

Milan Nakonečný

# MOTIVACE CHOVÁNÍ

---

3. přepracované vydání

TRITON



TRITON  
Praha / Kroměříž

Milan Nakonečný

# MOTIVACE CHOVÁNÍ

*Připsáno mému synu Milanovi,  
jeho ženě Petře a vnučkám Marušce a Petrušce.*

Poděkování:

děkanu TF JČU doc. PhDr. Tomáši Machulovi, Th.D.,  
za hlubokou ideovou inspiraci

doc. Mgr. Michalu Opatrnému, Th.D.,  
za velkorysou podporu mé práce

MUDr. Stanislavu Juhaňákovi  
za velkorysý přístup k mé práci

Mgr. Lence Svobodové  
za obětavou spolupráci

Mgr. Lukáši Foldynovi  
za pečlivou korektorskou spolupráci

Vladimíru Vyskočilovi  
za vynikající polygrafickou spolupráci

Mgr. Ludvíku Hessovi  
za obětavou přátelskou podporu

Za obětavou a účinnou spolupráci děkuji:

Mgr. Gabriele Plickové

Šárce Šavrdové

PhDr. Olze Jílkové

Ing. Evě Křížkové

Pavle Jungmannové

Mgr. Kláře Novotné

Janě Forejtové

Martině Struskové

Mgr. Vlastě Krýchové

Mgr. Monice Flídrové

Mgr. Petru Nývltovi

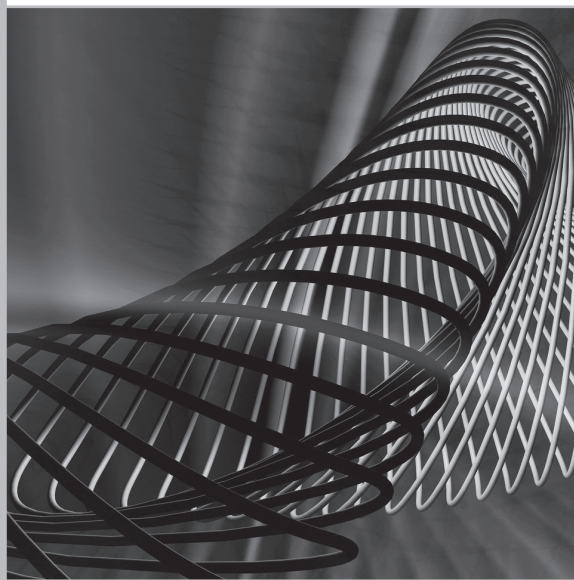
Damianu Smolkovi

Za přátelskou vstřícnost děkuji:

PhDr. Ing. Marii Lhotové, Ph.D.

† PhDr. Janu Polivkovi

Deo gratias



Milan Nakonečný

# MOTIVACE CHOVÁNÍ

---

3., přepracované vydání

Stanislav Juhaňák – TRITON

Milan Nakonečný

## **Motivace chování**

### **Vyloučení odpovědnosti vydavatele**

*Nakladatelství Triton nenese odbornou a právní odpovědnost za věcný obsah této knihy.*

*Tato kniha ani žádná její část nesmí být kopírována, rozmnožována ani jinak šířena bez písemného souhlasu vydavatele.*

© Milan Nakonečný, 2014

© Stanislav Juhaňák – TRITON, 2014

Cover © Renata Brtnická, 2014

Vydal Stanislav Juhaňák – TRITON,

Vykáňská 5, 100 00 Praha 10

[www.tridistri.cz](http://www.tridistri.cz)

ISBN 978-80-7387-830-6

# Obsah

Úvod . . . . .	11
<b>Konceptuální rámec fenoménu motivace . . . . .</b>	<b>15</b>
Pojem motivace . . . . .	15
Vymezování pojmu motivace . . . . .	16
Předběžné rozlišení pojmů motivace a motiv . . . . .	22
Charakteristika procesu motivace . . . . .	23
Problém nemotivovaného chování . . . . .	36
Intrapsychická a emocionální podstata motivace . . . . .	39
Motivace, motivující situace a chování. . . . .	46
Energetizace a usměrňování chování . . . . .	63
Zaměřenost chování. . . . .	67
Uspokojení . . . . .	72
Aktivace. . . . .	80
Atribuce. . . . .	85
Hédonismus . . . . .	87
Intrinsická a extrinsická motivace. . . . .	89
Intrinsická motivace . . . . .	90
Extrinsická motivace. . . . .	91
Nevědomá motivace . . . . .	92
Explicitní a implicitní motivy . . . . .	95
Projevy nevědomé motivace v chování . . . . .	96
<b>Motivace v systému regulace psychické činnosti . . . . .</b>	<b>107</b>
Psychologický model autoregulace psychické činnosti . . . . .	117
Model dynamické funkce ega . . . . .	120
Biologické aspekty motivace . . . . .	126
Sociokulturní aspekty motivace . . . . .	137
Systémový přístup k motivaci . . . . .	151
<b>Klíčové koncepty a principy motivace . . . . .</b>	<b>161</b>
Potřeby . . . . .	161
Motivy . . . . .	171
Principy motivace . . . . .	182
Princip psychického ekvilibria . . . . .	182
Princip hédonismu . . . . .	193

<b>Vývoj motivačních systémů</b> . . . . .	201
Úvod . . . . .	201
Instinkty . . . . .	204
Instinkty u člověka . . . . .	209
Vztah instinktu a zkušenosti . . . . .	213
Naučené motivy . . . . .	216
Volní akt . . . . .	222
Vůle jako ego-vztažná motivace . . . . .	241
Koncept dynamického sebejá . . . . .	253
Stabilizační mechanizmy v sociálních interakcích . . . . .	258
Frustrace, konflikt a stres . . . . .	264
Frustrace . . . . .	265
Konflikt . . . . .	273
Stres . . . . .	280
<b>Teorie motivace</b> . . . . .	301
Úvod . . . . .	301
Psychoanalýza . . . . .	311
Behaviorismus . . . . .	321
Humanistická psychologie . . . . .	330
Teorie A. H. Maslowa . . . . .	332
Teorie C. R. Rogerse . . . . .	340
Evoluční teorie motivace . . . . .	343
Kognitivní teorie motivace . . . . .	356
Teorie determinujícího sebejá . . . . .	364
Teorie volní regulace jednání . . . . .	371
<b>Fenomenologie chování</b> . . . . .	381
Úvod . . . . .	381
Hlad . . . . .	383
Žízeň . . . . .	394
Dýchání . . . . .	397
Odpočinek a spánek . . . . .	399
Bolest . . . . .	403
Sex . . . . .	405
Sexuální standardy . . . . .	421
Agrese . . . . .	431
Rozlišení asertivity a agresivity . . . . .	440
Problémy fenoménu lidské agrese . . . . .	443
Úzkost . . . . .	473
Motiv výkonu . . . . .	484
Motiv moci . . . . .	503
Zvědavost a explorace . . . . .	517



---

Prosociální chování . . . . .	523
Sociální vazby: připojování se, přílnutí a intimita . . . . .	544
Sociální vazby . . . . .	546
Přátelství, kamarádství a láska . . . . .	553
Specifické sociálně motivované druhy chování. . . . .	560
Vybraná použitá literatura . . . . .	569
Jmenný rejstřík . . . . .	584
Věcný rejstřík . . . . .	594



# Úvod

Nepochybně nejdůležitějším úkolem psychologie vždy bylo a bude vysvětlit, proč se lidé chovají tak, jak se chovají, co je psychologickou příčinou čili motivem jejich jednání. Právě motivy totiž dávají smysl tomu, co lidé činí, a smysluplnost jejich jednání vyplývá z jejich vnitřního psychologického založení, které se kontinuálně utváří ve vztahu jejich psychiky se situacemi, do nichž vstupují, a s životními podmínkami, v nichž žijí. Tyto motivy chování však mají dva základní aspekty: jeden se vztahuje ke způsobu chování, tj. např. k tomu, proč se někdo v určité situaci chová přátelsky a ohleduplně, a jiný v podobné situaci zdrženlivě a lhostejně; druhý aspekt se vztahuje k otázce cíle tohoto chování, k jeho psychologickým důvodům. Téhož cíle může též jedinec v různých situacích dosahovat různými způsoby chování: muž, který se nudí na služební cestě, se může pokusit o přelétavé erotické dobrodružství, ale jakou taktiku pro získání své partnerky na jednu noc zvolí, závisí na tom, jaké vlastnosti jí přisoudí. Odhadne-li ji jako celkem přístupnou jeho záměrům, bude postupovat jinak, než bude-li ji považovat za „pevnost“, chráněnou určitými zábranami. Jakou strategii jednání zvolí, závisí na kognitivních aspektech situace, ve které se nachází a k níž ovšem patří i objekt jeho zájmu (cílový objekt). Vynořují se tu dva již výše naznačené psychologické problémy: proč postupoval tak, jak postupoval, a jaký k tomu měl „psychologický důvod“, tedy motiv. Odpověď na první problém již byla naznačena: způsob chování, tj. to, „jak“ se člověk chová, vyplývá z toho, jak interpretuje situaci, v níž toto chování vykazuje, a to je obvykle způsobováno jeho zkušenostmi – chová se tak, jak se chovat v daných situacích naučil. Odpověď na druhý problém, co bylo cílem jeho chování či jaký mělo jeho chování smysl, dává psychologie motivace či motivace chování; obvykle se vyjadřuje v termínech určitých konkrétních motivů (sexuální apetence, pocit osamělosti, potřeba komunikace apod.). Jde tu tedy o výše uvedené dvojí „proč“: proč se člověk chová tak, jak se chová, a proč ve smyslu motivu, tj. psychologického důvodu tohoto chování, tedy proč učinil to, co učinil.

V tomto smyslu patří problematika motivace chování k nejsložitějším, ale také nejzávažnějším úkolům psychologie, neboť její úspěšná

aplikace na kterýkoli obor lidské činnosti, ať už se týká jedinců, nebo skupin, je bez poznatků o motivaci nemožná (např. řešení problému, proč má inteligentní dítě špatný školní prospěch, proč se určití manželé rozvádějí, proč je ve velkoměstech zvýšená rozvodovost atd.). Problémy motivace tu vystupují vždy v kontextu společenských podmínek existence jedinců i celých skupin. Jakákoli psychologická pomoc člověku (psychoterapie, psychologické vedení lidí v pedagogicko-psychologických poradnách atd.) musí vycházet z poznatků o motivaci lidského chování, neboť psychologická práce s člověkem znamená úsilí o jeho změnu, což předpokládá poznání příčin toho, co má být změněno. A to, co má být změněno, se netýká jen způsobů chování, ale – a to především – jeho motivů. Motivy dávají chování člověka psychologický smysl, tj. určitou hodnotu, která není vždy žádoucí z hlediska obecně uznávaných společenských hodnot.

Začátkem dubna 1989 byla světová veřejnost vzrušena odhalením, že v jedné vídeňské nemocnici byli čtyřmi zdravotními sestrami po několik let záměrně usmrcováni přestárlí pacienti trpící vážnými chorobami a vyžadující intenzivní péči. Podezření na počet usmrčených šlo do desítek. Pacienti byli usmrcováni předávkováním určitými léky, ale i injekcemi vody, které způsobovaly udušení. S těmito vraždami začala jedna ze sester, ostatní tři se k ní přidaly. Tehdejší premiér rakouské vlády označil tuto událost za „nejkrutější zločin v dějinách Rakouska“. Začalo horečné vyšetřování tohoto případu, ale veřejnost i někteří odborníci, kteří se na něm podíleli, si především kladli otázku, proč tyto zdravotní sestry činily to, co činily, tj. otázku po motivaci tohoto hrůzného činu. A vynořovaly se ovšem i hypotetické odpovědi, např. že motivem těchto vražd byl soucit s trpícími, nevléčitelně nemocnými osobami, ale také že tito pacienti, vyžadující mnoho pozornosti a péče, byli vražděni proto, aby si jejich vražedkyně ulehčily namáhavou službu. Byla to velká a vážná psychologická „proč“, směřující k identifikaci motivu těchto vražd. Něco podobného se vyskytlo v Anglii, která měla svého „doktora Smrt“, lékaře, který usmrcoval desítky svých pacientů, jak se hájil, z důvodů eutanazie, ale bez jejich souhlasu, u nás se objevil „heparinový vrah“, kterému bylo prokázáno zavraždění několika pacientů. Každý z těchto tří uvedených případů má v pozadí odlišnou motivaci jejich aktérů. Koncept motivace by měl odpovědět na otázku, proč čin spáchali, jaký byl psychologický smysl jejich jednání, jaké uspokojení jim to, co činili, přinášelo, neboť poslední příčinou každého jednání je dosažení nějakého uspokojení.

Taková vážná psychologická „proč“ si člověk klade často sám sobě („proč jsem učinil to, co jsem učinil?“) a naráží na ně nezřídka i ve svém okolí („proč se naši známí rozvádějí?“, „proč je můj přítel od

určité doby tak agresivní?“, „proč má mé dítě ve škole zhoršený prospěch?“ atd.). Napadá nás ovšem často také myšlenka hledat odpovídající „protože“ nejen v jedincích samých, ale i v jejich okolí či ve vnějších životních okolnostech, jimž jsou lidé vystavováni, neboť kauzalita lidských činů je složitá a motivy lidských činů vystupují také v kontextu již zmíněných životních podmínek, jako jsou např. chudoba a osamělost nebo hrozba ztráty vysokého společenského statusu, boj za lidská práva v podmínkách života v totalitárním státě atd. Funkcí lidské psychiky je regulace vztahů jejího subjektu k životním podmínkám a k vlastnímu vnitřnímu životu a jako taková má interakční charakter vyplývající z kontinuity prožívaného života v konkrétních průbězích, aktuálních i očekávaných událostech, v nichž se utváří průběh našeho vnímání a myšlení, našeho citění i chtění, postojů a potřeb atd. Duševní život funguje na základě udržování rovnováhy mezi tím, co má být podmínkou relativně bezporuchového fungování subjektu jako psycho-fyzického systému, a tím, co aktuálně je: tento vztah má psychickou odezvu, kterou vyjadřuje elementární psychologický pojem potřeba. Potřeba vyjadřuje stav narušení této rovnováhy a motivuje člověka k její restauraci nebo udržování. Kolem biologických a sociálních potřeb, odrážejících podvojný způsob lidského bytí, které má dimenzi biologickou (organismus) a sociální (občanství), se utváří a funguje dynamika lidské motivace. Potřeba vyjadřující nějaký nedostatek v biologickém a sociálním bytí člověka směřuje k redukci tohoto nedostatku, který je prožíván jako uspokojení, a tak generuje činitel procesu motivace, který vyjadřuje motiv jako konkrétní obsah tohoto uspokojení v interakci s určitým cílovým objektem. Potřeba jídla prožívaná jako hlad směřuje k cílovému objektu, jídlu, které je konzumováno, motivem je jedení, které vede k redukci výchozího stavu, potřeby jídla. To je v kostce základní, zjednodušené paradigma lidské motivace, které bude dále zpřesněno, rozvinuto a konkretizováno.

Obsah této knihy je ve smyslu toho, co bylo výše uvedeno o podstatě psychologického přístupu k motivaci chování, rozdělen do následujících částí: po tomto úvodu následuje: a) Struktura konceptů ve fenoménu motivace: 1. vymezení pojmu motivace, 2. vymezení klíčových pojmů vytvářejících strukturu fenoménu motivace; b) Fenomény motivace: 3. Systémový přístup k procesu motivace, 4. Druhy motivace, 5. Biologické a sociokulturní činitele motivace, 6. Vývoj motivačních systémů, 7. Principy motivace, 8. Frustrace, konflikt a stres, 9. Teorie motivace; c) Fenomenologie chování: 10. Fyziologické potřeby, 11. Sociální potřeby jako sex, agrese, výkon, moc, zvědavost, profesionální chování a další.

Problém motivace lidského chování, jak bylo naznačeno, je velmi komplexní, ale je klíčem k pochopení lidské psychiky, neboť ta, jako více či méně vědomě zaměřená činnost, dává lidským činům jejich individuální smysl. Proto je studium motivace klíčem k psychologickému porozumění člověku. Další text je pokusem o uvedení do této problematiky, která je, tak jako téměř vše v psychologii, analyzována a řešena velmi nejednotně, ale současně spojena s množstvím fakt, z nichž ta nejpodstatnější se zde pokoušíme uvést. Naše práce není v tomto smyslu vyčerpávajícím přehledem, ale základem k dalšímu studiu. V naší knize je za dominantní dimenzi psychologie motivace považována její intrapsychická (vnitřní) dynamika a emoční podstata.

A. H. Maslow (1954, 1977, s. 46) v úvodu své teorie motivace zdůrazňuje, že teze o jedinci jako „*integrovaném, organizovaném celku*“ platí také pro motivaci: hlad pana Nováka není jen problémem jeho žaludku: „*hladoví-li jedinec, nemění se jen ve svých gastrointestinálních funkcích, nýbrž i v mnoha jiných, snad ve většině jiných funkcí, jichž je schopen*“, mění se jeho vnímání, emoce, obsah myšlení. „*Je-li pan Novák hladov, je jím cele, je jako jedinec někým jiným, než kým byl v jiné době.*“ Motivace prostupuje v tomto smyslu celou psychiku jedince a dává psychickým procesům vnímání, myšlení, imaginace, citění určitý obsah a směr průběhu, který vyjadřuje motivační zaměření. Také v tomto smyslu je motivace klíčovým psychologickým problémem, neboť je základním činitelem vnitřní psychické dynamiky, nikoli jen usměrňování lidského chování.

# Konceptuální rámec fenoménu motivace

## Pojem motivace

Obecně platí, že **motivace je intrapsychicky probíhající proces**, vycházející z nějaké potřeby a vyúsťující ve výsledný žádoucí vnitřní stav, proces, který je iniciován endogenně (vnitřní pohnutka k odpočinku vycházející z pocitu únavy) nebo exogenně (finanční pobídka k splnění nějakého úkolu). V obou případech předpokládá interakci vnitřních a vnějších činitelů: je to „*interakce mezi motivovaným subjektem a motivující situací*“ (C. F. Graumann, 1969, s. 59). Lidské jednání iniciuje nějaká vnitřní pohnutka, resp. nějaká vnější pobídka, která může být motivující, jen když aktivuje nějakou vnitřní pohnutku (pobídkou mohou být např. peníze za práci navíc, pokud má jedinec důvod si je vydělat). Tento vnitřní psychický důvod či tuto vnitřní příčinu jednání tvoří **motiv**, tj. zážitek nebo způsob jednání, přinášející nějaké uspokojení, který vyjadřuje vyabstrahovanou podstatu tohoto uspokojení (např. uspokojení sexuální nebo potřeby sociálního kontaktu). V konceptuálním rámci fenoménu motivace je tu nutno rozlišovat celou řadu pojmů, které jsou v odborné literatuře různě vymezovány, jako jsou pojmy potřeba, motiv, cíl, cílový objekt, incentiva atd., jimiž se budeme dále zabývat. Nejprve se však pokusíme o úvod do psychologického pojetí motivace lidského chování, jeho příčin a cílů, které dávají **smysl chování**: člověk jedná proto, aby něčeho dosáhl, a to má svou psychologickou příčinu. Lapidárně řečeno, jde tu o **vznik a uspokojování potřeb**, které vyjadřují nějaké nedostatky v životě lidí, nebo, jinak řečeno, zajišťují podmínky jejich bezporuchového fungování jako bytostí biologických a současně společenských. Konečným cílem lidského chování je dosažení nějakého vnitřního stavu, obecně nazývaného **uspokojení**, jako je třeba nasycení, nebo u jedince těžce snášejícího svou osamělost je to navázání kontaktu s jinou osobou. Cíle je třeba odlišit od cílových objektů, potřeby od motivů, dílčí cíle (prostředky) od konečných cílů („leitmoti-

vů“) atd. Dále se setkáme s pokusem o uspořádání klíčových pojmů spojených s problematikou motivace. Lidé se nějak chovají proto, že mají nějakou potřebu vyžadující odstranění, redukci (např. pocítují hlad a chtějí se nasytit, aby pocit hladu eliminovali, nebo se domnívají, že ztratili ve svém sociálním okolí prestiž, a usilují o to, aby ji znovu získali, protože mít vědomí prestiže patří k sociálním potřebám člověka). Lidský život má v tomto smyslu dvě dimenze: biologickou (potřeby organismu, jeho fyziologie) a sociální (potřeby lidí jako sociálních bytostí, žijících v určitém společenském prostředí).

### Vymezování pojmu motivace

Toto téma je v učebnicích obecné psychologie a v monografiích o motivaci velmi nejednotné. Obecně se vychází ze slova motivace, které je odvozeno z latin. „moveo“, hýbám. Motivace jako proces, tj. v čase probíhající děj, je pak vymezována různými „silami“, které způsobují pohyb jedince, tj. jeho chování, zejména pak tu formu smysluplné aktivity, kterou označujeme jako jednání, ačkoli jednání nemusí být nutně doprovázeno pohyby. Subjekt jedná, i když nic neučiní, např. v určité situaci, kdy by se od něho mohla očekávat nějaká aktivita, např. poskytnutí pomoci zraněné osobě, jen přihlíží nebo situaci přehlíží, aby učinit nic nemusel. Obecně lze říci, že slovo, resp. **odborný termín motivace** vyjadřuje hypotetický vědecký konstrukt, jehož funkcí je popsat nebo vysvětlit, případně popsat i vysvětlit nějaký psychologický fenomén. Je logicky odvozován z pozorovatelných dějů, které buď zobecňuje, nebo vyjadřuje jejich psychologickou podstatu či kauzalitu. Pojem motivace je v tomto smyslu odvozován z faktu, že jednání, resp. chování člověka vůbec, má nějaký psychologický důvod, psychologickou příčinu, psychologický smysl či cíl a že vychází z nějakého vnitřního stavu jako reakce na endogenní či exogenní změny působící na lidskou psychiku a vyžadující reakci, která by se s touto změnou vyrovnala. To vyjadřuje, jak již bylo zmíněno v úvodu, **pojem potřeby**, stav nějakého nedostatku, který by měl být odstraněn. Takovou endogenní změnou může být např. potřeba najíst se (psychologické hledisko), resp. potřeba příjmu potravy jako zdroje energie pro život (fyziologické hledisko).

Pojmy motivace a motiv vyjadřují postulované vnitřní procesy a stavy či dispozice (strukturní prvky), které vysvětlují zaměřenost chování na dosažení určitého cíle, jeho intenzitu (energii, vynaložené úsilí). Vnější objekty nejsou nikdy motivy, nýbrž jen prostředky jejich realizace. Proto se motivy neodvozují z objektů nebo činností, k nimž chování směřuje, ale z tzv. „dovršujících reakcí“: v tomto smyslu např. motivem jedení není jídlo, ale nasycení, resp. požitek z jedení, jídlo



je jen prostředkem k dosažení této „dovršující reakce“. Vnitřní (intrapyschickou) podstatu motivace vyjadřují pojmy jako přání, snaha, chtění, úsilí, touha atd. Toto určení je velmi důležité, neboť umožňuje proniknout do problematiky motivace hlouběji než pouze behavioristický přístup pohybující se v rovině pozorovatelného chování. Poměr motivace a chování je poměrem účelu a jeho prostředku. Týmž objekt ve vnějším světě, např. určitá konkrétní osoba, může být prostředkem dosahování různých uspokojení (potřeby informace, komunikace, opory, něžnosti atd.). Rovněž tato vnitřní zakotvenost motivace je důsledkem učení se z interakcí subjektu s věcmi, ději, osobami, ideami, které vystupují v jeho životním prostředí. Motivace je interakcemi vnitřních pohnutek a vnějších pobídek utvářenou výslednou vnitřní determinantou vnějších procesů označovaných jako **chování**, které má tři základní modalitty: výraz (rozumí se jeho projevy v mimice, v pohybech a držení těla), jednání a řeč; je to objektivně pozorovatelná smysluplná aktivita, jako je např. koupání se, nakupování, psaní dopisu, rozhovor atd. Smysluplnost propůjčuje jednání jeho motivace a instrumentalita. Složitější komplexy chování lze označovat jako činnosti (dvěma základními formami činnosti jsou práce a hra). Pozorovatelné chování je ve své podstatě zejména aktivitou kosterního svalstva a žláz s vnější sekrecí (např. fyzické napadení někoho, pláč při prožívání smutku, pocení se ve strachu).

Behavioristicky orientovaný badatel R. B. Cattell (1957, s. 444) ilustruje následujícím způsobem to, co se označuje jako **struktura motivace**, z níž plyne, i když se o tom sám nezmiňuje, její intrapsychická podstata:

Schéma 1

Osobnost	Motivační stav určité intenzity	Situace	Chování	Cíl
„Já“	bych chtěl	za těchto okolností	prostřednictvím tohoto	učinit toto
a) „Já“	bych měl chuť	v restauraci	dát si řízek	abych se najedl
b) „Já“	bych se rád ujistil	přímo u šéfa	tím, že se ho zeptám na prémie	že je se mnou spokojen

Z uvedeného schématu je patrné, že východiskem motivace je určitý vnitřní stav osobnosti, který se označuje jako **prožívání** (výchozí motivační napětí, potřeba), směřující v určité situaci prostřednictvím určitého chování k dalšímu vnitřnímu stavu, uspokojení. Cattell tu současně ilustruje dvě výchozí roviny motivace: a) potřeby organismu jako biologické entity; b) potřeby osobnosti, resp. osoby, jako sociální

entity. Vyjadřuje tím již výše zmíněnou existenci biologické a sociální dimenze lidského bytí, které jsou obě synteticky vyjádřeny v psychologickém konceptu osobnosti. Rozhodující je však tato intrapsychická či **vnitřní dimenze motivace**, která tvoří její psychickou i psychologickou podstatu a je vyjadřována z introspekce vycházejícími pojmy, jako jsou: chtění, snahy, úsilí, přání, touha a další, které vyjadřují prožívání potřeb a perspektiv jejich uspokojení. Je však třeba rozlišit prožívání motivace ve výše zmíněných pojmech a prožívání jako základní psychologickou kategorii duševního života člověka, která má tři vzájemně se propojující složky, z nichž každá může být jen z celku prožívání vyabstrahována; jsou to: poznávání (vnímání, imaginace, myšlení), city a snahy (chtění). Existují **tři základní formy psychických jevů**: 1. procesy, 2. stavy (v čase déle probíhající procesy, jako je např. přemýšlení nebo nálady a touhy) a 3. dispozice. (Rozlišování mezi procesy a stavy je dosti umělé.) To současně vytváří **tři základní aspekty tematiky motivace**: 1. procesuální aspekt, tj. průběh motivace, jako je např. jedna z fází tohoto průběhu, označovaná jako rozhodování či volba prostředků. 2. dispoziční aspekt, tj. vnitřní determinanty jako hypotetické explanační konstrukty, vyjadřující ony psychologické příčiny jednání a označované jako motivy. (Také zde platí ona výše uvedená poznámka o poněkud umělém rozlišování procesů a stavů.)

Pojmu motivace, jak již bylo uvedeno, není v psychologii prisuzován zcela jednotný obsah, ale to je úděl naprosté většiny psychologických pojmů. Východiskem psychologického pojetí motivace je úvaha o činitelích, které determinují **základní parametry chování**, to je jeho zaměření, intenzita a trvání v čase, tedy **pojetí motivace jako hypotetického procesu**, který determinuje uvedené parametry chování, jehož podstatným znakem je tedy zaměřování, energetizace a udržování chování k dosažení daného nebo náhradního cíle. Strategii chování v dané situaci, vůči jeho objektu v situačním kontextu, určuje učení, avšak účinek vnějších podnětů (stimulů) nelze vždy zcela jasně odlišit od účinků motivace, je nutno odlišit dvě odlišné úrovně řízení; v psychologii motivace se zdůrazňuje, že: 1. řízení může znamenat konkrétní cestu k dosažení určitých objektů (to je funkcí učení, nejedná-li se o vrozené instinktivní chování); 2. jedinec nacházející se ve stavu motivace cosi hledá, od určitých objektů se odvrací, u jiných prodlévá, a vykazuje tak, že motivované chování má orientaci, cíl, tzn. že je zaměřeno na něco, co přináší uspokojení. Motivace v interakci s kognitivními procesy propůjčuje chování určitou dynamickou strukturu, která vyjadřuje jeho psychologický smysl. Ph. G. Zimbardo (1983, s. 344) zdůrazňuje, že motivaci nikdy nikdo neviděl, že je to pojem vyjadřující určité závěry vyvozené z toho, co je pozorováno, totiž z toho, že chování směřuje k dosažení určitých cílů,

že probíhá s určitou silou (úsilím), že trvá a že člověk přitom prožívá touhy a určitá chtění. V tomto smyslu vyjadřuje pojem motivace druh postulované intervenující proměnné a zahrnuje následující **vnitřní motivační determinanty chování**:

1. energii, vzrušení (excitace, aktivace);
2. zaměření této energie na určitý cíl;
3. selektivní pozornost pro určité podněty a změněnou vnímavost pro jiné;
4. organizaci aktivity v integrované vzorce reakcí, resp. jejich sekvenci;
5. udržování zaměřené aktivity, dokud se nezmění výchozí podmínky.

V tomto smyslu pak **pojem motivace** popisuje i vysvětluje psychologické důvody chování, jeho subjektivní význam a současně vysvětluje pozorovanou variabilitu chování, proč se různí lidé orientují na různé cíle. Některé z těchto charakteristik působení motivace však nelze zcela spolehlivě odlišit od účinků učení, neboť motivované chování se řídí také kognitivními klíči (již zmíněná variabilita chování), jedinec totiž téhož záměru dosahuje v různých situacích různými způsoby chování a různí lidé se v téže situaci chovají různě, což je funkcí učení (individuální zkušenosti). Příkladem je různý způsob, jakým lidé uspokojují tytéž potřeby, např. jak se prezentují, aby dosáhli obdivu či uznání, získali souhlas jiných či pokořili své odpůrce apod. Také jedinec téhož cíle dosahuje v různých situacích různým způsobem, např. různým způsobem se muž u různých typů žen snaží o imponování, dosažení jejich přízně apod.

V odborné literatuře ovšem nacházíme **různá pojetí motivace**: např. F. Rheinberg (2008, s. 11 n.) píše, že pojem motivace se v psychologii snaží vysvětlit směr, trvání a intenzitu chování: „*být k něčemu vysoce motivován*“ může znamenat, že „*někdo mobilizuje všechny síly, aby dosáhl něčeho určitého, nenechá se od toho odvést, má před očima jen jeden cíl, je fixován jen na to a neuklidní se, dokud toho nedosáhne*“. To znamená, že někdo takový: 1. má cíl, 2. snaží se o jeho dosažení a 3. nenechá se od toho odvést. V prožívání tohoto mohou působit takové stavy či procesy jako přání, chtění, snahy, touhy, přitažlivost, upoutání, napětí a další. Psychologové nezřídka určují tyto vnitřní činitele motivace jako „síly“, které konkretizují obvykle jako pudy, ale zdroj energie, která v prožívání motivace i v realizaci chování vystupuje, se obvykle ztotožňuje s činností nervové soustavy, existence autonomní psychické energie se popírá. Pojem motivace, soudí dále Rheinberg, „*je myšlenková konstrukce, hypotetický konstrukt, který má vysvětlit určité vlastnosti chování*“; slovo motivace je „*umělý kognitivní produkt*“, ale jeví se jako „*reálná danost*“, která je nám důvěrně známa z prožívání (uvědomujeme si, že něco konkrétního chceme, slovy vyjadřujeme svá přání, při překonávání překážek pocítujeme určité úsilí),

ale i z reflexe vlastního jednání, např. když se něčeho vytrvale domáháme, přemýšlíme o něčem, co jsme již učinili nebo v budoucnu učiníme. Za chováním lze předpokládat jeho příčiny, činitele, nicméně: „*Motivace nám není dána jen v prožívání sebe sama, nýbrž také jako fenomény motivace v určitých kontextech... známe stavy, které označujeme slovy snahy, chtění, namáhání se, přání, doufání. Avšak jsou to fenomény skutečně identické, stejné struktury a kvality? Sotva. Společná je jim ale komponenta aktivizujícího zaměření momentálního průběhu života na pozitivně hodnotné cílové stavy.*“ Tuto společnou komponentu lze potom brát jako ospravedlnění užívání pojmu motivace, „*je však třeba také pomyslet na to, že vedle vyhledávací motivace existuje také motivace k vyhýbání: něčeho se obáváme, před něčím utíkáme atd. Zde spočívá ‚pozitivní stav‘ ve vyhnutí se něčemu averzivnímu... Pojem motivace tedy neodráží homogenní jednotu... víc je produktem abstrakce a pojednává o mnoha rozdílných procesech proudu života, které mají co činit se setrvávajícím cílovým zaměřením našeho chování*“ (Rheinberg, c. d., s. 15). Podle Rheinberga má **téma motivace** dvě perspektivní analýzy: tlak a tah („Druck“, „Zug“, v angl. literatuře „push“, „pull“). Jde o otázku, čím je člověk zevnitř tlačěn a zvnějšku přitahován, a o vztah mezi obojím. Ten lze předběžně chápat tak, že člověk může být přitahován, jen když je současně tlačěn, např. jídlo nás obvykle přitahuje, jen když máme potřebu nebo chuť se najíst. V užším smyslu je tedy „*typická analytická perspektiva psychologie motivace*“ otázkou hledání „*žádoucích cílových stavů*“ (Rheinberg, c. d., s. 19). A. Laskowska (2000) v odpovědi na otázku „co lidi podněcuje“ dospívá ke konceptu „Sebe-já“ („Selbst“, v angl. lit. „Self“). Jiní, např. H.-D. Schmidt a Th. A. Langens (2009), na tuto otázku odpovídají koncepty motivů, resp. popudy a pohnutky, spolupůsobením motivů a pohnutek (vnějších motivujících podnětů, jako jsou např. peníze), vztahy popudů a emocí a koncepty očekávání a hodnoty. Za nejstarší vysvětlující koncept lze pokládat instinkt, resp. pud (vrožený motivační činitel).

Na základě dosud uvedeného lze tedy podat následující **vymezení pojmu motivace**: motivace je proces, v němž se utváří vnitřní determinace cíle, síly a trvání chování. To jsou základní parametry motivace chování, jehož průběh a způsob vyjádřený určitým vzorcem je determinován kognitivními procesy.

V tomto smyslu je motivace jednou ze složek psychické regulace činnosti: zajišťuje fungování učení a paměti, aktivizuje kognitivní a motorické systémy k utváření účelných vzorců chování zaměřených na dosahování určitých cílů, tj. podněcuje k chování, které udržuje dynamický růst osobnosti a její vnitřní rovnováhu. Ve vztahu člověka ke světu a k sobě samému nejde jen o individuální přežití a o ono tajemné udržování vlastního druhu (plození potomstva), ale také

o rozvoj vlastních psychických potencií a ego-vztažný poměr ke světu, vyjádřený jiným tajemným slovem „Já“. Tak se motivace lidského chování vyvíjí od pudového chování k vůli řízenému jednání. (Podrobnosti budou vyloženy dále.) Zatím zde pouze naznačujeme rámeček určitého pojetí, v němž se bude pohybovat náš další výklad. Obecně jej vyjadřuje dosud nejvýznamnější představitel humanistické psychologie A. H. Maslow (1981, s. 74): „Člověk musí být tím, kým může být. Musí zůstat věrný své vlastní povaze. Tuto potřebu označujeme jako sebeuskutečňování.“ Vyjadřuje výše zmíněnou základní tendenci, která provází proces hominizace na úrovni fylogenetické a proces socializace na úrovni psychické ontogeneze. Je to tendence „aktualizovat své možnosti“, sklon „být vším, čím lze být“. Tak vytvářel přírodní pračlověk kulturu a rozvíjel se zároveň s jejím vývojem. Tímto antropocentrickým pojetím, které bude ještě dále rozvedeno, jsou v teorii motivace překonávány určité jednostrannosti a mechanistické pojetí lidské osobnosti v krajním behaviorismu, jakož i v ortodoxní psychoanalýze. V. E. Frankl (1969 a jindy) označuje tento **psychologický imperativ člověka** jako vůli ke smysluplné existenci, která má své kořeny v lidských motivech. Obě uvedená pojetí základních tendencí člověka, vyjádřených fenoménem motivace a tendence k vnitřní psychické rovnováze, nejsou zcela v rozporu, jsou spíše komplementární.

Můžeme ovšem najít i **jiné pokusy o vymezení pojmu motivace**, např. R. M. Puca, Th. A. Langens (2008 in Müsseler ed., s. 193), jejichž podstatné znaky shrnuje následující citát uvedených autorů: motivace „reguluje směr, intenzitu a trvání chování“, vyvolává jí ji k sobě se společně vztahující vnitřní motivy a vnější pobídky: „Z jedné strany se podněty a události stávají skrze motivy pobídkami, z druhé strany se stávají motivy skrze pobídky behaviorálně účinné... mechanismus anticipace afektu a v základu spočívající apetitivní a averzivní systémy motivace jsou pravděpodobně přítomny u všech lidí a zvířat.“ U. Rudolph (2003, s. 1) vychází ve své definici motivace z pojetí tohoto slova, které je odvozeno z latin. slovesa „moveo“, hýbám, a v tomto smyslu tedy znamená usilovat o něco, dostat něco do pohybu: „Motivace je něco, co nám pomáhá činit věci (Dostat do pohybu věc). Nedostatek motivace znamená naproti tomu, že něco neděláme – např. že se neučíme na zkoušku, ačkoli je čas s tím začít.“ A tak může být motivace definována jako „takové procesy, které vyvolávají zacílené chování a udržují je“. Psychologie motivace pak chce podle Rudolpha dát odpověď na otázku „proč se bytosti (lidé) chovají tak, jak to činí“ a za **úkol psychologie motivace** tento autor považuje „nacházet důvody a příčiny lidského jednání“.

Ačkoli, jak zde již bylo naznačeno, koncept motivace je v psychologii zcela klíčový, nezbytný, byly vysloveny také **názory o nadbytečnos-**

**ti konceptu motivace**, v nichž se angažoval zejména behaviorista B. F. Skinner (1974 a jindy). Podle něho je chování řízeno učením a to je proces, kde koncept motivace může být nahrazen konceptem zpevnění jako nezbytného předpokladu učení; pozitivní a negativní zpevnění (resp. odměny a tresty) tu vyjadřuje kauzální vztah: určitá reakce je naučena, tj. fixuje se nebo je eliminována zpevněním, činitelem, který vytvářejí funkční spojení mezi podnětem a reakcí, a koncept motivace tak nahrazuje. Chování lidí je ostatně motivováno k dosahování již naučených odměn a k vyhýbání se již naučeným trestům. Pojem potřeby nahrazuje koncept aktivace, resp. u C. L. Hulla koncept specifických „drivů“ („drives“), které jsou však produktem asociací obecného „drivu“ s konkrétními podněty: tak se např. jedinec naučí bát se podnětu, který byl asociován s bolestí, a může podléhat generalizaci (dítě, které mělo nepříjemné zážitky u lékaře, se např. může začít bát všech osob v bílých pláštích a tato generalizace, jak prokázal J. B. Watson, může zahrnovat široký okruh podnětů). Tento přístup je označován jako kognitivistická koncepce, která je výrazná také u J. Piageta, který nicméně hovoří příležitostně o jakýchsi stálých motivech, jimiž jsou lidská aktivita a zvědavost. Naproti tomu radikální Skinner (1974, s. 171) soudí, že člověk jako živočišný druh „*pro kontingentní přžívání vytváří chování-instinkty, zatímco individuum vytváří pro kontingenci zpevněné chování-zvyky*“. Instinkty tedy odpovídají za udržování života, kdežto zpevnování chování za utváření konkrétních zvyků v rámci individuálního života. Domníváme se, že skutečným důvodem pro to, že radikální behavioristé se obešli bez pojmu motivace, byla skutečnost, že se rozhodně vyhýbali užívání pojmů, které měly přízvuk introspekce. Proto také soudíme, že pojem motivace je pro psychologickou analýzu chování nezbytný, jak ukážeme ještě dále.

### **Předběžné rozlišení pojmů motivace a motiv**

Zásadní rozlišení, které tu již bylo naznačeno, vychází z rozdělování psychologických jevů na procesy a dispozice, a spočívá tedy v tom, že motivace je chápána jako v čase probíhající proces, kdežto motiv jako vnitřní psychologická příčina tohoto procesu, jež je vyabstrahována z jeho zaměřenosti, kterou tvoří dovršující reakce, a tedy obsah uspokojení. Vezmeme-li jako jednoduchý příklad opět potřebu jídla a jedení, pak motivace je proces, který je generován potřebou jídla, která je pocífována jako hlad a má biologický původ v potřebě organismu přijímat potravu jako zdroj energie a stavebních látek těla (nerozlišujeme zde nyní hlad a apetit, chuť na určité jídlo). Potřeba jídla pocífovaná jako hlad aktivuje alimentární (obživné) aktivity, jako jsou hledání jídla, jeho příprava, objednání apod., a směřuje k pocitu na-

sycení v dovršující reakci na daný cílový objekt, jímž je jídlo. Obecně lze říci, že každá potřeba vyvolaná nějakým nedostatkem směřuje ke své redukci, což je obvykle označováno jako stav uspokojení: v našem případě je to nasycení, které je navozeno jedením. Motivem je tedy obsah dovršující reakce, tj. v daném příkladě jedení resp. nasycení. Proto se právem říká, že motivy dávají lidskému jednání psychologický smysl; v našem příkladě to prostě znamená, že lidé vykazující nějaký způsob alimentárního chování usilují o to, aby se najedli. Motivem alimentárního chování je tedy nasycující jedení.

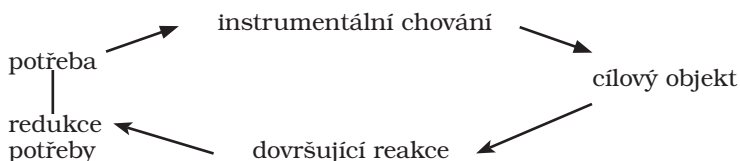
Za **základní druhy motivace** jsou pokládány: 1. intrinsická a extrinsická, 2. vědomá a nevědomá, 3. primární a sekundární motivace (primární a sekundární motivační systémy). Od toho je třeba odlišit **druhy a formy motivů**: druhy motivů se liší svým obsahem, např. motiv nasycení, výkonu, sdružování; za formy motivů lze pokládat psychologické příčiny chování s různou funkční vztažností: V literatuře se v tomto smyslu někdy zavádějí pojmy ideály, zájmy a potřeby ve zcela nepatřičném pojetí, neboť potřeby vyjadřují stav, který je východiskem procesu motivace. Uvedené druhy motivace a motivů budou dále podrobněji probrány.

K některým klíčovým konceptům motivace se zde ještě vrátíme v dalších souvislostech.

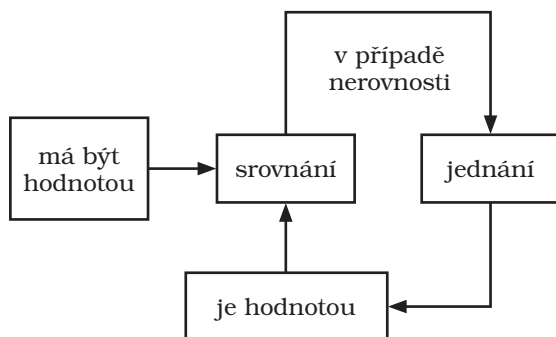
## Charakteristika procesu motivace

H.-D. Schmalt a H. Heckhausen (1990, s. 460) uvádějí, že **procesy motivace** vyjadřují to, co se nazývá formálním aspektem interakce osoby a situace: proces motivace připravuje jednání a lze ho chápat jako „*proces kognitivní elaborace s emocionálními podíly, který více nebo méně nutí k určitému skoncování*“, tj. směřuje ke své vlastní redukci, která tak vyjadřuje jeho smysl: požití jídla tak např. směřuje k najedení. Východiskem motivace je „*vnitřní stav napětí*“ (K. Lewin 1926), cílem je „*dovršující reakce*“: z hlediska výše uvedeného příkladu jsou to tedy stav hladovění a stav nasycení. J. Nuttin (1984, s. 76) zdůrazňuje interakční, či, jak on říká, „*relační*“ povahu motivace: individuum jako subjekt akce a vnější prostředí jako objekt této akce vytváří bipolární jednotku; uvnitř této jednotky je „*subjekt v situaci*“ a vnější okolí je „*situací subjektu*“. Funkcí motivace je pak „*kontinuitní regulování a aktivní usměrňování chování vůči cílovým objektům*“, přičemž cílovým se objekt stává tím, že vystupuje jako prostředek k dosažení určitého uspokojení. Za **zdroje motivačního vzrušení** pak Nuttin považuje: 1. interní stav individua a 2. objekt aktivující latentní vnitřní potřeby. Učením se vytváří jednota motivace a instru-

mentálního chování, a v procesu motivace je tak zahrnut i vzorec naučeného způsobu uspokojení. Označíme-li výchozí motivační stav jako potřebu, vzniká tato relace:



W. Herkner (1986, s. 192) podává následující z techniky (např. z termoregulace topných těles) odvozený **okruh řízení**, opírající se o pojem hodnoty, který v pojetí motivace u mnoha autorů hraje nyní klíčovou roli. Herkner uvádí, že „pro každý pud a pro každou



potřebu (tedy pro hlad, žízeň, spánek, tělesnou teplotu, potřebu uznání, peněz atd.) existuje takový okruh řízení“. Ten ovšem u živých bytostí nefunguje tak mechanicky jako u různých přístrojů, u nich se uplatňuje jako princip fyziologické homeostázy a bude o něm podrobněji pojednáno dále. Pojem hodnoty vyjadřuje něco žádoucího, a to ve dvojí rovině: 1. v rovině fungování organismu jako biologické entity a 2. v rovině fungování individua jako sociální entity. Zdroji hodnot jsou tu tedy jednak tělo jedince s jeho fyziologií a jednak jedinec jako sociální bytost, jeho sociální situace. Právě na příkladě, který výše podle Herknera uvádíme, je zřejmé, jak se u různých psychologů projevuje rozdílné užívání pojmů. Herkner tu uvádí „potřebu peněz“, což, jak se pokusíme uvést dále, tu znamená záměnu motivu či psychologického cíle jednání a prostředku k dosažení cíle. V tomto smyslu peníze nevyjadřují potřebu, ale prostředek: potřebu získávat peníze mají pouze numismatici, většině lidí peníze slouží jako prostředek uspokojování různých potřeb. Největší nedorozumění mezi psychology, kteří píšou o motivaci, způsobuje nedůsledné



odlišování jejich vnitřních a vnějších aspektů. Oba tyto aspekty se sjednocují v již nastíněném pojetí motivace jako procesu interakce vnitřních a vnějších činitelů – vnitřních pohnutek a vnějších pobídek. Vnitřní dominantou motivačního procesu je **potřeba** (prožívána jako konkrétní pohnutka, např. jako hlad); vnější dominantou je **incentiva** (vnější pobídka), hodnota cílového objektu, tj. jeho vlastnosti, které vyvolávají dovršující reakci, způsobují cílové uspokojení, redukci potřeby, jsou motivem předmětného chování. V našem opakujícím se příkladě s hladem a alimentárním chováním jsou incentivou vlastnosti cílového objektu, který označujeme jako jídlo – jídlo a jeho jedení je příkladem zmíněné interakce vnitřních pohnutek a vnějších pobídek v procesu motivace. Vrozená konstituce a později získané zkušenosti, resp. naučené extrapolace daných tendencí či zpředměťování jeho potřeb programují chování jedince na udržování určitého systému biogenních a sociogenních hodnot. Nedostatků v systému těchto hodnot pak vytvářejí základní motivační napětí zvané též potřeba. V průběhu instrumentálního podmiňování se utvářejí **vzorce instrumentálního chování**, objevuje se **zpředměťování potřeb**, což znamená jejich zapojování do komplexních struktur na sobě závisle fungujících intrapsychických a vnějších behaviorálních prvků a generování biogenní nebo sociogenní potřeby, vytváří se stav motivace s implementovaným vzorcem instrumentálního chování a současně zahrnující i vzorec jejich uspokojení. Potřeba v tomto smyslu vyjadřuje absenci nějaké biologické nebo sociální hodnoty a současně ve fázi svého zpředmětnění již také její předmět a způsob uspokojení. To je poněkud rozšířený pohled na výše uvedený regulační okruh. Motivace tak, obecně vzato, vyjadřuje rozpory mezi tím, co subjekt aktuálně prožívá, a tím, co prožívat potřebuje, tj. po čem touží, co si přeje, tj. např. rozpor mezi hladověním a nasycením, pocitem nejistoty a pocitem jistoty apod. V modelech motivace (viz dále) se to vyjadřuje jako **rozpor mezi tím, co má být, a tím, co je**: tento rozpor vyjadřuje chybění něčeho, tedy potřebu jako výchozí stav motivace, která vyjadřuje nějaký nedostatek a současně tendenci k jeho odstranění, tedy i k redukci stávající potřeby: Běžnou sociální potřebou člověka jako společenského tvora je potřeba jistoty, která vzniká v situacích, kdy je vystaven různým existenčním a jiným nejistotám, např. je ohrožen nezaměstnaností. Je zde tedy rozpor mezi „má mít pocit jistoty“ – „nemá pocit jistoty“ a ten je motivujícím činitelem. Obecně lze hovořit o vnitřních rozporech jako motivujících činitelích vyvolávajících vrozenou (pudovou) nebo naučenou tendenci k jejich odstranění, resp. i tendenci k předcházení takovým rozporům, což vyjadřuje **princip ekvilibria**, tj. udržování a restaurace vnitřní psychické rovnováhy. Motiva-

ce pak v tomto smyslu funguje jako proces udržování a restaurace vnitřní psychické rovnováhy neboli jako činitel eliminující rozdíl mezi stavem „má být“ a „je“. Již tato stručná úvodní charakteristika procesu motivace poukazuje na to, že existuje **intrapyschická podstata motivace**, a proto i terminologie, resp. koncepty zahrnutí do tematického rámce fenoménu motivace musí přísně rozlišovat jeho vnitřní a vnější aspekty a mít stále na zřeteli tuto intrapsychickou podstatu motivace. Motivace pak v tomto smyslu vyjadřuje nějaké nedostatky v psychofyzickém či biosociálním bytí individua a s ní spojené instrumentální chování vystupuje jako nástroj k odstranění těchto nedostatků. Jinak řečeno, motivace vyjadřuje stav vnitřní psychické nerovnováhy a chování směřuje k udržování a obnově vnitřní psychické rovnováhy, když byla přirozenými fyziologickými změnami (hlad) nebo nežádoucími sociálními situacemi (vyvolávajícími např. pocit nejistoty) narušena. Tak např. nasycení se nebo odpočinek po namáhavém výkonu restauruje narušenou homeostázu (vnitřní fyziologickou rovnováhu, resp. optimální funkční stav organismu), získání obdivu a uznání uspokojuje trvalou potřebu kompetence či respektu apod. Herkner označuje takové pojetí motivace za obecné a jednoduché a poukazuje na jeho analogii s technickými mechanismy, např. termoregulátorem: nastane-li rozdíl mezi stavem „je“ a stavem „má být“, automaticky se zapínají mechanismy odstraňující tento rozdíl, tj. navozující stav „má být“. Pak ovšem v jeho výše uvedeném schématu této regulace, aplikovaném na psychologii motivace, má jednání směřovat k nastolení stavu „má být“. Již zde byl uveden jeho výrok, že pro každou potřebu existuje regulační okruh mezi stavy „je“ a „má být“. U cyklicky se objevujících biogenních potřeb jsou tyto regulační mechanismy jejich uspokojování vcelku zřejmé. Podle Herknera to platí i pro potřeby sociogenní: *„Také nebiologické potřeby, jako potřeby moci, peněz, příchylnosti nebo kontaktu s jinými lidmi, lze chápat jako regulační okruhy. Také zde existují – pro různé osoby často velmi odlišné – hodnoty toho, co má být [Soll-Werte], které určují naše chování a rozsah naší spokojenosti, resp. nespokojenosti. Jestliže např. někdo má méně kontaktů s lidmi, než by si přál, je nespokojen. Cítí se osamělý a uvádí do chodu jednání, které má přinést úlevu (zvaní přátel, návštěva hostince nebo taneční zábavy). Má-li někdo více kontaktů, než je mu milé, je rovněž nespokojen. Cítí se být obtěžován a stahuje se zpět“* (Herkner 1986, s. 193).

Motivace tedy směřuje k udržování a obnovování určitého optimálního vnitřního stavu spokojenosti, který vyjadřuje interindividuálně odlišné vnitřní a vnější podmínky této spokojenosti. Ty jsou dány interindividuálně odlišným potenciálem potřeb (sexu, agrese,

výkonu) a jejich specifickým zpředmětněním (např. odlišností v objektech sexuální apetence, odlišnými podmínkami, v nichž různí lidé uspokojují svou potřebu dojmů nebo kontaktů s jinými osobami, apod.).

Podrobně se vymezením pojmu motivace a jeho vztahy k dalším pojmům psychologie motivace zabýval ve své době patrně největší odborník na tuto problematiku H. Heckhausen (1980, s. 25 n.), který také poukazuje na rozlišení konceptů motivace a motivu, když uvádí: *„Motivování jednání určitým motivem je označováno jako motivace. Motivace je myšlena jako proces, který volí mezi různými možnostmi jednání, zaměřuje jednání na dosažení motivačně specifických cílových stavů a na cestě k tomu je udržuje v chodu. Krátce: motivace má vysvětlit cílovou zaměřenost jednání... Motivace zajisté není jednotný proces, který by procházel celým úsekem jednání rovnoměrně od počátku do konce. Sestává spíše z rozdílných procesů, které v jednotlivých fázích úseků chování – především před a po provedení jednání – vykonávají seberegulační funkci... Jednání je motivováno, tzn. zaměřeno na cíl motivu; jednání samo se však nemá zaměřovat s motivací... Motivace má tedy vysvětlit volbu mezi různými možnostmi jednání, mezi různými možnostmi vjemových daností a obsahy myšlení, jakož i intenzitu a trvání založeného jednání a tím dosažených výsledků.“*

Souhrnně lze tedy říci, že motivace je postulovaný proces, určující zaměření (zacílení), trvání a intenzitu chování (jednání). V tomto smyslu je to psychologický hypotetický konstrukt, stejně jako motivaci komplementární pojem motiv, vysvětlující „psychologické příčiny“ chování.

**Fenomenologická kritéria motivace**, opírající se o její intrapsychickou dominantu, podle H. Heckhausena (1965, s. 17) tvoří:

- ▶ interindividuální rozdílnost a relativní situační nezávislost chování;
- ▶ silné a dlouhotrvající úsilí, zvláště stavějí-li se mu do cesty překážky;
- ▶ zaměřený a fázově uspořádaný průběh psychické činnosti a motoriky, až do dosažení přirozeného ukončení;
- ▶ nápadná odchylka psychických činností od předem daného, obvyklého a účelného (např. v tzv. „chybných úkonech“);
- ▶ vnitřní emocionální prožívání zvláštní pudivé povahy (snaha, chtění, naléhavost realizace určitého záměru apod.).

Naproti tomu **operacionalistická kritéria motivace**, opírající se o její behaviorální aspekty, stanovil J. S. Brown (1961, s. 41) takto:

- ▶ proměnná je často označována jako motivující, jestliže umožňuje reakce rozdílné kvality, nebo když je obsazuje energií;

- ▶ proměnná je označována jako motivující, jestliže se učení novým reakcím zdá být závislé na přiměřených manipulacích s takovou proměnnou;
- ▶ proměnná je uvažována jako motivující, když změny těchto proměnných vedou k zeslabení určitých reakcí, nebo k jejich zesílení (viz také bod 1);
- ▶ určitá proměnná je příležitostně označována jako motivující, jestliže se žádné jiné vysvětlení nezdá být přiměřené.

Srovnáme-li nyní tato kritéria, zjišťujeme, že v behavioristickém pojetí chybí zřetel k intrapsychickému aspektu problému a že toto pojetí vychází ze zjednodušené laboratorní situace, v níž je studováno chování pokusných zvířat. V tomto smyslu se zde nerozlišuje motivace jako vnitřní proces a motivující vnější podnět, jehož motivační vliv závisí na přítomnosti vnitřního motivu. Behavioristický přístup je tedy značně zjednodušující a v jistém smyslu i zavádějící, když naznačuje, že motivující proměnná je exogenní povahy.

V problematice motivace, jak už bylo naznačeno, vystupuje **dvouj** „**proč**“: 1. proč vystupuje zaměřené chování a 2. proč vystupuje určitý způsob chování. Odpověď na první otázku, jak už víme, je dávaná v termínech motivace, na druhou pak v termínech učení. Jinak řečeno: 1. směr chování je podněcován motivací a 2. způsob chování je kontrolován situací. Současně, jak již bylo uvedeno, se oba tyto aspekty u zkušených jedinců integrují, a tak vystupuje **funkční jednot** **ta motivace, instrumentálního chování a uspokojení**: to současně znamená funkční propojení dvou motivačních systémů, motivů a incentive, resp. intrinsické a extrinsické motivace (endogenních a exogenních činitelů motivace, vnitřní motivace a vnějšího motivování). Současně je třeba zdůraznit, že se v procesu motivace může uskutečňovat **jednota aktuality a expektance** (očekávání), chování lidí je určováno nejen aktuální situací, nýbrž i očekáváním toho, co nastane nebo může nastat. Konečně je nutno uvést **vztah motivace a chování** z hlediska jeho mnohostranné determinace a v tomto smyslu zdůraznit, že sama motivace ke spuštění chování nestačí. Za určitých okolností, např. když vyhlídky na dosažení cíle v dané situaci jsou mizivé nebo nulové, i za existující motivace a daného cílového objektu není příslušné instrumentální chování „spuštěno“: jestliže např. subjekt touží po sexuálním kontaktu, ale daný objekt se mu jeví jako nepřístupný, o navázání sexuálního kontaktu se nepokusí. Důsledkem takové situace, když není vyhlídka na dosažení příslušného uspokojení ve vztahu k objektu, který se stal nepřístupným, se motivovaný subjekt obvykle pokusí o náhradní objekt (pěkně to vyjádřili J. Suchý a J. Šlitr v jedné ze svých písniček slovy: „*Není-li tu ta, kterou mám tak rád, pak mám rád tu, která je tu*“). Od motivace k příslušnému

instrumentálnímu chování, které je motivací iniciováno, vede někdy ještě kus cesty. Na této cestě mezi motivací a příslušným chováním se tedy uplatňují kognitivní procesy, zaměřené na analýzu situace, v níž se motivovaný subjekt nachází, ale také procesy hodnocení důsledků chování. To je další systémový aspekt procesu motivace, který vystupuje v širších souvislostech vnitřních a vnějších podmínek chování. J. W. Atkinson (1978) to vyjádřil následující formulí, kde B je symbolem chování, M motivace,  $P_s$  subjektivní pravděpodobnosti (subjektivního odhadu) dosažení cíle a H hodnota cílového objektu (incentiva). Podle našeho soudu je k tomu třeba ještě přidat činitele, který představuje subjektivní reflexi realizovaného chování, jeho možné důsledky, symbol D. Potom by tato doplněná formule vyjadřující podmínky spuštění chování vypadala takto:

$$B = f(M, P_s, H, D)$$

Uvedené podmínky (činitelé) spuštění chování mohou mezi sebou vytvářet různé funkční závislosti: nejběžnější je patrně ta, že s přibývajícím intenzitou motivace (např. s přibývajícím intenzitou hladovění) klesá nárok na hodnotu cílového objektu (nároky na chuť jídla, jeho vzhled, čistotu atd.) a nepochybně také na možné důsledky příslušného chování (dlouho hladovějící člověk se může pokusit zmocnit třeba chleba krádeží nebo násilím).

Ve zjednodušujícím pojetí D. O. Hebba (1969, s. 233) **motivace znamená dvoji**: 1. vysvětluje, proč je organismus spíše aktivní než inaktivní; 2. vysvětluje, jak to přijde, že jedna aktivita dominuje nad jinou, proč např. organismus hledá vodu a nikoli potravu.

**Funkce motivace** spočívá v uspokojování potřeb individua, vyjadřujících nějaké nedostatky v jeho fyzickém a sociálním bytí. V tomto smyslu zajišťuje motivace účelné chování, udržující vitální a sociální funkce individua, tj. poněkud zjednodušeně řečeno jeho fyzické a psychické zdraví, jeho fungování jako živé společenské bytosti. V tomto smyslu je motivace klíčový fenomén pro pochopení života, který překračuje rámec psychologických aspektů a současně jako stěžejní činitel regulace chování ukazuje podíl psychických funkcí také na dění v organismu (propojení motivace s fungováním homeostázy – viz dále). Dále se motivace uplatňuje také jako činitel již zmíněné **instrumentalizace chování a uspokojování**, tj. vlivem učení vytvářené vzorce (způsoby) chování a uspokojování se organizují kolem důsledků, které byly vyvolány předcházejícím chováním. Tak přirozená integrace procesů motivace a učení vede k tomu, že si lidé osvojují určité **apetence a averze**, které vyjadřují pletivo jejich pozitivních a negativních vztahů ke skutečnosti či v rámci jejich obrazu

světa, jejich oblíbené a neoblíbené objekty a činnosti. Motivace, jak již bylo zmíněno, je podmínkou učení, její propojení s učením je velmi úzké, funkční: základní podmínky učení, zpevňování vystupující ve formě odměn a trestů, mají opět vztah k motivaci: individuum je motivováno k dosahování odměn a k vyhýbání se trestům, což souvisí s výše uvedenými apetencemi a averzemi. V tomto smyslu je tedy motivace klíčový psychologický fenomén: chování, ale i postoje lidí se organizují kolem určitých motivů, které tak propůjčují chování psychologický smysl. Z fenoménu motivace chování lze vyabstrahovat jeho psychologické, dále neanalyzovatelné příčiny, **motivvy**, které, obecně řečeno, vyjadřují určitou hodnotovou orientaci člověka, tedy to, čemu ve svém životě přisuzuje **ego-vztažný význam** (co je pro něj subjektivně významné). A významy vyjadřují **preferované hodnoty**, tedy to, co je považováno také za příjemné, dobré, užitečné, a tedy žádoucí: účelnost chování spočívá v tom, že směřuje k dosahování subjektivně žádoucího a k vyhýbání se subjektivně nežádoucímu, to znamená k dosahování příjemného a k vyhýbání se nepříjemnému (princip hédonismu). Porozumět chování druhého člověka znamená identifikovat motivy tohoto chování, a protože ty souvisejí se světem lidských hodnot, znamená to i porozumění hodnotové orientaci osobnosti. Tak se v obsahu motivů projevuje **smysluplnost individuálního lidského života** a ve spojení s kognitivními procesy také jeho individuální životní styl, způsob. Také v tomto smyslu směřuje studium motivace a motivů „dovnitř“ osobnosti, do intimní sféry individuálního psychického života, v níž se vztah jedince k hodnotám utváří, ale také nad tuto sféru k nadindividuálním, univerzálním kořenům lidského života. Maslow v tomto smyslu hovoří o „metamotivaci“, již rozumí biologické základy určitých univerzálních a nadčasových lidských hodnot, jako je např. mateřství. V tomto smyslu se ani filosoficko-antropologické pojetí člověka nevyhne tematizaci jeho motivů.

V této kapitole má být charakterizován proces lidské motivace; učinili jsme to v obecné poloze a k jednotlivým již uvedeným tezí se ještě vrátíme. Puca a Langens (c. d., s. 222 n.) uvádějí tzv. „jaderné věty o motivaci“, tj. v podstatě **základní teze o motivaci**, které v jejich doslovné formulaci zní takto:

- ▶ „*Psychologie motivace se zabývá cílově zaměřeným chováním.*“
- ▶ „*Lidé a zvířata mají snahu po dosažení blaha skrze optimalizování afektivní bilance, usilují o podněcující události, které navozují pozitivní afekty, a snaží se zamezit událostem, které podněcují negativní afekty*“ (u jiných autorů se ve stejném smyslu používá místo pojmu afekt vhodnějšího termínu emoce – viz dále).
- ▶ „*Podněty a události získávají charakter pobídek skrze afekty, které je podněcují nebo ohlašují.*“

- ▶ „Motivy jsou hodnotící dispozice na straně organismu. Mají vliv na to, které podněty a události se stávají pobídkami a které citové vztahy jsou žádány. Motivy určují, které aspekty prostředí jsou vnímány přednostně, na co se emocionálně reaguje a čím může být chování aktivováno.“
- ▶ „Lze zhruba rozlišovat mezi biogenními motivy, jako jsou hlad nebo žízeň, a sociogenními motivy, jako jsou připojení se, moc, výkon. Biogenní motivy jsou založeny spíše na biologických potřebách, zatímco sociogenní motivy jsou spíše vlastnostmi osobnosti, které povstávají v průběhu socializace.“
- ▶ „Motivy a pobídky se k sobě úzce vztahují a společně vytvářejí motivaci, která pak utváří směr, intenzitu a trvání chování.“
- ▶ „Moderní teorie motivace se dají zhruba rozdělit do dvou velkých tříd: jedna třída teorií se zabývá motivací, která se uskutečňuje (spíše nevědomou) anticipací afektů; druhá třída teorií klade důraz na motivaci, která se zakládá na vědomém stanovení cílů.“
- ▶ „Při pojetí motivace jako anticipace afektů jsou zkoumány převážně psychofyziologické a hormonální mechanismy, které jsou základem anticipace afektů.“
- ▶ „Na motivačních procesech se podílejí zvláště střední mozek, mezimozek, fylogeneticky staré části mozkové kůry, jakož i čelní mozek jako část neokortexu.“
- ▶ „Limbický systém vytváří v mozku funkční jednotu a může být chápán jako hodnotící a aktivující zapojení mezi danostmi prostředí a chováním.“
- ▶ „Podněcování motivů přiměřenými pobídkami z prostředí vede ke zvýšenému vylučování dopaminu v oblasti nukleus accumbens. Tím je ulehčováno iniciování chování. Pro každý systém motivů mohou být identifikovány jeden nebo více hormonů, které jsou vylučovány na základě podněcování stávajícího motivu a aktivují nukleus accumbens.“
- ▶ „Teorie, které se zabývají motivací prostřednictvím stanovení cíle, mají za předmět, jak se organizují a regulují vědomé cíle jednání.“ To je však diskutabilní pojetí, které platí jen pro záměrné jednání, ať už vychází z vnitřní pohnutky, nebo z vnější pobídky.
- ▶ „Lze rozlišovat mezi cíli vyhýbání se a přibližování se. Cíle přibližování jsou formulovány tak, že je chtěn pozitivně hodnocený výsledek, a cíle vyhýbání jsou formulovány tak, že se vyhýbáme negativně hodnocenému výsledku.“
- ▶ „Sledování apetenčních cílů [„Annäherungszielen“] působí na nálady a emocionální blaho [„Wohlbefinden“] významně pozitivněji než sledování averzivních cílů [„Meidenzielen“].“

- ▶ „*Je rozdíl, zda je cíl určen subjektem, nebo něčím cizím. Sledování cílů určených subjektem [„Selbstbestimmte Ziele“] vzbuzuje, v protikladu k cílům určeným cizími vlivy, zájmy, přináší radost a je spatřováno jako výzva.*“
- ▶ „*Tematická struktura cílů, které osoby sledují, je na vytvoření profilu jejich individuálního motivu celkem nezávislá. Cíle mohou být s motivy kongruentní, tzn. že zapadají do struktury motivů osoby, nebo mohou být motivačně inkongruentní, tzn. že do struktury motivů osoby nezapadají.*“
- ▶ „*Sledování motivačně kongruentních cílů je více úspěšné než sledování motivačně inkongruentních cílů, neboť celá řada procesů, které sledování cíle podporují – jako třeba zaměření pozornosti, energetizace a učení – je automaticky podněcována.*“
- ▶ „*Na pocity blaha působí celkem negativně, když jsou motivy a cíle inkongruentní, zatímco kongruence mezi motivy a cíli je provázána stoupajícími pocity blaha.*“

Autoři těchto tezí zavádějí do psychologie motivace další velmi důležitý aspekt, totiž **vztah mezi motivy a cíli jako zvenčí danými úkoly**. Rozlišují přitom: 1. soulad osobních motivů a zvenčí stanovených cílů (kongruenci), to je případ, kdy jedinec přijme nějaký úkol, jehož plnění a splnění mu vcelku vyhovuje, a 2. nesoulad osobních motivů a zvenčí uložených úkolů, které subjekt, pokud je neodmítne splnit, plní nerad, protože jsou mu nějak nepříjemné (jsou s jeho motivy inkongruentní), což může být třeba úkol, aby někoho sledoval a podával o sledování hlášení (např. v minulosti úkol stát se agentem tajné státní bezpečnosti v komunistickém režimu, který nenáviděl). Dále tito autoři používají určitou terminologii, kterou zde nyní vymežíme, protože není podávána zcela jednotně. Jde o následující **klíčové pojmy vztahující se k motivaci** (jejich předběžné vymezení podáváme zčásti s použitím pramene Puca, Langens, c. d., s. 224):

- ▶ **potřeba:** výchozí motivační stav vyjadřující nějaký nedostatek v biologickém či sociálním bytí jedince – instrumentální chování směřuje k redukci dané potřeby; např. konzumace jídla utiší potřebu jídla prožívanou jako pocit hladu;
- ▶ **incentiva** (pobídka): „*takový aspekt cíle, který přispívá k uspokojení potřeby nebo motivu, a tak činí cíl žádoucím*“; pro žíznícího je incentivou voda, pro osamělého dobrý přítel;
- ▶ **motiv:** dispozice jedince „emocionálně odpovídat“ na určité cílové objekty nebo činnosti, tj. prožívat něco příjemného a vyhýbat se něčemu nepříjemnému (viz pojem cílový stav);
- ▶ **motivace:** proces „cílově zaměřeného chování“, činitel, který dává chování směr, intenzitu a trvání;



- ▶ **cílový objekt:** je třeba rozlišovat: cíl chování (viz cílový vztah), daný aktuální motivací, a cílový objekt, na který je motivované chování zaměřeno, protože má vlastnosti, které uspokojují nějakou aktualizovanou potřebu; např. opatřit si jídlo, které by odstranilo pocit hladu;
- ▶ **cílový stav** („goal state“, „Zielzustand“): *„specifický vztah osoba – prostředí (třeba příjem potravy při hladovění, jehož uskutečňování vzbuzuje pozitivní afekty a který je z tohoto důvodu žádoucí“* – v podstatě jiný název pro slovo motiv).

Th. Goschke, mimochodem v téže knize (2008, s. 233, in Müsseler J. ed.), v rámci svého pojetí vývojově vyššího stupně motivace, volního jednání, podává vymezení následujících pojmů, které vyjadřují různé úrovně řízeného chování prostřednictvím procesů učení a motivace:

- ▶ **reflexy a instinkty:** *„programy reakcí, které jsou aktivovány uvolňovacími podněty fixním způsobem... přizpůsobení se invariantním podmínkám prostředí“*; články řetězu vrozených reflexů, tedy biologicky účelných aktivit (instinktů) umožňujících adaptaci na základní podmínky života (obživa, bezpečí, rozmnožování, vyhýbání se bolesti a smrti);
- ▶ **motivované chování:** *„modulace dispozic k reakcím na aktuálně vzbuzené potřeby... přizpůsobení se fluktuujícím stavům potřeb“*;
- ▶ **asociativní učení:** *„na zkušenosti závislé změny v asociacích podnět – reakce“*; přizpůsobení se změněným podmínkám prostředí;
- ▶ **intencionální jednání:** *„cílová zaměřenost“*: *„mentální reprezentace efektů jednání a jejich emocionálních pohnutek“*, která má následující podstatné znaky: *„plánovitost“*: *„nová kombinace elementárních akcí k novým sekvencím jednání“*; *„flexibilita“*: *„rychlá přeměna v konfigurování dispozic k reakcím“*; *„nezávislost na podnětech“*: *„selektce jednání na základě reprezentace cíle a úkolů a potlačování automatizovaných reakcí“*;
- ▶ **vůle** („Volition“), tedy vůlí řízené chování, které má následující podstatné znaky: *„nezávislost na aktuální potřebě“*: *„zaměření chování na anticipované budoucí potřeby“*; *„sebereflexe“*: *„metakognitivní vědění o možnostech ovlivnění vlastních emocionálních a motivačních procesů“*; *„sebekontrola“*: *„strategie k ochraně úmyslů proti konkurujícím motivačním tendencím“*, např. potlačení pudových impulzů.

V novějších teoriích motivace (Heckhausenův „model Rubikon“, viz dále) dochází k **oddělování motivační a volní fáze jednání**, protože v té druhé, poznamenané rozhodováním, se výrazně uplatňují kognitivní procesy. Goschke (cit. d., s. 242 n.) k tomu poznamenává, že **vůlí řízené jednání** je svým způsobem specifickým případem motivovaného chování, protože je obsahově obohaceno o vliv řady specifických činitelů, zejména kognitivní povahy (odklad jednání, anticipace

efektů, „řečová reprezentace cílů a plánů jednání“, sebekontrola a další). Důležitým aspektem vůli řízeného jednání (volní regulace jednání) je „vědomé a nevědomé spouštění volních jednání“, které je věcí rozdílu mezi „automatickými a kontrolovatelnými procesy“. „Automatické procesy nejsou omezeny na aktivování jednoduchých motorických reakcí“, ale, jak je to experimentálně prokázáno, „nevědomě mohou být aktivovány také relativně abstraktní cíle“. K tomu poznamenejme, že **pojem jednání** vyjadřuje zvláštní formu chování, a to vědomě, obvykle záměrně kontrolovaný průběh činnosti, jako je např. vyjednávání, přesvědčování apod.

Úkolem psychologie pak je popis, vysvětlení a předpověď změn prožívání a chování, přičemž se uplatňují dva způsoby vysvětlování: dispozicemi a účelem (J. A. Keller, 1981, s. 7 n.); ve vysvětlování motivace se uplatňují motivy, nebo cíle a účely. Uvedený autor to ilustruje následovně:

► vysvětlování dispozicemi (tj. schopnostmi, postoji a v našem případě motivy):

chování je důsledkem (nástrojem)  
interakcí mezi osobou a situací,  
zaměřenost na dosažení cíle  
určují motivy (psychické příčiny)  
zaměřeného chování

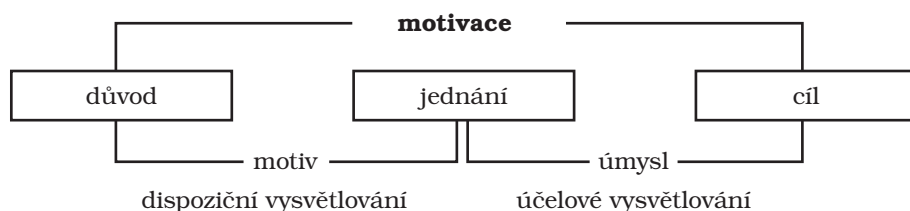
Zásadní rozdíl mezi kauzálním a dispozičním vysvětlováním spočívá v tom, že v dispozičním vysvětlování vystupující (zákonitá) věta (G) nemá povahu analytické výpovědi, nýbrž „empirického tvrzení“.

► vysvětlování teleologické (účely nebo cíli):

Osoba může dosáhnout cíle P,  
když učiní B

Osoba chce dosáhnout P, proto učiní B

„Teleologické vysvětlení je účelové vysvětlení, při němž platí *anticipace cíle nebo účelu jednání jako ‚příčina‘ právě tohoto jednání. Osoba činí něco, aby něčeho určitého dosáhla*“; „v přírodních vědách je tento způsob vysvětlování pokládán za problematický, protože obrací vztah ve schématu *antecedens – consequens*“ (Keller, c. d., s. 7). Tento rozdíl dispozičního a teleologického vysvětlení vyjádřil Keller (c. d., s. 8) tímto schématem:



Rozdíl je tedy vyjádřen v pojmech **motiv a úmysl**: motivem se rozumí důvod jednání, úmyslem se rozumí záměrná cílová aktivita (Keller, c. d., s. 8). Rozdíl mezi oběma druhy vysvětlování je spíše jen relativní, nikoli zásadní (úmysl nutně vychází z nějakého motivu), a lze snad také hovořit o psychologické kauzalitě. Další komplikací je nepochybná existence nevědomé motivace (viz dále), motivy i úmysly mohou mít původ v nevědomí. K tomu je třeba předběžně poznamenat, že na způsob vysvětlování se v psychologii motivace nahlíží velmi nejednotně, přičemž tyto rozdíly jsou, kromě jiného, prohlubovány také nejednotně používanou terminologií, jak je to patrné i z tohoto textu, kde často konfrontujeme různá pojetí klíčových pojmů. Za ideální se považuje **vysvětlování příčinami**, které je vlastní přírodním vědám a umožňuje ve větší či menší šíři a s větším či menším úspěchem ovládnutí příslušného jevu (např. v medicíně určitých chorob, jejichž příčiny jsou spolehlivě známy). V psychologii je např. **etiologie duševních poruch**, nauka o jejich vzniku, resp. příčinách složitější. Již Aristoteles (Metafysika, 1946, s. 40) rozlišoval čtyři druhy příčin, z nichž dvě se týkají psychiky: *causa efficiens* (příčina účinná) se týká vlivu, jímž „počíná pohyb“; *causa finalis* (příčina účelová) se týká konečného cíle, účelu, za který se obvykle pokládá evoluci vytvořená adaptace. Tak je např. příčinou aktuálního sexuálního chování souhra několika činitelů (úroveň pohlavních hormonů v krvi, doba sexuální abstinence, touha po styku vyvolaná atraktivním sexuálním objektem atd.); účelem je získání intenzivní slasti prostřednictvím sexuálního aktu. Pojmy příčina a účel mohou být v tomto i v jiných případech zaměňovány, a co je poslední příčinou, resp. účelem, nelze spolehlivě určit. Samo pojetí kauzality je nejednotné.

Keller (c. d., s. 20 n.) také synteticky formuloval následující **otázky související s fenoménem motivace**:

- ▶ Proč vůbec vystupuje určité prožívání a chování?
- ▶ Proč je prožívání a chování zacíleno?
- ▶ Proč určité prožívání a chování setrvává delší dobu?
- ▶ Proč prožívání a chování často vykazuje tendenci k opakování?

Psychologie motivace se naopak zajímá zejména o následující problémy, které souvisejí především s chováním:

- |                           |                                  |
|---------------------------|----------------------------------|
| ▶ aktivace a energetizace | ▶ začátek a ukončení             |
| ▶ orientování a směr      | ▶ zesilování a zeslabování       |
| ▶ udržování a setrvávání  | ▶ zpevňování prožívání a chování |

Nakonec Keller uvádí **základní princip regulace chování** podle formulace R. Fuchse (1963): „*veškeré jednání člověka je řízeno ke slasti a strasti se vztahujícími očekáváním a v tomto smyslu je motivováno*“. Stejně pregnančně tendenci k dosahování slasti a vyhýbání se

strasti formuloval P. Th. Young (1961) jako princip tendence chování k maximalizaci příjemného a minimalizaci nepříjemného.

### **Problém nemotivovaného chování**

Jde o další důležitou otázku, v psychologii nejednotně zodpovězenou. S. Freud soudil, že každé chování, např. každé gesto, které vyjadřuje řeč těla, je motivováno, je symptomem nějakého motivu, avšak naopak tomu např. prosté poškrábání se na hlavě lze také chápat jako chování, ale může být způsobeno svěděním, a nemusí to tedy být jen projev rozpaků. V tomto smyslu je však vhodné rozlišovat vědomou a nevědomou motivaci, jak to činil právě S. Freud, který veškeré projevy jedince pokládá za symptomatické, tj. vyjadřující nějaký stav a jeho účelný projev, a to i takové, jako jsou bubnování prsty na desce stolu nebo škrábání se za uchem, které může být odreagováním napětí v rozpacích. Nelze-li vždy spolehlivě identifikovat motiv určitého chování, neznamená to, že mu chybí motiv. Takže někteří psychologové považují výraz „nemotivované chování“ za protimluv. W. McDougall (1923) rozlišuje **motivované chování a nemotivované fyziologické procesy**, čímž pojetí motivace zužuje na problematiku psychologicky smysluplných behaviorálních celků – v novější terminologii na tzv. molární chování. Naproti tomu K. B. Madsen (1972) zdůrazňuje, že veškeré chování je motivováno, ale motivaci chápe jen jako energetizaci chování, tj. v podstatě přísně behavioristicky, což, jak ukazujeme dále, je nepřijatelné. Pokud někteří psychologové používají pojmu nemotivované chování, rozumí motivaci spíše jen vědomé stanovení a dosahování cílů, což je úzké pojetí motivace. Způsob chování je situačně determinován, resp. determinován kognitivním zpracováním situace a dalšími, výše uvedenými činiteli, ale jeho účelný charakter, daný již v rovině molární určitým vzorčováním pohybů, svědčí o tom, že má psychologický důvod, tj. motiv. V tomto smyslu je třeba proces motivace chápat široce jako fenomén vyjadřující nějaký, ne vždy ovšem vědomý, účel, který je někdy skryt za jeho symptomy. Např. pohyby při určitých tancích či poslechu určité hudby, výrazně připomínající koitální pohyby, jsou stylizovaným projevem sexuálního vzrušení a jsou motivovány odreagováním napětí, které je s ním spojeno, tančící subjekt si však nemusí uvědomovat motivy svých tanečních hyperkreací, ví jen, že je to obvyklý taneční styl odpovídající určitému druhu hudby. Tento případ vyjadřuje jedna anekdota, která poněkud přehnaně říká, že tanec kdysi sloužil k navázání bližších styků, kdežto dnes je již plně nahrazuje. Chápeme-li motivaci jako vnitřní proces, v němž se v průběhu interakce osobnosti a jejího životního prostředí utváří objektivně (na úrovni fyziologické) a subjek-

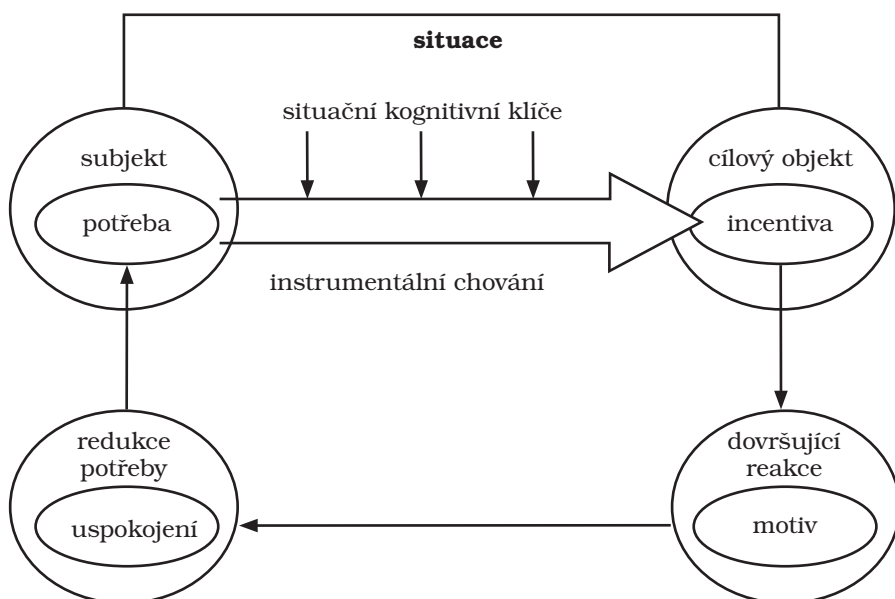
tivně (na úrovni psychologické) účelná behaviorální reakce na nedostatky v psychofyzické dimenzi bytí, pak můžeme uzavřít, že veškeré chování je motivováno.

Naproti tomu např. D. Krech a R. S. Crutchfield (1958, 1968, s. 303) připouštějí nemotivované chování, když poukazují na **rozdíl mezi příčinou a motivem**: např. funění, mrkání, poklepávání prsty je jistě zapříčiněno, „*avšak není vzorcem průběhu cílově zaměřeného jednání ve službě potřeby nebo touhy*“; motiv není totožný s příčinou, zdůrazňují dále: výroky o příčinách chování musí zahrnovat vnímání, myšlení, učení a další psychické funkce. Motiv je „psychická pohnutka“, píše, a motivaci chápou jako vědomě usměrňované chování. Rozlišení pojmů příčina a motiv je přijatelné, proto také v tomto textu mluvíme o motivech jako o „psychologických příčinách“, ale citovanými autory uváděný příklad mrkání není vhodný, protože existuje také záměrné mrkání jako akt vědomé, resp. úmyslné komunikace. Diskutovaný problém ještě komplikuje koncept nevědomé motivace (viz dále). Také A. H. Maslow (1954, s. 76) poznamenává, že veškeré chování je motivované v obvyklém smyslu, tj. hledáme-li jeho zdroj v potřebách, to znamená v tom, co chybí nebo je potřebováno, protože chybí, a soudí, že chování vychází také z tendencí k růstu ve smyslu sebezdokonalování se: „*Fenomény zrání, sebevyjádření a růstu nebo sebe-aktualizace jsou všechno příklady pro výjimku z pravidla obecné motivace a měly by být vykládány spíše jako výraz a nikoli jako zvládnání [„coping“].*“ Nicméně o něco dále píše o sebe-aktualizaci jako o potřebě („need of self-actualization“) a definuje ji svým známým výrokem: člověk chce být tím, kým může být (Maslow, c. d., s. 91). Většinu neurotických symptomů chápe jako na základní potřeby zaměřené impulzy, které byly nějak potlačeny nebo zaměřeny na špatné prostředky, ale jiné symptomy nemají vztah k potřebám, jsou „*projektivní nebo defenzivní... nemají cíl, kromě toho, že mají zabránit dalšímu zraňování, ohrožování nebo frustraci*“ (Maslow, c. d., s. 76). Nezdá se nám však, že by to byl dostatečný důvod pro koncept nemotivovaného chování jako chování, které nevyhází z potřeb; výše uvedené symptomy nemotivovaného chování naopak určité potřeby vyjadřují. Maslowovy „potřeby růstu“ se od ostatních potřeb liší tím, že nejsou redukovatelné, resp. jsou neukojitelné a připomínají spíše zájmy.

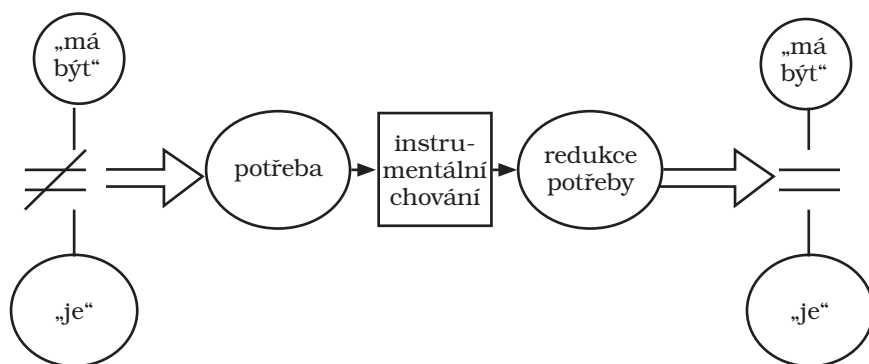
Rozhodující pro odpověď na otázku existence nemotivovaného chování je však úzké nebo širší pojetí motivace: pokud se pojetí motivace omezuje jen na její vědomé zdroje, což vylučuje nevědomou motivaci, která je prokázána (viz dále), lze mluvit o nemotivovaném chování. Domníváme se však, že to rozhodně není správné, protože jsou prokázány nevědomé zdroje vědomě probíhajícího chování (viz dále). Problematické by však také bylo rozšiřovat psychologické

pojetí motivace na jednoduché reakce, jako je výše uvedené poškrábání se, které může mít také fyziologický původ, např. ve svědění, i když to lze chápat jako jednoduchý vjem. Ostré hranice mezi fyziologickým a psychologickým původem určitých reakcí neexistují. Ve smyslu výše uvedeného pojetí motivace však lze říci, že každé chování je motivováno.

Celkovou charakteristiku motivace lze vyjádřit následujícím schématem, zahrnujícím všechny dosud uvedené koncepty a vztahy mezi nimi:



Shora uvedené schéma vyjadřuje základní funkční vztahy mezi klíčovými pojmy, s nimiž se v problematice motivace operuje, bohužel však v odborné literatuře nejednotně. Úkolem tohoto schématu je vytvořit určitou pojmovou strukturu fenoménu motivace. Následující schéma rozvádí základní aspekt dynamiky motivace, resp. její obecný princip rovnováhy mezi stavy „má být“ a „je“. Tento princip vnitřní psychické rovnováhy, jejího udržování a restaurace její ztráty je snad nejzákladnějším psychologickým principem, s nímž se ještě v dalším textu setkáme v řadě jeho variant. Je mu komplementární princip hédonismu, neboť udržování psychické rovnováhy a její restaurace jsou příjemné, a naopak její narušení je prožíváno jako něco nepříjemného a jako takové je východiskem chápání procesu motivace a lze to vyjádřit následujícími schématem, rozvíjejícím schéma uvedené shora:



Poznámka: Někteří psychologové (G. W. Allport a další) přijímají tento princip „redukcce potřeby“ jen pro chování vycházející z biologických potřeb; Maslow ho odmítá pro fungování vývojově nejvyšších potřeb („potřeby růstu“) tvořící komplex souhrnně nazvaný sebeaktualizace, který nelze uspokojit, s každým uspokojením tento komplex naopak motivaci zesiluje, vymyká se principu redukcce potřeby jako výchozího motivačního stavu.

## Intrapsychická a emocionální podstata motivace

V současné odborné literatuře se zdůrazňuje **funkční propojení motivace s emocemi**, které dobře vyjadřuje její psychologickou podstatu: důležitou dimenzí emocí jako procesů hodnocení (jsou reakcí na významné podněty) je, vedle jejich intenzity a zážitkové kvality (zážitkového qualia), obecný zážitkový akcent vyjádřený slovy příjemný, nepříjemný – to zjevně koresponduje s již zmíněnými dimenzemi motivačních aktivit, apetencí (dosahování příjemného) a averzí (vyhýbání se nepříjemnému). „Bez motivace nejsou žádné emoce a bez emocí není žádná motivace“ (V. Brandstätter, J. H. Otto, 2009, s. 13). Neshoda v posuzování vztahu mezi emocemi a motivací byla spíše jen v tom, uvádějí oba citovaní autoři, zda emoce jsou základem motivace, nebo motivace základem emocí, a debata emoce, či kognice se stala neplodnou kvůli kognitivní teorii emoce, která je chápána jen jako stavy vzrušení a která říká, že „objekty, resp. události vyvolávají emoce jen tehdy, mají-li význam pro snahy osoby (její cíle, potřeby, motivy), tedy jsou-li motivačně relevantní“, píše oba uvedení autoři a citují pracovní definici emocí R. J. Davidsona, K. R. Scherera a K. H. Goldsmithse (2003): „Emoce poukazují na relativně krátkou epizodu koordinovaných mozkových, autonomních a behaviorálních změn, které usnadňují odpověď na externí událost, signifikantní pro organismus“; k této verbálně toporné formulaci

přidává poznámku N. F. Frijda (1986) zdůrazňující aspekt jednání: „*Jádrem emoce je pohotovost k jednání*“ („readiness to act“) a usnadňování („prompting“) plánů jednání: „*Emoce dává přednost jednomu nebo méně jednáním, jimž propůjčuje naléhavost. Tak může provázet jiné mentální procesy nebo jednání, nebo jim konkurovat.*“ Všechny tyto poznámky se týkají behaviorální stránky jednání, rozhodující je však vnitřní zážitková stránka emocí, které se říká **city**, a pak lze jednoduše říci, že motivační funkce emocí spočívá v jejich intrapsychické složce, v citech, v nichž se prožívá něco významného, významy podnětů a situací jsou prožívány a určují nezřídka přímo následnou behaviorální reakci. Tak když prožíváme strach, utíkáme, když prožíváme hněv, máme nutkání útočit, atd. Mnoho psychologických modelů motivace však staví do popředí kognitivní složky motivace, které jsou ale rozhodující až ve fázi rozhodování (Brandstätter a Otto, c. d., s. 13 n.). Emoční (nebo jinak řečeno afektivní) stav je rozhodující. Pro vznik i průběh motivace určující činitelé vychází z negativního zážitku nedostatku (potřeba) a směřují k jeho odstranění s pozitivními důsledky (redukce potřeby); na počátku i na konci motivačního procesu fungují city. Pro aktuální psychologii motivace je typickou perspektivou analýza otázky „K čemu“ nebo „Proč“, tedy hledání žádoucích i nežádoucích citových stavů: „*žádoucí citové stavy se vyznačují anticipací podnětů*“ a kromě toho „*jsou v úzké souvislosti s procesy regulace jednání*“ (Brandstätter a Otto, c. d., s. 14).

Z výše uvedeného je zřejmá **emocionální podstata motivace**, chápeme-li emoce jako hodnotící vztahy, jako reakce na životně významné podněty, a nikoli jen jako stavy vzrušení (excitace, aktivace), a ve vztahu k motivaci pak zdůrazňujeme emoce zejména jako stavy prožívání, tedy jako city. Emoce, jak jsme ukázali, vystupují při vzniku motivace i při jejím dovršení ve stavu dosaženého uspokojení. Emoce provázející stav potřeb motivaci iniciují (každá potřeba je prožívána jako stav vnitřního napětí a jako stav nějakého nedostatku, tedy jako negativní pocit a redukce potřeby, tj. dosažené uspokojení je naopak pociťováno pozitivně). Podle U. Rudolpha (2003, s. 10) se teorie motivace dají rozlišovat podle toho, jak dalece a jakým způsobem přispívají k odůvodnění geneze, resp. smyslu chování a jeho předvídání. Základní otázkou teorie motivace je tedy otázka významu lidských emocí pro motivované chování. Rudolph (c. d., s. 10) pokládá za extrémní kritickou pozici J. B. Watsona (1919), podle něhož lidské emoce „*osvobodily individuum od monotónního existování jako vysoce perfektního biologického stroje*“ – těžko si lze vůbec představit člověka bez emocí jako „*perfektně fungující biologický stroj*“, to je spíše jen představa tyranů diktátorů a lidstvo zotročujících vlád. Rudolph sám potvrzuje to, co bylo výše řečeno o významu emocí pro motivaci:



cíl jednání, jakož i činnost, která k tomuto cíli vede, můžeme spojit se stavy příjemného a nepříjemného a v tomto okamžiku vstupuje do hry význam emocí pro motivaci. „*Otázka psychologie motivace, s níž se budeme stále setkávat v různých teoretických podáních, je tím pádem otázkou významu lidských emocí pro motivaci*“ (Rudolph, tamtéž). Přísně scientisticky orientovaný behaviorista P. Th. Young (1961), který nicméně podotýká, že „*hodnoty krys se liší od lidských hodnot*“, a který používá termínu „*afekt*“, jímž rozumí „*stav hédonické intenzity*“, zdůrazňuje, že tyto „*afekty*“ mají být chápány jako „*přírozeně motivační*“ („*motivational in nature*“), a tedy že: 1. jsou „*intimně vztažné k aktivaci neurobiologických vzorců*“, 2. „*afektivní procesy regulují a řídí chování podle principu maximalizování pozitivního a minimalizování negativního*“, 3. „*afektivní procesy mají specifickou roli v organizování neurobehaviorálních vzorců*“. Young dodává, že: „*Vedou k vývoji motivů a evaluativních dispozic, tak se stávají relativně stabilními a permanentními determinantami chování*“ (P. Th. Young, 1961, s. 166). Dále formuluje vztah emocí a motivů, které chápe jako „*naucené determinanty chování*“: „*Síla motivů závisí na síle afektivních procesů, které je organizují*“ (tyto „*afektivní procesy*“ také determinují zpevňování, tj. „*odměny*“ a „*tresty*“, a tak rozhodují, co se lidé naučí). Důležité jsou pak jeho následující **formulace „objektivních principů experimentálního hédonismu“**: 1. „*stimulace má jak afektivní, tak i sensorické důsledky*“; 2. „*afektivní vzrušení orientuje organismus vůči nebo proti stimulujícímu objektu*“; 3. „*afektivní procesy vedou k vývoji motivů*“; 4. „*síla nově získaného motivu koreluje s intenzitou, trváním, frekvencí a novostí předchozího afektivního vzrušení*“; 5. „*rozvoj motivů je závislý jak na učení, tak i na afektivních vzrušeních*“; 6. „*zákony podmiňování se týkají afektivních procesů*“; 7. „*afektivní procesy regulují chování ovlivňováním volby*“. Podle Younga funkce afektivních procesů spočívá v tom, že: 1. „*afektivní procesy mají aktivizační (energetizační, pudivou [energizing, driving] funkci, jíž provokují akci. Vedou organismus k tomu, aby něco učinil*“; 2. „*afektivní procesy mají udržovací a ukončovací funkce*“; 3. „*afektivní procesy mají regulační funkce*“; 4. „*afektivní procesy mají organizační funkce tím, že vedou k formování neurobehaviorálních vzorců, které mají tendenci stát se naučenými*“ (Young, c. d., s. 172 n., 201 n.).

**Intrapsychická podstata motivace** souvisí s výše uvedeným, jsou-li její podstatou emoce, je to zejména jejich intrapsychická dimenze, city a vyjadřuje to jeden z obecných principů motivace, **princip hédonismu**, že jednání směřuje k maximalizaci příjemného a k minimalizaci nepříjemného, že má tedy intrapsychický zdroj v prožívání. Starší psychologické monografie o motivaci, zvláště ty, které byly poplatné německému introspekcionismu, byly téměř

výlučně zaměřeny na vnitřní dimenzi motivace a pojem motivace tu nahrazoval pojem **chtění** (např. Keller W.: *Psychologie und Philosophie des Wollens*, 1954; Lipps Th.: *Vom Fühlen, Wollen und Denken*, 2. vyd. 1907) a potýkaly se s vymezováním a rozlišováním takových pojmů, které tuto vnitřní psychickou dimenzi motivace vyjadřují, jako jsou chtění, přání, úmysl, záměr, snaha, touha a další. V psychologii se však také poměrně dlouho, zejména vlivem behaviorismu, udržoval názor o vnějším původu veškerého chování, které je kontrolováno odměnami a tresty (B. F. Skinner a další). Teprve v druhé polovině šedesátých let minulého století byl v oblasti psychologie motivace opět hledán zdroj motivace také „uvnitř člověka“, byl vytvořen koncept „vnitřních odměn a trestů“, které měly základ v citění hodnot, a objevilo se nepříliš šťastné **rozlišení intrinsické a extrinsické motivace** (viz dále). Průkopníkem tohoto pojetí byl umírněný behaviorista J. McV. Hunt (1965), který nicméně zůstával v mezích tehdejších teorií učení, že vnitřním zdrojem motivace je např. explorační či pátrání, očekávání, zvědavost, strach či dokonce naděje a další vnitřní pohnutky. Vše vysvětlující koncept zpevnění byl rozšířen o koncept „vnitřního zpevnění“ či „sebeodměňování“ a „sebetrestání“, „samozpevnění“ (jeho typickým případem je hra). U pokusných opic, ale i u dětí byl objeven paradox: začala-li být spontánní činnost, jako je např. manipulace, odměňována, když došlo k určitému výsledku, např. když se pokusné opici podařilo otevřít skříňku, aktivita vyhasla (D. Premack, 1963). Spontánní činnost neměla čistě vnitřní původ, byla vyprovokována neznámým předmětem. Jiným případem byl spontánní návrat k přerušené činnosti (B. Zeigarnik, 1927 – „efekt Zeigarnikové“ – M. Ovsjankinová, 1928): některé pokusné osoby byly za pokračování v přerušené zajímavé činnosti ve volném čase odměňovány, ale jiné nikoli, a ukázalo se, že *„odměněné osoby vykazaly nižší úroveň vnitřní motivace než osoby neodměňované“* (W. Lukasewski, D. Doliński, 2006). Ostatně již výše zmiňovaný **vztah mezi pohnutkami a pobídkami** (vnitřními a vnějšími činiteli motivace – motivy a motivátory) je případem interakce, v níž rozhodující roli sehrávají vnitřní pohnutky: typickou vnější pobídkou-motivátorem jsou peníze, které jsou však současně prostředkem normálního živobytí nebo pro dosažení nějakého specifického uspokojení, tedy vnitřního stavu, např. cestování, jehož motivem může být zvědavost nebo touha po poznávání. Avšak aby se peníze staly motivátorem, musí být prostředkem uspokojování životních potřeb nebo musí vyvolávat nějakou specifickou pohnutku. Znovu opakujeme: kořeny motivace jsou ve vnitřních činitelích, nazývaných motivy. Vnitřní a vnější činitelé motivace jsou bohužel často zaměňovány, např. ve výroku: „Motivem vraždy byly peníze.“ Vnější objekty nemohou být motivy, plní funk-

ci incentiv či přirozených motivátorů, a to jen tehdy, jsou-li s to aktivovat pohnutky, tj. nabídnout subjektu nějakou žádoucí hodnotu, pro jejíž hledání, užívání, přijímání atd. je motivačně vyladěno. Totéž platí v psychologii pro pojem potřeba, který je užíván v různých významech (viz dále), ale znamená zde vnitřní stav nějakého nedostatku. A tak také psychologický pojem potřeby nemůže vyjadřovat vnější objekt, událost apod. Říci, že člověk „potřebuje peníze“, je v psychologickém slova smyslu poněkud zavádějící, protože ty jsou prostředkem uspokojování téměř všech lidských potřeb, a peníze tak jsou téměř univerzálním motivátorem či pobídkou. Člověk chce získat peníze, protože mu umožňují žít v lidských podmínkách dané kultury.

Intrapsychickou dimenzi motivace zahrnuje také její prožívání, vyjadřované řadou různých již uvedených termínů, obecně označovanou jako **chtění**, chápané někdy jako vědomé usilování o něco konkrétního, jindy významově rozšířený pojem **přání**. Obecně lze říci, že pojem chtění vyjadřuje introspektivně nahlížený proces motivace, jmenovitě její fázi vědomě řízeného, záměrného jednání, směřující k uspokojení nějakého přání – pojmy přání a chtění lze snad v tomto smyslu chápat jako komplementární zážitkové jevy. Brněnský psycholog F. Kratina (1947, s. 176) napsal: „*Chtění je aktivita řízená vědomím cíle a založená na volním aktu*“, ale vedle toho rozlišoval snahy jako tendence. Podle H. Heckhausena (1987, s. 3) mají pojmy chtění a přání ekvivalentní význam. Neostrou představu cíle obvykle vyjadřuje pojem **touha**, v odborné literatuře je sice používán, ale velmi volně v různých významech, obvykle jako potřeba zaměřená do budoucnosti. Vymezování pojmů zachycujících prospektivně nahlížený proces motivace je spíše věcí jazykového citu. Pozoruhodná je poznámka výše uvedeného proslulého odborníka na problémy motivace H. Heckhausena (1987, tamtéž), že **nepřítomnost přání** je ještě horší duševní stav než pocit beznaděje, neboť tam, kde již nelze v nic doufat, přání ještě nevyprahla a deprese vedoucí nezřídka k sebevraždě je v podstatě nepřítomnost přání. Avšak obrácenou stranou přání je také obava a „*často jdou přání a obava ruku v ruce*“. Podrobnou Heckhausenovu analýzu zde podávat nebudeme. Poukážeme zde pouze na jeho podstatné poznámky k tématu přání, především že se přání spojuje s chtěním a vůlí s tím, že mnohá přání zůstávají jen „*platonickými změnami okamžiku*“. Nicméně některá přání se zdají být nesplnitelná a nastává **stav volby či rozhodování** se: volit musíme ze tří důvodů: 1. zůstává více přání ke splnění, 2. některá přání se staví proti sobě a 3. uskutečnitelnost přání je třeba kriticky přezkoumávat, některá přání tuto zkoušku nepřežijí: „*Volení se tedy provádí jako zvažování přání o jejich proveditelnosti: Vyžaduje realizování vysoké náklady na čas, výlohy a námahu? A přináší přání v případě*

realizace nepříjemné vedlejší důsledky? Otázka realizovatelnosti: *Jak dalece jsme s to přivést vlastní jednání k uskutečnění přání? A jak dalece se můžeme spolehnout na to, že nás obklopující svět sociálních a věcných daností a k nim se vztahující myšlených, ale nikoli v naší moci stojících, nicméně za nutné účasti podmínek, hraje pro realizaci přání?*“ Zkoumá-li psychologie přání, pak je to problém volby na základě **uvážení důležitosti přání a jeho realizovatelnosti**, jinak řečeno: stojí toto přání za realizaci a je taková realizace možná, resp. za jakých podmínek, tedy, jak uvádí Heckhausen, ve volbě či rozhodování jde o hodnoty a očekávání, resp. pravděpodobnost uskutečnění. Duševní stav ve stavu volby se ostře liší od stavu přání, je charakterizován z jedné strany pozorností vůči všemu, co by s volbou mohlo souviset, a z druhé strany nedotknutelností důstojnosti negativních aspektů volby. Krátce: je to **orientace na realitu**, zcela zapojující kognitivní aparát jako pohotovost, způsobilost ke zpracování informací. Avšak: *„Při veškeré blízkosti této reality a racionality působí zcela plně přirozeně také rozdíly motivů v tom, co je pro jedince žádoucí... Volba se děje v kognitivním, velmi jasném světle vědomí, které vyžaduje kontrolované odpovědi – reakce“* (Heckhausen, c. d., s. 5). Poněkud jiný přístup k danému tématu lze najít u Freuda (1915, s. 6), podle něhož přání zůstávají a působí až do doby, kdy jsou splněna a již *„chtění znamená být rozhodnut“*, což je však sporná teze. Podle Plutarcha stál 11. ledna r. 49 př. n. l. Gaius Julius Caesar před rozhodnutím, zda má se svými legiemi překročit řeku Rubikon kvůli občanské válce, a vyslovil onu slavnou větu *„Alea iacta est“* – *„Kostky jsou vrženy“*, která znamená již učiněné rozhodnutí. Rozhodnutí bývají obtížná, ale nutná a častější, než si uvědomujeme: *„Jen s přáními, volbami a chtěním se dá udržovat naše existence. Přání, volby a chtění jsou jen nejvyšší tenkou pokrývkou na řadě bazálních motivačních systémů, které vznikly před miliony let a hierarchicky se na sebe ukládaly“* (R. Buck, 1985, podle Heckhausena, c. d., s. 7). *„Na nejnižší úrovni stojí automatické způsoby reakcí autonomního nervového, endokrinního a imunitního systému. Nad tím existují předfixované vzorce pohybů pro specifické vrozené způsoby chování. Nad tím primární pudy, které vyrovnávají poruchy tělního hospodářství. A nad tím se vytvořily naučené potřeby, které se odvozují od primárních pudů, ale osamostatnily se. A nad tím opět vystupují primární afekty jako štěstí, smutek, strach, vztek, překvapení a hnus v našem prožívání, které jsou sice mozkově-fyziologicky hluboce zakotveny, ale vztahují se na veškerý vnější a vnitřní svět dojmů a zkušeností, nebo se dají podmiňovat. Nadto nás doprovází stále úsilí o účinné vycházení s naším nejbližším okolím. A nad tím teprve vyrůstají vyšší sociální a kulturní motivy, z nichž vycházejí naše největší přání, když*

nížší systémy nejsou právě zaměstnány zvládnutím homeostatických krizí našeho organismu. A za těmito přáními, konečně jako poslední a příležitostně, následuje něco málo voleb a něco málo chtění,“ nicméně „bez přání – voleb – chtění by homo sapiens nebyl člověkem“ (Heckhausen, c. d., s. 7 n.).

Nové podněty k fenomenologii chtění vypracoval C. F. Graumann (1987, s. 53 n., in: Heckhausen H., Gollwitzer P. M., Wejnert F. E. eds.). Připomíná přerušení psychologického zkoumání problematiky chtění a prvního fenomenologa chtění A. Pfändera (1900 a pozd.), Husserlova současníka. Dále připomíná, že další vývoj těchto zkoumání směřoval již k deskriptivní psychologii, nikoli k rozvíjení fenomenologie v Husserlově duchu a k rozvíjení fenomenologie vůle, tedy ve směru „vědy o vědomí“. Pfänder rezignoval na vysvětlení průběhu vůle a chtění chápal jako „představovaný zážitek“; později však rozpracoval „sebeurčující charakter aktů vůle... Nejsm jen subjekt, nýbrž vždy také... pokud jsem objektem aktu, kterým je ‚duchovní úder‘ centra Já... ale také tím, kdo něco (chtěného) provádí, realizuje“ (Graumann, c. d., s. 54).

Na introspektivní analýze chtění pracoval také P. Ricoeur (1950) v rámci své filosofie vůle.\* Podle Graumanna (c. d., s. 34) Ricoeur předložil filosofii chtění, „která pracuje s prostředky husserlovské intencionální analytiky a diferencuje nikoli jen mezi volní intencí a jejím splněním, mezi poesis chtění a vlastním noema chtěného, nýbrž analyzuje také vzájemné působení a jednotu volního a mimovolního, tedy vzájemné působení mezi chtěním a vším, co se protiví nebo vzdaluje volnímu působení“. Pokud uvedené správně chápeme, poukazuje se tu na určitý paradox volního aktu, resp. chtění, totiž na to, že volní akt i chtění mohou mít kořeny v hlubokých vrstvách psychiky, že úmyslný akt může být generován v nevědomí uchovávanými potlačovanými a do vědomí transformovanými sklony.

Pojem intence vyjadřuje vědomé předmětné zaměření, záměr. Konečně Graumann připomíná s tímto tématem související **princip heterogonie účelů** W. Wundta (1911) jako jeden ze základních principů psychologické interpretace duševních jevů, související s Wundtovým pojetím „psychické kauzality“, jemuž je vlastní teleologické hledisko. Wundtova formulace heterogonie účelů zní: „dosažené účely přesahují důvody pohybů, z nichž původně vzešly“, což prostě znamená, že důsledky konkrétního jednání nezřídka přesahují původní účel z toho prostého důvodu, že vyvolávají vedlejší účinky, které spolu s novými, neočekávanými podněty vyvolávají u člověka nové pohnutky s novými důsledky. Nezřídka jsme pak nuceni měnit taktiku chování nebo se

\* Ricoeur P.: *Philosophie de la volonté*: I.: *Le volontaire et l'involontaire*, 1950.

i vzdát dosažení původního cíle a stanovit si cíl náhradní nebo vůbec rezignovat na původní motiv.

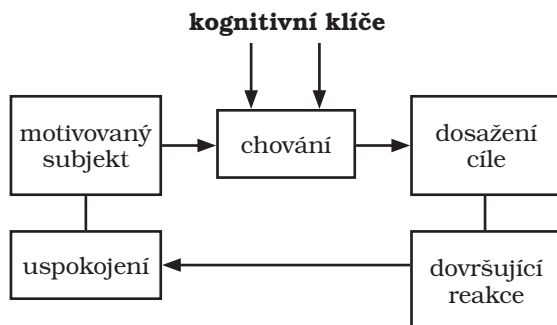
Závěrem lze říci, že naše chtění je zakořeněno ve volním dění a vychází z interakce vnitřního osobního duševního uspořádání a vnějších podmínek prostředí a situace. K mimovolním podmínkám náleží zejména afekty, nálady a potřeby, stavy, které se mohou vymykat volní kontrole (sebeovládání). Mohou mít tlumivý vliv, mohou vystupovat jako protipůsobení vůči intencím. Fenomenologicky je důležité, že tyto „protisíly“ nepůsobí jen jako tlumivé vlivy, které snižují „intenzitu volního jednání“, jako „*nekontrolovatelná tělesnost, mimovolní je často také nevědomé*“ (Graumann). Prosazování vůle, toho, co vědomě chceme, však brání také vnější okolnosti, neočekávané změny, cizí úmysly a další činitele.

## Motivace, motivující situace a chování

Motivace je intrapsychický proces, který má svůj zdroj ve vnitřní a vnější situaci individua. Taková vnitřní „situace“, jako je např. stav hladovění, vyjadřuje primárně endogenní zdroj motivace, ale motivační vnitřní stavy mohou ovšem vyvolávat i vnější motivující situace člověka, jako je např. vnější ohrožení, ať už např. života, nebo prestiže apod. Jindy se určité vnější podněty, jako jsou např. peníze nebo pocty, stávají motivujícími, ale jen za podmínky příslušného vnitřního „vyładění“, které je dáno stavem trvalých a aktuálních potřeb individua. Vnější podněty mohou jedince stimulovat, ale nemusí ještě motivovat určité chování: sytý člověk může být zaujat, pohybuje-li se kolem restaurace s vystaveným jídelním lístkem, ale nemusí do této restaurace vstoupit, aby si dal něco k jídlu. Jeho pozornost může vyvolat shromáždění lidí, ale když zjistí, že jde např. o předvolební shromáždění určité politické strany, která je mu lhostejná, vzdálí se a jejího podniku se neúčastní. Je nutno rozlišovat motivace, resp. **vnitřní motivy a vnější motivující podněty**, které jsou někdy také označovány jako tzv. incentive. Podněty se stávají incentive jen v určitém vztahu ke stávajícím motivacím, resp. motivům: nápoj je incentive jen pro žízničoho. V tomto smyslu se někdy hovoří o popudech či pohnutkách, které vyvíjejí tlak na chování jaksi zevnitřku, a o pobídkách, které vyvolávají tlak zvenjšku. Avšak puzení a přitahování tvoří jednotu: jsme přitahováni jen tím, co signalizuje přímé nebo zprostředkované uspokojení nějaké potřeby.

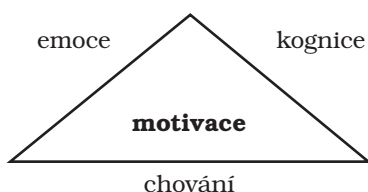
Jak již bylo řečeno, téhož cíle se v různých situacích dosahuje různými způsoby, což znamená, že **způsob chování** je kontrolován vnějšími situačními podmínkami či tzv. „kognitivními klíči“. Chování

(jednání, případně mimický výraz a řeč) se tak adaptuje na subjektivní i sdílený význam chování a je také v různých kulturách různě, např. různé formy zdravení se, různé formy společenských kontaktů apod. **Pojem chování** v psychologickém, molárním smyslu, můžeme vymezit jako jakékoli smysluplné aktivity individua. Z psychologického hlediska je tvoří tři základní formy: jednání, řeč a výraz v mimice, držení a pohybech těla. Pro psychologii motivace je důležitý **pojem jednání**, vyjadřuje vědomou účelově předmětnou neboli smysluplnou aktivitu či akt. Kognitivní analýza situace určuje **instrumentální vzorec chování**, tj. jeho způsob, např. taktiku, kterou jedinec použije k tomu, aby mu jeho nadřízený dal souhlas k vyřízení nějaké osobní záležitosti mimo pracoviště v pracovní době. Je tím vyjádřen fakt, že se chování stává nástrojem (instrumentem) k dosažení nějakého cíle. Kognitivní analýza situace však také určuje „subjektivní pravděpodobnost“, tj. odhad vyhlídky na dosažení cíle, a je to tedy opět subjektivní „zpracování situace“, to znamená, kromě jiného, také např. vliv na základě interindividuálně odlišné sebedůvěry a dalších činitelů. Kognitivní procesy v relaci k motivaci jsou v tomto smyslu zaměřeny na volbu prostředků a na očekávání úspěchu příslušného instrumentálního chování. Tak lze **vztah motivace a kognitivních klíčů** vyjádřit následujícím schématem:



**Instrumentalita chování** je dána vztahem situace a cíle a vyjadřuje jeho účelnost, tedy to, že chování je nástrojem k dosažení nějakého cíle. Vrcholem či konečnou fází instrumentálního chování je **dovršující reakce** vyvolávající nějaký druh uspokojení, redukcí potřeby (výchozí motivační stav), a tím i ukončení chování. Toto schéma je ovšem určitým zjednodušením, protože, jak již bylo naznačeno, důležitým činitelem chování je i reflexe jeho možných důsledků z hlediska individuálního systému hodnot, resp. morálního profilu jedince. Existuje určitá **struktura motivovaného chování**, která je tvořena propojením a souhrou všech základních fenoménů, resp.

funkčních složek a činitelů motivovaného chování. Vyjadřuje skutečnost, že vývojem se motivace funkčně propojuje s emocemi, které tvoří její základ, a s kognitivními procesy, které, kromě toho, že determinují způsob motivovaného chování, se přímo uplatňují v procesu rozhodování, a stávají se tak funkčně imanentní složkou motivace, ve fázi vývojově vyššího systému motivace se utváří volní regulace jednání jako dokonalejší systém řízení chování. Konečně je zde nezbytný funkční vztah mezi motivací a chováním s jeho subjektivní i objektivní účelností; motivace dává chování smysl. Stranou ponecháváme propojení motivace s organismem na jedné a se sociokulturními podmínkami lidské existence na druhé straně. Komplex k motivaci se vztahujících základních psychologických konceptů lze zobrazit následujícím schématem:



Důležitý je již výše zmíněný **vztah motivace a chování**: chování je spuštěno za určitých předpokladů, které vyjadřuje hořejší schéma, sama motivace ke spuštění chování nestačí, protože subjekt na vyšší úrovni psychického vývoje jedná jen za určitých již výše uvedených okolností; chování je v dané situaci „spuštěno“ jen tehdy, jestliže: 1. motiv je dostatečně silný, 2. pravděpodobnost dosažení cíle se jeví jako vysoce pravděpodobná, 3. hodnota cíle je uspokojující a 4. důsledky chování nepřinesou subjektu něco nežádoucího (např. trest ve formě opovržení, odmítnutí apod.). Nicméně uvedené proměnné se vzájemně ovlivňují: např. silná potřeba sexuálního styku (jako výchozí motivační stav či motiv) snižuje nároky na hodnotu sexuálního objektu (takže, jak praví Goethe, sexuálně strádající muž může „spatřovat krásnou Helenu v každé ženě“ a za určitých okolností se může pokusit i o znásilnění) a může to vést i k zastření vzhledu do situace (např. nedostatek pozornosti vůči určitým riskantním důsledkům, není rozpoznáno odmítavé chování sexuálního objektu atd.). Ve vztahu **motivace a situace** se tedy uplatňuje vztah k hodnotě cílového objektu, jehož dosažení vyvolává dovršující reakci a další dvě proměnné: subjektivní zhodnocení pravděpodobnosti dosažení cíle a „morální reflexe“ důsledků chování. Subjektivní zhodnocení pravděpodobnosti dosažení cíle je založeno na úvaze a je v něm ovšem obsažen zřetel k povaze situace i k volbě způsobu chování a vlastnostem



cílového objektu, je to však současně relativně autonomní a spíše intuitivní psychický akt. Morální reflexe důsledků chování je vlastně to, co se nazývá svědomí, osobní étos, **osobní morálka** či superego, a je to neméně významný činitel chování, který se však může uplatnit již před tak říkajíc vstupem jedince do situace, v níž se ten může octnout nebo ji sám aktivně vytvořit. Úroveň morálního citění subjektu či jeho svědomí se může uplatnit již ve fázi, kdy si subjekt svůj motivační stav uvědomí ve formě neurčité touhy či určitého záměru: např. muž na služební cestě může zatoužit po mimomanželském sexuálním styku, ale „hlas svědomí“ mu nedovoluje styk uskutečnit. Uvědomění si takového záměru, jako je dopuštění se manželské nevěry, pak může u jedince blokovat uskutečnění záměru jako něčeho nečestného. Přírozeným mezičlánkem mezi motivací a jednáním je tedy **rozhodování**, jehož obsahem jsou úvahy o volbě vhodných prostředků k dosažení cíle a sebereflexe zaměřená na hodnocení zamýšleného činu a jeho důsledky. To se úhrnně označuje jako **volní regulace jednání** nebo prostě jako vůle a jde o vývojově nejvyšší stupeň systému regulace chování, jehož protikladem je **impulzivní chování**, kde rozhodování vlivem silného afektu chybí a jedinec jedná bezohledně pudově bez zřetele na důsledky i situaci přiměřené prostředky. Dynamika motivačního stavu může způsobit **vnitřní konflikt** s následným obtížným a dlouhodobým rozhodováním se. Velmi často se v něm uplatňují silové vztahy mezi těmi proměnnými, které se ve vnitřním konfliktu střetávají. Konflikt je prožíván jako rozpor mezi neslučitelnými tendencemi, obvykle ve smyslu psychoanalýzy jako střetnutí mezi pudy a morálkou, resp. mezi pudy a nutností adaptovat se na požadavky společnosti: obvykle platí, že čím je pud či potřeba silnější, tím je svědomí slabší. Možné výčitky před nebo po provedení „nemorálního činu“, tj. v podstatě činu asociovaného s úzkostí, která je jádrem blokády, se však často odstraňují racionalizací nebo „oběťmi“. Manžel, který se na služební cestě dopustil nevěry, nezřídka překvapí po návratu svou manželku nějakým neočekávaným darem nebo změnou chování k lepšímu. Morální profil jedince je přirozenou složkou jeho jednání i motivace tohoto jednání.

Někteří psychologové dávají přednost termínu jednání před termínem chování: vyjadřují tím specificky **lidské chování kontrolované vůlí**, tj. právě výše uvedenými kognitivními procesy a morální reflexí (svědomím), resp. za jeho specifický znak pokládají vědomé zacílení (záměr, úmysl, přání). Tento znak však souvisí s termíny, které vyjadřují intrapsychickou dimenzi motivace, tj. její prožívání, což je vyjadřováno termíny velmi nejednotného významu, jako jsou: snaha, touha, chtění atd. Rozlišujícím hlediskem tu obvykle bývá míra, s níž si subjekt uvědomuje cíl nebo smysl svého jednání. To je však

velmi komplikované, neboť např. i nevědomé touhy mohou mít zcela vědomé cíle, např. vycházky do určitých míst mohou být projevem nevědomé sexuální motivace. Pokusy o introspektivní odlišení různých druhů prožívání motivačních stavů bývají spíše záležitostmi verbálních cvičení a citu pro jazyk. Podstata motivace je intrapsychická, ale její zážitkové kvality lze jen obtížně verbalizovat, a proto se psychologové, kteří se o to, nutno říci, že ne často, pokouší, nezdědky uchylují k metaforám. Jinou záležitostí je fenomenologické, tj. v podstatě rovněž introspektivně založené označování konkrétních motivů, např. v termínech sebeaktualizace, potřeby kompetence, jistoty, úcty apod. Tak postupovali A. H. Maslow (1954), W. Keller (1963) a další, kteří si právem uvědomovali nezbytnost fenomenologického přístupu k problematice lidské motivace, kterou tematizují jako vztah subjektu k různým aspektům jeho bytí, zejména jako vztah k hodnotám tohoto bytí, který jako takový může být chápán jen z hlediska prožívání (W. Keller, 1963, s. 66), resp. jako problém „subjektivních zkušeností“ a jejich zážitkové naléhavosti (A. H. Maslow, 1954).

Behavioristé ignorovali zážitkovou sféru motivace, avšak pro její výklad postulovali vnitřního činitele, resp. intervenující proměnou, kterou nazývali „drive“ a kterou zde překládáme jako **popud**. C. L. Hull (1942) rozlišoval obecný popud, který je učením usměřován k určitým předmětným aktivitám, a stává se tak zvykem („habit“), resp. byly rozlišovány tzv. primární popudy (hlad, sex, žízeň a bolest) a objekty, které je redukuje (potrava, sexuální aktivita, voda a únik před škodlivou stimulací), a působí tak jako tzv. primární zpevnění. Šlo ovšem o koncepty vytvořené v laboratorních experimentech se zvířaty, v nichž bylo fungování popudů kontrolováno příslušnými deprivacemi (např. tím, že pokusné zvíře bylo po určitou dobu vystaveno hladovění) nebo elektrošoky. Toto **behavioristické pojetí motivace** znamenající nepochybně značně zjednodušující přístup k problematice motivace i u zvířat vyjadřuje D. Bindra (1959, s. 10) v následujících pozicích:

- ▶ organismus je činný, jen aby redukoval své popudy, tj. veškeré aktivity vedou k přímé nebo nepřímé redukci drivů-popudů;
- ▶ aktivity vedoucí k redukci popudu jsou zpevňovány a taková redukce popudu je pak nezbytnou podmínkou učení.

Komplexní chování se tedy utváří za vzniku pohnutek a za účelem jejich redukce – tj. princip redukce popudů cestou tzv. sekundárního zpevňování (N. E. Miller, 1951), tj. zpevňování podnětem, který byl asociován se zdrojem primárního zpevnění (v experimentech se šimpanzi to jsou např. žetony, když se jich naučí používat tak, že vzhazováním do zvláštního automatu získávají potravu apod.). Tomu odporoval H. N. Nissen (1954, podle Bindry): pozorování lidí „ve vy-

soce strukturovaných situacích“ naznačuje, že mnoho času a energie je věnováno aktivitám, které jsou „motivovány autonomně“ (např. průzkum okolí, prohlížení obrázků). Nissen sám pozoroval pět párů dospělých šimpanzů, samců a samic, v období sexuální receptivity samic a předpokládal v určitém období asi 200 kopulací, ale nedošlo ani k jediné a zvířata vykazovala různé aktivity, které neměly vztah k páření, tj. k redukci sexuálního popudu, jako např. upravování zevnějšku apod. D. Bindra (1959, s. 16) soudí: „*Organismus je vždy aktivní, protože nervový systém je vždy aktivní; nervový systém je vždy aktivní prostě proto, že je to živá hmota, a aktivita nebo iritabilita je jednou z primárních charakteristik života.*“ A tak lze pomocí konceptu učení a redukce popudů celkem dobře vysvětlit, jak se chování utváří i na co se zaměřuje. Nicméně Bindra uznává zvláštnost takových motivačních fenoménů, jako jsou pátrání, hlad, sex, strach a jiné, ale domnívá se, že tyto fenomény nemusí být popisovány a interpretovány „*v termínech těchže konceptů, principů a procesů*“, s nimiž se setkáváme v ostatních kategoriích behaviorálních fenoménů: „*takové koncepty jako ‚instinkt‘, ‚drive‘ a ‚potřeba‘ nemohou být používány jako hypotetické explanační konstrukty*“. Subjektivní terminologie a koncepty mají být odmítnuty. Avšak právě ve studiu subjektivní sféry lidské psychiky je klíč k chápání motivace. Nicméně Bindra připouští, že psychologie nedosáhla stavu, v němž by její předmět mohl být rozdělen do „*dobře definovaných a teoreticky smysluplných sekcí*“. Čím se však liší „*motivační aktivity*“ od „*nemotivačních*“, jako jsou např. vnímání a učení? ptá se Bindra a říká, že „*principy učení zahrnující získání percepčních odpovědí a získání motorických, verbálních a problém řešících dovedností [„skills“] jsou v podstatě tytéž jako ty, které operují v získávání motivačních odpovědí, takových, jako je jedení, explorování a bojování*“; ukazuje to např. jev generalizace stimulu, který je relevantní jak pro podmiňování, tak i např. pro motivační aktivity, jako je strach. Tvrzení, že organismus je aktivní působením „*drivu*“, zpochybnil D. O. Hebb (1949, zde podle Bindry), který zdůraznil, že „*organismus je aktivní vždy*“, i když spí nebo jeho „*drivy*“ jsou zcela redukovány – aktivita je prostě příznak života. Bindra sám žádné vymezení konceptu motivace nepodal, uvedl jen příklady fenoménů „*nazývaných motivační*“, za **motivační aktivity** (k funkci motivace se přímo vztahující aktivity) lze považovat „*generální aktivitu a exploraci, vzdalování se a agresivní aktivity, jedení, pití a sexuální aktivitu a mateřské chování*“; motivační a emocionální aktivity rozlišit nelze. Nenašel ani kritéria rozdílů mezi motivačním a emočním chováním, které tedy rozlišit nelze, ale říká, že jiné aktivity lze klasifikovat (D. Bindra, 1959, s. 31). Motivační zdroje lidské aktivity jsou ovšem složitější a neomezují se, jak ještě ukážeme dále, jen na

redukci primárních, resp. sekundárních (naučených) popudů, ačkoli i tento „mechanismus“ se uplatňuje jako zdroj vznikání nových motivů, a tím i lidské aktivity. Zdrojem lidské aktivity je také svět kulturních hodnot a tzv. vnitřní zpevňování, fungující na základě zvnitřnění těchto hodnot. Motivace se vždy konstituuje jako vnitřní psychický proces, který je jednotou endogenních podmínek a exogenních podnětů. Behavioristické pojetí motivace je zcela zjednodušující a nestačí ani k vysvětlení motivace chování u zvířat.

**Pojem situace** pak vyjadřuje subjektem vnímaný vztažný rámec aktuálních, nebo trvalejších životních podmínek, v nichž se právě nachází (na diskotéce je v určitou chvíli ohrožován určitým agresorem) nebo v nichž se nachází trvaleji (žije v malém městě v uspořádaných rodinných poměrech a v relativně bezkonfliktním pracovním a sousedském prostředí s průměrným finančním příjmem), ale může být ovšem vystaven náhle se vytvořivším, právě vystupujícím, okamžitým nebo očekávaným změnám i neočekávaným událostem, které se brzy změni (např. když je žák učitelem právě vyvolán k tabuli), nebo vzniknou náhle, ale trvají různě dlouho. Jde o trvalejší sled událostí, jimž je jedinec vystaven (např. konfliktní manželská situace), nebo mají perspektivu relativní trvalosti (např. chudoby, nemoci). Zásadně je pak třeba odlišovat objektivní charakteristiky situací a jejich subjektivní interpretaci (prožívání). Z kognitivního hlediska je pak nutno rozlišovat více a méně strukturované situace, tj. situace s více či méně výrazným, jednoznačným či méně určitým významem. Každá situace, do níž jedinec vstupuje, však má především pro něj určitý smysl (subjektivní význam), a tím jej vybízí k určitému jednání (zaujetí vztahu). Zřetelně strukturovanou situaci vytváří např. jasně formulovaný příkaz nadřízeného, méně strukturovanou nejasně formulované přání druhé osoby. Situace vyvolávají u jedince více či méně intenzivní emoční reakce, nebo u něj nemají žádnou emoční odezvu a prezentují se mu určitými kognitivními klíči, které mu umožňují interpretovat jejich význam, a přizpůsobit jim tak jeho chování. Tzv. **psychologický situacionismus** pak vychází z toho, že chování subjektu je determinováno situacemi, do nichž vstupuje a v nichž se nachází, avšak vztah jedince k situacím není pasivní, nezřídka se jedinec snaží o změnu situace nebo se jí staví na odpor. V tomto smyslu není člověk vždy jen reaktivní, nýbrž také aktivní bytostí, která se snaží o změnu situací také tím, že usiluje o jejich utváření a o vytváření situací nových. V tomto smyslu se každý jedinec nachází v určitém „psychologickém poli“, v němž je vystaven působení vnějších pohnutek a vnitřních tendencí, a jeho jednání je pak výsledkem „silových vztahů“ těchto vnějších a vnitřních determinant chování (K. Lewin 1935).

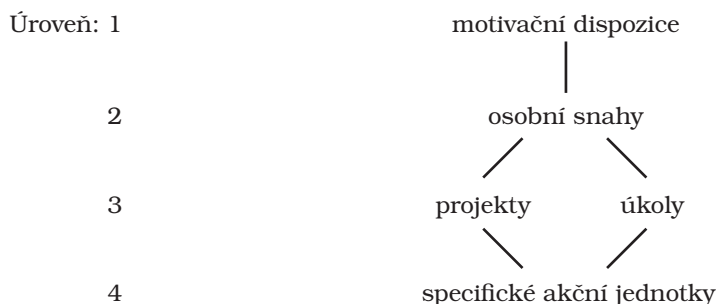
Chování člověka, to nejsou přetržité dílčí behaviorální akty, nýbrž tyto akty jsou jen složkami v čase pokračující činnosti, v níž se stále uplatňuje celá řada aktuálních i trvalejších motivací. V tomto smyslu dílčí behaviorální akty tvoří smysluplný celek, jsou složkami smysluplné činnosti, rozbíhají se a opět sbíhají k dosažení určitého cíle, a je proto nutno rozlišovat dílčí a konečné cíle, které mají společný motiv. Příkladem je složité pletivo vztahů mezi jedincem a druhými lidmi, věcmi a událostmi, které s tím souvisí a které vzniká při různých příležitostech, kdy vstupuje do hry celá řada dílčích, zejména v získávání prostředků se uplatňujících motivů. Ilustruje to následující schéma:

Motiv	Snahy	Instrumentální aktivity	Objekt (zpředmětnění)	Cíl	Dovršující reakce
	Imponovat	mluvit o tom, co dokázal			
potřeba lásky	projevovat sympatie	živě souhlasit s názory partnerky	slečna Y	vyvolat u slečny Y projev lásky	pocit, že je milován
	být něžný	držet ji jemně za ruku			
	být pozorný	koupit dárek			

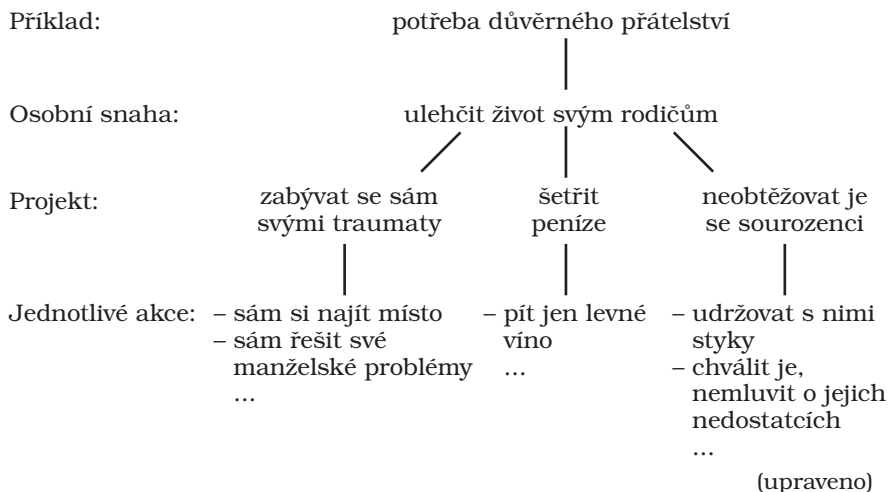
Motivy tak mohou být často z celé sítě lidských aktivit či komplexu činností vypreparovávány tak, že poukazují k určitému smyslu dílčích aktivit: mnohé a různé činy tak mívají společný smysl, tj. společný motiv. Příkladem je člověk, který se z potřeby lásky snaží o přízeň určité osoby: snaží se vyvolat její zájem, vzbudit v ní sympatie, což předpokládá, aby s ní navázal kontakt a aby se odpovídajícím způsobem prezentoval a jednal. Jeho potřeba lásky směřující k tomu, aby byl určitou osobou milován a aby získal pocit, že je jí milován, se tak „zpředměťuje“ v celé síti navzájem propojených aktivit s dílčími cíli, směřujícími ke konečnému cíli získat pocit, že je milován.

Každá z uvedených snah a instrumentálních aktivit se může dále rozvětlovat ve specifické aktivity. Tak se vytváří celá **síť smysluplných aktivit**, vycházejících z aktivovaného motivu a směřujících k dosažení konečného uspokojení (dovršující reakce), tedy také celá síť dílčích cílů. Kromě toho se tyto aktivity mohou propojovat s aktivitami spojenými s jinými motivy, např. s těmi, které souvisí s výkonem povolání, např. když je třeba si sjednat schůzku s přítelkyní v pracovní době. Ve složitých strukturách lidského chování, v němž se uplatňují reakce na okamžité podněty, očekávání a plánování budoucího chování, se jako rozhodující uplatňují tzv. **leitmotivy** (ve-

doucí motivy), jimž jsou podřízeny vedlejší motivy. Leitmotivy představují pro subjekt nejvíce žádané životní cíle či hodnoty, vedlejší motivy se vztahují k prostředkům, sloužícím dosažení těchto preferovaných cílů: je-li pro subjekt nejvyšší životní hodnotou zdraví, je ochoten pro vedení zdravého života mnohé učinit a podřídit tomu mnoho jiných hodnot a aktivit. R. A. Emmons (1989, s. 93) rozlišuje následující čtyři úrovně vztahů mezi motivací a s ní související instrumentální aktivitou subjektu:



Příklad:



Na motivaci navazující instrumentální aktivity, vyjadřující její zaměření a intenzitu, ale také kognitivní zpracování situací, v nichž vystupují, jsou produktem učení a jako takové jsou dále korigovány dalšími zkušenostmi (případně však jsou také upevňovány ve zvyky a stereotypy) a jsou interindividuálně odlišné, jakož i určované vlivem kulturních vzorců (zvyklostí, mravů, tradicí atd.). V tomto smyslu je táž potřeba u různých individuí uspokojována různým způsobem a ovšem různě také v různých kulturách a subkulturách.

U člověka se v důsledku vysoce vyvinutých kognitivních dispozic a procesů (abstraktní pojmové myšlení), umožňujících mj. předvídaní, uplatňuje v jeho chování také **očekávání** (anticipace). Psychologové je pokládají za důležitý motivační konstrukt vztahující se k motivaci. Síla reakce organismu nezávisí jen na síle popudu, ale i na síle očekávání budoucího uspokojení (E. C. Tolman, 1932). Chování je určováno nejen intencí vyplývající přímo z aktivovaného motivu, ale také anticipací, která se uplatňuje především v již zmíněném činiteli subjektivní pravděpodobnosti dosažení cíle, ale také v kognitivním zpracovávání aktuálních situací a jejich event. rozvoje, který může souviset s plánováním budoucí činnosti (např. co manžel učiní, aby potěšil svou manželku, připravil jí radostné překvapení apod.). Situace sama je proměnlivá a určité události mohou obsahovat signály jejího dalšího průběhu, např. možného zvratu apod. Tím se sice kognitivní vztah k situacím komplikuje, ale také vylepšuje vyhlídky na dosažení úspěchu a spokojenosti s vývojem dané situace. V tomto smyslu pak může vést např. k odložení určitého jednání, k jeho útlumu, stanovení náhradního cíle apod. Zvláštním problémem je pak vliv síly motivu na kognitivní zpracování situace a na proces učení vůbec, tj. i na uplatňování zkušeností v nových situacích: např. u silně motivovaných pokusných zvířat vyhasíná naučená reakce snáze než u méně motivovaných zvířat (H. H. Kandler, 1945).

**Anticipace**, jak již bylo naznačeno, se projevuje také v reflexi důsledků jednání, a to ve směru kognitivním a morálním. V tomto smyslu lze rozlišovat: 1. anticipaci výsledků jednání ve smyslu pravděpodobnosti dosažení cíle a 2. anticipaci důsledků jednání ve smyslu zisků a ztrát, event. vynaložených „investic“ (ve většině sociálních interakcí běžná kalkulace zisků a ztrát, resp. bilance užitku jako výsledné pozitivní emoce), a to ovšem nejen materiálních, ale psychických vůbec, tj. i morálních, které jsou konec konců psychologicky reprezentovány takovými pocity jako např. hrdost nebo zahanbení, radost z dosaženého výkonu, strach z neúspěchu apod. Nemůže-li např. pracovník za svůj výkon očekávat přiměřenou odměnu nebo může-li očekávat, že jej jeho spolupracovníci budou za tento výkon považovat za „šplhouna“, může mít toto očekávání demotivující vliv a nabídnutý pracovní úkol může odmítnout. Tuto problematiku, zejména v relaci k pracovní motivaci, propracoval V. H. Vroom (1964, 1974) v tzv. teorii expektance; motivace je zde chápána jako funkce valence a expektance [ $M = f(V \times E)$ ], přičemž valence je dána poměrem vynaloženého úsilí k atraktivitě cíle (např. výši odměny) a expektance pravděpodobností dosažení cíle. Je-li valence a expektance vysoká, je vysoká i úroveň motivace. V pojetí motivace se tak objevuje určitý vývoj od zjednodušujícího pojetí vycházejícího z laboratorních

experimentů s pokusnými zvířaty (C. L. Hull 1942, 1950) k přiměřenějšímu pojetí, které je postaveno na zavedení dalších klíčových konstruktů, z nichž nejdůležitější je očekávání (J. W. Atkinson, 1958, 1964). B. Weiner (1988, s. 157) vyjadřuje toto srovnání takto:

teoretik	osoba		konstrukt		
			prostředí		učení
Atkinson	motiv	x	pobídka k úspěchu	x	pravděpodobnost úspěchu
Hull	popud	x	hodnota podnětu	x	zvyk
Lewin	napětí		valence		psychologická distance

K. Lewin (1926) zdůraznil **motivující vliv objektů**: objekt získává povahu výzvy, je-li asociován s uspokojením potřeby a jeví-li se jako dostupný. Jde tu tedy o přitažlivost a dostupnost objektu (jeho psychologickou vzdálenost), k němuž směřuje dovršující reakce; uspokojení se dosahuje v určitém zacházení s objektem, v kontaktu s ním. Valencí rozumí Lewin hodnotu. Avšak nejde tu jen o dostupnost praktickou, ale i morální: objekt by byl jedinci, např. ženatému muži, dostupný (např. cizí atraktivní žena), ale jedinec, považující manželskou nevěru za hřích, sexuální vzrušení („napětí“) ovládne a sexuální dobrodružství neuskuteční. V již zmíněném Atkinsonově, ale i v Lewinově paradigmatu motivace chybí poukaz na činitele morální reflexe, o kterém jsme tu již psali. Pokud se Hulla týče, pracoval jen s krysami a jiné hledisko, než je síla biogenního popudu („drive“), tu ani hledat nelze. Osobnost jedince se v motivaci i v chování projevuje jako celek, a ten není tvořen jen ve výše podaném přehledu uvedenými složkami (konstrukty), jeho přirozenou – rozumí se psychologicky přirozenou – složkou je také **osobní morálka** (superego), která je tak dalším nutným konstruktem vysvětlujícím fenomény chování i motivace, a to způsobem, který zde byl již naznačen. Motivace i chování jedince jsou kontrolovány interními a externími činiteli, mezi něž patří i míra ztotožnění se jedince s určitými morálními požadavky. Výše uvedený K. Lewin přišel s tématem motivující situace, které dále rozpracovali D. Snygg a A. W. Combs (1949): motivace je určována nejen vnitřními stavy jedince (potřeby, pohnutky, motivy), ale také vnějšími okolnostmi, podněty, které jsou komplementární vnitřnímu vyladění, které může být trvalé a reprezentuje v tomto smyslu **základní potřebu**, jako jsou přežití, ale např. také uznání a situace mohou nabízet příležitost k uspokojení takové potřeby, když např. jedinec má možnost „se ukázat“. D. Krech a R. S. Crutchfield (1958, 1968) rozlišují: 1. motivace vycházející z nedostatku, směřující ke snížení vnitřního napětí, a 2. motivace vycházející z nadbytku, směřující k určitým zážitkům, obecně k udržování určité úrovně excitace. Každý člověk



má potřeby obojího druhu, ale zejména potřeby vycházející ze získání příjemných dojmů mohou, vedle aktivního vyhledávání situací, např. takových, v nichž subjekt dosáhne pocitu sebeúcty, dostávat vnější příležitosti, jak již bylo shora naznačeno. Vraťme se však ke Snyggovi a Combsovi, k jejich pozoruhodné teorii, která se označuje jako **teorie fenomenálního pole**; vychází z konceptu subjektivní reality a z postulátu, že: *„Veškeré chování, bez výjimky, je kompletně determinováno a souvisí s fenomenálním polem chovajícího se organismu.“* Koncept fenomenálního pole („phenomenal field“) pak vymezují jako *„zcela uzavřený systém [„universe“] zahrnující sebe sama jako individuem zakoušený podnět k přímé akci“* a jako alternativní pojmy uvádějí: personální pole, privátní svět, behaviorální pole, psychologické pole a individuální životní prostor (Snygg, Combs, 1949, s. 15 – poslední dva termíny pocházejí od K. Lewina, 1935). Zkrátka řečeno, fenomenální pole je termín pro **subjektivní svět jedince**, který je současně produktem a zdrojem jeho duševního života, vystupující jako vztažný rámeček jeho prožívání i činnosti. Zahrnuje všechna jeho pojetí objektů a jevů vnějšího světa, osob, věcí a událostí, jeho představy o světě i o sobě samém. Podle obou uvedených autorů je fenomenální pole *„prostě univerzem naivní zkušenosti, v níž každý jedinec žije, každodenní situací jáství [„self“] a okolí, kterou každá osoba bere jako realitu“*, je to „reálný svět“ individua, kontrolující jeho chování a umožňující, jako otevřená skutečnost, také predikci chování, neboť *„příčiny chování spočívají zcela uvnitř fenomenálního světa chování“* (Snygg, Combs, c. d., s. 21). Za základní charakteristiky fenomenálního pole oba autoři považují zejména: plynulost, organizaci (rozumí se „organizaci významu“ – *„nejdůležitějšími aspekty lidského chování je kontinuální zkoumání [„search“] prostředí pro nové významy, které nám umožní chovat se více efektivně a dosahovat našich cílů. Je to aktivní zkoumání, jehož výsledkem je fenomenální pole individua“* (Snygg, Combs, c. d., s. 24)). Fenomenální pole má zřejmě primární význam pro utváření behaviorální instrumentality, pro utváření situačně účelného (účinného) vzorce chování, a jeho určité aspekty mohou mít v určitém momentě povahu výzvy, mohou se tedy stát motivujícími pro apetenční nebo averzivní jednání. Tak se např. jedinec může z určité situace „vytrádit“, hrozí-li mu v ní např. ztráta respektu sociálního okolí, jiná situace naopak může být příležitostí k sociálnímu exhibicionismu. Východiskem porozumění individuálnímu chování je, jak se mu jeví věci v jeho okolí, a také jeho chování je řízeno tím, jak věci ve svém okolí vnímá, jak o svém okolí smýšlí, jaký význam věcem ve svém okolí, tj. ve svém fenomenálním poli, přisuzuje. K fenomenálnímu poli patří i „fenomenální jáství“, sebepojetí jedince. K. Lewin (1935) v tomto smyslu, jak již bylo naznačeno, formuloval

**koncept životního prostoru** („life space“), který dělil na pole vnímání a fenomenální jástvi; chování vysvětloval z interakce osoby a prostředí: *„Aktuální chování dítěte závisí v každém případě jak na jeho individuálních charakteristikách, tak na momentální struktuře existující situace“* (K. Lewin, 1935, s. 71). Shrnutí:

- ▶ způsob chování subjektu závisí na jím pojaté situaci a je reakcí na subjektivní význam této situace;
- ▶ situace, v níž se subjekt nachází, může mít povahu výzvy k reakci na ni, a to jak ve formě apetenčního, tak averzivního chování;
- ▶ subjekt může aktivně utvářet takové situace, které mu umožní chování uspokojující jeho potřeby;
- ▶ lidé mohou reagovat nejen na aktuálně vystupující, ale také na očekávané situace.

Behavioristé C. N. Cofer a M. H. Appley (1968, s. 11 n.) zdůraznili téma **specifické vlastnosti motivovaného chování**, které slouží k definování motivace nebo k identifikaci motivačních proměnných; učinili to v následujících tezích:

- ▶ Energetizaci nebo facilitaci různých odpovědí: chování organismu vyvolává: *„obecný popud‘ nebo ‚stavy vzrušení‘* [„general drive“, „arousal states“], *kteřé interagují s vrozenými nebo habituálními tendencemi k reagování a produkují chování*. V souladu s tím *„motivační procesy neurčují konkrétní formy chování, ale ovlivňují je prostřednictvím energetizování vrozených nebo asociačních tendencí“*. *„Naproti tomu specifické znaky chování, jako je jeho směr, setrvávání, zacílenost, zjevná záměrnost chování [„purposiveness of behavior“], jsou spojovány s ne-motivačními činiteli, jako je zvyk, ačkoli některé podněty, které takové zvyky kontrolují, mohou mít odlehlý motivační počátek.“* To je však sporné tvrzení, protože bez příslušné motivace se nevytvoří příslušný zvyk („habit“).
- ▶ Behaviorální síla (ráznost, „vigor“) a efektivita: slabý podnět může někdy vyvolat silnou reakci a slabá reakce může být odpovědí na silný podnět. Neměníci se podněty mohou vyvolávat různou sílu reakce, naopak silná reakce může setrvávat i při změně síly podnětu. Motivace je zde ztotožňována s aktivací, se vzrušením a *„vzrušení má mnohé paralely s generálním popudem“* („general drive“), *„avšak vztah vzrušení ke specifickým aktům chování není tak explicitně přesvědčivý v aktivační teorii, jako je tomu v teorii popudu“*; neukazuje se vždy bezprostřední spojení vzrušení s určitým aktem chování, a kromě toho poznamenejme, že vzrušení souvisí také s konceptem temperamentu, což je širší pojetí než koncept aktivace.
- ▶ Zaměřenost chování: chování je často charakterizováno jako zaměřené, zacílené, resp. orientované na dosažení určitého cíle či jako

záměrné („purposive“). Může se to týkat dlouhých či krátkých časových úseků a také faktů, jako je výběrovost, preference, rozhodování: „*selektivní, zaměřený charakter chování je pro autory, jako je Young (1961), McClelland (1953), Hebb (1949), Bindra (1959) a Irwin (1958), kritickou vlastností chování, která vede k postulování motivačního procesu*“, budiž však připomenuto, poznamenávají Cofer a Appley, že „*direktivní aspekt chování je druhými atribuován asociacním, nikoli motivačním procesům*“. Domníváme se, že jde o stejný omyl rigorózního mechanistického behaviorismu, jaký byl připomenut shora, totiž že zaměřenost chování nelze vysvětlovat jen asociacními kognitivními procesy.

- ▶ Zpevnění: „*Sekvence odpovědi je často zakončena užíváním cílového objektu*“, což bývá spojeno s konzumačním chováním zvýšenou silou a frekvencí chování, které k tomu vede, což je nazýváno zpevněním (viz dále).
- ▶ Zeslabení chování: Podle Browna (1961) zeslabení nebo vymizení určitého způsobu chování je důsledkem „*averzivní stimulace*“ (trestání), k níž toto chování vedlo; z toho se usuzuje, že tato „*averzivní stimulace má motivační status*“.

Cofer a Appley (c. d., s. 13) uzavírají, že některé konkrétní aspekty chování lze považovat za specificky motivované, že chování je zaměřené a probíhá s různou silou a že to, co bylo shora uvedeno, může vést k postulování motivačních procesů.

**Souvislost motivace se zpevňováním:** Z poznatků psychologie procesu učení je zřejmé, že na základě individuálních zkušeností s odměnami a tresty (resp. činiteli zpevnění) se lidé učí vedle signálů také určitým operantám (instrumentálním vzorcům chování), tedy určitým apetencím a averzím, které zakládají tendence k přibližování, přijímání a naopak ke vzdalování se, odmítání určitých podnětů (objektů, situací). W. Lukaszewski (2006, s. 432, in: Strelau J. ed.) to formuluje takto: „*Velikost zpevnění, časový odstup mezi reakcí a zpevněním, častost zpevnění a také jejich pravidelnost rozhodují o pravděpodobnosti vykonávání reakce. Chybění očekávaného pozitivního zpevnění [odměny, pozn. M. N.] plní funkci trestu a chybění očekávaného negativního zpevnění [trestu, pozn. M. N.] plní funkci odměny*“. Existuje více specifických závislostí mezi zpevněním a pohotovostí k vykonávání určitých chování. Taková pohotovost narůstá:

- ▶ „*s velikostí odměny (velikostí redukováného popudu)*“;
- ▶ s častostí obdržení dané odměny, ačkoli v míře opakované odměny se její zpevňující hodnota snižuje;
- ▶ s pravidelností získání dané odměny, ačkoli v „*míře prodlužování série pravidelných odměn se hodnota následujícího zpevnění zmenšuje*“.

Lukaszewski dále připomíná principy chování C. L. Hulla (1952), v nichž rozhodující roli hraje popud („drive“ – symbolicky D), dále je to redukování popudu  ${}_sH_R$  (H = „habit“, zvyk), takže utváření chování je funkcí interakce popudu a zvyku. Motivaci Hull označil jako „excitací potenciál“ ( ${}_sE_R$  „excitatory potencial“) a dospěl k této formuli:  ${}_sE_R = {}_sH_R \times D$ , což znamená, že: „vystoupení chování je kvantitativní funkcí zvyku a popudu, takže při chybění zvyku ( ${}_sH_R = 0$ ) a/nebo při chybění popudu ( $D = 0$ ) chování nevystoupí. Naproti tomu vystoupí, když obě hodnoty budou větší než nula, a bude tím intenzivnější, s čím větší hodnotou oba činitelé přibývají“ (Lukaszewski, c. d., s. 433). K Hullově pojetí motivace chování se ještě kriticky vrátíme v závěrečné kapitole o teoriích motivace, ale zde budiž alespoň poznamenáno, že tuto mechanistickou teorii motivace Hull odvodil z laboratorních experimentů s pokusnými krysami a je na ní zřejmé značné zjednodušení dané jeho pojetím „generálního popudu“ jen jako úrovně aktivace.

Nicméně učení (formativní vliv individuální zkušenosti) má vliv nejen na utváření způsobů chování (jejich instrumentálních vzorců), ale protože tyto vystupují vždy ve spojení s určitými motivy, také na jejich používání při vystoupení příslušného motivu. Tak se může tímto propojením vytvářet určitá **stereotypizace chování**, jako je např. pravidelné jedení, chození a procházky nebo návštěvy kavárny a dokonce i stereotypní uspokojování sexu. Skutečnost **existence naučebných popudů** („learnable drives“) prokázal experimenty s krysami N. E. Miller (1948, 1951 in S. S. Stevens ed.), když podmiňováním bolestivé reakce naučil pokusná zvířata bát se podnětu asociovaného s bolestí. Podnět signalizující bolest vyvolával strach a únikové chování: „Bez popudů, ať už primárních, nebo naučených, se organismus nechová, a tedy ani neučí“ (N. E. Miller, J. Dollard, 1941, s. 21). Teorii popudu vypracoval R. S. Woodworth (1918): popud je „obecná energie, která mobilizuje organismus k činnosti“; s homeostázou spojil pojetí popudu W. B. Cannon (1932): „Psychické popudy jsou právě jedním ze způsobů návratu organismu k obnovení narušené rovnováhy.“ Příkladem je pocit hladu spojený s popudem vyhledat a konzumovat jídlo, jedení pak vede k obnovení homeostázy; „popud hladu“ je vyvolán vyčerpáním určitých substancí v krvi organismu.

R. J. Gerrig a Ph. G. Zimbardo (2008, s. 414 n.) uvedli **funkce různých motivačních konceptů** (příklady jsou většinou uvedeny podle nich):

- ▶ Účelem je spojit biologii s chováním: jako biologické organismy disponují tyto s komplexními vnitřními mechanismy, které regulují jejich tělesné funkce, aby bylo zajištěno přežití organismu. Např. člověk ráno vstává, protože má hlad nebo žízeň, nebo je mu chladno. V tomto případě vzniklé vnitřní stavy (fyziologické potřeby) mo-