

VLADIMÍR SMĚKAL

MENTÁLNÍ REPREZENTACE, NLP A KONSTRUKTIVNÍ PSYCHOLOGIE VE SVĚTLE INTEGRATIVNÍ PSYCHOLOGIE*

Jedním z úkolů integrativní psychologie je hledat, co mají společného teorie a přístupy, které vznikají často v odlehlých vztahových rámcích. Jen tím totiž může docházet k vzájemnému obohacování, syntéze, ale i k tříbení různých poznatkových systémů.

1

Cílem sdělení je ukázat, že do vztahového rámce teoretizování o mentálních reprezentacích a o jejich výzkumech beze zbytku patří i recepce poznatků o teorii, výzkumech a způsobech využívání postupů neurolingvistického programování (dále NLP) a tzv. konstruktivní psychologie. Skutečnost, že se tyto přístupy vyvíjejí odděleně a bez vzájemné inspirace, jenom svědčí o hluboké propasti mezi akademickou psychologií a praxeologicky pojatou teorií vytvářenou jako základ odborné psychologické činnosti. Hluboce fundovaná studie M. Sedlákové (1992), která podává zasvěcený přehled výzkumů a současného stavu vědění o mentálních reprezentacích, neuvádí ani jednu studii vzniklou v rámci psychoterapeutického směru označovaného jako NLP, a tím méně z oblasti konstruktivní psychologie. Je to nedopatření nebo doklad toho, že akademické psychologii se jeví poznatky vzniklé za jejími hranicemi přinejmenším podezřelé nebo málo doložené?

Jen na okraj si dovolím poznamenat, že v rámci výzkumů sociologie vědy by stálo za to tento problém analyzovat, neboť je obecnější. Ilustrovat jej lze i na jiných školách, které vznikly nejdříve z potřeb praxe. Tak např. psychoanalýze trvalo 30 let, než se dostala do učebnic akademické psychologie jako jedna z teorií psychiky. Transakční analýza čekala již jen kolem 20 let než se stala standardní součástí učebnic a monografií o psychologii osobnosti. Jak dlouho

* Předneseno na sympoziu v rámci oslav 75. výročí založení Masarykovy univerzity v Brně 9.12.1994

bude trvat než badatelé v oblasti mentálních reprezentací vezmou na vědomí poznatky NLP a konstruktivní psychologie?

2

Protože o mentálních reprezentacích je k dispozici dostatek fundovaných studií, upozorním jen na některé opomíjené souvislosti. Termínem „mentální reprezentace“ chtějí kognitivní psychologové zdůraznit skutečnost, že předměty světa a ideje jsou v mysli vyjádřeny v podobě znakových útvarů. Některé z nich odpovídají tomu, co tradiční psychologie označuje jako „pojmy“ (notion, concept) či „konstrukty“, některé jsou spíše „schémata“ či „scénáři“ (script), pro některé se v kognitivní psychologii zavádí termíny „rámce“ (frames) nebo „elaborace“. Rozdíly jsou dány složitostí a dynamičností skutečnosti, která je v těchto mentálních strukturách reprezentována, případně vyplývají i z odlišných teoretických východisek. Je zřejmé, že ti badatelé, kteří navazují na tradici celostní psychologie, chápou mentální reprezentace jako pojmy či více méně abstraktní myšlenky, kdežto ti, kteří vycházejí z teorie zpracování informací, budou hovořit spíše o scénářích, rámcích a elaboracích.

I když psychologové ze zemí bývalého sovětského bloku jsou alergičtí na teorii odrazu, nemělo by se zapomínat na to, že některé mentální reprezentace – zejména jsou-li konkrétní a odkazující na konkrétní předmět – mají charakter obrazu a lze je tedy pomocí teorie odrazu vhodně konceptualizovat jako více či méně jasné a zřetelné představy. Ruský psycholog S. L. Rubinštejn, který studoval filosofii a psychologii ve Würzburgu, charakterizuje ideje teorie odrazu přijatelným způsobem. Jeho diskuse koherenční, korespondenční a symbolické interpretace mentálních zobrazení skutečnosti je inspirativní pro každého kognitivního psychologa. Nebezpečnou noetickou úchylnou se může prosazování teorie odrazu stát, pokud by aspirovala na universální vysvětlení všech kognitivních útvarů.

Teorie mentálních reprezentací nabízí jakási myšlenková a obrazová „lešení“ – nebo jak výstižně říká kognitivistická metafora – jakési „*mentální mapy*“, které podobně jako geografické mapy mohou znázorňovanou skutečnost voleným typem projekce různě deformovat, zjednodušovat, ale topologickou strukturu při tom zachovávají. V tomto smyslu stojí za to hledat prehistorii ideje mentálních reprezentací i u K. Lewina (1933).

Svou formální strukturou i funkcí se mentální reprezentace shodují se „*sociálními reprezentacemi*“, které ovšem nejsou vázány na mysl jedince, ale jsou sdíleny členy sociodemograficky shodných sociálních skupin a existují jako jejich společné povědomí, názor, mínění, součást postoje.

I koncept „*archetypu*“ zavedený C. G. Jungem je velmi obecnou sociální a zároveň mentální reprezentací, v níž jsou zakódovány nejobecnější klíčové zkušenosti lidského rodu.

Všem mentálním reprezentacím různé úrovně složitosti, dynamičnosti a abstraktnosti je společné, že jsou to *modely světa, modely reality, nebo „informační modely“* (ve významu, který zavedl V. N. Puškin, 1973).

3

Posuďme, jak se principům vytváření a fungování mentálních reprezentací přibližuje koncepce NLP.

V NLP–psychoterapii patří kategorie modelů a modelování k základním stavebním kamenům systému. Model nám dává schopnost hodnotit, předpovídat a ovlivňovat chování (P. Watzlawick, Beavin a Jackson, 1967).

R. Bandler a. J. Grinder (1975) pojednávají o universálních modelovacích procesech jako cestě vedoucí k vytváření systémů reprezentací. Zabývají se těmito procesy z hlediska jejich praktického využití při diagnostice způsobů, jimiž si člověk vytváří obraz či model světa ve své mysli, a chápou je jako východisko indikovaného plánování psychotherapeutického ovlivňování mysli.

Popisují tři základní procesy modelování. Především je to *generalizace*, dále pak *vymazávání*, *vyrušení*, *vypuštění*, *eliminace (deletion)* a *zkreslení (distortion)*. Tyto procesy se uplatňují v každém stádiu konstrukce a užití našich modelů ve světě. Jsou v pozadí našich schopností orientace, soustředění, plánování a učení, ale i snění. Determinují strukturu i obsah obrazů skutečnosti a plánů jednání.

Naše jednání je určováno předpoklady (očekávaními), které si vytváříme o dějích ve světě a o možném chování druhých vůči nám. Předpoklady vznikají *generalizací* jednotlivých zkušeností se stejnou třídou situací a událostí. Z kapacitních důvodů můžeme v daném okamžiku věnovat pozornost jen omezenému rozsahu podnětů. Výběrová pozornost je modelovacím procesem *eliminace*. Mezery v datech doplňujeme fantazijní představivostí, která vytváří typická *zkreslení*.

Bohatost, úplnost a adekvátnost našich modelů má svá omezení neurologická, sociální a individuální. *Neurologické* limity jsou dány kapacitními povahou transformace podnětové energie na vstupu do bioelektrických vzruchových impulzů, které vedou informaci o podnětu do centrálních nervových aparátů. Omezení *sociální* jsou dána jazykem a jeho psycholingvistickými a sociolingvistickými zákonitostmi. *Individuální* rozdíly modelování vyplývají z rozdílné funkční zdatnosti jednotlivých aparátů centrálního zpracování podnětů, které se v teorii NLP rozlišují na vizuální, kinestetickou, auditivní a gustatoricko–olfaktorickou, a kromě toho se uvádí syntetická zkušenost myšlení – rozdíl v zacházení se systémy reprezentací ve smyslu jejich reprodukce nebo rekonstrukce. Lidé *reprodukcující* zkušenosti se opírají o paměť a méně *zkreslují*, lidé *rekonstruující* vnášejí více korekcí do svých systémů reprezentací (častěji „fantazírují“).

Struktura zkušenosti člověka je tedy čtyřčlanková, a je souhrnem modelů *vi-
zuálních* (V–reprezentací), které jsou externí, a dále modelů interních – *kineste-
tických* (K–reprezentací), *auditivních* (A–reprezentací) a *olfaktorických* (O–
reprezentací). Tyto systémy jsou analogové, kdežto řeč, v níž se reprezentuje
průběh i výsledky myšlení, je systémem digitálním.

Vznik reprezentací je v NLP vysvětlován nezbytností vyplývající z toho, že
vědomá mysl může mít v konkrétním čase jen omezený počet obsahů (známé
„magické“ číslo 7 ± 2). Proto mysl přicházející podněty filtruje. Filtry jsou vy-
soce individualizované. Jsou dány našimi hodnotami, přesvědčeními a ohnisky
zájmů. Osobnost neustále třídí přicházející podněty a vybírá to, o čem je pře-
svědčena, že je pro ni důležité a užitečné. Vnitřní reprezentace jsou filtrem mo-
difikované obrazy, myšlenky či – častěji řečeno – kognitivní mapy skutečnosti.

Vycvičení pozorovatelé snadno převládající typ reprezentačních systémů naší
mysli/mozku rozpoznají sledováním verbálních i neverbálních projevů člověka.

Pro akademického psychologa je jeden zásadní rozdíl, který odlišuje jeho
pojetí mentálních reprezentací od reprezentačních systémů či vnitřních represen-
tací stoupenců NLP. Akademická psychologie usiluje o jejich univerzální po-
znání v nomotetické perspektivě, aby bylo možno formulovat zákonitosti vzniku
a fungování mentálních reprezentací. Školy NLP a konstruktivní psychologie
naopak respektují paradigma, které bychom s Lamielem (1982) mohli označit
jako idiotetické. P. McKenna (c.d.) tvrdí, že vnitřní reprezentace jsou pro kaž-
dého jedinečnými způsoby vnímání jeho světa. V tvrzeních představiteli NLP je
podle akademické psychologie hodně hypotetického. Např. názory na čtyři re-
prezentační systémy a na hemisférově determinovanou dominanci reprodukční
nebo rekonstrukční výstavby zkušenosti se sice opírají o poznatky neuropsychol-
ogie, ale ta s nimi zachází velmi opatrně a neodvažuje se formulovat taková
kategorická tvrzení jako NLP.

4

Konstruktivní psychologie vznikla v Rusku v r. 1989. U jejího zrodu je ne-
konformní psycholog A. Kronik (1989). Kronik toto mladé odvětví psychologie
definuje jako teorii a metodu vytváření (projektování, konstruování) principiál-
ně nových psychických útvarů, které člověku pomáhají poznávat svět a regulo-
vat činnosti. Konstruktivní psychologie vychází z přesvědčení, že člověk i spo-
lečnost jsou schopny zdokonalování a že rozsah možností rozvoje je neomezený.
Podle Kronika se poznání psychické reality rozvíjí rychleji než psychické jevy
samotné, a už proto je užitečné orientovat výzkum spíše na hledání efektivních
metod vytváření nového v lidské psychice než na popis a objasňování starého.
Je nezbytné zkoumat a hledat alternativní modely vývoje, což odpovídá naplňo-
vání *principu ekvifinality*, který zobecňuje poznatek, že vyšší stupně vývojové
zralosti je možno dosahovat různými cestami. Nově vznikající nebo vytvářené
psychické útvary musí být takovými nástroji poznání a regulace, aby byly do-

stupné sebekontroly osobností a nepodléhaly vnější manipulaci. Musejí napomáhat akceleraci psychického vývoje úměrně dynamice sociálního, kulturního a civilizačního vývoje světa.

Na těsnou souvislost neurolingvistického programování a konstruktivní psychologie bezděky upozorňuje P. McKenna (c.d.), když říká: „NLP je nástroj k pochopení a k vytvoření lidské dokonalosti v kterékoliv oblasti“.

Kronik uvádí, že současná psychologie nabízí řadu dokladů o efektivitě principů konstruktivní psychologie, takže jde jen o systemizaci a teoretické zakotvení už nashromážděných zkušeností. Např. doklady o utváření hudebního sluchu (A. N. Leont'jev, 1958), aktualizace latentních schopností pomocí hypnózy (viz např. P. McKenna, 1995), formování nové osobní kultury sociálního styku pomocí sociálně psychologického tréninku (I. K. Artěmjeva, 1988), utváření nových způsobů součinnosti při řešení pracovních úkolů pomocí organizačně-pracovních her (A. Bobněva, 1986), počítačový výcvik pozorovací schopnosti, obratnosti, představitivosti, techniky rozvíjení tvořivosti (Kirst, Dikmeyer, 1977), stimulace růstu inteligence pomocí technik vynalezených A. Feuersteinem (1977) atp. Zvláště produktivní se jeví koncepce *postupného formování mentálního úkonu* vytvořená A. F. Gal'perinem (1982) a dále rozvíjená jeho žáky i u nás (srovnej každoroční symposia pořádaná od r. 1984 Vysokou vojenskou školou ve Vyškově).

Zdá se, že konstrukty a principy rodící se konstruktivní psychologie je možno uspokojivě vyložit pomocí kategorií a výkladových schémat spjatých s mentálními reprezentacemi.

5

Shrneme-li naši úvahu, můžeme konstatovat, že hlubší poznání mentálních reprezentací vyžaduje, abychom opustili „věž ze slonoviny“ akademické psychologie a se vši vážností začali studovat poznatky, tvrzení, zkušenosti i tápání těch, kdo se zabývají neurolingvistickým programováním, ať už jsou to terapeuti, trenéři nebo autoři příruček, a že je neméně vhodné studovat i rozvíjející se konstruktivní psychologii, která se pokouší sjednotit velmi rozmanité spektrum zkušeností v oblasti tréninku a rozvíjení nejrůznějších psychických funkcí a složek osobnosti.

Základní tézí sdělení je přesvědčení, že všechny tři posuzované psychologické koncepce se zabývají vnitřní strukturou zkušenosti jako souborem kognitivních map, které skutečnost vyjadřují a zároveň kódují i plány jednání.

LITERATURA – REFERENCES

- Bandler, R. – Grinder, J.: The Structure of Magic. I, II. Palo Alto, Science and Behavior Books 1975, 1976
- Dilts, R.: Beliefs – Pathways to Health and Wellbeing. Moab, Real People Press 1990
- Gal'perin, A. F.: Vvedénije v psihologiju. Moskva, MGU 1973
- Kirst W. – Diekmeyer U.: Kreativitäts-training. Stuttgart 1971
- Kronik, A. (ed.): Konstruktivnaja psihologija. Materialy konferencii. Moskva 1989
- Lamiell, J. T.: The psychology of personality: An epistemological inquiry. New York, Columbia University Press 1987
- Leont'jev, A. N.: Dějatělnost. Soznanije. Ličnost'. Moskva, Politizdat 1975
- Lewin, K.: Principles of Topological Psychology. New York and London, McGraw-Hill 1936
- Lewis, B., Pucelik, F.: Magic of NLP demystified. Portland, Metamorphous Press 1992
- McKenna, P.: Svět hypnózy. Praha, Praha, Columbus 1995
- O Connor, J.– Seymour, J.: Introducing NLP. London, Hammersmith 1993
- Puškin, V.N.: Psychologie a kybernetika. Praha, SPN 1977
- Watzlawick, P. – J.H. Beavin – D.D. Jackson: Pragmatics of Human Communication, New York 1967

**MENTAL REPRESENTATION, NLP, CONSTRUCTIVE
PSYCHOLOGY IN THE LIGHT OF INTEGRATIVE PSYCHOLOGY**

The study applies the idea of an integration to the searching for contiguous points among mental representations, neurolinguistic programming and, so called, constructive psychology. The author shows that such constructs as „mental representations“, „informative models“ and, in some cases, also „images“, that are the outcome of the activity of a „reflection“, have a common denominator – they represent the reality in the form of a sign. Equally we can find parallels between the terms „social representation“ and „archetype“. The author warns against simplification and redukcionalism, which the superficial searching for the common denominators could lead to.

Key words: mental representation, social representation, nlp, integration, reflexion, frames, scripts, schema, mapping, elaboration, constructive psychology, cognitive psychology