

Vnořený model lidského blahobytu : jednotný přístup

(Originál: *The Nested Model of well-being: A unified approach.*
G.Henriques, K. Kleinman, C. Asselin, 2014)

Lidský blahobyt je jedno z nejdůležitějších konceptů v psychologii. Profesionální psychologie je definována aplikací znalostí z psychologie ve službě lidského zdraví. V roce 1946 Světová zdravotnická organizace (WHO) definovala zdraví jako stav celkové fyzické, mentální a sociální pohody, ne jenom jako nepřítomnost nemoci. Víc recentně, neurovědec a sekulární filozof Sam Harris tvrdí, že celkové zdraví a blahobyt vědomých bytostí je **nejvyšší morální hodnota** a že hlavní funkcí vědy je empiricky zkoumat, co k němu přispívá a co jej narušuje.

Nicméně, samotný význam pojmu je velmi nejednoznačný. Pojem celkového zdraví se překrývá, ale může se i lišit od pojmu štěstí, kvality života a všeobecné pohody. Taktéž následující otázky zachycují jeho další komplexitu: je zdraví opakem nemoci, nebo jsou to dvě odlišné dimenze? Jak se osobní zkušenost vztahuje k bio-psycho-sociálnímu fungování? Může být zdraví analyzováno a měřeno? Je potřeba brát v úvahu morální dimenzi, když hodnotíme blahobyt?

Jayawrickeme, Foregard a Selingman v roce 2012 zdůraznili potřebu větší teoretické a konceptuální specifity týkající se daného konstruktů. Poskytli tzv. motorový přístup (engine approach), při kterém by konceptuální analýza měla rozlišovat mezi vstupy (exogenními a endogenními), procesy (kognice, emoce, motivy) a výstupy (vztahy, úspěchy).

Model, který posytujeme my, se jmenuje **Vnořený (nested) model**, který má základy v **konceptuálně inegrativním metateoretickém přístupu**. (Henriques, 2011).

V poli psychologie existují dva hlavní přístupy k blahobytu. První je přístup **hedonistický**, který zdůrazňuje subjektivní prožitek štěstí a spokojenosti s vlastním životem. Druhý, **eudaimonický** přístup, se zaměřuje více na smysluplnost, optimální fungování, psychické zdraví, seberealizaci a využití plného potenciálu života. Hofmann (1962): Nemůžeme být šťastni ani zdraví, pokud nezískáme sebeúctu a rozvoj našich osobních schopností z aktivní participace ve společnosti, aby jsme stále znovu objevovali smysl a účel lidské existence.

Cílem článku je dekonstrukce tohoto výroku a pojmenování různých domén, které jsou nutné k fungování přinášejícímu potvrzující emoční reakce a uspokojivé hodnocení života. Dekonstrukce vede k formulaci, že existují **čtyři široké domény**, které jako celek dávají vznik konstruktů celkového zdraví a blahobytu. Podle vnořeného modelu jsou to tyto: 1. subjektivní doména- v první osobě, fenomenologická, vědomá zkušenost, spolu s vědomou reflexí spokojenosti s vlastním životem, 2. doména biologického a psychologického fungování, 3. enviromentální doména- která se dělí na materiální a sociální fungování, 4. Hodnoty a ideologie hodnotícího. Níže popíšeme jednotlivé domény, jak je odlišit a jak každá přispívá k celkovému zdraví.

DOMÉNA 1: SUBJEKTIVNÍ

Odkazuje na lidské vědomí a zkušenost v první osobě. Vědomí je fenomenologická zkušenost přítomného okamžiku. Je to osobní vnímání světa, zažívaná zkušenost bytí, která vyvstává z integrovaného proudu neuronálních signálů. První proud zkušenosti je **senzoricko-percepčně-**

afektivní pocit'ovaná zkušenost, která je pravděpodobně sdílená s mnoha dalšími živočichy. Vystává z neuro-výpočetních proudů, jakožto signálů přírody, k přiblížení se získům a vyhnutí se poškození. Druhý proud zkušenosti se nazývá **sebe-vědomí**, které je druhým řádem vědomého uvažování, je zprostředkované řečí a povstává v sociokulturním kontextu přisuzování významů. Je to verbálně zprostředkovaný systém ověřování, který si vysvětluje a vypráví a ultimátně funguje k oprávnování sebe sama a svých akcí v sociálním prostředí. Ve zkratce, tyto dva proudy vědomí odpovídají přímo doménám emocí a kognice. Hedonistická koncepce well being se omezuje na tuto doménu subjektivní zkušenost, ale podle těch, kdo zastávají eudaimonický přístup, well being musí zahrnovat i otázku fungování, protože ne každý, kdo se subjektivně cítí skvěle, nemusí být z objektivního hlediska úplně zdravý (například maničtí pacienti).

DOMÉNA 2: FUNKČNÍ

Tato doména zahrnuje dvě široké oblasti. Oblast fungování biologického a psychologického. Přestože tyto dvě oblasti spolu úzce souvisí, jsou konceptuálně oddělitelné.

Biologické fungování je pro celkové zdraví člověka zásadní. Nádor mozku, selhávající ledviny vedoucí k hromadění toxinů v těle, nebo trávicí systém neschopný vstřebávat živiny mohou vést ke zhroucení fungování psychologického.

Psychologické fungování člověka můžeme charakterizovat jako jeho osobnost. Osobnost je definována jako organizované, rozvíjející se mentální subsystémy uvnitř jednotlivce. Existují tři široké oblasti osobnostního fungování, které jsou obzvláště důležité pro pochopení well beingu. Jsou to následující:

1. Temperament a vlastnosti: tendence, které se ukazují v různých situacích (extraverze, neuroticismus, otevřenost, spokojenost a svědomitost).

2. Adaptivní potenciál: dovednosti a schopnosti, kterými jedinec disponuje, aby mohl efektivně fungovat v životním prostředí. Nejlepším a nejvíce studovaným adaptivním potenciálem je **inteligence**. Jednotlivci mají různé možnosti fungovat v následujících osmi oblastech: logicko-matematické, slovní / lingvistické, oblasti prostorového uvažování, tělesné kinestézy, hudební, inerpersonální, intrapersonální a naturalistické.

3. Charakteristické adaptace a identita. Identita se týká osobních přesvědčení o sobě a o světě a je do značné míry ovlivněna sociokulturním kontextem. Adaptace jsou osobnostní jednotky, které zahrnují motivy, cíle, plány, úsilí, strategie, hodnoty, talenty, schémata, obrany, mentální reprezentace významných druhých, rozvojové úkoly a mnoho dalších aspektů lidské individuality, kognitivní a vývojové záležitosti. Henriques a Stout (2012) využili jednotného přístupu k vymezení pěti koncepčně odlišných systémů adaptace, které jsou následující:

- **Systém zvyků** (fixované vzorce chování, které jsou automaticky iniciovány za přítomnosti specifických environmentálních podnětů a jsou formovány na základě asociací a následků.) Vztah k well being spočívá v tom, že odpovídají každodenním činnostem a tvoří celkový životní styl.
- **Zkušenostní systém** odkazuje na neverbální emoce a pocity, obrazy, smyslové aspekty duševního života uložené v dlouhodobé paměti. Zkušenost vystává z percepčních,

motivačních a emočních psychologických systémů, z nichž některé z nich jsou vědomé a některé nejsou.

- **Vztahový systém** odkazuje na sociální motivace a emoční stavy, které spolu s vnitřně působícími modely a schémata já-ty vedou člověka v jeho sociálních výměnách a vztazích. Lidé mají základní potřebu vztahové hodnoty, což je potřeba být oceňován důležitými ostatními a mít přijatelnou úroveň společenského vlivu.
- **Systém obran** odkazuje na způsob, jakým jednotlivec řídí své činy, pocity a myšlenky a mění zaměření vědomé pozornosti k zachování stavu psychické rovnováhy, nebo jinými slovy, jak se člověk vyrovnává s tíživými myšlenkami a zkušenostmi, aby si udržel mentální harmonii a soudržnost. Tyto mechanismy mohou fungovat adaptivně nebo maladaptivně. Maladaptivní obrana může vyústit v to, že jednotlivec nedokáže naplnit své potřeby v dlouhodobém horizontu, což se pak působí utrpení a horší well being.
- **Ověřovací systém** odkazuje na názory a hodnoty založené na jazyku, které umožňují lidem vyprávět události, provádět hodnocení, analyzovat logiku konceptů a rozvíjet smysluplný světový názor. Vysoká míra sebeúcty, sebedůvěry a sebe-soucitu, spokojenosti v životě a silný pocit smysluplnosti jsou indikátory dobrého well beingu.

DOMÉNA 3: ENVIROMENTÁLNÍ

Psychologické funkce člověka vždy závisí na jeho životním prostředí. Environmentální kontext je zásadní pro pochopení konceptu dobrých životních podmínek. Životní prostředí je dominantní při určování well beingu. Je zřejmé, že události, které mohou nastat na makroúrovni (jako je válka nebo jiné katastrofy), vedou k špatnému well beingu bez ohledu na osobnost nebo adaptivní fungování jednotlivce.

1. Materiální prostředí můžeme rozdělit na :

- **Biofyzikální ekologie:** kvalita vzduchu, vody, jídla, přítomnost patogenů v prostředí...
- **Dostupná technologie:** poskytuje příležitost ke kontrole životního prostředí za účelem dosažení požadovaných výsledků, ale může také vést například k dopravnímu a hlukovému znečištění.
- **Finanční zdroje:** přístup k penězům jako symbol potenciální energie, kterou lze vyměňovat za práci a jiné zdroje. Finanční spokojenost člověka však závisí na tom, kolik peněz má v porovnání s ostatními a kolik peněz měl v minulosti. Navíc finanční a ekonomické prostředí přímo souvisí s otázkou zaměstnání, což je hlavní část života většiny dospělých osob.

2. Sociální prostředí je síť vztahů a sociálních institucí, do níž je jednotlivec zapojen.

Mikrosociální prostředí se vztahuje na prostředí bezprostředních vztahů, kvalitu a důvěrnost spojení s ostatními jednotlivci. Klíčové domény jsou rodina, přátelé, kolegové a romantičtí

partneři. **Střední úroveň** sociálního prostředí se vztahuje na společenství a společenskou třídu jednotlivce. **Makrosociální** úroveň se vztahuje k širším kulturním kontextům (národní, politické a náboženské identifikace, hodnoty a ideologie).

DOMÉNA 4: HODNOTOVÁ A IDEOLOGICKÁ

Představte si následující osobu, pana X. Když se ho zeptáme na jeho život, sděluje, že je šťastný a spokojený. Věří v práci, kterou dělá, má dobré vztahy se svou rodinou, má zjevně více zdrojů než ostatní a věří silně v kulturního ducha své doby. Na povrchu tato definice dobře odpovídá definici "dobrého života" a dle proměnných které jsme dosud uvedli, by vykazoval vysokou úroveň well beingu. A přesto si představte, že tento jedinec žije v roce 1940, je členem nacistické SS stráže a pracuje na přesvědčování ostatních, že "židovský problém" vyžaduje "konečné řešení". Mají tyto faktory vliv na hodnocení zdraví a well being těchto jedinců?

Tvrdíme, že samotný koncept well being se překrývá s žitím etického života. Well being je hodnotící konstrukt. Centrální hodnotou Svetové zdravotnické organizace je podpora well being. Domníváme se, že **hodnoty a ideologie hodnotitele** jsou oddělená, čtvrtá doména, která nevyhnutně musí být součástí koncepce.

Vycházejíc z hodnot moderní psychologie, jak jsou uvedeny v Etickém kódexu Americké Psychologické Asociace a s vědomím toho, že well being je široký konstrukt, který zahrnuje etický život, soudíme, že pan X. žije velice daleko tomu, co bychom nazvali cnotným životem.

S životními hodnotami hodnotitele úzce souvisí jeho základní pojetí povahy vesmíru, čili ideologie. Je užitečné poznamenat, že náboženství a duchovnost nebyly výslovně zmíněny výše. Mohli bychom předpokládat, že jedinec, který má duchovní přesvědčení, které je sdílené jeho kulturou, přináší zkušenost potvrzení a společenského přepojení, které by byly spojeny s vysokou úrovní blahobytu. A skutečně víra a náboženství byly opakovaně zjištěny jako související s blahobytem. Naše tvrzení je, že ideologie hodnotitele bude hrát důležitou roli v tom, jak je tento vztah vysvětlen:

Například, z křesťanské perspektivy by byl světský jedinec hodnocen jakožto člověk postrádající stěžejní oblast existence. Ze světské pozice jsou náboženské aktivity a jejich vztah k blahobytu hodnoceny různě. Vysvětlují ho například tak, že náboženské přesvědčení slouží jako komfort, vytváří silnou sociální síť, předchází vývoji nihilistických postojů. Tyto vysvětlení jsou radikálně odlišné od ontologické pozice, že člověk má vyšší blahobyty, protože je blíž Duchu Svatému.

To znamená, že ti, kteří pracují na holistických přístupech k blahobytu a nárokují si činit závěry o tom, kdo má autentické well being, musí formulovat své hodnoty a ideologii, které používají jako referenční bod pro hodnocení individuálního fungování a sociálního kontextu.

MAPOVÁNÍ DOMÉN NEMOCI ZA POUŽITÍ VNOŘENÉHO MODELU

V poslední části článku se pokusíme použít vnořený model na koncept nemoci, abychom objasnili složitý vztah mezi onemocněním a patologií na jedné straně a zdravím a blahobytem na straně druhé. Když "otočíme" zaměření Vnořeného modelu, objeví se nástin konceptu nemoci a patologie.

Z inverzní perspektivy by doména 1 odpovídala subjektivním pocitům utrpení nebo vnímání poškození, doména 2 by zahrnovala maladaptivní nebo dysfunkční psychologické a biologické procesy, doména 3 by zahrnovala materiální a společenské kontextuální faktory, které hrozí narušením funkčních procesů (např. toxiny nebo emočních zneužívání) a mají za následek utrpení

Z tohoto pohledu Vnořený model poskytuje způsob, jak přemýšlet nad blahobytem a utrpením na kontinuu, kdere sestává z evaluace míry štěstí nebo ublížení, ale také funkční kapacity.

ZÁVĚR

Vnořený model má významné důsledky pro budoucí výzkum dobrých životních podmínek. Vyzývá výzkumné pracovníky, aby se pokusili vypracovat holistickou představu o konceptu well being a nabídnout specifika týkající se zdraví a fungování člověka, povahy environmentálního kontextu a jejich vlastních hodnot a ideologie. Mapa umožňuje výzkumníkům umístit širokou škálu různých pohledů na blahobyť do rámce, který sníží zmatek a nejasnosti.

V oblasti psychologie model přináší jasnost do často matoucí debaty mezi hedonistickými a eudaimonickými přístupy. Navíc slouží i disciplínám, jako je ekonomie, sociologie, etika a medicína, které všechny diskutují o koncepcích lidského blahobytu. Poskytuje jim způsob, jak se mohou vzájemně vztahovat. Stručně řečeno, Vnořený model nabízí příležitost k jasnosti v oblasti psychologie a mezi dalšími disciplínami, takže koncept blahobytu může být mnohem efektivněji koncipován a zkoumán v budoucích generacích.