

# OSEBNOSTNE LASTNOSTI KOT DEJAVNIK PRI DOŽIVLJANJU NESREČ IN PRI RAVNANJU MED NJIMI

Janek Musek\*

UDK 614.8 : 159.923

## Nesreče in človek

Ko se sprašujemo, kakšna naj bi bila vloga psihologije pri ravnanju ob katastrofah, seveda najprej pomislimo na to, da naj psihologija bolje razišče vedenje ljudi ob katastrofalnih pojavih in potlej skuša ta spoznanja koristno uporabiti in s tem pomagati pri obvladovanju kritičnih dogodkov. To je nedvomno pomembna naloga.

## Prilagajanje katastrofalnosti

Po drugi strani pa bi rad opozoril še na eno vprašanje, ki si ga ne postavljamo dovolj pogosto in odločno. Človek se je v vsej svoji zgodovini velikokrat prilagajal katastrof, in to hudim, prilagaja se sedanjim in prilagajal se bo prihodnjim. Tisto, ob čemer se kaže zamisliti, je dejstvo, da se človek danes vedno bolj prilagaja *katastrofalnosti* kot takšni. Pa ne da bi bilo naravnih nesreč vedno več; ne, vedno več je kritičnega dogajanja in katastrof, ki jih povzroča **človek**. In katastrofe, kot je recimo černobilska, kljub vsemu niso najhujše. V takem primeru se srečamo — vsaj zaenkrat še velja — z dogodkom, ki še ohranja značaj enkratnosti (čeprav mislim, da že postaja tudi simbol sistematičnega katastrofalnega faktorja, ki že kaže zobe). Toda človek je praktično nenehno izpostavljen lakoti in vojam, ki trajajo že leta in leta. Seveda so bile vojne vseskozi, še nikoli pa niso imele tako uničujočega in rušilnega značaja.

## Katastrofe vsakdanjosti

Stalno prisotnost vojn v svetu samo še neprizadeto registriramo. Toda nekdo, ki v svoji mentaliteti pristane na to, da je vojna sodobnega tipa »vsakdanjost«, kateri se je treba prilagoditi in se nanjo celo privaditi, se je že napol sprijaznil tudi s tem, da bo slej ko prej sam na vrsti pri preskušanju takšnega vsakdana. Mi se dobesedno vadimo v takšnem vnaprejšnjem prilagajanju. Ali to ne pomeni, da začnemo priznavati neizbežnost vsakdanje katastrofalnosti? Danes bosta naš vsakdan vojna in lakota, jutri se jima bodo pridružili še novi sistematični viri katastrofalnosti — radiacija, bolezni, zastrupljanje itd. Želimo se bolje pripraviti na katastrofe — toda, ali niso ta naša sicer nujna in potrebna pripravljavanja in prilagajanja že tudi pravicata nesreča?

## Človek kot izvor sodobnih nesreč

V čem je bistvena razlika med katastrofami in »katastrofami«? Vprašanje lahko postavimo tudi tako: kakšne katastrofe so danes videti najbolj katastrofalne? To vendar niso naravne in spontane nesreče, to so proizvodi človekovega dela, razvoja in porabe. Najhujše nesreče prinašamo vendar sami sebi. Kateri potres in katera bolezen pobijeta toliko ljudi, kot jih pobijejo vojna, revolucija, tiranija, lakota in promet? Seveda se lahko človek prilagaja in pripravlja na vse, tudi na en sam neprekinjen holokavst, ki si ga lahko zamislimo v prihodnosti, ne da bi nam bilo treba veliko napenjati domišljijo.

## Kontinuiteta ogroženosti

Pomembna pa je še druga razlika. Naravna nesreča pomeni hudo, vendar izjemno in enkratno zadevo. Človeške nesreče pa grozijo stalno in vedno bolj. Moramo se vprašati, kaj lahko storimo tudi zoper to *kontinuiteto* (neprekinjenost) in *progresijo* (naraščanje) ogroženosti. Če nam preostane samo čakanje in pripravljanje, potem je pol bitke že zgubljene. Tu res velja: bolje je preprečevati kot zdraviti!

Skratka: nezdravo se mi zdi spričo katastrof sedanjega časa ohranjati klasično držo in odnos do katastrof. Ne gre več samo za zunanje sile, ki ogrožajo človeka. Vedno bolj nas ogrožajo lastna dejanja, in to sistematično in kontinuirano. In kar je pri vsem najhujše: amplituda njihove potencialne nevarnosti narašča vedno bolj kot naraščajo (sicer gotovo tudi vedno večje) možnosti njihove kontrole. Če se to gibanje ne bo ustavilo in se obrnilo, potem nam tudi izboljšane možnosti kontrole ne bodo veliko pomagale. Smo kakor nekdo, ki vadi doskok z višine — kaj pomaga utrjevanje mišic in gležnjevev potem, ko postane leste, s katere nam grozi padec, že preveč visoka.

## Osebnost in ravnanje v nesrečah

### Nezadostna raziskovanost

Ravnanje ljudi v kritičnih situacijah je — iz razumljivih razlogov — psihološko sla-

bo raziskano. Največ podatkov o tem imamo na osnovi neposrednih opazovanj in retrogradnih analiz. Lahko si mislimo, da so to manj zanesljive ugotovitve, kajti tudi opazovalci so često pod vplivom izredne situacije in rezultati opazovanja, ki so že tako manj zanesljivi, postanejo tako še manj. Po drugi strani seveda ni mogoče laboratorijsko ustvarjati katastrofalnih razmer. Sistematične, kontrolirane raziskave so lahko zajele kvečjemu manjši vzorec stresnih in kritičnih situacij, vzorec, ki je morda reprezentativen za manj stresne situacije, nikakor pa ne najresnejših stresov in nesreč. Zajele so predvsem psihične in psihosocialne stresorje, eventualno manjše telesne strese, nikakor pa ne hudih psihofizičnih obremenitev. Najbolj informativni podatki so verjetno pri skupinah oseb, ki so bile vključene v katastrofalno dogajanje in so bile raziskane potem. Nekaj tovrstnih raziskav je bilo tudi že pri nas, vendar mi njihovi rezultati niso dobro znani.

## Ekstremni situacijski pritisk

Res pa je, da so v primerih katastrof čisto prisotni zelo izraženi in markantni situacijski pritiski; to že samo po sebi znižuje variabilnost ravnanja. Vemo, da je naše ravnanje posledica vplivov okolja oziroma situacije kot tudi notranjih osebnostnih faktorjev (osebnostnih lastnosti, stanj, procesov). Zlasti ob hudih nesrečah, katastrofah in stresih se vpliv prisotnih situacijskih pritiskov poveča do skrajnosti. Le-ti mnogo močnejše kot sicer usmerjajo naše ravnanje. Lahko bi rekli, da je ob nesrečah vpliv osebnostnih faktorjev in individualnih razlik sorazmerno zmanjšan, situacijski vpliv pa izredno močan. Često je povečan tudi vpliv socialnih faktorjev in pritiskov. Tega se moramo zavedati. Pojasnjevalna moč poznavanja osebnosti v katastrofalni situaciji je manjša in temu primerno je manjša tudi prediktivna vrednost tega poznavanja za napovedovanje ravnanja v tej situaciji. To sicer ni slabo, kajti po drugi strani je povečana napovedna moč poznavanja situacijskih in socialnih dejavnikov.

## Osebnost kot izvor preostale variabilnosti ravnanja

Toda to je samo ena stran medalje. Res je naše vedenje močno usmerjeno v eno smer, tja, kamor ga potiska nastala situacija. In res je, da se razlike v vedenju in obnašanju zato nujno zmanjšajo. To po-

\* Dr., Oddelek za psihologijo, Filozofska fakulteta, Aškerčeva 12, Ljubljana.

meni, da se je izrazito zmanjšala predvsem tista variabilnost in različnost naših reakcij, ki je odvisna od situacijskih vplivov. Ti vplivi so namreč v katastrofalni situaciji izjemno močni, toda izjemno zoženi.

Po drugi strani pa to pomeni, da bo preostala variabilnost in različnost našega ravnanja v večji meri posledica preostalih, to je osebnostnih vplivov. Razlike v obnašanju seveda ne bodo povsem izginile. Ker pa jih ne povzroča različnost situacijskih vplivov, se relativno v še večji meri pokažejo osebnostne lastnosti in stanja kot njihov povzročitelj. Posameznikove osebnostne lastnosti postanejo tako ob sicer bistveno bolj »uniformirane« obnašanju relativno pomembne, ker nam prav one lahko razložijo velik del preostale variabilnosti obnašanja. Če bomo torej hoteli pojasniti razlike v naših reakcijah na nesreče, bomo morali usmeriti svojo pozornost k osebnosti in osebnostnim lastnostim.

## Osebnost in reagiranje na kritično dogajanje

### Faktorji, ki vplivajo na obvladovanje kritičnih situacij

V zadnjem času so se precej razvile psihološke raziskave in spoznanja v zvezi z obnašanjem v različnih kritičnih življenjskih situacijah — v konfliktih, stresih, krizah ipd. Ta spoznanja moramo uporabiti tudi pri razumevanju našega ravnanja v najbolj kritičnih situacijah, v nesrečah in katastrofah. Seveda so med temi situacijami in običajnimi ali pa tudi hujšimi življenjskimi stresnimi dogodki precejšnje razlike (npr. izjemnost—normalnost situacije, hiter—počasen potek dogajanja, velika—manjša intenziteta ogroženosti itd.). Prav gotovo pa bi našli tudi nekaj temeljnih skupnih potez. Praviloma gre pač za dejstvo, da se v vseh teh primerih sproži obrambno in obvladovalno delovanje, ki ima svoje osnovne zakonitosti. S temi zakonitostmi moramo skušati razlagati in razumeti tudi vedenje ob hujših in nenadnih nesrečah ter katastrofah — posebno še, ker tega vedenja iz razumljivih razlogov, kot smo že navedli, ni mogoče v enaki meri kontrolirano raziskovati. Po pravilu delujejo v vseh teh dogajanjih faktorji in moderatorji, ki imajo določene učinke, ki jih je treba upoštevati.

Med najpomembnejših faktorji, ki vplivajo na naše obvladovanje stresnih okoliščin, so naslednji:

1. *izkustvo s predhodnimi stresnimi situacijami ter njihovim obvladovanjem,*
2. *možnost oziroma nemožnost kontrole nad dogajanjem,*
3. *socialni faktorji, npr. medsebojna podpora, socialni interes,*
4. *ekspresija in ventiliranje emocij,*

5. *smiselnost in razumljivost stresnega dogajanja ter*
6. *osebnostne lastnosti.*

### Osebnostni faktorji

#### Labilnost, emocionalnost, anksioznost, depresivnost

Med osebnostnimi lastnostmi, ki pomembno vplivajo na obnašanje v kritičnih situacijah, se bomo morali omejiti na nekaj najbolj važnih in najbolj raziskanih. Med temi so nekatere že kar »klasične«, zlasti emocionalna (čustvena) stabilnost in temu nasprotno nagibanje k emocionalnosti (emocionalna labilnost, anksioznost, »nevroticizem«, »šibkost« jaza) in depresivnosti. Nesreča bo še sorazmerno bolj »labilizirala« že tako labilne anksiozne osebe in depresivne naredila še bolj nemočne. Prej in močnejše bo nastopilo neustrezno reagiranje — panika, dezorganiziranost, nerazsodnost, pasivizacija, deprimiranost, občutek nemoči, obup itd.

#### Osebna čvrstost

Zanimivo je vprašanje, ali morda obstaja sindrom osebnostnih lastnosti, ki je napovedovalec pozitivnega in konstruktivnega obnašanja v katastrofalni situaciji. Za tak skupek lastnosti so npr. uporabili izraz *osebna čvrstost*. Za osebo čvrstost je značilna jasna orientiranost, težnja k aktivnemu angažiranju, občutek smiselnosti življenja in doživljanje sebe kot osebe, ki ima možnost, da vpliva na dogodke. Ljudje s to lastnostjo se čutijo v stresnih dogodkih »izzvane« in jih vzamejo kot preskus lastne sposobnosti in učinkovitosti.

#### Atribucije, pričakovanja in občutje kontrole

Zdi se, da je v doživljanju nesreč in reagiranju nanje izjemno pomembno, kako gledamo na dogodke. Ni vseeno, ali vidimo v njih samo grožnjo, grozečo izgubo ali škodo, ali pa nevarnost, s katero se je treba spopasti, in celo izziv. Dalje je izredno pomembno, kaj pričakujemo od situacije, kakšne posledice in izide pričakujemo; depresivne osebe npr. pričakujejo same negativne izide in zato niti ne skušajo aktivno poseči v dogajanje.

Pomembno je, kakšne vzroke ali razloge pripisujemo nastali situaciji. Čim bolj se nam bodo zdeli ti vzroki in njihove posledice neodvisni od našega ravnanja, tem manj konstruktivno bomo ravnali. Nasprotno bodo navadno ravnali bolj konstruktivno tisti, ki prisojajo sebi več možnosti za nadzor nad dogajanjem.

#### Druge osebnostne lastnosti

Osebnostna struktura torej nikakor ni zanemarljiv faktor pri razumevanju našega doživljanja nesreč in ravnanja v njih. Poleg naštetih in posebej »kritičnih« lastnosti, ki smo jih preleteli, je seveda treba upoštevati še druge. Temeljne osebnostne poteze, npr. ekstravertnost in introvertnost, doinantnost in submisivnost, agresivnost in defenzivnost, altruizem in egoizem, vestnost in neodgovornost in

še mnoge druge se nedvomno tudi odražajo v kritičnih situacijah. Precej pomembne se zdijo tudi sposobnosti, razumnost, inteligentnost in ne nazadnje ustvarjalnost. Ne vem, če je dobra praksa, da se npr. obrambne in samozaščitne naloge in vloge »podružbljajo« ob negativnem izboru; pogosto so to funkcije in vloge, ki se jih — zlasti na krajevnem in drugih nižjih nivojih — sposobnejši uspešno otepajo in jih prevzemajo manj sposobni. Morda je nekaj resnice v tem, da je negativna korelacija med sposobnostmi in interesom za tovrstno angažiranje, če pa nesposobni vodijo vedenje ob nesrečah, je to katastrofa v katastrofi.

### Paradokso ter inverzno delovanje osebnosti

S čisto druge strani se pojavlja problem interakcije med situacijskimi in osebnostnimi faktorji pri napovedi ravnanja v nesrečah. Videti je, da je vpliv osebnosti pri enem tipu situacij drugačen kot pri drugem tipu. To seveda še dodatno otežuje stvari in naše napovedi.

Zelo zanimivo je dejstvo, da med osebnostnimi lastnostmi in stresnostjo situacije ni preprostih odnosov. Obstaja neka vrsta »vedenjske inverzije«, ki velja vsaj za nekatere lastnosti. To pomeni, da se bodo osebe z določeno osebnostno dispozicijo v stresni ali kritični situaciji čisto obnašale nasprotno kot v normalni situaciji. Ugotavljali so npr., da postanejo introvertne osebe v stresni situaciji ekstremno aktivne in mobilne, da pa se ekstravertne osebe v takšni situaciji pogosto pasivizirajo in postanejo rigidne in inertne. Takšni pojavi so resnično pre malo raziskani, moramo pa z njimi računati.

UJMAA

UJMAA

UJMAA