání mnoha lidí.

Psychologové sami, když uvažují o tom, kým vlastně jako odborníci jsou a co je věda, kterou pěstují, se dokáží tu a tam na sebe dívat s potřebným nadhledem. Tak můžeme číst, že „psycholog je člověk, který – když vstoupí krásná žena do místnosti – se nedívá na ni, ale na ty ostatní“ (R. Lembke), nebo že „psycholog je odborník, jenž vám řekne to, co už dávno víte, slovy, kterým nerozumíte“ (R. Lembke). Jeden můj kolega při debatách o tom, jak psychologii vyučovat, výstižně podotýká: „Neučte o psychologii, ale o lidech.“ Opravdu, mnohá vědecká pojednání i přednášky současných psychologů jsou psychologií bez člověka, nemluvě už o tom, že jsou psychologií bez duše.

Kdybychom chtěli parafrázovat vtipnou definici jedné úspěšné americké učebnice fyziky, mohli bychom říci, že „psychologie je to, co psychologové dělají dlouho do noci“.

Netrpělivý čtenář by však už jistě chtěl vědět, o čem tedy ta psychologie je. Budeme-li aspoň trochu vážní, můžeme říci, že „psycho-

logie je věda o tom, jak a proč lidé dělají to, co dělají, jak se vytváří naše zkušenost světa a proč právě tak a ne jinak“.

V tomto vyjádření je řečeno, že psychologie zkoumá lidské chování a jednání, lidskou činnost. Snaží se ji vědecky analyzovat a popsat. Zajímá ji, jak lidé pracují, jak např. řídí motorové vozidlo nebo jak řídí druhé lidi a sebe, jak komunikují, jak se hádají, jak řeší problémy atd. Pochopitelně psychologii zajímá, co při tom lidé prožívají, jak se vytváří jejich zkušenost, jak ji dovedou využívat ve svých dalších činnostech a jednáních. A proč se to děje právě tak a ne jinak. Lidé, kteří neuvažují psychologicky, vysvětlují např. auto-nehodu špatně seřízenými brzdami, a ne sklonem riskovat nebo bezohledností řidiče, přerukování faktů v ústech politika stranickými zájmy, a nikoliv jeho ješitostí nebo zpupností a neochotou naslouchat argumentům druhého.

Jeden z prvních vědeckých psychologů po Wundtovi O. Külpe napsal: „Psychologie je věda o tom, co ve zkušenosti individua závisí na něm samém.“ Tedy, co se děje v nás, co je procesem a výsledkem našeho myšlení, rozhodování, snažení, toužení, hodnocení, a ne to, co je zkušeností o světě. Psychologii však zajímá, jak zkušenost o světě vzniká a jak se upevňuje v naší paměti.

Sociologie se o jednání jednotlivých lidí zajímá asi tak, jako věda o broucích o jednotlivého mravence. Tak jako entomologii zajímají zákony mraveniště, tak sociologii zajímají zákony chování lidí v organizacích, na manifestacích, ve skupinách. Psycholog se především snaží odhalit vnitřní zákony jednání a vytváření zkušenosti. Proto je psychologie vědou o vesmíru v každém z nás. Protože každý člověk je trochu jiný, psychologické poznatky mají trochu jinou podobu než po-

znatky přírodních věd nebo i zmíněné sociologie. Tyto vědy se snaží objevit obecně platné pravdy o světě. Zákon přitažlivosti, zákon maximalizace libosti a minimalizace nepříjemnosti, zákon společenského zájmu atd.

Psychologické zákony jsou však specifické. Každá psychologická pravda platí pro některé lidi a žádná neplatí pro všechny lidi. Každý člověk je sice v něčem stejný jako ostatní, ale dělat vědu o tom, v čem jsme stejní, znamená objevovat samozřejmosti. A psychologii se mnohdy vytýká, že učení pojednává o tom, co všichni známe. Daleko významnější už je, když psychologie pozná, v čem jsou lidé podobní jako někteří a v čem jsou jiní než ostatní.

„Ani po staletém vývoji se psychologie nestala vědou; psychologie dosud neexistuje, jsou jen psychologické studie.“ (S. Koch, autor sedmisvazkového díla o psychologii)

Přes nezralost svého mládí je však psychologie vědou, která umí o člověku formulovat využitelné poznatky pro poznání schopností, zaměřenosti, temperamentu a charakteru člověka, pro umění jednat s lidmi, pro vedení vlastního života v pohodě a radosti, pro zkvalitnění psychických funkcí (paměti, postřehu), pro zdokonalení myšlení a rozvíjení tvořivosti. Psychologie je úspěšná nejen při léčení duševních a tzv. psychosomatických nemocí, ale i při výchově manažerů k produktivnímu a efektivnímu řízení a vedení lidí, k organizaci jejich času – zde zejména výcvikem v rozlišování záležitostí na důležité a naléhavé.

Znalost skutečně živé psychologie prospívá i učitelům, kněžím, kriminalistům, sportovcům. Má svůj předmět zkoumání a své poslání všude, kde je rozhodující člověk, jeho činnosti a jeho sociální vztahy.

Říká se, že tak jako devatenácté století bylo stoletím fyziky a dvacáté stoletím biologie, příští století bude patřit psychologickým vědám. Na tuto roli se psychologie připravuje útokem na takové oblasti, jako je tajemství lidského vědomí, smyslu života, ale také možnost zdokonalení výkonových a mravních vlastností člověka.

Vladimír Smékal
(Autor je profesorem a vedoucím Psychologického ústavu FF MU v Brně.)

„Dobrý den, vítáme vás na naší telefonické lince důvěry psychiatrické léčebny:

- Pokud trpíte obsesí, vytočte laskavě několikrát za sebou jedničku.
- Pokud jste chorobně závislí na druhé osobě, požádejte někoho, aby vytočil dvojku.
- Pokud máte rozštěpenou osobnost, vytočte trojku, čtyřku, pětku a šestku.
- Pokud vás sužuje stihomam, víme, kdo jste a co si přejete. Nezavěšujte, dokud nevypátráme, odkud voláte.
- Pokud jste schizofrenik, pozorně naslouchajte a tichý hlas vám napoví, které číslo vytočit.
- Pokud jste stížen manio-depresivní psychózou, je úplně jedno, které číslo zvolíte. Stejně to nikdo nezvedne.“

(Reader's Digest – Výběr, 6/96)