

Univerzitet u Sarajevu
Filozofski fakultet
Odsjek za psihologiju

ADAPTACIJA LIČNOSTI: ULOGA OKOLINSKIH FAKTORA

Završni magistarski rad

Student:

Marina Meić

Mentor:

prof. dr. Jadranka Kolenović-Đapo

Sarajevo, 2023

SADRŽAJ:

Uvod	3
Evolucijska teorija	5
<i>Evolucija prije Darwina</i>	6
<i>Darwinova teorija evolucije</i>	8
<i>Evolucija čovjeka</i>	11
<i>Evolucija svijesti</i>	13
<i>Evolucija ljudske svijesti</i>	16
<i>Povezanost svijesti i adaptacije</i>	18
Ličnost	21
<i>Evolucija ličnosti i adaptacija</i>	21
<i>Definicija ličnosti</i>	24
<i>Adaptacija ličnosti</i>	26
<i>Okolinski faktori</i>	31
Adaptacija ličnosti: Uloga okolinskih faktora	35
<i>Teorija ekoloških sistema</i>	39
<i>Maladaptacija</i>	48
<i>Psihoterapijski pristup maladaptacijama ličnosti</i>	57
Zaključak	61
Literatura	63

Adaptacija ličnosti: uloga okolinskih faktora

Marina Meić

SAŽETAK

Teorija evolucije poslužila je kao heuristik i teorijska podloga za objašnjenje mnogih psiholoških konstrukata, uključujući i ličnost, glavnog posrednika u interakciji između pojedinca i okoline. Stoga, analoški, adaptaciju ličnosti možemo uvrstiti među temeljne procese koji određuju način i stil interakcije s okolinom, te ostavljaju značajne posljedice na kogniciju, emocije, stavove i ponašanja pojedinca. Adaptacija ličnosti pod intenzivnim je utjecajem okolinskih faktora, bez kojih potreba za adaptacijom ne bi postojala. Okolinski faktori kontinuirano postavljaju nove adaptativne zahtjeve na različitim nivoima okoline, kakve predlaže Bronfenbrennerova teorija ekoloških sistema. Svaki sistem uključuje različite aktere i kontekste, koji postavljaju pravila koja pojedinac mora poštovati kako bi formirao i zadržao osjećaj sigurnosti i pripadanja te osigurao vlastiti opstanak. Interakcija među sistemima zahtijeva dodatne prilagodbe i preuzimanje novih uloga, što u kontinuirano stresnim okolnostima može rezultirati razvojem adaptacija funkcionalnih samo u specifičnom kontekstu, koje s promjenom okoline gube na značaju i vode socio-emocionalnim i bihevioralnim simptomima klasificiranim kao poremećaji ličnosti, koji su među najdirektnijim i očitijim primjerima važnosti utjecaja okolinskih faktora na pojedinca. Posmatranje poremećaja ličnosti kao naučenih adaptacija upućuje na zaključak da je adaptacije moguće promijeniti razumijevanjem njihovog razvoja te učenjem novih, bolje adaptivnih oblika ponašanja. Efikasni rezultati tretmana poremećaja ličnosti primjećeni su kod nekoliko psihoterapijskih pristupa. Međutim, značajni rezultati uočljivi su tek nakon nekoliko godina posvećenog rada pod sigurnim krilom terapeuta, što implicira da, iako je adaptacije ličnosti moguće mijenjati, za to je potrebno mnogo vremena i posvećenog rada pojedinca i njegove neposredne okoline.

Ključne riječi: adaptacija ličnosti, okolinski faktori, evolucijska teorija, ekološki sistemi, maladaptacije ličnosti

Uvod

Čovjekovo svakodnevno ponašanje, interakcija s drugim ljudima i reakcija na neposrednu okolinu potiču ideju da, u svojoj srži, nose isti pokretač i jedinstvenu svrhu. Kada se osoba izgubi u šumi, pokušava pozvati pomoć ili vratiti se istim putem. U ekstremnim okolinostima, pronalazi hranu, vodu i sklonište. Dok s prijateljem hoda prometnom ulicom, vješto izbjegava prolaznike, dok istovremeno održava pažnju na razgovoru. Kad joj nešto spriječi zadovoljenje osnovne potrebe, kao što je glad, kontroliše fiziološku potrebu sve do trenutka kad je može zadovoljiti na društveno prihvatljiv način. Kad osjeti potrebu za druženjem poziva prijatelja, a ako prijatelj trenutno nije dostupan, okupira vlastitu pažnju drugim aktivnostima. Čak i najjednostavniji i stereotipičniji primjeri pokazuju da, bez obzira na kompleksnost okoline, njenih zahtjeva i pravila, čovjek uspijeva zadovoljiti svoje psihološke i fiziološke potrebe upravo zahvaljujući sposobnosti prilagođavanja.

Ideja o važnosti adaptacije organizma i psihe nije nova. Iako je kao znanstveni pojam korištena još od prije Darwinovog vremena (na primjer Buffon - *Historie de Naturelle*, 1794, prema Browne, 1988), njegova djela i ogledi iz XIX vijeka ostali su među najutjecajnijim u razvoju novog stajališta da živi svijet kakav danas poznajemo (uključujući i čovjeka), nije uvijek izgledao tako, nego se kroz proces adaptacije razvijao potaknut singularnim ciljem - preživljavanjem (Darwin, 1985). Iako je ideja naišla na oštre osude i kritike onih koji su nastojali očuvati skolastička uvjerenja i javnost zadržati u dogmatskim torovima, tadašnja istraživanja omogućila su skretanje paradigme u smjeru otkrića da čovjeka, kao živo biće, vjerovatno nije stvorilo i spustilo na zemlju neko nespoznatljivo božanstvo, nego ga je, vjerovatnije, interakcija s prirodnim okruženjem navodila na evolutivni razvoj fizioloških i psiholoških karakteristika, koje su omogućile preživljavanje sve do stadija u kojem ima sposobnost zaključivanja o vlastitom postanku (Brandon, 1978; Darwin, 1985, 9-17).

Krajem XX vijeka, evolucijska teorija poslužila je kao temelj evolucijske psihologije, koja postanak i razvoj mozga i složenih psiholoških karakteristika i procesa objašnjava adaptativnim promjenama važnim za preživljavanje vrste. Ipak, plivanje kroz spoznajnu bujicu evolucijske teorije i načina na koje se odvijaju adaptativni procesi je kretanje u mutnim vodama metatoretisanja

pomiješanog s konceptualnim nedostacima i nemogućnošću neposrednog empirijskog dokazivanja pretpostavljenih adaptativnih zakona (Sober, 2006). Heuristička vrijednost ne implicira empirijsku. Mehanizmi adaptacije, pomoću kojih je došlo do specifičnog oblikovanja živog svijeta još uvijek su nejasni, zbog čega evolucijska teorija nastavlja poticati epistemološke i rasprave u domeni filozofije znanosti. Evolucijska psihologija, ne samo da je proistekla iz evolucijske teorije, nego se nastavlja baviti još teže empirijski obuhvatljivim - psihološkim fenomenima, zbog čega se smatra još manje falsifikabilnom. (Atkinson i Hilgard, 2003; Ketelaar i Ellis, 2014).

Ipak, mnogi psiholozi i istraživači prigrlili su i secirali evolucijsku teoriju, te izdvojili adaptaciju kao jednog od primarnih pokretača čovjekovih unutrašnjih dinamičkih procesa, bez obzira na nemogućnost potpunog razumijevanja i dokazivanja mehanizama kojima djeluje. Piaget je smatrao da je i sama inteligencija posljedica adaptacije okolinskim zahtjevima i vjerovatno glavno sredstvo prilagođavanja okolini (Huitt i Hummel, 2003). Iz Freudove perspektive, adaptaciju možemo protumačiti kao instinktivnu reakciju na okolinu, koja usmjerava radnje s ciljem zadovoljenja potreba i superega- Također je možemo smatrati mehanizmom ublažavanja frustracija izazvanih nemogućnošću trenutnog zadovoljenja potreba, te zaštitnim procesom koji pokreće mehanizme odbrane i time smanjuje utjecaj vanjskih prijetnji koje narušavaju integritet ličnosti (Larsen i Buss, 2008; 281-284). Čak se i određeni dijelovi ličnosti prema Jungovoj teoriji (1959) kao što je persona, mogu protumačiti kao oblik adaptacije na okolinu, koja omogućava lakšu interakciju s drugima, kao i preživljavanje u socijalnom svijetu, jer omogućava pojedincu oblikovanje interaktivne ličnosti skladne sa socijalnim zahtjevima i propisima.

Štaviše, moguće je spekulirati da je i ličnost posljedica adaptacije na okolinske zahtjeve koji nadilaze fizičku okolinu i smještaju se u apstraktnu sferu socijalnih odnosa i utjecaja. Ličnost možemo smatrati odredbenim i izvršnim sredstvom prilagodbe koje usmjeruje ponašanje i smjer prilagođavanja. Stoga *adaptaciju izvršnog, interaktivnog sredstva (ličnosti)* možemo izdvojiti kao jedan od ključnih faktora koji *diktiraju uspješnost opće adaptacije*, odnosno sposobnosti snalaženja i preživljavanja osobe u različitim životnim poljima (Shiner i Masten, 2002). Onoliko koliko je čovjek spreman i sposoban prilagoditi izražaje ličnosti trenutnom kontekstu, toliko će više biti u mogućnosti izvući određenu korist iz situacije ili je učiniti ugodnom za sebe i druge u okolini.

Stoga ćemo se, u ovom radu, osvrnuti na postulate evolucijske teorije, koje uzimamo kao heurističku osnovu ideje o ličnosti kao sredstvu preživljavanja u kompleksnom socijalnom okruženju, te pokušati naglasiti ulogu svijesti u razvoju ličnosti. Nakon toga, definirat ćemo i razložiti okolinske faktore povezane s adaptacijom ličnosti, te pružiti primjere koji bliže objašnjavaju načine na koje se ličnost može adaptirati. Napraviti ćemo razliku između kontekstualno funkcionalnih i nefunkcionalnih adaptacija ličnosti, te napraviti poveznicu između uloge koju okolinski faktori igraju u razvoju maladaptativnih osobina i procesa unutar ličnosti, s posebnim naglaskom na poremećajima ličnosti, koji predstavljaju jedan od najočitijih primjera i korelata koji upućuju na pretpostavku o značaju adaptacije ličnosti.

Naši ciljevi su, dakle, objašnjenje načina na koji ličnost postaje adaptativni odgovor na okolinu, definiranje okolinskih pokretača adaptacija i razjašnjenje mogućih načina na koje interakcija pojedinca i okoline dovodi do adaptativnih promjena u ličnosti. Također želimo pružiti uvid u širinu spektra okolinskih faktora i stresogena, te složenost interakcije ličnosti i okoline koja može rezultirati manje ili više funkcionalnim oblicima adaptacije. Konačno, cilj nam je i ponuditi moguća psihoterapijska rješenja, koja će pomoći pojedincu da prepozna maladaptacije te ih transformiše u nove, adaptativno funkcionalne procese.

Evolucijska teorija

Darwinova teorija evolucije, otkako je predstavljena javnosti kao naučno načelo, povlači mnogobrojna filozofsko-religijska pitanja. Neki će reći da dijeli svijet na dvije oprečne struje: vjerovanje i dogmatsko potvrđivanje božanskog porijekla čovjeka, i logičko-empirijsko dokazivanje da se čovjek, kao i ostali živi svijet, razvio iz primitivnijih oblika života. “Kompromisna struja” utemeljuje se u uvjerenju da je svijet stvorilo apsolutno božanstvo, nakon čega su se živa bića na njemu razvijala evolucijom (Rachels, 1990).

Darwinova teorija, na određeni način, “potkopava” temelje moralnih načela religioznog čovjeka duboko uvjerenog u njegovo božansko porijeklo i nadređeni status, koji mu bespogovorno daju pravo na upravljanje živim i neživim svijetom oko sebe. Teorija evolucije potpuno ruši temelje

čovjekove uvjerenosti da je upravo on posebno biće koje, zbog svoje posebnosti, ima neupitno pravo na konstatiranje i provođenje “božje” volje.

Evolucija prije Darwina

Teorija i ideja o postanku i razvoju vrsta zasnovanom na adaptiranju zahtjevima okoline nisu ugledale svjetlo dana objavom Darwinovog “Postanka vrsta” (1859). Znanstvenoj zajednici predstavljene su nešto više od stotinu godina ranije. Još 1749. godine, Georges-Louis Leclerc, Comte de Buffon (1707-1788) u svom djelu “Histoire Naturelle” govori o prilagođavanju fizioloških karakteristika organizama geografskim područjima koja nastanjuju (Blanckaert, 1993). Buffonova teorija obuhvatala je enciklopedijsku “historiju” prirodnog svijeta, od mikroorganizama do viših oblika života kao što su reptili, ribe i sisari, te objašnjavala kako su se, s ciljem preživljavanja, organizmi mijenjali u skladu s okolinom. Uključivala je i čovjeka, zbog čega su je mnogi historičari i teoretičari znanosti dugo vremena smatrali začetnom tačkom razvoja antropologije, iako još uvijek postoje dileme oko kategorizacije, jer iz naslova Buffonovog djela nije moguće pouzdano zaključiti o njegovoj konceptualnoj jednostranosti. Čini se kako je Buffonov opus najsigurnije posmatrati iz perspektive historije ideja, jer iako iznosi već poznat naslov, sadržaj iza naslova iznenadio je tadašnju publiku, a naučnom svijetu otvorio novu perspektivu značenja historije u opisu prirodnog svijeta, iako su kasniji istraživači okarakterisali njegova djela i metodologiju kao izrazito nehistorijske (Blanckaert, 1993; Eddy, 1994).

Buffon (1749, prema, Blanckaert, 1993; Dugatkin, 2009) koristeći induktivno zaključivanje o prirodnim zakonima, u čijoj esenciji leži transgeneracijsko ponavljanje, smatra da je razvoj čovjeka moguće objasniti trima zakonima. Prvi nalaže da su razvoj i distinkcija fizioloških karakteristika, ponajviše boje kože, pod značajnim utjecajem klime. Na primjer, tamnija boja kože posljedica je stalne izloženosti suncu, karakteristične za suhe vruće klime (npr. područje afričkog kontinenta). Drugo načelo pretpostavlja da su fizičke razlike među ljudima posljedica različitih stilova života (nomadski, sjedilački, saklupljački, i sl.), dok treći zakon sugerira da društvo, svojim socijalnim zahtjevima, oblikuje izgled čovjeka jer postavlja i određuje cijeli spektar za preživljavanje važnih vještina koje djeluju na morfološki razvoj.

Buffon u svom radu naglašava važnost preciznog opažanja i bilježenja osobina, ponašanja i navika živih bića, jer drži da je, na osnovu njih, moguće pretpostavljati i zaključivati o pokretačkim principima i mehanizmima prilagodbi, što možemo uporediti s metodom opažanja i bilježenja ponašanja u prirodnim uvjetima s ciljem induktivnog zaključivanja o prirodi transformacija. Ponavljanje karakteristika vrste među svim članovima i kroz mnoge generacije omogućava pretpostavke o funkcijama fizioloških fenomena, a historijskim osvrtom moguće je utvrđivati tijek i smjer razvoja funkcija. Iako su se mnogi moderni istraživači samo donekle složili s njegovim istraživačkim preporukama, Buffonov enciklopedijski opus ne samo da je iznio nove principe, nego je, na svojevrsan način (bez obzira na metodološke nedostatke koje mu znanstvena zajednica teško oprašta) poslužio kao osnova istraživačke metodologije teoretičara prirodnih znanosti. Drugim riječima, njegov rad pokrenuo je ideju da se i prirodni svijet, kao i razvoj i tijek civilizacije, kao i svakog pojedinog čovjeka, može razumjeti tek nakon osvrta na prošlost. Moguće je reći da, iz Kuhnove perspektive, Historija prirode uvodi u znanost novu paradigmu, novi istraživački kompas (Sloan, 1976; Blanckaert, 1993; Hoquet, 2010).

Još jedan značajan Darwinov prethodnik, kojeg Darwin naziva “čovjekom čiji su zaključci o postanku vrsta probudili mnogo pažnje” (Darwin, 1985, 10), bio je Lamarcke, koji svojim djelom “Philosophie Zoologique” (1809) zastupa učenje da su sve žive vrste, uključujući i čovjeka, proizašle iz drugih vrsta. Za razliku od Buffona, Lamarcke je daleko više pažnje posvetio utvrđivanju adaptativnih zakonitosti koje su u pozadini evolutivnih promjena, pokušavajući nadjačati opažanje kao istraživačku metodu posvećivanjem preciznijim istraživačkim praksama, a s ciljem boljeg razumjevanja načina na koje su se promjene izazvane adaptacijom postepeno odvijale (Darwin, 1985).

Darwin je, u historiji razvoja ideje o evucijskoj metamorfozi, ostao nešto zapamćeniji, iako se time Buffonov i Lamarckov doprinos ne umanjuju. Darwin, za razliku od Buffona, vođen Lamarckovim i Saint-Hillaire-ovim primjerom, posvećuje daleko više pažnje logičkom izvođenju mehanizama i zakonitosti koji su osnovi evolutivne transformacije. On i kasniji prirodnjaci koriste se nešto pouzdanijim metodološkim pristupima kroz koje nastoje jasnije izdiferencirati i razumjeti adaptativne procese koji su doveli do distinkcije pojedinih vrsta. Neki kritičari i dalje ih osuđuju zbog loše provedenih metodoloških tehnika i nerijetkog predstavljanja vlastitih uvjerenja kao

teorijskih činjenica. Ipak, iako su neki postulati njihovih teorija oboreni, drugi su prošireni, unaprijeđeni i empirijski kao i ontološki potvrđeni (Mayr, 1972; Darwin, 1985; Ragan, 2009; Kyriacou, 2016).

Da bismo jasnije uspjeli povezati teoriju evolucije s adaptacijom ličnosti, važno je razumjeti glavne postulate teorije iz Darwinove perspektive, na koje se kasnije nadogradila evolucijska psihologija, a koji se mogu iskoristiti kao heuristik prilikom zaključivanja o svrsi i načinima adaptacije ličnosti. Pri tome, treba imati na umu oštre osude egzaktnih nauka, koje argumente protiv korištenja evolucije kao meta-heuristika u znanosti zasnivaju na metodološkim i epistemološkim nedostacima (Buss, 1991; Resnik, 1996; Näpinen, 2004).

Darwinova teorija evolucije

Glavni postulati Darwinove teorije mogu se svesti na ideju da je evolucija posljedica dva procesa: *genetskog nasljeđivanja* i *prirodne selekcije*. Darwin pretpostavlja da do evolutivnih promjena različitih organizama dolazi zbog specifičnih setova gena koji se nasljeđuju principima nasljeđivanja. Naslijeđeni geni i kombinacije gena postavljaju i predstavljaju osnovu za uspješnost adaptacija prirodnom okruženju, a sami su posljedica višegenereacijskih procesa prilagodbe specifičnim okolinskim zahtjevima. Drugim riječima, oni organizmi koji se najbolje prilagođavaju okolini imaju najveće šanse za preživljavanje i prenošenje gena koji se dugotrajnim, transgeneracijskim epigenetskim procesom mijenjaju i potomcima prenose dispozicije ključne za dalje adaptiranje i preživljavanje. Proces preživljavanja i razmnožavanja najbolje adaptiranih članova vrste, koji se nadograđuje na proces genetskog nasljeđivanja, naziva se prirodna selekcija. Genetsko nasljeđivanje i prirodna selekcija su neodvojivi procesi zasnovani na adaptaciji, a kombinovane ih možemo shvatiti kao viši oblik adaptacije “života” koji se nastoji održati. (Darwin, 1985; Tamarin, 2001).

Svoje ideje Darwin zasniva na opažanjima i ogledima na domaćim, uzgojenim vrstama biljaka i životinja, pomoću kojih potvrđuje ideju da su promjene u izgledu i funkciji fizičkih i fizioloških osobina pojedinih vrsta posljedica udruženog djelovanja prirode (gena) organizma i okolinskih faktora. Priroda organizma (genetsko naslijeđe) postavlja dispozicije koje određuju kako će se

jedinka ponašati u određenim okolinskim uvjetima, a okolina postavlja prilagodbene zahtjeve koji pokreću dispozicije, na osnovu čega se vrši proces epigeneze i prirodne selekcije, kroz koji se najefikasniji genetski sklopovi prenose sljedećim generacijama, što je evidentno kod skoro svih pripitomljenih i uzgojenih vrsta biljaka i životinja, kao što su pšenica, kukuruz, grašak, goveda i druga stoka. Čovjek je prikupljao sjeme najboljih biljaka, sadio ga i uzgajao snažnije mladice. Slično je i sa životinjama - parenjem onih predstavnika vrste koji posjeduju najrazvijenija i korisnija fizička ili intelektualna obilježja (primjer intelektualno razvijene vrste: pas), preusmjerio se razvoj fizioloških karakteristika, koji je doveo do naglašenog razvoja određenih osobina ili ponašanja. Tako je Darwin pokazao da je, vještačkim putem, moguće dovesti do promjena u izgledu i funkciji živih bića (Darwin, 1985; Laird i Lange, 2011). Kasnije, svoje nalaze generalizuje na prirodni svijet (koji nije pod utjecajem čovjeka), te pronalazi mnogobrojne primjere, koji dodatno potkrepljuju njegove početne pretpostavke, te koji daleko bolje inkorporiraju ideju o značaju adaptacije u procesu evolucije. Dok čovjek vještački bira osobine koje želi razvijati kod određenih vrsta i tako postaje “umjetni adaptator”, priroda navodi divlji svijet na isti razvoj, ali je djelovanje čovjeka zamijenjeno prirodnom adaptacijom na okolinske zahtjeve. Vjerovatno najpopulariji primjer prirodne, spontane adaptacije okolini jesu zebe s otočja Galapagos (Ekvador, Južna Amerika), za koje je Darwin primjetio da posjeduju distinktivne fiziološke karakteristike, koje je moguće povezati isključivo s djelovanjem epigeneze i okolinskih faktora. Darwin je primjetio da zebe koje žive na Galapagosu razvijaju različite oblike kljuna te variraju u veličini zavisno od dostupne hrane toliko da, nakon nekoliko generacija, varijacije postaju evidentne u genetskom materijalu, zbog čega postaje moguće distinktivno razdvojiti različite vrste, koje imaju zajedničkog pretka ali se više ne mogu međusobno razmnožavati. Jednostavnije rečeno, zebe s Galapagosa adaptirale su se novim okolinskim zahtjevima i razvile fiziološke osobine koje su im omogućile preživljavanje (Darwin, 1985; Grant i Grant, 2014).

Ipak, ispreplitanje genetskog herediteta i prirodne selekcije nije uspjelo u potpunosti objasniti principe postanka, razvoja i opstanka vrsta. U nauci, do Darwinova vremena, nije bilo govora o trećem vezivnom faktoru, čiji utjecaj skoro da nadvladava principe prirodne selekcije. Darwin stoga iznosi važno zapažanje: razmnožavanje, potraga za partnerom i odabir partnera, među mnogim vrstama, daleko su više od posmatranja i odabiranja najevidentnijih fizioloških kvaliteta pripadnika suprotnog spola. On pretpostavlja da *seksualna selekcija* igra jednu od najvažnijih

uloga u procesu evolucije, jer predstavlja potpuno zaseban adaptativni zahtjev koji mora zadovoljiti svaka jedinka koja želi prenijeti svoje gene na sljedeći naraštaj (Darwin, 1977, 1985). Na primjer, alfa mužjak u krdu jelena neće se pariti isključivo s jednom ženkom koja posjeduje najbolje razvijene karakteristike vrste i spola, nego s cijelim haremom, bez obzira što nemaju sve ženke podjednake karakteristike. Isto tako, neće se sve ženke iz harema pariti isključivo s dominantnim mužjakom. Vrlo često, košute se pare i sa rivalom dominantnog mužjaka, koji je po svojim karakteristikama i snazi nerijetko inferioran dominantnom mužjaku, ali je pronašao načine da, bez borbe s alfom, pristupi njegovim ženkama i pari se s njima. Tako je i među mnogim drugim prirodnim vrstama. Pravilo da se razmnožavaju samo i isključivo najsnažniji pripadnici vrste daleko je izraženije u čovjekovom selektivnom uzgoju nego u prirodnom ponašanju živih vrsta, među kojima je proces udvaranja i parenja uspješan za one najdomišljatije, odnosno one koji uspiju “zavesti” ženu, umjesto samo za najsnažnije. Darwin, na osnovu svojih zapažanja, izdvaja mehanizam po čijim principima djeluje seksualna selekcija: međusobna borba mužjaka za “pravo” na parenje sa ženkama (fizičkom borbom ili poređenjem fizičkih karakteristika) i ženski odabir, odnosno borba za naklonost ženki. Ženke mogu odbiti parenje s mužjacima koji naočigled posjeduju snagu i savršeno razvijene sekundarne spolne karakteristike isto kao što mužjaci mogu odabrati ženke koje nisu “savršeni” predstavnici spola i vrste (Darwin, 1977, 1985; Bajema, 1988; Richards, 2017). Jednostavnije rečeno, Darwinova teorija pretpostavlja da će oni organizmi koji se uspiju najbolje adaptirati, ne samo općim okolinskim zahtjevima nego i trenutnim kontekstualnim izazovima, imati daleko najveće šanse za preživljavanje i prenošenje gena.

Zaključke o prirodi živog svijeta Darwin prenosi i na “Porijeklo čovjeka” (1871), u kojem izdašno objašnjava proces seksualne selekcije, za koji navodi kako nije primjetan kod najnižih oblika života kao što su hermafroditi ili spužve i drugi slični organizmi koji život provode pričvršćeni za tvrdu površinu ili nemaju dovoljno razvijene organe za percepciju naglašenih fizioloških karakteristika. Darwin zaključke generalizira na čovjeka kroz naglašavanje korelacije seksualnog odabira žena i standardnih mjerila ljepote kod različitih kultura, kao što su neka afrička plemena i zapadnjačka kultura, čime nastoji obezbijediti empirijske dokaze svojih pretpostavki (Darwin, 1977). Evolucijska psihologija kasnije izdvaja seksualnu selekciju i potragu partnera kao ključne faktore koji utječu na čovjekove adaptacije, te koji određuju položaj i interakciju jedinke s mnogobrojnim sistemima u kojima živi. Seksualna zrelost i sposobnost seksualne selekcije su, u

evolucijskoj psihologiji, uzeti kao prekretna tačka u ljudskim životima - osoba koja ulazi u pubertet dostiže spolnu zrelost i postaje sposobna za spolno odabiranje, što mijenja odnos okoline prema osobi, stavljajući pred nju sve zahtjevnije adaptivne zahtjeve (Atkinson i Hilgard, 2007; Shelton, 2019).

Evolucija čovjeka

Ono što Darwinovu teoriju, u ono vrijeme, čini toliko kontroverznom, nije ideja da je živi svijet nastao evolutivnim procesima, nego tvrdnja da čovjek nije izuzetak od pravila, nije tvorevina nekog transcendentnog, omnipotentnog i imanentnog bića, nego posljedica razvoja nižih oblika života, bez djelovanja ikakvog nadnaravnog utjecaja. Svojom teorijom Darwin je uspio poljuljati temelje mnogih religija i podijeliti svijet na dvije oprečne struje: one koji vjeruju u Boga i one koji vjeruju u evoluciju (Rachels, 1990).

Trenutno u antropologiji postoje dva stajališta o evoluciji čovjeka. Jedno pretpostavlja da svi moderni ljudi, bez obzira na fizičke razlike, dijele zajedničkog pretka, te da je promjena staništa djelovala na razvoj različitih anatomskih karakteristika. Drugo stajalište pretpostavlja nekolike pretke, od kojih korijene vuku različite "vrste" ljudi: azijski, afro-amerikanci, evropljani, južnoamerikanci, aboridžini i drugi. Ova struja pretpostavlja da anatomske razlike jesu posljedica različitih staništa, ali da preci današnjih hominida zapravo nemaju iste korijene, nego su se razvili iz genetski odvojenih skupina u različitim geografsko-klimatskim zonama. Ipak, bez obzira na razlike u stajalištu, naučnici dijele ideju da su se fiziološke, a posebno psihološke karakteristike modernog čovjeka razvile kao posljedica složene interakcije genetskog utjecaja, prirodne selekcije i djelovanja okolinskih faktora (Lewin i Foley, 2004).

Teorija o anatomskom razvoju čovjeka ne odstupa značajno od teorije primijenjene na sve ostale vrste. Evolucijska teorija pretpostavlja da su genetski naslijeđe, prirodna selekcija i odabir partnera, s adaptacijom kao centralnim procesom, glavni mehanizmi putem kojih su se oblikovale različite vrste hominida. Pronađeni su fosilni dokazi koji upućuju na zaključak da su se sposobnosti karakteristične za čovjeka, kao što su hodanje na dvije noge i upotreba oružja, razvili zbog adaptacije na okolinske faktore te zadržali kao izražaj procesa prirodne selekcije (Lovejoy, 1988;

Stringer, 2016; Đapo, 2017; Kivell, 2019). Na primjer, hodanje je složena radnja koja zahtijeva specifične anatomske karakteristike, kao što su ljudska karlica, dugačke butne kosti, snažne pete, stopala i nožni mišići, kraće ruke i karakterističan položaj kičme u odnosu na karlicu, te razvijeni moždani centri za ravnotežu i koordinaciju. Ali hodanje na dvije noge ima i značajne predosti: ušteda energije, razvoj motoričkih sposobnosti ruku, dalji domet vida, što znači ranije primjećivanje predatora ili plijena, te neke termoregulatorne prednosti, kao što je bolje hlađenje organizma (Wheeler, 1991; Carrier, 2011). Davni predak čovjeka sve više vremena provodio je na zemlji umjesto na drveću, vjerovatno zbog pronalaska hrane, zbog čega je organizam bio primoran adaptirati se novim okolinskim zahtjevima, koji su nalagali potrebu da se, ukoliko osjeti predatora, brzo uspravi kako bi mogao vidjeti dalje i pobjeći na vrijeme ili da koristi ruke kako bi pravio i koristio oružja, te tako postao gospodar svoje okoline i popeo se na vrh hranidbenog lanca (Lovejoy, 1988; Ko, 2015; Stringer, 2016; Kivell, 2019).

Ostali anatomske sistemi, kao što su sistem organa za varenje, krvožilni sistem ili ruke s palčevima sposobne izvoditi sofisticirane nizove pokreta, prema mišljenju evolucionih znanstvenika, razvili su se na sličan način i uglavnom su bili posljedica adaptacije na okolinske zahtjeve, odnosno prirodne selekcije i genetskog herediteta s adaptacijom kao pokretačem promjena. Mozak je vjerovatno najkompleksniji organ, za koje se pretpostavlja da je razvijen kao oblik adaptacije. Evolucija mozga fascinira znanstvenike, ponajviše zbog manjka fosilnih ostataka iz određenih evolucionih stadija koji bi pomogli razlučivanju tijeka razvoja, ali i nemogućnosti preciznog razlučivanja multifaktorskih okolinsko-genetskih utjecaja, koji su doveli do razvoja i diferencijacije različitih moždanih područja i psiho-fizičkih sposobnosti (Barrett, 2012; Neubauer, 2012).

Ljudski mozak razlikuje se od mozga ostalih primata na nekoliko načina: poređenje omjera mozga i ostatka tijela pokazuje da čovjek ima daleko najveći mozak među primatima, s visoko razvijenim neokortikalnim područjima odgovornim za napredne intelektualne sposobnosti. U evolutivnoj prošlosti, zahvaljujući drugim adaptativnim promjenama, kao što je razvoj ruku ili hod na dvije noge, čovjeku je omogućen pronalazak hrane koja je više pogodovala razvoju mozga, ali čiji pronalazak je u isto vrijeme zahtijevao izvođenje kompleksnijih radnji, zbog kojih se mozak dodatno razvijao i koje su potpomogle diferencijaciji specijaliziranih područja mozga (govorno

područje, asocijativno područje). Uzročno-posljedičnu vezu nije moguće utvrditi, jer su faktori djelovanja i razvoja toliko usko isprepleteni da su diferencijacija i operacionalizacija procesa nemogući, a trenutno ne postoje metodološke tehnike koje bi omogućile pouzdane zaključke. Ipak, proces možemo pokušati zamisliti kao kontinuiranu interakciju pojedinca s njegovim okolinskim sistemima, koja dovodi ne samo do promjene pojedinca, nego i okoline (Atkison i Hilgard, 2007; Leonard i sur., 2007; Barrett, 2012; Hofman, 2014).

Dakle, na osnovu istraživačkih nalaza i teorijskih okvira, moguće je zaključiti da je sva kompleksnost čovjekovog postojanja, posebno fizičkog, posljedica adaptativnih promjena, koje su za cilj imale održavanje organizma i vrste na životu. Ipak, moguće je pretpostaviti da bi cjelokupan evolucijski proces, a pogotovo evolucija psiholoških sposobnosti, bio skoro nemoguć bez medijacijskog faktora, koji povezuje djelovanje okoline na adaptaciju i evolutivni razvoj adaptativnih oblika ponašanja - svijest.

Evolucija svijesti

Za razumijevanje utjecaja psihološkog svijeta na preživljavanje i adaptaciju u multifaktorskoj okolini, u kojoj je toliko teško odijeliti pojedinačne utjecaje da se mnogi istraživači ustručavaju upustiti u težak zadatak diferencijacije, potrebno je osvrnuti se na evoluciju svijesti, jer bez svijesti koja obavještava organizam o trenutnom okruženju, kao i o posljedicama njegovih akcija, organizam nema načina za procjenu efikasnosti adaptacija. Drugim riječima, bez svijesti, organizam ne bi imao načina znati šta je to u okolini čemu se treba prilagoditi niti bi mogao procijeniti jesu li adaptativna ponašanja zaista djelotvorna i hoće li omogućiti preživljavanje organizma. Iako kognitivno-emocionalni te neuralni sistemi igraju važnu ulogu u prikupljanju i obradi informacija, te reagovanju na okolinske podražaje, svijest možemo shvatiti kao metasredstvo, koje objedinjuje informacije iz svih sistema i stavlja ih u funkcionalan odnos s okolinom.

Istraživanja dvadesetog vijeka uglavnom su demonstrirala da je za postojanje svijesti potrebno da organizam ima razvijene određene cerebralne strukture, za koje se smatralo da su odlika sisara (Eccles, 1994). Ipak, nešto novija istraživanja pokazuju da većina kralježnjaka posjeduje

cerebralne strukture dovoljne za ispoljavanje nekih oblika svjesnog ponašanja, kao što je bježanje od opasnosti, osjećanje boli, uspješan pronalazak lokacije na kojoj se inače hrane, opća orijentacija u prostoru, pa čak i sposobnost rješavanja jednostavnih zadataka (Chandoo, Yue i Moccia, 2004; Allen, 2004).

Teorija patološke kompleksnosti (Veit, 2022) pretpostavlja da je sama svijest posljedica evolutivne adaptacije okolinskim zahtjevima, iako možemo pretpostaviti i hipotezu da je svijest postojala i ranije, a da je, kroz evolutivni napredak, samo pronašla novu materijalnu osnovu za svoje ispoljavanje. Ipak, takve spekulacije ostaju u domeni filozofije. Prema postulatima Veitove (2022) teorije, koja je usko vezana uz bihevioralnu biologiju, svijest se razvija iz potrebe da svako pojedinačno biće, sposobno kretati se, ima sposobnost prepoznavanja i rezonovanja u okolini u kojoj se nalazi, jer nema drugog načina da neuralni sistem prepozna uspješnost aktivnosti (hranjenje, razmnožavanje, bježanje od predatora) i održi organizam na životu. Teorija nije isključivo vezana za razvoj ljudske svijesti, nego svijesti kao osobine svih živih bića koja imaju čula, koja ih stavljaju u direktnu vezu sa okolinom u kojoj obitavaju. Konstantna interakcija bića s okolinom rezultirala je razvojem prefinjene sposobnosti prepoznavanja i razumijevanja okoline kako bi interakcija s njom i unutar nje bila kranje svrhovita i imala što više smisla (Veit, 2022).

U teoriji patološke kompleksnosti polazi se od hipoteze da se svijest, u općem smislu koji nadilazi čovjeka, razvila u kambriju, kad se odigrao jedan od najznačajnijih trenutaka prehistorije - rapidni razvoj kompleksnih organizama (Marshall, 2006). U to vrijeme, živi organizmi još uvijek nastanjuju morske dubine. Mnogi su, do tada, bili vezani isključivo za jednu površinu, bez svjetlosti. Posjedovali su osjetljive površine tijela, koje su ih kroz dodir i hemijsku analizu okruženja, stavljali u odnos s okolinom, ali svjesno prepoznavanje okoline nije imalo toliko značajnu funkciju, jer organizam nije bio u mogućnosti prilagođavati trenutno ponašanje i položaj okolinskim uvjetima. Ipak, određeni oblik svijesti o okolini i nužnosti promjene ih je potaknuo na evolutivni razvoj, koji je rezultirao odvajanjem od morskog dna i pronalaženjem alternativnih izvora hranjenja, što se može shvatiti ili kao kontraargument teorije, prema kojem je svijest već postojala, ili kao dodatnu logičku potvrdu teorije, prema kojoj su pasivni organizmi postali "svjesni" potrebe za promjenom vlastitog načina življenja u funkcionalniji oblik. U svakom slučaju, teorija pretpostavlja da se u periodu kambrija, s odvajanjem organizama od morskog dna,

javlja potreba za čulnim prepoznavanjem okoline. Razvijaju se ticala i prve fotosenzitivne strukture, koje omogućavaju prepoznavanje okoline i drugih bića u okolini, što vodi pojavi hranidbenog lanca, koji pred organizme stavlja nove izvore “patnje”. Pojavljuju se predatori i plijen (Dawkins, 1998; prema Veit, 2022). Iako se patnja o kojoj je ovdje riječ više odnosi na fizičko stanje nego psihološki fenomen (kakvim ga danas smatramo), teorija pretpostavlja da je svijest o neugodnosti (o patnji, na primjer glad ili prisustvo predatora) potaknula živa bića na nove, sofisticirane prilagodbe, koje su vremenom postajale sve kompleksnije, te omogućavale prepoznavanje različitih okolinskih uslova, kao što su promjene u temperaturi izazvane promjenom godišnjih doba, vrijeme razmnožavanja živih organizama i sl. Dakle, pretpostavka leži u ideji da je patnja izazvana trenutnim stanjem organizma (npr. glad, direktna fizička opasnost, vršenje nužde, razmnožavanje) dovela do razvoja doživljaja patnje ili svijesti o patnji, koju su organizmi nastojali umanjiti do anulacije specifičnim prilagodbama (Veit, 2022). Pretpostavke teorije da bi opstanak živih bića bez svijesti o tome šta im izaziva “patnju” bio skoro nemoguć podupiru istraživanja životinjskog bola (Rollin, 2011; Sneddon i sur., 2014; Abboud i sur., 2021). Iako na osnovu ove pretpostavke ne možemo reći da su kambrijski organizmi posjedovali sposobnost svjesnog rezonovanja onakvog kakvim ga danas poznajemo, možemo pretpostaviti postojanje instinktivnih, jednostavnih psiholoških radnji, uporedivih s onima koje posjeduju današnja živa bića, koje su pomagale u razumijevanju razlika u posljedicama ispoljavanja specifičnih ponašanja.

Ipak, razvoj svijesti kod živih bića ostaje nerazrješen znanstveni problem. Neki istraživači smatraju da je životinjsku svijest nemoguće istraživati zbog problema solipsizma, dok drugi smatraju da je nemoguće objektivno istraživati subjektivne fenomene kod ne-ljudi, jer oni još uvijek nemaju komunikacijski sistem koji bi im omogućio prenošenje poruke o njihovom trenutnom unutrašnjem stanju (Fabbro, 2019). Sva istraživanja svijesti kod životinja moraju se zasnivati na opažanju bihevioralnih pokazatelja unutrašnjeg stanja (npr. emocionalne reakcije), koji nam otkrivaju samo jednu stranu novčića, ostavljajući subjektivni doživljaj živih bića koja nisu ljudi i njihovu svijest zauvijek izvan dosega ljudske spoznaje.

Čak i kad je istraživači uspiju definirati i obuhvatiti u svojim istraživanjima, problem svijesti ne nestaje. Pitanje kako znamo da je svijest ono što mislimo da jest, nadilazi egzaktna istraživanja i

oscilira potpuno u misaonoj sferi, povlačeći nekoliko epistemoloških problema, kao što su epistemološki pluralizam i “problem drugog uma” (solipsizam). Zbog filozofske pozadine pitanja svijesti, neki istraživači (npr. Schrödinger, prema Fabbro, 2019), smatraju kako pitanje svijesti nije pseudoznanstveno, nego samo nadilazi naučna istraživanja (Fabbro, 2019).

Evolucija ljudske svijesti

Svijest modernog čovjeka sposobna je ne samo percipirati okruženje i samoga sebe, nego shvatiti poziciju i ponašanje drugih, kao i spekulirati o vlastitom nastanku i nestanku, te razmišljati o prošlosti i budućnosti. Ipak, ona ostaje jedan od slabije objašnjenih fenomena u psihologiji i nauci općenito. Razlog tome jest teško, skoro nemoguće, opercionaliziranje konstrukta, koje bi uspjelo objediniti mnoge teoretske perspektive o različitim aspektima, funkcijama i mjerenjima svijesti. Štaviše, pojam svijesti toliko je “neobjašnjiv”, da su mnogi istraživači smatrali kako je potpuno nepotrebno istraživati neobuhvatljivu, ali samu po sebi jasnu i postojeću formu izražaja električne aktivnosti unutar neuralnog sklopa. Drugi su je nazivali produktom imaginacije, odnosno mišljenja, koje je toliko sofisticirano da mu je nemoguće odrediti komponente i raščlaniti ga na manje cjeline, pa se zbog takve nemogućnosti, proglasio sviješću (Wilkes, 1984). Prava zbrka nastaje kad se sviješću počne smatrati svjesnost o senzornim iskustvima i psihološkim procesima (Zeman, 2002, prema Fabbro, 2019), kao što su mišljenje, sjećanje, ili verbalna komunikacija, koji su sami po sebi teško istraživački obuhvatljivi fenomeni. Da stvar bude još teža, neki istraživači u neuroznanosti svijest nazivaju “umom”, čime objašnjavaju složenost svjesnih i nesvjesnih procesa koje inkorporira, ali i odmiču korak dalje od konkretizacije i operacionalizacije pojma (Fabbro, 2019).

Kako se ljudska svijest razvijala u evolutivnom procesu, pitanje je koje još uvijek nema solidan i pouzdan odgovor, ponajviše zbog toga što istraživači različitih, ali i istih disciplina zauzimaju oprečne stavove i dolaze do oprečnih rezultata u svojim istraživanjima, što otežava donošenje konačnog zaključka. Obzirom da je svijest toliko teško obuhvatiti čak i samoj svijesti, psiholozi su se usmjerili na ispitivanje nesvjesnih stanja, pretpostavljajući da će dijalektičkim razumijevanjem onoga što svijest nije, biti korak bliže razumijevanju onoga što jest. Ipak, dijalektika u tom slučaju može dovesti do pogreške u zaključivanju, jer ono što nazivamo

nesvjesnim predstavlja samo jednu od razina svijesti, pa nazivanje nesvjesnog procesa nesvjesnim ne implicira potpuno odsustvo svijesti, nego samo jedan od mogućih, racionalnom umu nedostižnih, oblika svijesti. Zbog ovog problema sprovedena su mnoga istraživanja koja su se bavila spavanjem i snovima, za koje se smatra da osciliraju na nesvjesnoj razini svijesti (pogledati: Antrobus, 1983; Cavallero i sur., 1992, prema Atkinson i Hilgard, 2007; Zarcone, 1975; Ferrara i De Gannaro, 2001; Steriade, 2003; Velicu i sur., 2016), a iznesene su i teorije koje osnovni dinamički pokretač psihološkog svijeta (posebno ličnosti) stavljaju upravo u nedokučivu domenu nesvjesnog (npr. Freud, 1900; Jung, 1969).

O evoluciji ljudske svijesti moguće je pretpostavljati na osnovu neuroloških istraživanja, koja podupiru ideju da ljudska svijest ima nekoliko slojeva, koji su se razvijali u različitim evolutivnim periodima. U neurologiji, svijest se klasificira kroz dvije dimenzije, od kojih se jedna odnosi na svijest o okolini, koja je uglavnom povezana sa aktivnošću u “starijim” dijelovima mozga, kao što su moždano deblo, talamus i hipotalamus, što se može smatrati sviješću koja je prethodila svjesnom racionalnom umu, te koja je bliža “životinjskoj” svijesti, dok se druga odnosi na tumačenje i proizvođenje sadržaja iz okoline i u okolinu kombinacijom različitih kognitivnih procesa kao što su mišljenje, pamćenje i inteligencija, što je shvaćeno kao izražaj “svjesnog” racionalnog uma, iako se pozadinska obrada podataka, i u tom slučaju, odvija u nesvjesnom (Atkinson i Hilgard, 2007). Ovakva dimenzionalnost, ali i evolutivni poredak, donekle su potvrđeni istraživanjima na medicinskim pacijentima kojima je vještački izazvano stanje bez svijesti (na primjer anestezijom). Pretpostavimo da se, u evolutivnoj historiji, najprije razvila primitivna svijest nevezana za jezik, koja je omogućavala preživljavanje, a tek kasnije, razvojem društva i civilizacije, dolazi do razvoja racionalne svijesti kakvu danas poznajemo. Istraživanja pokazuju da se moždana aktivnost prilikom povratka svijesti naprije pokreće u starijim dijelovima mozga, koji su uglavnom povezani s primitivnim radnjama kao što je nadgledanje okoline s ciljem zaštite od predatora, što podupire pretpostavku da su se, u evolutivnoj historiji, najprije razvile primitivne “svjesne” radnje. Takve radnje drugačije su od racionalne svijesti jer su instinktivne i ne proizvode čiste misli nego automatske reakcije, te za njih možemo reći da su oblik ili zaostatak primordijalne svijesti nevezane za jezik koja je omogućavala preživljavanje organizma. Druga dimenzija usko je povezana s jezikom, jer čovjek uglavnom iskustva racionalne svijesti iznosi razvijenim verbalnim sistemom komunikacije (Fabbro, 2019; Cloninger, 2009).

Ovime dolazimo do izuzetno važne tačke u evoluciji ljudske svijesti - razvoja govora i jezika, koji su skoro nerazdvojni od racionalnog uma, a za koje je trenutno nemoguće utvrditi tačnu poziciju na evolucijskoj ljestvici. Jedina pretpostavka koju možemo donijeti jest da je nejezička svijest prethodila jezičkoj, jer je bila prisutna i kod čovjekovih evolutivnih predaka koji nisu imali sposobnost sofisticirane jezičke komunikacije. Istraživanja fosilnih ostataka pokazuju da je, u evolutivnom procesu mozak, mijenjao svoju strukturu, te da je nakon uspravljanja, vjerovatno zbog okolinskih zahtjeva, čovjek počeo razvijati sposobnost verbalne komunikacije koja povećava šanse za preživljavanje. S vremenom, jezička komunikacija počinje nadilaziti sve do tada evoluirane komunikacijske sisteme (na primjer komunikacija kod kitova, delfina, majmuna i čovjekolikih majmuna), a moždana područja koja današnji čovjek koristi za izvođenje jezički funkcija primjećena su još kod Homo habilisa. Ipak, centri za nejezičku svijest primjetna su kod vrsta koje su prethodile Homo habilisu, zbog čega pretpostavka da nejezička svijest prethodi jezičkog ima stabilno uporište (Cloninger, 2009). Ipak, nemoguće je razlučiti da li su dalji razvoj mozga i put prema racionalnoj svijesti potaknuti verbalnom komunikacijom ili je verbalna komunikacija potaknuta ubrzanim razvojem neokorteksa i svijesti koji su joj prethodili. Noam Chomski je, u nekim svojim djelima (npr. Reflections of Language, 1975) prepoznao problem koji povlači povezanost uma i jezika, te nije propustio naglasiti značajne teškoće koje se javljaju svaki put kad pokušamo razumjeti porijeklo jezika kao oblika adaptivno-bihevioralnog izražaja.

Evolucija ljudske svijesti otišla je toliko daleko da je svijest postala svjesna sama sebe, zbog čega je pretpostavljeno odigrala značajnu ulogu i u razvoju ličnosti, a posebno osobina ličnosti, koje prema pretpostavkama evolucijske teorije, predstavljaju najučinkovitije oblike akcije i reakcije na okolinu, koje su se zbog učinkovitosti zadržale unutar genetskog materijala i ponašajnih obrazaca modernog čovjeka (Atkinson i Hilgard, 2007).

Povezanost svijesti i adaptacije

Za razumijevanje povezanosti svijesti i adaptacije, potrebno je razumjeti na šta se tačno svijest odnosi. Iako smo već utvrdili da postoje svjesni i nesvjesni slojevi svijesti, koji su se razvijali, ili bolje rečeno, izranjali iz materije njezinom evolutivnom progresijom, istinska definicija svijesti, zbog složenosti i nemjerljivosti konstrukta, nadilazi psihološka i neurološka istraživanja i prelazi

u sferu filozofije i dijalektike. Prema Atkinson i Hilgard (2007) svijest se odnosi na postojeću svjesnost pojedinca o vanjskim i unutrašnjim podražajima. To znači da svijest podrazumijeva svjesnost o onome što se događa u neposrednoj blizini organizma, te ono što se dešava unutar organizma na tjelesnom i psihološkom nivou (svjesnost o senzacijama unutar tijela ili određenog dijela tijela i svjesnost o sjećanjima, mislima), što je definicija koja pruža relativno postojanu istraživačku osnovu. Ipak, intuitivna esencija svijesti, sveprisutna u svakom čovjeku, pa možda i živom biću, ne može biti obuhvaćena psihološkom definicijom. Još je John Locke (prva publikacija 1690; 1962) pokušavao objasniti svijest, a iz njegove perspektive ona je postojanost odnosno kontinuitet koji se ispoljava pojedinačnim fizičko-fiziološkim i psihološkim procesima, koje nadilazi i o kojima neovisno postoji jer se procesi mogu mijenjati, ali svijest koja ih je svjesna i dalje ostaje svijest bez obzira na identitet osobe. To znači da, ukoliko jedna osoba vlastitom svijeću predoči identično iskustvo (određeno fizičkim i psihološkim faktorima) druge osobe, ista svijest unutar njih je svjesna tog iskustva, iako ono ne mora biti doživljeno i percipirano na isti način jer osobe posjeduju različite ličnosti, životne historije, emocije, iskustva i druge nematerijalne ili materijalne supstancije. Ovakva predodžba svijesti, iako je smisljena, teško je empirijski provjerljiva, jer je svijest toliko usko povezana s osobom kao cjelinom koja uključuje sva njezina životna fizička i psihološka iskustva, da je skoro nemoguće praktično dokazati da unutar svake osobe obitava ista svijest, što predstavlja epistemološki problem svijesti.

U psihologiji je svijest, bez obzira na teškoće u definiranju, uz pažnju i percepciju, jedno od glavnih sredstava kojima organizam stupa u odnos s okolinom, prepoznaje okolinske uvjete i djelovanje okoline na vlastiti organizam, te procjenjuje uspješnost i korisnost cilju usmjerenih ponašanja, među koje spada i adaptacija. Ona je, bolje rečeno, psihološki metakonstrukt koji omogućava interakciju s okolinom koristeći se uvidom iz različitih psiholoških sistema (Verschure, 2016). Možemo reći da su svi procesi koji se odvijaju unutar psihološkog svijeta čovjeka, u većoj ili manjoj mjeri su vezani uz svijest, pod utjecajem su svijesti ili vrše utjecaj na svijest. Određeni stimulusi u našem okruženju privlače našu pažnju, bilo zbog toga što ih ne prepoznajemo ili zbog toga što o njima imamo već ranije stvorene kognitivne sheme, "usvojene" kroz svjesno poimanje sebe i okruženja, a modulirane procesima mišljenja i pamćenja. Skretanje pažnje na određeni stimulus biva podložno nesvjesnom procesiranju, koje i dalje ostaje dio svijesti, samo što se procesi odvijaju toliko brzo da ih budna svijest ne može obuhvatiti, koje stimulus dalje

smješta u određenu kognitivno-spoznajnu kategoriju, s ciljem uklapanja u postojeću shemu, stvaranja nove sheme ili unapređenja postojeće, što olakšava tumačenje i davanje značenja okolini, na osnovu kojeg odlučujemo o svojim sljedećim koracima. Kodirane informacije se potom vraćaju nazad u budnu, racionalnu svijest, zbog čega osoba kontrolisano stupa u interakciju s okolinom. Iako se ovi procesi ili njihovi dijelovi, odvijaju na izvan bude svijesti, konačno značenje, smisao i plan akcije su mogući jer implus za radnje koje treba ili ne treba izvesti prelazi u budnu svijest, kroz koju stupa u interakciju s okolinom. Nemoguće je jasno razlučiti svijest, svjesno poimanje, rezonovanje i ponašanje od bilo kojeg od ovih procesa. Štaviše, možemo reći da su svi različiti kognitivno-emocionalni procesi uronjeni u svijest odnosno zaokruženu svjesnu mentalnu cjelinu na osnovu koje dajemo značaj okolini i procjenjujemo efikasnost našeg ponašanja (Sternberg i Sternberg, 2011).

Dakle, iako još uvijek ne postoje čvrsti istraživački nalazi koji će to potvrditi, možemo pretpostaviti da je svijest medijator između organizma i okoline, na kojem je zasnovana sva adaptacija. Ukoliko organizam nije svjestan svoje okoline, onda njegove adaptacije i djelovanja kognitivnih sistema neće biti ciljno usmjerene radnje nego nizovi nasumičnih, besmislenih akcija, koje nemaju početak i kraj.

Zbog slojevite, i teško obuhvatljive prirode svijesti, čini se lakim negirati ideju da svijest zaista ima veze s adaptacijom, jer se većina prilagodbenih procesa odvija automatski odnosno "nesvjesno". Na primjer, lica i glasove drugih ljudi prepoznajemo bez ulaganja svjesnog napora; na isti način reagiramo na prijeteće okolinske podražaje (Adams i sur., 2010). Ipak, odsustvo aktivnog "svjesnog" ulaganja kognitivnih napora ne znači da starija područja našeg mozga ne prepoznaju okolinske stimuluse i prije nego ih budno prepoznamo i damo im značenje na "svjesnom" nivou. Drugim riječima, odsustvo prepoznavanja svjesne svijesti ne znači da je svijest potrebna za adaptaciju potpuno odsutna (Fabbro, 2019). Upravo taj nesvjesni oblik svijesti igra daleko važniju ulogu u razvoju adaptativnih ponašanja nego usmjereno svjesno djelovanje, što je posebno primjetno kod životinja, koje uglavnom ispoljavaju adaptativna ponašanja nagonski (Morgan, 1947).

Zbog takve dvojne prirode ljudske svijesti, pretpostavljamo da ljudska adaptacija preuzima dva oblika. S jedne strane možemo reći da čovjek ispoljava adaptativna ponašanja koja pomažu njegovom preživljavanju, i takve adaptacije odvijaju se uglavnom na nesvjesnoj razini. Na primjer, naš organizam, kad boravimo u hladnom prostoru, pokreće proces drhtanja, koji za cilj ima proizvodnju oscilacija koje ublažavaju osjećaj hladnoće. To je oblik nesvjesne adaptacije, čija je primarna svrha osiguravanje preživljavanja organizma. Prepoznavanje lica prijeteće osobe s ciljem pravovremenog bijega, također se odvija na nesvjesnoj razini, kao i prepoznavanje određenih stimulusa u saobraćaju i svakodnevnom životu (Hayashi i sur., 2003; Desender, Van Lierde i Van den Bussche, 2013; Ansorge, Kunde i Kiefer, 2014). S druge strane, neke ljudske adaptacije, kao što je, na primjer, čekanje pravog trenutka da zatražimo uslugu od prijatelja, odvijaju se na svjesnoj razini, ali kroz nesvjesne procese, i upravo to demonstrira kompleksnost interaktivnog djelovanja razvijenih kognitivnih sistema i procesa (kao što su mišljenje, predodžbe, odlučivanje, pamćenje, inteligencija, jezik) i svijesti (Sternberg i Sternberg, 2011). Iako nismo svjesni pozadinskih procesa, njihovi produkti dolaze u svijest, koja ih koristi kako bi se prilagodila okolinskim zahtjevima na toliko sofisticiran način da neke adaptacije više nemaju za cilj isključivo preživljavanje organizma, nego se vežu za socio-emocionalne aspekte ljudske egzistencije koji nadilaze nagon za preživljavanjem. Čovjek kroz svoje adaptacije više ne pokušava samo ostati živ, nego nastoji izvući ono najljepše iz života, a da pri tome ne nanosi štetu drugima, te nastoji “živjeti umjesto preživljavati”.

Ličnost

Evolucija ličnosti i adaptacija

U dvadesetom vijeku, neki psiholozi počeli su svoje teorije zasnivati na teoriji evolucije, što je rezultiralo formiranjem nove grane psihologije nazvane evolucijska psihologija, na koju se nadograđuje i sociobiologija, a iz koje proizilazi evolucijska perspektiva ličnosti. Evolucijska psihologija pretpostavlja da su u evolutivnoj metamorfozi čovjeka sačuvana ona ponašanja koja su povećavala šanse za preživljavanjem i prenošenjem gena na potomke, te da su tako, generacijski ponavljana, inkorporirana u ljudsku ličnost (Atkinson i Hilgard, 2007). Jednostavnije rečeno, evolucijski pristup ličnosti predlaže ideju da su ličnost i osobine ličnosti posljedica prirodne i

seksualne selekcije, odnosno da su osobine ličnosti posljedica adaptativnih ponašanja koja su dovela do evolutivnih promjena, što je organizmima omogućilo ne samo preživljavanje, nego i pronalazak partnera.

Neki konceptualni okviri, uglavnom zasnovani na životinjskom ponašanju, iznose moguće razloge zbog kojih možemo pretpostaviti da je ličnosti posljedica adaptacije, a čije je ideje donekle moguće generalizirati na ljude (Dingemans i Wolf, 2010; Wolf i Weissing, 2010). Autori ovih okvira predlažu ideju da se kod životinja ličnost javlja kao adaptativni odgovor na okolinske podražaje i zahtjeve, te da se, ukoliko se neka osobina ispoljena kao adaptativni odgovor pokaže funkcionalnom, uglavnom zadržava, iako ne kod svih pripadnika vrste, čime se objašnjavaju individualne razlike. Pretpostavlja se da su individualne razlike također posljedica, ne samo genetskog utjecaja, nego i ideje da se različite osobine ličnosti pokazuju različito funkcionalnim za različite organizme. Odnosno, ono što je funkcionalno jednom, ne mora biti funkcionalno drugom organizmu, zbog čega jedinke iste vrste mogu ispoljavati različita ponašanja u istim ili sličnim situacijama (Dingemans i Wolf, 2010; Wolf i Weissing, 2010). Generalizacijom na ljude, možemo pretpostaviti da su razlike u osobinama ličnosti posljedica različite funkcionalnosti adaptacija koje ispoljavaju različite jedinke iste vrste. Neki pojedinci bolje prolaze kad su tihi, drugi kad su glasni, neki kad su emocionalni, drugi kad su savjesni.

Iako nemamo jasnog dokaza da je razvoj ličnosti posljedica adaptativne strategije koja je povećavala šanse za preživljavanjem, možemo pretpostaviti da je zasigurno igrala određenu ulogu u životima naših dalekih predaka, zbog čega se zadržala kao genetska dispozicija, koju okolinski uvjeti skoro neminovno pokreću. Genetsko nasljeđivanje ličnosti potvrđuju i istraživanja rađena na blizancima i drugim bliskim srođnicima. Nalazi ovih istraživanja demonstrirali su nevjerovatno slične obrasce ispoljavanja osobina ličnosti među genetskim srođnicima, posebno među jednojajčanim blizancima. Istraživanja na drugim, daljim genetskim srođnicima pokazuju da je oko 30 do 50% osobina ličnosti nasljedno (Lykken, 1982; Tellegen i sur., 1988; Bouchard i sur., 1990; Newman, Tellegen i Bouchard, 1998 - prema Atkinson i Hilgard, 2007).

Darwin, u svojoj teoriji, pretpostavke o evoluciji psihološkog svijeta (u kojem pojam ličnosti još uvijek nije bio izdiferenciran koliko danas) objašnjava i kroz intenzivan socijalni utjecaj - spolni

odabir. Za preživljavanje primitivnog čovjeka fizička sposobnost nije bila jedini faktor koji je garantovao, uvjetno rečeno, dug život i prenošenje gena na sljedeće generacije. Muškarci se, kao i mužjaci mnogih drugih vrsta, moraju boriti za naklonost ženki. I kao što neke ptice na domišljate načine nastoje privući pažnju ženki, tako i čovjek, ne fizičkim nego intelektualnim sposobnostima i osobinama (među koje uvrštavamo i osobine ličnosti), pokušava pronaći ženke voljne iznijeti na svijet njegovo potomstvo (Darwin, 1977).

Buss (1997) također prepoznaje utjecaj društva kao važan faktor u adaptativnoj evoluciji ličnosti, ponajviše zbog toga što društvo postavlja nove adaptativne zahtjeve pred ličnost. Rezultati istraživanja pokazuju da skoro 50% varijabiliteta unutar osobina ličnosti može biti objašnjeno upravo djelovanjem okolinskih faktora (Penke, Denissen i Miller, 2007; Krueger i sur., 2008; Vukasović i Bratko, 2015; Bratko, Butković i Vukasović Hlupić, 2017). Međutim, razliku od Darwinove pretpostavke da je u osnovi svega seksualna selekcija, Buss pretpostavlja da se čovjek više ne mora razvijati samo osobine poželjne suprotnom spolu, nego mora oblikovati svoje ponašanje tako da je ono *ugodno* drugim članovima grupe i društva, *bez obzira na mogućnost razmnožavanja s njima* (Buss, 1977).

Pretpostavke da se osobine ličnosti razvijaju procesom prirodne i seksualne selekcije mogle bi lako navesti na zaključak da muškarci, posljedično, imaju samo “muške” osobine ličnosti, a žene “ženske”, jer se u evolutivnoj historiji uloga muškaraca i žena, kao i obrasci njihovih poželjnih ponašanja, razlikovala. Pretpostavlja se da su muškarci, više od žena, težili razvoju osobina koje osiguravaju moć, superiornost i sposobnost osiguravanja sredstava za preživljavanje porodice, dok su žene, više od muškaraca, ostajale kod kuće i razvijale tople međusobne odnose sa drugim ženama, što je povećavalo šanse za preživljavanje mladih (Atkinson i Hilgard, 2007).

Ali koliko god spolne razlike bile „evidentne“, i koliko god patrijarhalna pozadina sistema u kojem živimo naglašavala ulogu muškarca i reducirala ulogu žene, ideja o univerzalnoj, o spolu nevosnoj svijesti u koju je ličnost uronjena, te mnogobrojna istraživanja (Cattell, 1948; Foschi, 1996; Lippa, 2010) pokazuju da, kad je u pitanju ličnost, nema značajnih razlika između muškaraca i žena, te da razlike koje i postoje, manje su posljedica evolucije, a daleko više posljedica socijalnih i kulturoloških utjecaja (Costa i sur., 2001; Schmitt i sur., 2008; Weisberg i sur., 2011). Drugim

riječima, iako su kod mnogih životinjskih vrsta mužjaci ukrašeni lijepim perjem, kakvim su se i muškarci ukrašavali kroz vijekove, a uloga žene bila “sekundarna” u poređenju s muškarcima, dosadašnja istraživanja pokazuju relativno male razlike u osobinama ličnosti između muškaraca i žena, s izuzetkom onih osobina koje su naglašene zbog utjecaja okolinskih faktora (npr. socijalnog odgoja), kao što je emocionalnost, s naglaskom na agresiji (koja se nešto češće ispoljava kod muškaraca) i prosocijalno ponašanje i altruizam (koji su nešto izraženiji kod žena).

Dakle, moguće je pretpostaviti, iako ne i empirijski dokazati, da se ličnost čovjeka u evolutivnoj historiji ponašala relativno slično “ličnosti” životinja, odnosno da su najkorisnije osobine ličnosti omogućavale najbolju adaptaciju, te da su zbog toga, epigenetski, postajale dio genetskog koda koji se prenosi na sljedeće generacije. Time je stvorena dispozicija koju su pokretali određeni okolinski faktori. Dakle, ličnost je ta koja organizmu pomaže da se adaptira na okolinske zahtjeve na njemu svojstven način, ali je u isto vrijeme je i sama posljedica transgeneracijskih adaptativnih prilagodbi, koje su dovele do oblikovanja onoga što danas poznajemo kao ličnost. No prije nego pokušamo pružiti objašnjenje adaptacije ličnosti i mehanizama koji leže u njenoj osnovi, te načina na koje okolinski faktori diktiraju prilagodbe ličnosti, osvrnut ćemo se na definiciju ličnosti i operacionalizaciju kognitivno-emocionalnih fenomena usko povezanih s ličnošću.

Definicija ličnosti

Mnogobrojni istraživači, teoretičari, filozofi i književnici pokušali su formulirati vlastitu “definiciju” ličnosti, koja bi na što jednostavniji način inkorporirala obimnost i veličinu onoga što smatramo ljudskom prirodom, onim što čovjek jest i kroz šta navigira složenim svijetom, a što u psihologiji nazivamo ličnošću.

Iako se danas Sigmund Freud smatra začetnikom psihologije ličnosti u pravom smislu te riječi, jer je prvi autor koji je koncipirao teoriju ličnosti i potkrijepio je nalazima psihoanalitičkih terapijskih procesa, on nije pružio nikakvu konkretnu definiciju ličnosti, vjerovatno zbog svijesti o širini i kompleksnosti pojma (Fulgosi, 1981). Ipak, prvi je u psihologiji predložio zaokruženu strukturu ličnosti, prema kojoj se ličnost sastoji od tri komponente, koje kao cjelina usmjeravaju unutrašnju dinamiku i ponašanje osobe - id, ego i superego, te iznio ideju o slojevitosti svijesti, poredeći je sa

santom leda, pri čemu vrh sante predstavlja budnu, racionalnu svijest, a potopljeni dio nepreglednu nesvjesnu svijest, u koju su smješteni i s kojom su u direktnom odnosu svi psihološki procesi. Odnos između tri strukture, od kojih se prva (id) smatra primitivnim pokretačem, druga (ego) upravljačem, a treća (superego) “moralnim kompasom”, pokreće psihičku energiju u pojedincu, koja se kreće u smjeru zadovoljenja različitih potreba i koja fluktuirá između racionalne svijesti i dubokog nesvjesnog. Potrebe se uglavnom javljaju unutar ida i superega, koji pred ego postavljaju zahtjeve koje mora ispuniti bez da naruši odnos s okolinom i vlastiti integritet. Svaki put kad se neka potreba ida ili superega ne može momentalno zadovoljiti, uglavnom zbog djelovanja okolinskih faktora, u ličnosti se stvara konflikt, koji ukoliko se razriješi (zadovoljenjem potrebe) rezultira ugodnošću, ukoliko ne, rezultira frustracijom, čije nakupljanje vodi neurotičnom ponašanju (Fulgosi, 1981; Larsen i Buss, 2008). Konflikt i frustracije u ličnosti mogu se pojmovno povezati s Veitovom (2022) teorijom kompleksne patologije, koja pretpostavlja da su organizmi u kambriju, nastojeći izbjeći patnju (frustraciju) koju izaziva okolina, počeli razvijati svijest kako bi se mogli što bolje adaptirati na vanjske zahtjeve.

Tridesetih godina XX vijeka, pojavom prvih udžbenika psihologije ličnosti, napravljeni su prvi pokušaji definiranja ličnosti. Tadašnji teoretičari i istraživači, kao i današnji, naišli su na isti problem: kako definirati toliko širok i obuhvatan pojam kao što je ličnost, bez izostavljanja makar jedne važne komponente (Fulgosi, 1981).

Oni autori koji su ponudili svoje definicije, zasnivali su ih uglavnom na nalazima vlastitih istraživanja, zbog čega nose daleko veću znanstvenu, ali ne nužno i spoznajnu, vrijednost od onih koje samo pretpostavljaju sve funkcije i procese. Na primjer, Cattell kaže da je ličnost ono što dozvoljava predviđanje nečeg što će neka osoba učiniti u datoj situaciji. Drugim riječima, “ličnost se odnosi na cjelokupno ponašanje pojedinca, kako javno tako i ono ispod kože” (Fulgosi, 1981, str. 8). Ova definicija upućuje na pretpostavku da je ličnost poseban izraz unutrašnje dinamike koji je usko povezan s kontekstom u kojem se osoba nalazi, a koji se uglavnom odnosi na okolinske faktore, koji determiniraju prirodu konteksta.

Prema Eysencku, “ličnost je više ili manje stabilna i trajna organizacija karaktera, temperamenta, intelekta i fizičke konstitucije neke osobe koja određuje njegovu osobitu prilagodbu svojoj

okolini”, a prema Hilagrdu, “ličnost predstavlja ukupan zbroj obilježja pojedinca i načina ponašanja koji po svojoj organizaciji ili obrascu opisuju jedinstveni način prilagođavanja tog pojedinca njegovoj okolini” (Fulgosi, 1981, str. 8). Gordon Allport također oscilira oko sličnih komponenti definicije, pretpostavljajući da je ličnost specifična dinamička organizacija psihofizičkih sistema unutar pojedinca koji određuju prilagodbu okolini (Vollmer, 1974; Fulgosi, 1981, str. 8).

Navedene teorije, kako i sam Fulgosi (1981) zapaža, uglavnom se bave ponašajnom komponentom ličnosti, iz jednostavnog razloga: ponašanje pojedinca je daleko objektivniji prikaz unutrašnje dinamike od bilo kakvih pretpostavljenih sistema, što istovremeno reducira ideju o ličnosti ako neprekinutom, u svijest uronjenom identitetu pojedinca, ali i pomaže u očivanju empirizacije i znanstvenosti psihologije.

Larsen i Buss (2008) predlažu jednu od obuhvatnijih definicija, prema kojoj je ličnost *skup psiholoških osobina i mehanizama unutar pojedinca, koji su organizirani i relativno trajni, te koji utječu na njegove interakcije i adaptacije na intrapsihičku, fizičku i socijalnu okolinu* (Larsen i Buss, 2008). Ova definicija ne ostavlja previše prostora za neznanstvenu spekulaciju, a u isto vrijeme pruža podlogu za znanstvena istraživanja.

Iz definicija mnogobrojnih istraživača i teoretičara ličnosti moguće je izvući nekoliko zajedničkih vezivnih komponenti, izdvojiti nekoliko dodirnih tačaka, konstrukata koji se međusobno isprepliću. Prvi je ponašanje, koje se uzima kao objektivno ispoljavanje i mjera unutrašnje dinamike, drugi predstavljaju osobine ličnosti, koje diktiraju načine na koje se unutrašnja dinamika manifestuje u različitim kontekstima i treći ono što, prema evolutivnoj teoriji, možemo donekle smatrati pokretačem ponašanja - adaptacija okolini.

Adaptacija ličnosti

Sudeći prema definiciji ličnosti koju nude Larsen i Buss (2008) i teorijama Eysenka i Allporta, adaptaciju možemo protumačiti kao svrhu kojoj vode ljudska ponašanja, a adaptacija ličnosti doprinosi općoj adaptaciji pojedinca, i stoga ona predstavlja dodatno sredstvo kroz koje pojedinac

navigira vlastito djelovanje u složenom socio-emocionalnom okruženju. Međutim, kao i ličnost, adaptacija ličnosti je multifaktorski konstrukt, čije djelovanje ne počinje i ne završava samo u sferi ličnosti, nego je povezano s dinamikom u različitim kognitivno-emocionalnim sistemima pojedinca. Zasniva se na mentalnim shemama, moduliranim životnim iskustvom, koje pokreću ili umiruju emocionalne reakcije, što se manifestira u ispoljavanju različitih oblika ponašanja, koja su u većoj ili manjoj mjeri prikladna kontekstualnim adaptativnim zahtjevima. Možemo je pokušati zamisliti kao proces u kojem adaptativni zahtjev iz okoline uđe u budnu, racionalnu svijest pojedinca, čime pokreće niz nesvjesnih reakcija. Kognitivni sistem prima informacije, kodira ih i tumači u skladu s ranijim iskustvima, znanjem, mišljenjem i stavovima, što se odvija na nesvjesnoj razini. Potom se informacije iz nesvjesnih procesa sudaraju s osobinama ličnosti (načinima na koje je osoba u interakciji s okolinom), čime se dodatno moduliraju i šalju nazad u racionalnu, izvršnu svijest, kao impulsi koji pokreću specifične ponašajne reakcije, koje predstavljaju adaptativne odgovore ličnosti na okolinske zahtjeve. Adaptacija ličnosti je, dakle, kao i sama ličnost, usko povezana s ostalim oblastima psihologije (kognitivnu, socijalnu i psihologiju emocija).

Teorije autora koji su vješto izbjegavali definiranje ličnosti i predložili njezinu unutrašnju strukturu, mogu poslužiti kao dodatna osnova za objašnjenje adaptacija ličnosti. Carl Gustav Jung (1949, 1966) je u svojoj teoriji ličnosti predložio ideju da se ličnost sastoji od pet glavnih arhetipova - sjenke, persone, animusa/anime i selfa (pravog ja), koji osciliraju na dva nivoa nesvjesnog: lično i kolektivno nesvjesno, a kojima kao medijator s okolinom služi Ja (ego). Persona predstavlja onaj dio ličnosti koji je odgovor na okolinu, te ga osoba najčešće koristi kad je u interakciji s drugim ljudima, iako ne predstavlja pravu prirodu osobe koja je ispoljava. Sjenka predstavlja strukturu sličnu idu, ali u Jungovoj teoriji ona nije potaknuta primarnim potrebama kao što je hranjenje, nego predstavlja onaj dio ličnosti za koji osoba smatra da nije, a koji uglavnom uključuje cijeli spektar supresiranih "neprijatnih" osobina, koje društvo inače oštro osuđuje i s kojima se osoba izuzetno teško poistovjećuje. Anima odnosno animus jest dio ličnosti koji sadrži spolnu suprotnost, dok jastvo predstavlja onaj dio ličnosti koji nije ograničen nikakvim socio-kulturalnim načelima i pravilima. Drugim riječima, jastvo predstavlja pravu prirodu pojedinca. Svi arhetipovi na vlastiti način pomažu pojedincu u adaptaciji trenutnom kontekstu, iako ta adaptacija ličnosti ne mora nužno izgledati funkcionalno. U nekim slučajevima, adaptacija služi zaštititi integriteta ličnosti, što može narušiti funkcionalnost ponašanja u okolinskom kontekstu. Najbolji

primjer funkcionalnosti adaptacija nevidljivih drugim ljudima jesu neuroze o kakvima je govorio Jung. Iako djeluje da osoba koja ispoljava neurotične simptome nije dobro prilagođena društvu, ispitivanjem i pretpostavljanjem unutrašnje dinamike (tehnikom slobodnih asocijacija, tumačenjem snova i terapijom razgovorom u kojem osoba dobiva uvid u vlastite, uslovno rečeno, traumatske događaje i traumatske reakcije) postaje očigledno da disfunkcionalna ponašanja ipak imaju određenu svrhu, a ta svrha je uglavnom očuvanje cjelovitosti ličnosti. Pretpostavka Jungove teorije jest da ličnost, koja je zarobljena i fragmentirana različitim zaštitnim adaptacijama, zapravo teži spoznaji selfa kroz proces individuacije, koji se odvija kroz postepenu integraciju svih dijelova ličnosti u jedinstvenu cjelinu, što rezultira razvojem novog, autentičnog načina adaptacije ličnosti, koji je daleko više funkcionalan unutar socijalnog konteksta (Ewen, 2009). Ukoliko Jungovu teoriju protumačimo iz evolucijske perspektive, možemo pretpostaviti da različiti arhetipovi ličnosti ne igraju samo ulogu u adaptaciji ličnosti, nego su i sami rezultat transgeneracijskih adaptacija, te da su izronjeni iz kolektivnog nesvjesnog u takvom obliku upravo kako bi pomogli osobi da se što bolje prilagodi okolini i okolinskim zahtjevima (Hogenson, 2001, Meléndez i sur., 2020). Na primjer sjenka se može protumačiti kao oblik adaptacije koji se razvio zbog toga što čovjek nije mogao prihvatiti da u njemu samom postoji njegova mračna suprotnost. Stoga, kako bi se prilagodio situaciji u kojoj osjeća “mrak” u sebi, ali ne može ga smatrati samim sobom, proziva ga samo jednim od aspekata svoje ličnosti u koji smješta sve ono što ne želi biti, nastojeći ga istovremeno zadržati dijelom sebe koji ga brani od vanjskih napada ali s kojim se nikad ne želi do kraja identifikovati i koji mnogi odbijaju integrirati. Ali sjenka također oštro brani ličnost svaki put kad okolina naruši njezin integritet – ona izranja kao agresivni, društveno teško prihvatljiv, odgovor na vanjske stimuluse koji prijete pojedincu.

Većina teorija ličnosti navodi motivaciju kao važan faktor koji potiče i usmjerava ljudsko ponašanje (Larsen i Buss, 2008). Pojmovno, adaptaciju možemo pretpostaviti kao “ultimativni” motiv, koji leži u osnovi svih drugih oblika motivacije, izuzevši one koje se odnose na “duh koji spoznaje sam sebe”, kao što su samoaktualizacija i individualizacija i drugi procesi u kojima ličnost pojedinca, na samospoznajnom nivou, prestaje težiti adaptaciji (kao osnovnom motivu), nego kao osnovni motiv (pokretač) uzima spoznaju samoga sebe onakvog kakav istinski jest. Iako, čak i tad, ukoliko se zapitamo zašto bi bilo kakva svijest željela spoznati samu sebe, možemo pretpostaviti i navesti neke od mogućih odgovora. Možemo pretpostaviti da svi želimo postati

najbolje (najsnažnije, sposobnije, seksualno privlačnije) jedinke, koje su najbolje adaptirane i uvijek spremne i sposobne za novu adaptaciju. Takve jedinke, pretpostavljeno, imaju najveće šanse za preživljavanje (ili vođenje ugodnog, mirnog i ispunjenog života) i prenošenje gena (Greene i Burke, 2007). Ipak, obzirom na ljudske kognitivne kapacitete, najbolje adaptirane osobe ne samo da pomažu same sebi, nego pomažu evoluciji društva, što koristi i svim drugim ljudskim jedinkama, jer pomjeraju granice ljudske spoznaje do te mjere da izdižu ljudsku vrstu iznad okoline i transformiraju ljude u glavni okolinski prilagodbeni zahtjev svih drugih živih vrsta, s kojim se ne mogu takmičiti, niti mogu stići prilagoditi mu se toliko brzo koliko on preuzima “vlast” nad životom, zbog čega mnoge vrste biljaka, životinja i insekata ubrzano izumiru. Spoznaja, u kombinaciji s drugim kognitivnim sposobnostima kao što su mišljenje, pamćenje, inteligencija, omogućava ljudskoj vrsti da se prilagođava raznolikim vrstama kompleksnih okolina (Sternberg i Sternberg, 2011). S ovim na umu, adaptaciju ličnosti možemo protumačiti kao sredstvo koje pomaže pojedincu da spozna sebe i doprinese društvu, a da pri tome i dalje igra po društvenim propisima i ne ispoljava društveno-funkcionalna ponašanja. Dakle, adaptacija ličnosti je aktivan proces kroz koji ličnost odgovara na utjecaj okolinskih faktora, ali i mijenja okolinske faktore u skladu s vlastitim potrebama (Meléndez i sur., 2020).

Iz definicije ličnosti uvidjeli smo da ona predstavlja skup osobina koje su relativno trajne i koje utječu na adaptacije na okolinu. Transakcijski prilagodbeni model pruža dobru osnovu razumijevanja načina na koje osobine ličnosti utječu na ponašanje i uspješnost aktivne adaptacije određenoj situaciji (Yates, Obradović i Egeland, 2010). Prema transakcijskom modelu, ličnost pojedinca djeluje na način na koji osoba reaguje na situaciju (npr. osoba koja ima izraženu agresivnost kao osobinu ličnosti, ima tendenciju da situacije rješava na agresivniji način nego ljudi koji nemaju izraženu takvu crtu ličnosti), na percepciju i interpretaciju događaja (npr. osoba koja ima izraženu agresivnost kao crtu ličnosti može bezazleni, slučajni sudar s drugom osobom na ulici protumačiti kao agresivni ispad, na koji će odgovoriti agresivnim ponašanjem), te može utjecati na same događaje (Larsen i Buss, 2008; Yates, Obradović i Egeland, 2010). Dakle, ličnost osobe će utjecati na okolinu u kojoj se osoba nalazi, jer će osoba uglavnom težiti boravku u situacijama koje su u skladu s njezinom ličnošću, te će mijenjati smjer i prirodu odgovora na fizičku i socijalnu okolinu modulirajući interpretacije okoline. Na primjer, osoba koja ima izraženu crtu agresivnosti pokušava podići novac s bankomata, jer je ranije istjerana iz banke zato što je

prijetila bankaru koji joj nije, iz objektivnih razloga (zastoja u sistemu), uspio dati sav novac koji je željela uzeti s vlastitog računa, ali joj bankomat, bez očitog razloga, “guta” karticu. Osoba, nakon nekoliko pokušaja dobavljanja kartice, počinje gubiti strpljenje te počinje ljutito udarati bankomat, jer misli da je osoba iz banke namjerno blokirala njezinu karticu i oduzela je zbog ranijeg nesporazuma. U navedenom primjeru, osoba je na okolinski zahtjev reagovala agresivno, jer je situacija aktivirala njezine unutrašnje dispozicije (dispoziciju za agresivno ponašanje), a na osnovu tih dispozicija, situacija je protumačena u skladu s ličnošću osobe, zbog čega se crta agresivnosti nastavila manifestirati. Moguće je pretpostaviti da bi osoba koja nema izraženu agresivnost kao crtu ličnosti, nego više teži neuroticizmu, situaciju protumačila drugačije, te bi tijekom njezinih postupaka također tekao drugačije (Larsen i Buss, 2008). Na primjer, osoba koja ima neuroticizam kao izraženu crtu ličnosti možda bi u banci osjetila anksioznost, zbog čega bi se što prije nastojala povući iz takve situacije. Nakon što joj bankomat “pojede” karticu, možda bi to protumačila kao pokazatelj toga da je bankar ne voli, zbog čega ne bi reagovala ljutnjom, nego tugom i općom uznemirenošću, zbog koje bi osoba sjela na trotoar i počela plakati.

U oba primjera vidimo da su osobe ispoljile drugačije reakcije na istu situaciju, iako se može učiniti da osobe nisu ispoljile nikakva adaptativna ponašanja, odnosno da se ni jedna ni druga nisu uspjele prilagoditi situaciji i riješiti problem. Ipak, adaptacija ne mora uvijek biti očigledna i upravo tako se odvija većina interakcije između pojedinca i okolinskih faktora (Larsen i Buss, 2008). Na primjer, osoba koja je počela plakati na trotoaru mogla bi privući pažnju drugih ljudi, koji bi joj mogli pokušati pomoći, što bi se pokazalo kao izuzetno dobar adaptativni odgovor ličnosti koji je riješil njezin problem. Osoba koja je agresivna mogla bi zastrašiti druge ljude, što bi moglo ubrzati rješavanje njezinog problema, što je također za tu osobu također visokofunkcionalno ponašanje. Dakle, adaptacijska funkcija ličnosti ne mora uvijek i nužno biti očigledna, što je često slučaj s različitim oblicima maladaptacija koje osoba razvija kroz boravak u izuzetno stresnim situacijama. Adaptacije koje osoba razvije u takvoj okolini mogu biti funkcionalne, ali jednom kad napusti takvu okolinu, adaptacije postaju disfunkcionalne (Hettema, 1979; Ware, 1983; Larsen i Buss, 2008).

Možemo pretpostaviti da je adaptacija ličnosti, na određenom nivou, relacijski koncept, svojevrsni uvijek prisutni medijator između pojedinca i okoline (Simpson, 1965 - prema Hettema, 1979), te

možemo reći da je, kao pojam, možemo tumačiti dvojako: kao proces prilagođavanja i kao rezultat tog procesa. Proces adaptacije uključuje izvođenje niza kognitivnih i bihevioralnih radnji koje su pod djelovanjem osobina ličnosti i kontekstualnih zahtjeva, dok se adaptacija kao konačni rezultat odnosi na pronalaženje, uspostavljanje i ispoljavanje ponašanja koje je u potpunosti u skladu sa zahtjevima okoline (Hettema, 1979).

Kako znati da li je adaptacija ličnosti uspješna odnosno funkcionalna moguće je zaključiti na nekoliko načina. Posljedica adaptacije je glavni pokazatelj. Posljedica može biti pozitivna ili negativna, sve u zavisnosti od konteksta. Fiziološke posljedice mogu biti glad/sitost, zaštićenost/nezaštićenost i sl. U socijalnom okruženju, najznačajniji pokazatelj uspješnosti adaptacije pronalazimo u odgovoru koji okolina daje na određenu adaptaciju. Ukoliko okolina pozitivno odgovara na adaptativni izražaj, što će u osobi uglavnom proizvesti ugodne osjećaje, povećati samopoštovanje i samopouzdanje te poboljšati sliku o sebi i stvoriti osjećaj prihvaćenosti, onda možemo reći da je adaptacija bila uspješna. Ukoliko okolina na adaptaciju reaguje negativno, što u osobi proizvodi cijeli niz neugodnih emocija i osjećaj otuđenosti ili odbačenosti, to može značiti da adaptacija nije bila uspješna, te da je potrebno dalje prilagođavati ponašanje. Ali adaptacija ličnosti može se pokazati funkcionalnom i na drugim ljudima nevidljive načine - ukoliko je neka adaptacija ličnosti uspjela zaštititi integritet, ličnosti, bez obzira na vanjsku funkcionalnost, takvu adaptaciju također možemo smatrati relativno funkcionalnom (Hettema, 1979; Aronson, Wilson i Akert, 2005).

Okolinski faktori

Uvođenje okolinskih faktora u definiciju ličnosti, kako to i Hettema (1979) zapaža, neizbježan je proces, jer upravo okolinski faktori su ti koji stvaraju potrebu za adaptacijom ličnosti. Bez okolinskih faktora, ne bi bilo ničega čemu bi se ličnost trebala prilagoditi, zbog čega bi cijela funkcija ličnosti koja prevazilazi puke individualne razlike bila dovedena u pitanje. Drugim riječima, uvođenjem okolinskih faktora u formulu ličnosti, adaptacija tim faktorima postaje osnova funkcionisanja svake pojedine individue (Hettema, 1979).

Ukoliko bi okolinske faktore ekstrahirali iz definicije, to bi značilo prelazak u čistu dijalektičku sferu, unutar koje bi se raspravljalo o osobinama ličnosti bez kontekstualnih odrednica, koje ne samo da bi definiranje osobina ličnosti učinilo nemogućim, nego i besmislenim. Bez okolinskih faktora, osobine ličnosti ne bi imale stabilnu osnovu za istraživanja, te nikad ne bismo mogli biti sigurni u istinitost postavljenih definicija, niti bismo mogli izvoditi ikakve pretpostavke o smjeru i intenzitetu ponašanja pojedinca. U tom slučaju, psihologija ličnosti više ne bi bila znanstvena nego filozofska disciplina.

Pretpostavimo da je osnovna težnja svakog organizma da se održi u životu, kao i da prenese svoje gene na sljedeću generaciju (Darwin, 1975). Kod nedruštvenih životinja (kao što su neke vrste divljih mačaka koje većinu vremena žive same: tigrovi, leopardi, pume, ili mnoge druge vrste životinja, od sisara do riba - ježevi, zmijske, kitopsine), ali i društvenih također (koje žive u čoporima, krdima i grupama, kao što su lavovi, bizoni, jeleni, majmuni), na osnovu do sada otkrivenih podataka, možemo pretpostaviti da u osnovi ponašanja leže primarne potrebe kao što su hranjenje, pronalazak skloništa, pronalazak partnera i parenje. Kako bi preživjeli u određenoj sredini, koja pred njih stavlja različite izazove, kao što su ekstremno visoke ili niske temperature, manjak pitke vode, flora ili prisustvo ljudi, različite životinje prilagođavaju svoje ponašanje tim okolinskih zahtjevima. Na primjer, za vrijeme zime, divokoze koje žive visoko u sniježnim planinama, ne mogu uvijek pronaći hranu, zbog čega počinju kopati po snijegu, sve dok ne dođu do trave. Dugorepi makakiji na Tajlandu hrane se školjkama, koje skupljaju po plaži, nakon čega ih otvaraju kamenjem, a somovi u nekim evropskim rijekama (npr. rijeka Tarn u Francuskoj) hrane se golubovima koji dolaze piti vodu i kupati se na obali.

Ove životinje su, zbog snažne primarne potrebe (gladi), u odsustvu drugih resursa, koristeći se vlastitim "kognitivnim" kapacitetima, uspjele pronaći načine da prežive, čak i u teško naseljivim staništima. Drugim riječima, životinje su, vjerovatno putem pokušaja i pogreške, pronašle načine da se prilagode okolini. Ovakva ponašanja, posebno kod sisara, uglavnom se prenose na mlađe generacije tako što odrasle jedinice uče potomke kako će na različite načine doći do hrane. Orangutani su u tome posebno zanimljivi, jer mladunčad orangutana ostaje s majkom i više od pet godina, zato što je potrebno dugo vremena da mladunčad nauče sva adaptativna ponašanja, koja će im pomoći preživjeti bez majke (Caro i Hauser, 1992; Noordwijk i van Schaik, 2005).

Kod društvenih životinja, u zavisnosti od složenosti društvene hijerarhije i međugrupnih odnosa, osim geografsko-klimatskih okolinskih zahtjeva, još jedan okolinski faktor igra determinirajuću ulogu u preživljavanju, te predstavlja svojevrsan adaptativni zahtjev, koji životinja mora zadovoljiti kako bi preživjela ili pronašla partnera. Taj okolinski faktor jesu međugrupni odnosi, koji se, kad se raščlane na jednostavnije komponente, mogu smatrati bazičnom potrebom za pripadanjem koja osigurava preživljavanje. Društvene životinje su, po analogiji s jednoćelijskim organizmima koji formiraju kolonije i stupaju u simbiozu s drugim stanicama ili kolonijama, kako bi povećali šanse za preživljavanje, formirale grupe od kojih svi članovi imaju određenu korist, te koje im povećavaju šanse za pronalazak hrane, odbranu od predatora i pronalazak partnera (Kondo i Hurnik, 1990; Creel i sur., 2012). Međutim, da bi životinje preživjele unutar grupe moraju poštovati i prilagođavati se pravilima koje grupa postavlja, a koja se uglavnom odnose na društvenu hijerarhiju, koja određuje primat u hranjenju i razmnožavanju (Elbroch i sur., 2017). Na osnovu toga možemo zaključiti da, pored fizičke okoline, društveno okruženje također predstavlja važan izvor adaptativnih zahtjeva, za koji je primjećeno da kod društvenih životinja razvija sposobnost rješavanja složenih problema, vjerovatno zbog činjenice da se društvene životinje moraju prilagođavati većem broju okolinskih zahtjeva (dakle ne samo fizičkoj, nego i socijalnoj sredini), što rezultira boljom sposobnošću rješavanja problema (Borrego i Gaines, 2016).

Ljudsko okruženje može se podijeliti u dva značajna i međusobno odvojiva, ali isprepletana sloja. Prvi sloj predstavlja fizičko okruženje, koje uglavnom uključuje geografsko područje u kojem osoba živi, obilježeno specifičnim klimatskim strujama i različitim izvorima hrane ili "skloništa", ekvivalentno okolini u kakvoj smatramo da žive životinje. Na primjer, neki ljudi žive u velikim gradovima, okruženi betonskim strukturama, dok drugi žive daleko od gradske vreve, okruženi širokim pašnjacima ili šumama. Neki žive na malim tropskim otocima, drugi u pustinji, treći visoko u planinama. Sva ta fizička okruženja stavljaju određene prilagodbene zadatke pred svakog pojedinog čovjeka. Na primjer, tijela onih koji žive visoko u planinama, gdje su kontinuirano izloženi niskim temperaturama i niskoj razini kisika, prilagodila su se oštrim klimatskim uslovima tako što su počela proizvoditi više hemoglobina (Reynafarje, 1966; Storz i Moriyama, 2008).

Drugi sloj okolinskih faktora nije strogo vezan za geografska područja, nego za druge ljude, što je kompleksniji ekvivalent okruženju u kakvom žive društvene životinje. Drugim riječima, drugi sloj okolinskih faktora, koji neizbježno utječe na svakog pojedinca, jest socijalno okruženje (Aronson, Wilson i Akert, 2005). Prema jednoj od mnogobrojnih definicija, pod socijalnim okruženjem podrazumijevamo čovjekovo neposredno okruženje koje uključuje druge ljude, socijalne odnose i društvene miljee unutar kojih se formiraju funkcionalne, međusobno interaktivne grupe (Barnett i Casper, 2001). U socijalno okruženje spadaju i neki socijalni konstrukti i infrastrukture, kao što su: posao i tržište rada, vlast, kulturološke prakse, religijsko-političke institucije, državne institucije, socio-ekonomski status, obrazovni i zdravstveni sistem, te svi drugi političko-ideološki sistemi koji su u direktnom ili indirektnom odnosu s pojedincem (Barnett i Casper, 2001).

Kao što geografsko područje i dostupnost hrane igraju važnu ulogu u razvoju fizičkih osobina i sposobnosti, tako i socijalno okruženje igra izuzetno važnu ulogu u psihološkom razvoju pojedinca. Ono utječe na razvoj kognitivnih, verbalnih, emocionalnih i ponašajnih kapaciteta, utječe na razvoj inteligencije i cijelog spektra psiholoških sposobnosti (kao što su različite vrste umjetničkih sklonosti, komunikacijske vještine ili empatija). Socijalno okruženje utječe na rani, ali i kasniji socijalni razvoj, koji će, na određeni način, odrediti cjeloživotno funkcionisanje pojedinca u složenoj socijalnoj sredini (Vasta, Haith i Miller, 1998).

Dvije sfere ljudskog okruženja nisu nužno jasno odvojene. Fizičko okruženje okarakterisano je socijalnim čimbenicima, s kojima je toliko usko isprepletano da i samo na određeni način postaje neodvojivim dijelom socijalnog okruženja. Na primjer, ruralno područje u kojem osoba živi predstavlja fizičko okruženje, ali kad se osvrnemo na socio-ekonomski status područja, infrastrukturu, radna mjesta, škole, parkove i druga mjesta na kojima ljudi provode vrijeme i koji su pod direktnim ekonomskim i socio-političkim utjecajem jedne države, fizičko okruženje postaje definisano socijalnim karakteristikama, zbog čega, na određeni način, postaje dio socijalnog okruženja, koji također vrši utjecaj na pojedinca (Shelton, 2019).

Za socijalno okruženje možemo reći da je važan okolinski faktor koji ne samo da postavlja prilagodbene zahtjeve pred pojedinca, nego oblikuje svaku osobu još od trenutka rođenja. Ono vrši socijalni utjecaj, koji se smatra jednim od najintenzivnijih utjecaja u čovjekovom životu, zajedno

s osobinama ličnosti, a koji se očituje u mislima, osjećajima i ponašanju čovjeka, čak i onda kad drugi ljudi nisu prisutni. Socijalni utjecaj utječe i na ispoljavanje osobina ličnosti, te daje čovjeku povratnu informaciju o efikasnosti primjene adaptivne strategije.

Adaptacija ličnosti: Uloga okolinskih faktora

Da bismo razumjeli čovjekovu ličnost i adaptaciju ličnosti, nije dovoljno posmatrati je iz samo jednog ugla, nije dovoljno samo identificirati osobine ličnosti i reći da je neka osoba nesavjesni ekstrovert s neurtičnim tendencijama ili introvert s “primjesom” psihoticizma. Za razumijevanje ličnosti i njene adaptacije potrebno je razumjeti kako okolinski faktori utječu na pojedinca, kako pojedinac percipira, tumači i shvaća svoje socijalno okruženje, te kakve zahtjeve, koje mora poštovati ako želi nastaviti biti dio društva, stavljaju pred njega.

Neke teorije iz oblasti dječje psihologije koristile su adaptaciju kao važan faktor koji određuje uspješnost i dobnu prikladnost kognitivno-emocionalnog razvoja, koji može utjecati na ispoljavanje ličnosti unutar određenog okruženja pod pretpostavkom da što su kognitivno-emocionalni sistemi osobe više razvijeni, imat će jasniju percepciju realnosti, zbog čega će bolje kontrolisati vlastito ponašanje povezano sa specifičnom osobinom ličnosti. Jedna takva teorija jest Piagetova razvojna teorija, zasnovana na biološkim postulatima, koji pretpostavljaju da je temeljno načelo razvoja organizacija zasnovana na procesu adaptacije (Vasta, Haith i Miller, 1998; Ramos, Fernandez-Berrocal i Extremera, 2007).

Postoje i druge razvojne teorije koje su, kao i Piagetova, osnovu pronašle u biologiji i evolucijskoj teoriji, te koje su naglašavale interaktivnu dinamiku između naslijeđa i okoline. Na primjer Gottlieb (1991) pretpostavlja kako je razvoj osobe određen genima i okolinom podjednako. Drugim riječima, on pretpostavlja da geni koje nasljeđujemo od predaka nikad neće moći precizno odrediti smjer razvoja. Za takvo određenje, potrebno se osvrnuti na okolinske faktore, koji pred organizam stavljaju određene prilagodbene zahtjeve, koji potiču ili sputavaju ispoljavanje dispozicija (Gottlieb i Bergen, 2010).

Ipak, ni Paiget ni Gottlieb nisu se bavili razvojem ličnosti koliko općim razvojem, inteligencijom, učenjem i drugim kognitivnim sistemima, stoga njihove teorije možemo koristiti samo kao sredstvo boljeg razumijevanja razvoja sistema čije je djelovanje skoro neodvojivo od ličnosti i njene unutrašnje dinamike.

Čovjekova interakcija sa socijalnim okruženjem, za koje smo prepoznali da visok utjecajni značaj dijeli s genetskim naslijeđem, odvija se kroz tri procesa: selekcija, evokacija i manipulacija (Larsen i Buss, 2008). Kroz ova tri procesa moguće je objasniti interakciju ljudske ličnosti s okolinom, te je moguće uzeti ih kao *bazične procese* na kojima se zasniva adaptacija socijalnom okruženju, koja proizilazi kao posljedica interaktivnog odnosa ličnosti i okoline, a usko je isprepletena sa emocionalno-kognitivnim sistemima i sviješću.

Selekcija se odnosi na proces u kojem osoba bira okruženje u kojem se nalazi. Odabir je pod utjecajem osobina ličnosti i kognitivnih shema koje smo stvorili iskustvom u takvim ili sličnim situacijama (Young, Klosko i Weishaar, 2003; Larsen i Buss, 2008). Na primjer, introvertirana osoba je, kroz odrastanje, stvorila kognitivnu shemu prema kojoj se osjeća neugodno u neformalnim grupama koje uključuju četiri ili više osoba. Zbog toga nastoji izbjeći neformalna druženja, te radije slobodno vrijeme provodi baveći se njoj interesantnim aktivnostima ili družeći se s jednim ili dva prijatelja s kojima se osjeća ugodno. Drugim riječima, introvertirana osoba svjesno izbjegava druženje u većim grupama zbog svoje osobine ličnosti introverzije, čije djelovanje je nadopunjeno kognitivnim shemama koje je stvorila za vrijeme života, a koje su formirane na osnovu dispozicija ličnosti. Kroz selekciju osoba bira situacije za koje, na osnovu prijašnjeg iskustva i shema, zna da neće predstavljati nemoguć adaptativni zahtjev, koji će rezultirati neugodnim emocijama, osjećajima, padom samopouzdanja i razvojem lošije slike o sebi (Kahle, Kulka i Klingel, 1980; Gilbert, 2008). Selekcija ne završava na razini odabira situacije u kojoj će se osoba nalaziti, nego se odnosi i na svojevršno biranje puta kojem će osoba krenuti u vlastitom životu. Selekcija je proces koji se javlja u mnogo širim aspektima ljudskog života kao što su odabir zanimanja, posla, mjesta u kojem živimo, prijatelja i partnera. Svi ti odabiri su pod utjecajem osobina ličnosti oko kojih i u skladu s kojim osoba kontinuirano stvara kognitivne sheme, na osnovu kojih vrši selekciju (Buss, 1988; Matthews i sur., 2000; Larsen i Buss, 2008). To znači da će introvertirana osoba vjerovatno birati poslove u kojima neće morati raditi u većim

grupama, za život bira mjesta koja nisu bučna i prepuna ljudi, a za partnera bira nekog s kim će dijeliti slične interese i životna načela. Selekcija je, dakle vezana uz različite osobine ličnosti, te nije isključivo određena samo jednom osobinom ličnosti i shemama stvorenim oko nje. Selekcija se, dakle, odnosi na odabir situacija u kojima će se osoba nalaziti, a koji je određen različitim osobinama ličnosti koje su u međusobnoj interakciji i shemama koje su također posljedica interaktivnog djelovanja različitih osobina (Lounsbury i sur., 2007; Larsen i Buss, 2008; Goffin i sur., 2011; Lounsbury i sur., 2011).

Evokacija se odnosi na reakciju okoline na ponašanje pojedinca. Drugim riječima, evokacija predstavlja “načine na koje osobine ličnosti (i njihovo ispoljavanje) izazivaju reakcije kod drugih ljudi” (Larsen i Buss, 2008, 488). Evokacija je jedan od izuzetno važnih procesa koji mogu poslužiti u procjeni efikasnosti adaptacija koje ispoljavamo. Kao što sama selekcija može biti oblik adaptacije (adaptiramo se okolinskim uvjetima tako što biramo u kojem kontekstu se želimo nalaziti, iako izbor nije uvijek nužno moguć), tako evokacija može biti sredstvo provjere efikasnosti adaptativnih ponašanja. Ukoliko okolina pozitivno reagira na naša adaptivna ponašanja, možemo pretpostaviti da je adaptacija okolinskim zahtjevima bila uspješna. Ukoliko je reakcija negativna, proces adaptacije će se vjerovatno nastaviti, sve dok okolina ne pokaže pozitivnu reakciju ili dok ne promijenimo okolinu (Ullman, 1996; Dworkin, Brill i Ullman, 2019). Evokacija je pod intenzivnim utjecajem osobina ličnosti, jer ljudi obično imaju razvijene kognitivne sheme na osnovu kojih ispoljavaju naučene reakcije na ispoljavanje određenih osobina ličnosti. Agresija je dobra podloga za objašnjavanje prirode evokacije. Na primjer, osoba koja ima izraženu agresivnost vjerovatno će se ponašati agresivno u različitim situacijama, što će kod okoline izazvati određenu reakciju. Okolina na agresiju uglavnom odgovara agresijom, zbog čega osobine ličnosti osobe dovode do specifične reakcije okoline, koja može biti ugodna ili neugodna (Buss, 1963, 1988; Eron, 1994; Matthews i sur., 2000; Larsen i Buss, 2008). U procesu evokacije često se pojavljuje fenomen *potvrđivanje očekivanja*, koji se odnosi na situaciju u kojoj osoba, zbog vjerovanja o karakteristikama određene osobine ličnosti koje prepoznaje kod drugih, evocira odnosno izaziva radnje koje su u skladu s inicijalnim pretpostavkama (Larsen i Buss, 2008). Taj fenomen predstavlja oblik ispunjavajućeg proročanstva (Merton, 1948; Azariadis, 1981). Evokacija se može donekle smatrati povratnom informacijom koju dobivamo od okoline o efikasnosti naših adaptacija, ali moramo je uzeti s rezervom, jer su evokativne reakcije koje

izazivamo kod drugih ljudi obično pristrasne i obilježene njihovim vlastitim osobinama ličnosti, kognitivnim shemama, stavovima i emocijama.

Manipulacija se odnosi na proces kroz koji ljudi pokušavaju promijeniti ponašanje drugih, bez da pri tome takve pokušaje koriste u isključivo loše svrhe, iako takav oblik korištenja nije isključen (Larsen i Buss, 2008, 493). Drugim riječima, manipulacija se odnosi na poticanje ili sprečavanje osobe da učini nešto. Uglavnom je pod utjecajem osobina ličnosti: različite osobine ličnosti diktiraju stil i sredstva manipulacije. Na primjer, ekstravertirane osobe, prilikom nagovaranja drugih da učine nešto mogu se koristiti pritiskom, pozivanjem osobe na odgovornost ili prijetnjom, dok će se introverti radije koristiti laganjem ili ponižavanjem (Schummer, 2000; Larsen i Buss, 2008, 496). Manipulacije ne moraju biti eksplicitne, nego se mogu odnositi na korištenje i nešto suptilnijih tehnika, koje nisu na prvi pogled očigledne, kao što je tretman šutnjom ili korištenje razumnih argumenata koji će osobu potaknuti da učini ono što želimo od nje. Manipulacija je važna u procesu adaptacije jer i sama predstavlja određeni oblik adaptativnog ponašanja, koji pojedincu također omogućava zadovoljavanje potreba. Drugim riječima, osoba koja se nađe pred nekom preprekom, može iskoristiti manipulaciju kao sredstvo koje će joj pomoći da dođe do željenog cilja. (Buss, 1988; Larsen i Buss, 2008).

Selekcija, evokacija i manipulacija predstavljaju interaktivne procese koji ne samo da naglašavaju ulogu osobina ličnosti u odabiranju strategija, pristupa i reakcija na okolinu, nego ističu i ulogu okoline, koja pokušava prilagoditi ponašanje pojedinca svojim uslovima i zahtjevima, a može to činiti više ili manje uspješno. Sva tri procesa mogu se protumačiti kao adaptative strategije ličnosti na okolinske zahtjeve, pri čemu osoba, na osnovu ranijeg iskustva, odlučuje hoće li koristiti selekcijski, manipulacijski ili evokacijski pristup prilikom interakcije s okolinom. Analogijom nalaza istraživanja iz kognitivne psihologije, koja se uglavnom tiču inteligencije, možemo pretpostaviti da će se ona ponašanja koja su uspješnija u različitim situacijama vjerovatno izvoditi češće, uglavnom s ciljem uštede energije, sve dok ne postanu automatizirane radnje i konačno, integrisana komponenta naših unutrašnjih sposobnosti i osobina (Sternberg, 1984; Buss, 1988; Sternberg i Sternberg, 2011).

Postoje mnogobrojna istraživanja koja demonstriraju intenzitet djelovanja okolinskih faktora na pojedinca u razvoju. Djelovanje se kreće u dva oprečna smjera. S jedne strane, okolinski faktori, koji se na određeni način mogu poistovijetiti sa socijalnim okruženjem, mogu imati izuzetno pozitivan utjecaj. Pozitivne reakcije i ugodno socijalno okruženje vode povećanju samopouzdanja, samopoštovanja, općeg osjećaja prihvaćenosti i zadovoljstva kontekstom u kojem borave ili cjelokupnog života, te povećanoj produktivnosti. S druge strane, okolinski faktori mogu imati i neke negativne posljedice, kao što je razvoj emocionalnih problema, psiholoških poteškoća kao što su depresija, anksioznost, čak i poremećaji ličnosti, te mogu negativno utjecati na samopouzdanje i sliku o sebi (Mount i Muchinsky, 1978; Elliot i sur., 2006; Cribb i Haase, 2016; Orth, 2018).

Teorija koja se u najvećoj mjeri bavi okolinskim faktorima i njihovim djelovanjem, te ostaje zapamćena kao pokušaj formiranja jednog od najintegrativnijih pristupa razvoju ličnosti i adaptacijama koje su procesi i posljedice konstantne interakcije s okolinom je Teorija ekoloških sistema.

Teorija ekoloških sistema

Urie Bronfenbrenner je u svojim teorijskim djelima (1979, prema Shelton, 2019) i praktičnim istraživanjima pokušao predstaviti model koji objašnjava načine na koje se osoba razvija, a kroz razvoj ispoljava nove oblike adaptacije ličnosti, koji su u potpunosti u skladu s kompleksnom okolinom, koja može biti ugodna ili neugodna, te koja zbog toga može rezultirati “zdravim” ili patološkim oblicima ponašanja i prilagodbi (Shelton, 2019).

Bronfenbrenner zapaža kako je u bihevioralnoj psihologiji, koja je na određeni način izvela psihologiju iz teških okova pseudoznantvenosti, interakcija između pojedinca i okoline upravo ona koja igra vrlo važnu ulogu u razvoju organizma. Međutim, on također zapaža kako se, u cjelokupnom procesu analiziranja interakcije čovjeka i okoline, daleko veća pažnja, posebno u psihologiji, posvetila čovjeku i njegovim dispozicijama, dok su okolinski faktori i konteksti uglavnom ostavljani po strani i smatrani ne tako bitnim koliko ono što je unutar čovjeka što ga nagoni da se u određenoj okolini ponaša na određeni način. Za razliku od ranijih istraživača,

Bronfenbrenner vješto naglašava kako upravo okolina može imati skoro jednako intenzivan utjecaj na razvoj pojedinca koliko i njegove dispozicije. Dok su, ranije, psihološke osobine i sposobnosti čovjeka visoko izdiferencirani, sistemi u kojima čovjek obitava su daleko manje spomenuti i objašnjeni, a individualne razlike primjetne kod ljudi koji žive u različitim sredinama šturo su pripisivane upravo kontekstulanim razlikama, bez dubljeg ulaženja u objašnjavanje prirode utjecaja koji vrše na pojedinca, te kontra utjecaja koji pojedinac vrši na njih. Uz to, istraživači uglavnom izdvajaju sklopove određenih ponašanja ili izazivaju specifične kontekstualne laboratorijske uslove, u kojima onda opažaju ponašanje osoba, što može dovesti do pogrešnih zaključaka, jer laboratorija nikad ne može u potpunosti preslikati kompleksnost kontekstualnih okruženja u stvarnom svijetu. Ipak, Bronfenbrenner ne propušta naglasiti važnost eksperimentalnih istraživanja u razumijevanju razvojnog puta čovjeka povezanog s okolinskim faktorima kojima je kontinuirano izložen (Bronfenbrenner, 1979; Shelton, 2019).

Osnovne pretpostavke Bronfenbrennerove teorije počivaju na nalazima znanstvenih istraživanja, te izdvajaju pojedinca kao aktivnog učesnika u procesu razvoja, koji se kontinuirano adaptira na okolinu. Teorija pretpostavlja da se okolina, koja se sastoji od cijelog spektra mogućih kontekstualnih postavki, u kojima osoba može ili ne mora direktno učestvovati, stalno mijenja, te da se i ona također, na određeni način, adaptira na pojedinca, te da je njihov odnos uzajaman i recipročan. Nadalje, teorija pretpostavlja da je odnos između pojedinca i okoline određen odnosima između različitih konteksta ili kontekstualnih dijelova, te je obuhvaćen utjecajem širih konteksta kao što su lokalna zajednica, društvo i kultura (Shelton, 2019).

Ono što je Bronfenbrenner svojim radom pokušao ujediniti jesu razvojne komponente i ekološki sistemi, odnosno razvoj koji se odvija unutar određenih ekoloških sistema, koji imaju veći ili manji utjecaj na pojedinca. Iz toga se i razvio naziv *develekologija*, koja se prema definiciji odnosi na studiju procesa razvoja i njihovih promjenjivih odnosa s okolinom koji uključuju uzajamnu, recipročnu transakciju organizma i konteksta, s naglaskom na transakcijskoj promjeni i konteksta i organizma u funkciji vremena (Shelton, 2019, 8).

Prema autorima Tudge i Rosa (2020), neki su pokušali zasjeniti istinski cilj kojem su težila Bronfenbrennerova istraživanja i teorija. Smatrali su da je teorija demonstrirala ono što je već od

ranije poznato psihologiji - da su ljudi koji su rođeni i odrastali u različitim okolinama različiti u svojim ponašanjima i osobinama. Ipak, Bronfenbrenner je otišao korak dalje, te je kroz svoju teoriju uspio objasniti kako će različita okruženja u kojima čovjek živi ne samo “proizvesti” drugačije ljude, nego će stvoriti kodependni odnos, koji može ili ne mora ići u prilog “zdravom” psihološkom razvoju čovjeka. Drugim riječima, demonstrirao je (on i drugi istraživači) kako je kontekst u kojem osoba obitava zapravo taj koji određuje smjer razvoja pojedinca, ali isto tako je pokazao kako neće svi kontekstualni utjecaji ostaviti traga na pojedincu, njegovim osobinama i ponašanju (Tudge i Rosa, 2020).

U samoj teoriji postoji nekoliko važnih termina, koje je potrebno razumjeti ukoliko želimo shvatiti osnovne postulate. Prvi od termina jest *sistem*, koje se odnosi na set dijelova ili komponenti koji djeluju istovremeno i tako čine jedinstvenu, funkcionalnu cjelinu. *Ekologija* je sljedeći važan pojam, koji se odnosi na studiju odnosa između živih bića i okoline, te živih bića među sobom. I konačno, *ekosistem* se odnosi na sistem koji sačinjavaju živa bića i okolina u kojoj žive, te njihove međusobna interakcija. Ekosistem dakle predstavlja najširi sistem u kojem osoba može živjeti, koji je sačinjen od mnogobrojnih podsistema. *Mikrosistem* se odnosi na neposredno okruženje osobe zajedno s tom osobom (na primjer, porodica). *Mezosistem* je interakcijski odnos između različitih mikrosistema (na primjer, između porodice i škole, ili porodice i radnog mjesta). *Egzosistem* se odnosi na okolinske kontekste koji ne moraju nužno uključivati pojedinca, ali koji neizbježno utječu na njegov život (na primjer, egzosistem za dijete bi bilo poslovno okruženje njegovih roditelja). *Makrosistem* se odnosi na kulturu ili subkulturu u kojoj se osoba nalazi, a koja na različite direktne ili indirektne načine utječe na pojedinca (Bronfenbrenner, 1979; Shelton, 2019).

Bronfenbrenner iznosi četrnaest definicija, kroz koje ne samo da definiše za teoriju važne termine nego ih stavlja u međusobni odnos:

1. Ekologija ljudskog razvoja uključuje znanstvenu studiju progresivne, uzajamne prilagodbe između aktivnog ljudskog bića koje se razvija i promjenjivih svojstava neposredne okoline u kojoj osoba živi. Ovaj proces je pod utjecajem relacije između dva okruženja i šireg konteksta u koji su okruženja uronjena (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 21).

2. Mikrosistem je uzorak aktivnosti, uloga i interpersonalnih odnosa koje doživljava osoba u razvoju u određenom okruženju koje posjeduje određene fizičke i materijalne karakteristike (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 22).
3. Mezosistem kompromitira relacije između dvaju ili više okruženja u kojima osoba u razvoju aktivno učestvuje (na primjer, za dijete su to relacije između kuće, škole i komšija s kojima se druži, za odrasle su to porodica, poslovno okruženje i socijalni život) (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 25).
4. Egzosistem se odnosi na jedno ili više okruženja koji ne uključuju osobu u razvoju kao aktivnog učesnika, ali u kojima se odvijaju događaji koji utječu ili su pod utjecajem okruženja u kojem je pojedinac aktivan učesnik (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 25).
5. Makrosistem se odnosi na konzistencije u obliku i sadržaju nižepozicioniranih sistema (mikro, mezo, egzo) koji postoje ili bi mogli postojati na nivou subkulture ili kulture kao cjeline, zajedno sa bilo kojim sistemom vjerovanja ili ideologije koji leže u osnovi takvih konzistencija (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 26).
6. Ekološka tranzicija dešava se svaki put kad se pozicija osobe u ekološkom okruženju promijeni kao rezultat promjene u ulozi koju osoba igra ili kontekstu u kojem se promjena odvija ili oboje (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 26).
7. Ljudski razvoj je proces kroz koji osoba koja raste i razvija se stiče razvijenije, više izdiferencirane i validnije koncepcije ekološkog okruženja, te u kojem postaje motivisana i sposobna uključiti se u aktivnosti koje otkrivaju strukturu, održavaju ili restrukturiraju tu okolinu na nivou slične ili veće sadržajne i formalne kompleksnosti (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 27).
8. Ekološka validnost odnosi se na mjeru u kojoj okolina koju pojedinac doživljava u znanstvenom ispitivanju ima osobine koje treba ili za koje istraživač pretpostavlja da treba imati (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 29).
9. Da bismo pokazali i dokazali da se ljudski razvoj zaista dogodio, potrebno je utvrditi da se promjena u koncepcijama i/ili aktivnostima osobe prenosi i na druga vremena i okruženja. Takva demonstracija naziva se razvojnom validnošću (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 35).
10. Ekološki eksperiment odnosi se na pokušaj istraživanja progresivne akomodacije između ljudskog bića koje raste i razvija se i njegove okoline kroz sistematični kontrast između

dva ili više okolinskih sistema ili njihovih strukturalnih komponenata, s pažljivim pokušajem kontrole drugih izvora utjecaja bilo slučajnom raspodjelom (pravi eksperiment) ili uparivanjem (eksperiment u prirodnim uslovima) (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 36).

11. Transformacijski eksperiment uključuje sistematičnu promjenu i restrukturiranje postojećih ekoloških sistema na način koji postavlja izazov pred forme socijalne organizacije, sisteme uvjerenja i stilove života koji dominiraju u određenoj kulturi ili subkulturi (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 41).
12. Molarna aktivnost predstavlja neprekidno ponašanje koje ima vlastiti momentum i koje je percipirano kroz značenje ili namjeru koje im pridaje učesnik u određenom okruženju (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 45).
13. Relacija se događa svaki put kad jedna osoba u određenom okruženju obrati pažnju na ili učestvuje u aktivnostima druge osobe (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 56).
14. Uloga je set aktivnosti i odnosa koji se očekuju od osobe koja se nalazi na određenoj poziciji u društvu i od ostalih osoba koje su u relaciji s tom osobom (prim. prev. Bronfenbrenner, 1979; 85).

Navedene definicije postavljaju osnovu na koju se nadograđuje ekološka teorija. Svi interaktivni konstrukti i procesi obuhvaćeni su definicijama, na koje se dalje nadograđuju pretpostavke i hipoteze. Bronfenbrenner u svom djelu *Ekologija ljudskog razvoja* (1979), zbog empirizacije svoje teorije, predlaže oko pedeset testabilnih hipoteza, koje raščlanjuju teoriju na jednostavnije segmente, a koji su zasnovani na ranije navedenim definicijama. Te hipoteze stavljaju u odnos koncepte njegovih definicija, a čine to na znanstveno provjerljiv način. U ovom radu nećemo navoditi svih pedeset hipoteza, nego ćemo pokušati ujediniti ih u smislenu, koherentnu predstavu adaptacijske dinamike koja se odvija unutar pojedinca a koja je u bliskom odnosu sa svim sistemima u kojima pojedinac obitava.

Bronfenbrenner se oslanjao na Lewinove postulate, te je njegovu formulu ponašanja kao rezultata interakcije između osobe i njezine okoline ($B=P \times E$) preobratio u formulu o razvoju pojedinca $D=f(P \times E)$, prema kojoj je razvoj pojedinca (D) posljedica interakcije (f) između osobe (P) i okoline (E) (Bronfenbrenner, 1979; Härkönen, 2007).

Prema Bronfenbrennerovom modelu razvoja, osoba rođena u određenoj okolini odmah po rođenju stupa u recipročni odnos s okolinom, koja se u tom trenutku uglavnom sastoji od primarnih skrbnika. Time je oformljen prvi mikrosistem u kojem dijete raste i razvija se. Taj mikrosistem odmah počinje utjecati na dijete, kao što i dijete počinje utjecati na mikrosistem (Bronfenbrenner, 1979; Shelton, 2019). Na primjer, brižna majka, koja pravovremeno reaguje na plač djeteta, koja djetetu osigurava dovoljno hrane i pažnje u prvim mjesecima i godinama života, kod djeteta razvija siguran stil privrženosti, a dijete svojim odgovorima (prestankom plača, smijanjem, održavanjem pažnje na majci) i općim stvaranjem odnosa s majkom, mijenja majku, te je potiče da svoju brigu drži kontinuiranom. Ukoliko majka zanemari potrebe djeteta, to može voditi razvoju nepovjerenja prema primarnom skrbniku, drugim ljudima i općenito djetetovoj okolini, koja onda u odrasloj dobi može rezultirati socio-emocionalnim poteškoćama (Rholes, Simpson i Blakely, 1995; Vasta, Haith i Miller, 1998; Gentzler, Ramsey i Black, 2015). Nakon što dijete, u prvih nekoliko godina života, stupi u interakciju s drugim ljudima, počinje formirati druge mikrosisteme, na primjer šira porodica, obdanište, škola. Dijete je s tim mikrosistemima u međusobnoj interakciji, ali svaki od njih stavlja nove adaptativne zahtjeve pred dijete, ukoliko želi nastaviti biti dio tih sistema. Na primjer, u obdaništu, dijete mora poštovati unaprijed formirani raspored pravila. Mora dolaziti u obdanište i ići kući u isto vrijeme, mora poštovati tete, jesti i spavati u određeno vrijeme, te čuvati imovinu, ne izazivati svađe s drugom djecom i sl. Tako je i sa školom ili bilo kojim drugim mikrosistemom. Dijete se prilagođava zahtjevima unutar mikrosistema na način koji je u skladu s genetskim dispozicijama, ali mikrosistem također može pokrenuti određene dispozicije, zbog čega će dijete početi mijenjati svoje ponašanje u skladu s dispozicijama. To znači da dijete koje ima urođenu dispoziciju za psihotične poremećaje, može unutar izuzetno stresne okoline početi ispoljavati psihotične simptome, koji bez stresa u okolini možda ne bi uopšte bili pokrenuti (Bronfenbrenner, 1979; Tsuang, 2000; Van Os, Kenis i Rutten, 2010; Brown, 2011; Shelton, 2019). Dakle, dijete se, kroz proces odrastanja, mora kontinuirano prilagođavati okolinskim i društvenim zahtjevima. Okolina reaguje na djetetove prilagodbe, te u zavisnosti od reakcije okoline, prilagodba se smatra efikasnom ili neefikasnom. U nekim situacijama, kad je okolina posebno stresna, reakcije na djetetove prilagodbe neće uvijek biti pozitivne, bez obzira na prikladnost prilagodbe. Na primjer, dijete je u primarnom mikrosistemu (odnosu s roditeljima), naučilo da uvijek kaže ono što misli, bez obzira na posljedice, što izaziva pozitivnu reakciju kod roditelja a djetetu razvija samopouzdanje. Ali kad dijete ode kod djeda i bake, koji ne podržavaju

takva slobodna izražavanja mišljenja, jednom kad izrazi svoje mišljenje biva proglašeno neprikladnim, te biva kažnjeno. Zbog toga dijete razvija novu adaptaciju - potpuno se povlači iz interakcije s djedom i bakom, zbog čega oni reaguju još negativnije, nazivajući dijete bezobraznim, povučenim, sramežljivim te izazivajući mu niz negativnih emocija, ali stvarajući i podlogu za razvoj nove kognitivne sheme, prema kojoj se njegovo izražavanje vlastitog mišljenja smatra nepoželjnom radnjom koja može rezultirati lošim posljedicama. Kad se vrati u prijašnje okruženje (roditeljima) dijete može ili ne mora nastaviti ispoljavati prilagodbu koju je ispoljavalo u drugom mikrosistemu (kod bake i djeda), što roditelji mogu ili ne moraju primjetiti. Ukoliko dijete počne ispoljavati novu prilagodbu u njihovom okruženju, takva prilagodba neće više biti efikasna, što kod nekih roditelja može izazvati nikakve ili negativne reakcije, zbog kojih i oni dijete proglašavaju sramežljivim, povučenim, što kod djeteta može dodatno poduprijeti već stvorenu kognitivnu shemu i tako distorzirati njegovu percepciju okoline kao sigurnog mjesta i dovesti do razvoja socijalne anksioznosti i odbijanja socijalnih interakcija. Ukoliko roditelji prepoznaju šta se dogodilo kod djeda i bake (kroz razgovor s djetetom), mogu uvažiti djetetove emocije te objasniti razloge zbog kojih su djed i baka tako reagovali, te naglasiti da je takva adaptacija potrebna samo kod djeda i bake, ali da u drugim situacijama i dalje treba slobodno i otvoreno izražavati svoje mišljenje (Bronfenbrenner, 1979, ; Bögels i sur., 2001; Merikangas i sur., 2003; Young, Klosko i Weishaar, 2003; Shelton, 2019). Tako se stvara mezosistem, koji predstavlja interakciju između različitih mikrosistema, od kojih svaki na svoj specifičan način oblikuje ponašanje pojedinca tako što postavlja različite adaptativne zahtjeve, koje često mogu biti kontradiktorni, te mogu imati negativne posljedice, jer stvaraju zbunjenost i nesigurnost kod djeteta, za kojeg okolina svakako smatra da nije dovoljno odraslo da sâm donosi ikakve odluke, nego se mora povinovati zahtjevima okoline i odraslih osoba u toj okolini (Bronfenbrenner, 1979; Young, Klosko i Weishaar, 2003; Elliot i sur., 2006). Kad dijete krene u školu, tamo se susreće s vršnjacima, učiteljima i drugim ljudima, koji čine novi mikrosistem, koji postavlja svoje adaptativne zahtjeve, a koji je u isto vrijeme i u interakciji s ostalim mikrosistemima. Kroz odnos s vršnjacima, dijete uči nove adaptacije, na koje okolina dalje reaguje i koje ne moraju uvijek biti efikasne u različitim mikrosistemima. Na primjer dijete bezobrazno i drsko razgovara s vršnjacima jer se takva interakcija pokazala najefikasnijom ukoliko želi biti primjećeno i prihvaćeno. Kod kuće, s roditeljima, takva interakcija ne mora biti efikasna. Situacija može biti i obratna, na primjer, roditelji djeteta stalno rade, a kad su kod kuće malo pažnje obraćaju na dijete i njegove potrebe.

Dijete jednom, slučajno, upadne u problem, što skrene pažnju roditelja na njega, ali kad problem nestane, roditelji se vrata starom obliku zanemarivanja. Dijete nakon toga ponovno upadne u problem, što privremeno privuče pažnju roditelja, koja nestaje rješenjem problema. Dijete zbog akcija i reakcija unutar tog mikrosistema može razviti kognitivnu shemu prema kojoj pažnju roditelja dobiva samo kad je u problemu, zbog čega nastavlja kontinuirano upadati u probleme, na taj način pokušavajući zadržati pažnju roditelja. Ali roditelji to ne prepoznaju kao problem koji potječe iz njihovog ponašanja i odnosa prema djetetu, nego pripisuju to školi, lošem društvu ili jednostavno dijete nazivaju “problematičnim”, što dalje djetetu šalje poruku da ono možda zaista jest problematično, zbog čega preuzima taj identitet i nastavlja se ponašati u skladu s njim, izazivajući još više komunikacijskih i ponašajnih problema. Drugim riječima, reakcije okoline i interakcija s okolinom kod djeteta izazivaju razvoj adaptativnih strategija kojima dobiva ono što mu je potrebno, u ovom slučaju pažnja. Strategija se pokazuje kao vrlo efikasna u datom okruženju, jer dobavlja djetetu potrebnu pažnju, bez obzira što je ispunjena negativnim konotacijama. Ipak, kako dijete odrasta, takva adaptacija može biti sve manje i manje efikasna, jer roditelji mogu početi pokazivati sve manje zainteresovanosti za probleme koje dijete izaziva (Bronfenbrenner, 1979; Elliot i sur., 2006; Sternberg i Sternberg, 2011; Shelton, 2019).

Ponašanje roditelja i drugih ljudi prema djetetu, odnosno interakcije unutar djetetovih mikrosistema ne moraju nužno biti posljedica samo mikrosistema i mezosistema, nego mogu biti usko vezani uz egzosistem, koji predstavlja okruženje u kojem dijete nije aktivan učesnik, ali koje i dalje ima utjecaja na dijete. Najbolji primjer egzosistema jest radno mjesto roditelja, na kojem roditelj proživljava vlastite frustracije i u kojem mora ispoljavati vlastite adaptacije, što ga može učiniti nervoznim, zbog čega unutar djetetovog mikrosistema vrlo malo pažnje i energije posvećuje djetetu, zbog čega se dijete osjeća zanemareno. Na taj način, dijete je u indirektnoj relaciji s poslovnim okruženjem roditelja, jer ono utječe na roditelje, koji poslije utječu na dijete (Bronfenbrenner, 1979; Barling i sur., 1998, 1999; Elliot i sur., 2006; Shelton, 2019).

Mikro, mezo i egzosistemi djeteta su uronjeni u makrosistem, koji predstavlja kulturološke utjecaje, koji su i u direktnoj i indirektnoj interakciji s djetetom. Makrosistem postavlja društvene standarde kojem se svi pojedinci unutar društva moraju povinovati ukoliko žele biti prihvaćeni, a koji utječu na sve ostale sisteme. Na primjer, dijete koje razvija nasilna ponašanja i izaziva

probleme u školi zbog toga što nema dovoljno pažnje od roditelja, žestoko je osuđeno od strane društva, jer niti jedno društvo ne želi takve “disfunkcionalne” članove. Društvo odgovornost za snošenje posljedica stavlja upravo na to dijete, potpuno zanemarujući pozadinu i pravo uzroke nekog ponašanja. Dijete se, na primjer, ne može upisati u sportski klub, jer roditelji druge djece osuđuju njegovo ponašanje i ne žele da se druži s njihovom djecom, ili ne može pronaći honorarne poslove, jer ga poslodavci smatraju nepouzdanim i previše rizičnim da bi mu obezbijedili posao, zbog čega ga izopćavaju i samo nastavljaju podupirati njegovo ponašanje, bez da mu na bilo koji način pokušavaju pomoći, pri tome potpuno kriveći dijete ili mladu odraslu osobu za situaciju u kojoj se nalazi (Bronfenbrenner, 1979; Elliot i sur., 2006).

I konačno, hronosistem predstavlja interakciju svih navedenih sistema u funkciji vremena života pojedinca. Utjecaji, reakcije i interakcije različitih sistema s pojedincem mogu se ponavljati kroz dugi niz godina, a ukoliko je njihova priroda neugodna i “negativna”, mogu rezultirati razvojem disfunkcionalne ličnosti, koja se izuzetno teško prilagođava cijelom spektru okolinskih zahtjeva, što samo izaziva još negativnije posljedice za pojedinca (Bronfenbrenner, 1979; Ware, 1983).

Bronfenbrennerov model pruža vrlo dobru osnovu za razumijevanje utjecaja adaptativnih zahtjeva okoline i adaptacija koje svaki pojedinac razvija s ciljem prilagođavanja okolini, a koje mogu ili ne moraju nužno biti efikasne u svim okolinama. Stimulativne, podržavajuće okoline, koje uvažavaju djetetove potrebe, rezultirat će razvojem “zdrave” stabilne ličnosti, koja je sigurna u sebe, svoje sposobnosti i svijet, te koja će u mnogim novim situacijama uspjeti ispoljiti funkcionalne adaptacije. Kad su u pitanju osobine ličnosti, okolina može utjecati na poželjnost ispoljavanja određenih osobina, dok ispoljavanje drugih osobina može osuđivati, zbog čega će dijete u razvoju nastojati izbjegavati ispoljavanje ponašanja povezanih s tom osobinom (Robins, Spence i Clark, 1991) Na primjer, ekstraverzija je u negativnoj korelaciji s pretjerano zaštitnički nastrojenim majkama, koje djeci ne daju dovoljno prostora da sami iskušavaju svijet oko sebe. Drugim riječima, istraživanja pokazuju da će takve majke češće imati introvertiranu djecu. Uzročno-posljedičnu vezu je teško uspostaviti, ali na osnovu Bronfenbrennerovog modela moguće je zaključiti da je interakcija majke i djeteta stvorila kod djeteta kognitivne sheme prema kojima ono misli da je, na primjer, bolje ne započinjati prvi razgovor s drugim ljudima, držati se po strani i sl. (Bouchard, 1994; Nakao i sur., 2000).

S druge strane, okoline koje kontinuirano zanemaruju potrebe djeteta, mogu dovesti do razvoja izuzetno nefunkcionalnih oblika adaptacija, koje ostavljaju dijete, a kasnije odraslu osobu, vrlo ranjivom na okolinske zahtjeve, te joj otežavaju interakciju s okolinom, pronalazak posla i partnera. Neke okoline mogu biti toliko disfunkcionalne da kod djeteta i odrasle osobe u koju odraste, prema mišljenju novijih teorija, uglavnom zasnovanih na podacima iz psihoterapijskih procesa i praksi, dovode do razvoja maladaptacija koje nazivamo poremećajima ličnosti, a koji se uglavnom javljaju u komorbiditetu s drugim psihološkim poteškoćama kao što su depresija, anksioznost, opsesivno-kompulzivni poremećaj, pa čak i poteškoća iz shizofrenog spektra, kao što su akutna shizofrenija (Kadushin, 1983; Evans i sur., 1989; Stockdale i sur., 2007; Meyer-Lindenberg i Tost, 2012; Kim, Kim i Han, 2019).

Maladaptacija

Dakle, Bronfenbrennerov model ne samo da može poslužiti kao korisna podloga objašnjavanja čovjekovih adaptacija, nego i maladaptacija, koje se javljaju kao posljedica interakcije pojedinca i različitih sistema u njegovom životu i genetskih dispozicija, koje određenu osobu čine više ili manje osjetljivom i podložnom razvoju različitih vrsta poremećaja. To su prepoznali i neki psihoterapeuti i istraživači, koji su svoje psihoterapijske prakse prilagođavali ideji da su čovjekova ponašanja rezultat unutrašnje dinamike, koja se razvila zbog stresne okoline koja postavlja adaptativne zahtjeve te reaguje na pojedinca i njegove adaptacije negativno, osuđivački, odbacivački, te zahtijeva od osobe razvoj drugačijih oblika adaptacija, koje iako u datom trenutku služe svrsi, jednom kad osoba više nije u takvom okruženju, gube svoju funkciju i postaju izuzetno maladaptive. U tolikoj mjeri da ozbiljno distorziraju pojedinčevu sliku o sebi, poimanje sebe, tumačenje okruženja i sl. (Ware, 1983; Elliot i sur., 2006).

Maladaptacija se odnosi na razvoj ponašanja koje je u određenom trenutku života bilo korisno, ali koje, u ostalim “normalnim” uslovima predstavlja disfunkcionalnost koja otežava interakciju s okolinom (Lewin, 1953; Juhola i sur., 2016). Na primjer, dijete koje je odrastalo s emocionalno nezrelim roditeljem, koji ne zna ispoljavati i kontrolisati svoje emocije, zbog čega često ima izljeve bijesa i viče na dijete, djetetu šalje poruku da bi ono trebalo biti tiho, jer u suprotnom će biti kažnjeno. Kad je roditelj u blizini, dijete s ciljem izbjegavanja provociranja roditelja, kontinuirano

opaža diskretne znakove raspoloženja koje roditelj ispoljava. Na najmanju promjenu, dijete reaguje i nastoji svojim ponašanjem maksimalno ugoditi roditelju. Roditelj na to reaguje pozitivno, što djetetu šalje poruku da je učinilo nešto dobro odnosno izbjeglo neugodnu situaciju. Jednom kad dijete shvati da je to ono što roditelj traži od njega, da je to najbolji način na koji će izbjeći neugodne situacije koje dovode u pitanje integritet njegove ličnosti, takva ponašanja će postajati učestalija, jer imaju najbolje posljedice. Drugim riječima, nekom verzijom “izopaćenog” uvjetovanja, dijete će prilagoditi svoju ličnost potrebama okruženja odnosno zahtjevima i ponašanju roditelja, zbog čega će uspješno izbjegavati emocionalne izljeve emocionalno nezrelog roditelja. Tako dijete razvija i sklonost udovoljavanju drugim ljudima, jer na osnovu primarnog odnosa s roditeljima prima poruku da ono što ono osjeća ili misli nije bitno, nego je bitno jedino kako se drugi ljudi osjećaju, te da je njegov/njezin zadatak učiniti da se ljudi osjećaju dobro, a to je najjednostavnije učiniti ugađanjem. Takva djeca često ne znaju postavljati zdrave granice, ni u dječijoj a ni u odrasloj dobi. U odrasloj dobi, teško govore ne, pokušavaju udovoljiti partneru, ali u isto vrijeme osjećaju potrebu da ih partner uvaži, ali obzirom da nikad nisu imali model zdravog ispoljavanja emocija, oni nastoje ugoditi ljudima sve dok se ne počnu osjećati iskorišteno, zbog čega im se bude emocije kao što je ljutnja, koju počinju nekontrolisano ispoljavati. To narušava odnose u odrasloj dobi. Ili s druge strane, dijete može, zbog lošeg odnosa s primarnim skrbnikom razviti ideju da je cijeli svijet zao i da je najbolji način za izbjeći da budeš povrijeđen izbjegavanje drugih ljudi. Osoba se udaljava od drugih ljudi, postaje asocijalna, teško sklapa nova prijateljstva (Finzi-Dottan i Karu, 2006; Gibson, 2015).

I drugi autori nastojali su objasniti kako djelovanje okolinskih faktora utječe na pojedinca. Na primjer, Mate (2012) je kontinuirano djelovanje stresogneih faktora povezao s razvojem ovisnosti u odrasloj dobi. Njegova pretpostavka jest da traumatska iskustva iz djetinjstva, koja uključuju emocionalne, seksualne i druge oblike fizičkog zlostavljanja, distorziraju način na koji osoba odgovara na stres kasnije u životu. Takve osobe imaju intenzivnije emocionalne reakcije u stresnim situacijama, a zbog manjka adekvatnog primjera regulisanja ponašanja u djetinjstvu, pronalaze alternativne načine za umirenje nervnog sistema – psihoaktivne supstance. Osoba se počinje radije koristiti vanjskim stimulusima, koji u mozgu izazivaju lučenje neurotransmitera povezanih s ugodnim emocijama, bez obzira na objektivnu disfunkcionalnost takvog ponašanja. Pod stresom, okreće se repetitivnim disfunkcionalnim ponašanjima, za koje se pokazalo da

umiruju nervni sistem i potiču izlučivanje dopamina. Iako u početku praktikovanja, takva ponašanja nemaju katastrofalne posljedice, s vremenom postaju sve manje funkcionalna, te počinju remetiti svakodnevno funkcioniranje. Ona predstavljaju adaptaciju na okolinski stres, koja u početku ima smisao, ali s vremenom, javljaju se psihička i fizička ovisnost. Odnosno, osoba prestaje ulagati vlastiti trud u regulaciju emocija, te se automatski okreće ponašanju za koje se pokazalo da ima najveći stepen adaptivnosti, odnosno izaziva najveći ugođaj i uklanjanje stresa, što je glavni cilj. Takva ponašanja klasificiraju se kao ovisnosti, a mogu preuzeti mnogobrojne forme: kockanje, korištenje psihoaktivnih supstanci, upuštanje u seksualno rizična ponašanja, korištenje tehnologije za distrakciju i sl.

Određene adaptacije ličnosti mogu voditi razvoju izuzetno maladaptivnih oblika ponašanja, koji se u literaturi klasificiraju kao poremećaji ličnosti, od kojih svaki ima svoje karakteristike kao i etiologiju, koje su povezane s kognitivnim, afektivnim i interpersonalnim odnosima pojedinca. Drugim riječima, povezane su s intelektualnim i emocionalnim funkcijama, ali i sa interakcijom koju pojedinac ima s okolinom u kojoj živi. Poremećaji ličnosti ispoljavaju se kao trajni obrasci ponašanja, koji su posebno naglašeni u stresnim situacijama, koje mogu ili ne moraju nužno biti povezane s prijašnjim sličnim iskustvima, a koje mogu pokrenuti određene simptome. Javljaju se uglavnom u periodu adolescencije, iako se dijagnosticiranje većine ne preporučuje prije punoljetstva ili rane odrasle dobi, jer neki od simptoma mogu biti posljedica razvojnih promjena ili trenutne situacije i okoline u kojoj se pojedinac nalazi (npr. smrt bliske osobe). Ipak, simptomi se često počinju ispoljavati prije adolescencije, u djetinjstvu, iako su tad daleko manje primjetni nego u odrasloj dobi, što se iz perspektive teorija koje naglašavaju interakciju okoline i pojedinca može objasniti kao posljedica procesa razvoja simptomatologije kroz interaktivne odnose (American Psychiatric Association, 2013).

Među poremećaje ličnosti, prema DSM 5 (2013), uvrštavamo poremećaje klastera A, B i C. U klaster A spadaju: paranoidni poremećaj ličnosti, shizoidni poremećaj ličnosti i shizotipni poremećaj ličnosti, dok u klaster B svrstavamo: antisocijalni poremećaj ličnosti, granični poremećaj ličnosti, histrionični poremećaj ličnosti i narcistični poremećaj ličnosti. U klaster C spadaju: izbjegavajući poremećaj ličnosti, ovisni poremećaj ličnosti i opsesivno-kompulzivni poremećaj ličnosti (American Psychiatric Association, 2013).

Većina ovih poremećaja ima sličnu etiologiju, koja je vezana za jake okolinske stresogene faktore, koji kod pojedinca izazivaju razvoj specifičnog sklopa uvjerenja i emocija, na osnovu kojih osoba pokušava ispoljavati svoje adaptacije. Primjeri koje navodimo u nastavku su hipotetski, ali su zasnovani na do sada sprovedenim istraživanjima i terapijskim zapisima, te za cilj imaju demonstraciju samo jednog od mnogobronih mogućih načina na koje interakcije pojedinca i okoline mogu rezultirati razvojem maladaptivnih ponašanja (Murray, 1993; Yen i sur., 2002; Torgersen, 2009).

Na primjer, paranoidni poremećaj ličnosti okarakterisan je ustrajnim nepovjerenjem i sumnjičavosti prema drugima, zbog čega osoba nesvjesno interpretira postupke drugih kao prijeteće. Interpretacije se mogu javiti u cijelom spektru situacija, koje uglavnom nisu prijeteće prirode, ali ih osoba tako interpretira, zbog čega joj se, po automatizmu, javlja paranoidna adaptacija. Na primjer, osobe s ovim poremećajem ličnosti često će na bezazlena pitanja o njima samima odgovarati lažima, jer sumnjaju da bi osobe s kojima razgovaraju mogle istinu iskoristiti protiv njih ili mogu smatrati da će drugi ljudi, bez obzira na njihove stvarne namjere, pokušati ih iskoristiti, zloupotrijebiti, ili navesti da učine nešto što ne žele (American Psychiatric Association, 2013). Ovakav obrazac uvjerenja može se objasniti Bronfenbrennerovom teorijom tako što bismo mogli pretpostaviti da je osoba s paranoidnom adaptacijom za vrijeme odrastanja često vrijeme provodila s osobama koje su je zanemarivale, koje su iskorištavale protiv nje ono što im je govorila, ili su joj roditelji kontinuirano, svojim ponašanjem ili čak eksplicitno, slali poruku da je ona drugačija od drugih ljudi i da mora biti posebno oprezna u odnosu s drugim ljudima. Na primjer, zamislimo dijete koje odrasta u mikrosistemu koji čine njegovi roditelji i stariji brat ili sestra. Roditelji rade svaki dan osam sati, stariji brat ili sestra ide u srednju školu, a dijete ide u prvi razred osnovne škole. Majka često djetetu govori kako žive u neizvjesnom i nesigurnom svijetu u kojem niko nikome nije prijatelj i svi samo čekaju trenutak kad će iskoristiti drugog da ostvare vlastite ciljeve. Nekoliko puta u školi djetetu se desilo da mu je neko iz njegove grupe prijatelja ukrao ručak, ali niko nije želio priznati ko je to učinio. Djetetu su se prijatelji smijali zbog toga. Nakon što je roditeljima ispričalo za situaciju, majka ga je naružila i kaznila, nazvavši ga glavnim krivcem što mu je ručak ukraden, iako dijete ni na koji način nije bilo krivo zbog toga što se desilo. Majka mu govori da je to potvrda onoga što mu govori o nesigurnosti svijeta u kojem živimo, te objašnjava da mu se to desilo jer nije bio dovoljno oprezan i previše je vjerovao svojim

prijateljima, te mu zabranjuje druženje s tom grupom. Iako ovakav izdvojeni incident vjerovatno neće dovesti do razvoja paranoidne simptomatologije, pretpostavimo da su se ovakav i slični obrasci kontinuirano ponavljali u djetetovom životu, zbog čega je ono moralo razviti niz adaptacija koje će spriječiti pojavu takvih situacija. Na primjer, dijete se sve manje počinje družiti s vršnjacima, jer smatra da im ne može vjerovati, sve manje ostavlja svoje stvari igdje izvan vlastitog vidokruga, a i kad ih ostavi, stalno provjerava gdje su. To dovodi da smanjenja učestalosti ponavljanja situacija u kojima roditelj krivi dijete zbog nečega što se dogodilo riječima: “Ti si kriv zbog toga, jer nisi bio dovoljno oprezan i previše si vjerovao drugima”. Dijete, koje odrasta u adolescenta, sve manje se druži s vršnjacima, a i kad se druži, ne može se riješiti osjećaja da će ga njegovi prijatelji prije ili kasnije izdati (npr. pokrasti mu imovinu, okriviti njega za nešto što nije uradio i sl.). Bronfenbrennerov model, u ovakvoj situaciji, objašnjava kako je interakcija pojedinca s okolinom, koja traži određene adaptacije, dovela do razvoja adaptacija koje su u tom trenutku najefikasnije, ali koje, kasnije u životu ne moraju nužno biti funkcionalne. Dijete, zbog kontinuiranog ponavljanja sličnih ciklusa, odrasta u osobu koja je potpuno nepovjerljiva prema ljudima, koja ne može pronaći partnera, a i kad ga pronađe, uništi vezu pretjeranom sumnjičavošću i optuživanjem partnera za nevjeru, teško zadržava poslove jer vjeruje da mu radne kolege rade ružne stvari iza leđa ili sklapaju urotu da ga se riješe, jer osjeti da nije isti kao drugi ljudi, što se prema stručnoj klasifikaciji smatra simptomima paranoidnog poremećaja ličnosti. Ukoliko mu neka osoba i pokuša skrenuti pažnju na njegove maladaptacije, osoba to tumači kao nepoželjni kriticizam, koji za cilj ima samo osuđivanje osobe za nešto za šta smatra da nije kriva ili sputavanje i potkopavanje (Turkat, 1985; Natsuaki, 2009; Carroll, 2009; American Psychiatric Association, 2013; Lee, 2017)

Shizoidni poremećaj ličnosti okarakterisan je pervazivnim udaljavanjem iz i izbjegavanjem socijalnih odnosa, kao i ograničenim rasponom ispoljavanja emocija unutar interpersonalnih odnosa. Drugim riječima, osoba sa shizoidnom adaptacijom ličnosti ne uživa u odnosima s drugim ljudima, niti ih želi ostvarivati, nema bliskih prijatelja niti osoba od povjerenja, teško stupa u veze, posebno seksualne, jer nema želju stupati u seksualne odnose s drugima, malo je stvari koje joj pričinjavaju zadovoljstvo, često reaguje ravnodušno na kritiku ili pohvalu drugih i općenito pokazuje emocionalnu hladnoću, otuđenost i rezervisanost. Vrlo često ove osobe teško ispoljavaju čak i ljutnju, te ne odgovaraju na provokacije. Iz perspektive Bronfenbrennerove teorije možemo

pretpostaviti da se ponavljanje određenih obrazaca interakcije pojedinca i različitih sistema koji na njega imaju direktan ili indirektan utjecaj, može povezati s shizoidnom adaptacijom ličnosti. Na primjer, zamislimo dijete koje nema brata ni sestru nego odrasta samo s roditeljima. Roditelji su često zauzeti zbog posla i vrlo malo vremena provode kod kuće, a i kad su tu, uglavnom su zaokupirani završavanjem poslovnih obaveza ili obavljanjem kućanskih poslova. Roditelji nisu posebno emocionalni (ne ispoljavaju često emocije pred djetetom - niti se smiju, niti plaču, niti se ljute) i nemaju razvijenu emocionalnu vezu s djetetom, a kad je i pokušaju uspostaviti, dijete odgovara hladno, uglavnom zbog toga što nije naučilo kako ispoljavati različite emocije, što roditelji tumače kao poruku da ga trebaju ostaviti na miru. Dijete vrlo malo vremena provodi komunicirajući s roditeljima, a kad i pokuša uspostaviti komunikaciju, roditelji mu naglašavaju kako imaju bitnijih obaveza od druženja s njim, zbog čega ruže dijete jer ih ometa i uznemirava, te ga redovno šalju da samo provodi vrijeme u sobi. Dijete u sobi nema previše aktivnosti koje bi moglo obavljati. Jedino što može raditi jest čitati knjige, što bira kao alternativu druženju s roditeljima, koji jednom kad vide da dijete čita, odobravaju tu radnju i upućuju mu pohvale, nakon čega ga ponovno ostavljaju samog. Roditelji, povremeno, pokušavaju ostvariti neki kontakt s djetetom, ali takvi pokušaju obično zahtijevaju od djeteta da učestvuje u aktivnostima u kojima ne želi. Na primjer, roditelji povremeno pozivaju na druženje prijatelje koji također imaju djecu. Kad se svi okupe, roditelji pozivaju svoje dijete da učestvuje u aktivnostima s drugom djecom, na šta ono inicijalno pristaje, ali vrlo brzo djeca počinju predlagati igre u kojima se dijete ne osjeća ugodno, ali ne može odbiti učestvovanje jer ga roditelji primoravaju da se igra s drugom djecom. Kad se počne ljutiti na drugu djecu, roditelji ga oštro opominju i govore da se prestane žaliti, a kad se previše radnosno uzbudi, također dobiva opomenu da njegovo ponašanje nije prikladno. Dijete zbog toga supresira emocionalne reakcije, posebno kad mora učestvovati u socijalnim situacijama u kojima ne želi. Kad to kaže roditeljima, oni mu kažu da nešto nije u redu s njim, da takvo ponašanje nije normalno i da tako, u životu, neće daleko dogurati, nakon čega ga pitaju šta ono voli raditi. Dijete u tom trenutku, znajući da roditelji pozitivno reagiraju na čitanje, navodi čitanje kao njemu interesantnu aktivnost, što roditelji odobravaju, bez poticanja na razvoj interesa prema drugim aktivnostima. Dijete se potom povlači u sobu da čita, što se pokazuje kao dobra adaptativna strategija, koja drži njegove roditelje zadovoljnim i zbog koje prestaju smatrati da nešto nije u redu s djetetom, što predstavlja pozitivan odgovor okoline na djetetovo ponašanje. U školi dijete proživljava slične situacije, druga djeca ga pozivaju da se druži s njima, ali svaki put za vrijeme

druženja dijete trpi provokacije, podsmijehe i maltretiranje od strane vršnjačke grupe, ali, zbog opomena roditelja, ne ispoljava emocije u takvim situacijama, jer smatra da je takvo ponašanje neprikladno. Zbog toga radije izbjegava druženje. Ono dobija učestvovati u grupnim aktivnostima; umjesto toga, povlači se u osamu i nastavlja čitati, što druga djeca, iako smatraju neobičnim, na određeni način i poštuju jer povezuju čitanje s inteligencijom, pa ga prozivaju štreberom, ali ga ostavljaju na miru. Ponavljanjem ovakvih i sličnih obrazaca, u kojima okolina kontinuirano šalje djetetu poruku da je ono smetnja (ponajviše roditeljima) jer niko nema vremena za njegove aktivnosti, da njegove emocionalne reakcije nisu prikladne ili da je druženje unutar grupe uvijek naporno jer je obično on meta provokacija, šalje djetetu poruku da je ono inferiorno drugima, te da treba osjećati stid zbog načina na koji se ponaša, posebno u društvu. To može rezultirati razvojem specifične adaptacije u kojoj se dijete kontinuirano udaljava iz socijalnih odnosa, zamjenjujući ih aktivnostima kao što su čitanje ili općenito provođenje vremena u samoći, jer je to jedini trenutak u kojem nikome nije smetanja, niko ga ne može maltretirati i može raditi ono što želi i voli. Takvo dijete, koje i dalje osjeća “normalan” raspon emocija, iako duboko u sebi osjeća jaku potrebu za povezanošću s primarnim skrbnicima, vršnjacima i općenito drugim ljudima u njegovom životu, zbog njihovih neugodnih reakcija na njegovo ponašanje, koje su mu poslale poruku da je druženje s njim zahtjevan zadatak (jer moraju trpiti njegovo ispoljavanje emocija ili moraju poštovati njegovu potrebu da ne igra igre koje svi ostali žele igrati), radije se udaljava iz socijalnih situacija, jer što više vremena provodi u njima, to više osuda dobiva, što mu narušava sliku o sebi i potkopava samopouzdanje. Tako dijete ne samo da teži izoliranju i općem udaljavanju iz socijalnih situacija i izbjegavanju socijalnih kontakata, nego i razvoju unutrašnjeg svijeta u kojem će imati podršku i prihvatanje koje mu okolina uskraćuje. Zbog toga, u odrasloj dobi, teško ostvaruje prijateljstva, teško se upušta u nove aktivnosti, te vrijeme općenito provodi u samoći, okružen ugodnošću unutrašnjeg svijeta koje je stvorilo. Iako u jednom trenutku života to može biti korisna adaptativna strategija, kasnije u životu može izazvati ozbiljne probleme u interpersonalnim odnosima osobe (Akhtar, 1987; Thylstrup i Hesse, 2009; Parpottas, 2012; American Psychiatric Association, 2013).

Shizotipni poremećaj ličnosti okarakterisan je kontinuiranim obrascem socijalnih i interpersonalnih deficita, te kognitivnim ili perceptivnim distorzijama, praćenih ekscentričnim ponašanjem. Osobe koje imaju shizotipni poremećaj ličnosti često imaju čudna uvjerenja ili

magično mišljenje, čudan govor, sumnjičavi su i imaju paranoide ideje o ljudima iz okruženja, nemaju mnogo bliskih prijatelja, te ispoljavaju intenzivnu socijalnu anksioznost, koja se ne umanjuje s upoznavanjem drugih ljudi, nego se čini da je više povezana s paranoičnim uvjerenjima i lošom slikom o sebi. I ovaj poremećaj možemo pokušati objasniti kroz Bronfenbrennerov model, prema kojem bi rane socijalne interakcije, koje se nastavljaju u djetinjstvu i adolescenciji, bile usko povezane s razvojem simptoma poremećaja. Obzirom da je sam poremećaj relativno dobro opisan u literaturi, ali postoji vrlo malo istraživanja koja demonstriraju razvojni tijek osoba kojima je poremećaj dijagnosticiran, teško je donositi pretpostavke o interakciji sistema koji su podržali i usmjerili razvoj shizotipne adaptacije, koja je, kao i sve ostale adaptacije ličnosti, posljedica cikličnog ponavljanja maladaptivnih ponašanja, koja su u datom trenutku i kontekstu bila visoko adaptivna, ali koja su s vremenom kod osobe počela izazivati ozbiljnije smetnje u funkcionisanju i interpersonalnim odnosima (Kendler, 1985; Kotsaftis i Neale, 1993; Olin i sur., 1997; Kirrane i Siever, 2000; American Psychiatric Association, 2013; Skodol i sur., 2015).

Za osobe koje imaju simptome antisocijalnog poremećaja ličnosti možemo reći da su na osnovu svog mezosistema zaključile da ne trebaju biti bliske s drugim ljudima, da ne trebaju biti djetinjasti, pokazivati suosjećanje prema drugim ljudima, biti topli, prijateljski nastrojeni, te da ne trebaju osjećati ono što osjećaju, posebno odgovornost za vlastite postupke. Iz tog razloga su razvili specifične adaptacije koje uključuju nepoštovanje socijalnih pravila, obmanjivanje drugih i učestalo laganje, lažno predstavljanje, nesmotreno zanemarivanje drugih osoba i njihove ili svoje sigurnosti, te odsustvo osjećaja krivnje (Ware, 1983; Widiger, 1992; Moran, 1999; APA, 2013).

Osobe koje ispoljavaju simptome opsesivno-kompulzivne adaptacije vjerovatno su u djetinjstvu shvatile da su adaptacije poput prekomjerne posvećenosti poslu, obraćanje velike pažnje da detalje i razvijanje perfekcionizma koji onemogućava dovršavanje započetkog zadatka, opsjednutost redom, organizovanošću, kao i prevelika savjesnost, obzirnost i nefleksibilnost kad su u pitanju moral i etika, te nemogućnost bacanja starih dotrajalih stvari ili ustručavanje prepuštanja zadataka drugima jer osoba nije sigurna da će ih obaviti onako kako ona misli da trebaju biti obavljeni, izuzetno korisne i funkcionalne, jer im je okolina kontinuirano slala poruku da moraju biti bolji i više se truditi. Ipak, u odrasloj dobi, takve adaptacije gube svoju funkcionalnost i postaju

maladaptacije koje značajno ometaju svakodnevno funkcionisanje osobe (Ware, 1983; Mancebo i sur., 2005; APA, 2013; Diedrich i Voderholzer, 2015).

Kad je granični poremećaj ličnosti u pitanju, možemo reći da su osobe koje ispoljavaju simptome u djetinjstvu vjerovatno dobivale informacije da je socijalno okruženje nepouzđano, da će biti ostavljeni, da njihove potrebe i osjećaji nisu važni, zbog čega su razvili adaptacije poput straha od ostavljanja koji kompenziraju kontinuiranim zadovoljavanjem potreba drugih ljudi i prilagođavanju ličnosti drugih, smetnjama u indentitetu, impulsivnost, hronični osjećaj praznine, afektivnu nestabilnost praćenu učestalim izljevima bijesa, jer je to bio najefikasniji način privlaćenja pažnje, te samodestruktivnim i suicidalnim ponašanjima (Ware, 1983; Lieb i sur., 2004; Leichsenring i sur., 2011; APA, 2013, Greenberg, 2016).

I ostali poremećaji mogu biti objašnjeni na sličan način, iako trenutno ne postoje značajnija istraživanja koja demonstriraju njihov tijek razvoja, ponajviše zbog toga što je, u ovakvim slučajevima, eksperimentalna provjera potpuno nemoguća, a o tijeku razvoja moguće je zaključivati samo posredno, na osnovu iskaza osobe i njoj bliskih ljudi. Ipak, postoje značajnija zapažanja, uglavnom psihoterapeuta razlićitih terapijskih pravaca, koji su se bavili specifićnim poremećajima odnosno adaptacijama ličnosti, a koji naglašavaju da su adaptacije ličnosti samo vapaji pojedinca za sigurnošću, ljubavlju i podrškom, koje ne uspijevaju dobiti iz okoline, zbog čega su primorani sami sebi, na različite načine i adaptacije, dobiti ono što im je potrebno, bez obzira na cijenu koju zbog toga moraju platiti u odrasloj dobi, a koja uglavnom uključuje dugotrajne terapijske procese, za koje se pojedinci odlučuju ponajviše zbog proživljavanja intenzivnih poteškoća u ostvarivanju smislenih, dugotrajnih odnosa s drugim ljudima i samima sobom (Greenberg, 2016).

Genetska istraživanja također su značajna, jer demonstriraju da iako adaptacije ličnosti pokazuju određenu nasljednost, okolinski stresogeni i protektivni faktori su ti koji mogu potaknuti, ubrzati ili spriječiti i usporiti progresiju simptoma ovih poremećaja. Neki od najznačajnijih faktora, koji su uglavnom smješteni u dječije egzosisteme, odnosno mikrosisteme u kojima roditelji svakodnevno borave, te su pod snažnijim djelovanjem mezosistema, odnosno interakcije razlićitih sistema, jesu česte roditeljske svađe kojima dijete direktno ili indirektno svjedoći, razvod roditelja,

odsustvo jednog roditelja, mentalni problemi jednog ili oba roditelja, loša socio-ekonomska situacija, stresni poslovi kod roditelja, obrazovanje roditelja, historija bolesti u porodici, loše životne navike roditelja, prisustvo ovisnosti u mikrosistemu djeteta, zlostavljanje djeteta, te zanemarivanje njegovih fizioloških ali i socio-emocionalnih potreba. U kombinaciji, ovi faktori, koji uglavnom nisu jedinstvena pojava nego kontinuirani utjecaji, mogu dovesti do stvaranja lošije slike o sebi i svijetu kod djeteta, smanjenog samopouzdanja, razvoja nepovjerenja prema svijetu, te cijelog niza drugih uvjerenja i kognitivnih shema, koji se kontinuirano potvrđuju kroz odnos s okolinom i pogoršavaju djetetovo intelektualno i emocionalno stanje. Nakon takvog kontinuiteta, ukoliko pravovremeno ne dođe do promjene okoline, vrlo je moguće da će dijete početi ispoljavati neke od simptoma patoloških adaptacija ličnosti, koji mogu biti akutni, odnosno povezani s izuzetno stresnom situacijom u kojoj se dijete trenutno nalazi, ili mogu biti hronični, odnosno oni koji neće nestati nakon što stresna situacija prođe. U okolini postoji i značajan broj protektivnih faktora, koji na različite načine smanjuju šanse za prvi razvoj simptoma, ali dovode i do ublažavanja simptomatologije jednom nakon što se simptomi i počnu ispoljavati. Među protektivne faktore spadaju dobar odnos s jednim ili oba roditelja ili jednom odraslom osobom iz drugog mikrosistema u koju imaju povjerenja i koja pruža stabilan model, emocionalna zrelost roditelja, dobri socio-ekonomske uslovi, obrazovanost roditelja, podrška prijatelja, odsustvo zlostavljačkog ili zanemarivačkog ponašanja roditelja i ostalih odraslih osoba iz djetetovog okruženja (Masten i Garnezy, 1985; Grizenko i Fisher, 1992; Herrman i sur., 2011; Lynch i sur., 2021).

Dakle, na primjerima je moguće uvidjeti da djeca, čija je ličnost u djetinjstvu primorana adaptirati se razvijajući nezdrave mehanizme nošenja sa situacijom, u odrasloj dobi mogu imati značajnih poteškoća, jer adaptacije koje su stvorili u djetinjstvu, sad kad više nisu u toj situaciji i kontekstu, više nisu korisne nego su postale maladaptivne.

Psihoterapijski pristup maladaptacijama ličnosti

Psihoterapija je jedna od oblasti psihologije koja je izuzetno teško znanstveno provjerljiva. Iako postoje mnogobrojna istraživanja koja demonstriraju načine djelovanja psihoterapije, u životu osobe koja je u psihoterapijskom procesu toliko je kompleksnih, međusobno isprepletenih faktora

da je skoro nemoguće utvrditi šta je dovelo do poboljšanja. Neki će reći da, jednom kad do poboljšanja i dođe, postaje nebitno zašto je do toga došlo. Ipak, takvo stajalište nije produktivno, jer ne omogućava stvaranje općeg “recepta” koji bi mogao pomoći i drugim ljudima.

Trenutna istraživanja uglavnom se nisu bazirala isključivo na problemu maladaptacije ličnosti, iako mnoge poremećaje i probleme u ponašanju možemo smatrati određenim oblikom maladaptacije, na koje mnoge psihoterapijske metode i tehnike uspješno djeluju. Ipak, rezultati su nekonzistentni. Jedino što možemo sa sigurnošću zaključiti jest da je svakoj osobi koja ima neki oblik maladaptacije ličnosti potreban drugačiji pristup, koji će započeti razvijanjem sigurnog odnosa sa terapeutom, na osnovu kojeg će se odvijati psihoterapijska interakcija. Drugim riječima, važno je najprije da klijent oformi siguran mikrosistem, koji će uključivati njega i terapeuta. Nakon toga je moguće, kroz dugogodišnji rad, pojačati utjecaj tog mikrosistema na ostale, te ga na određeni način učiniti bazičnim mikrosistemom, koji će utjecati ne samo na ostale sisteme, nego i na mezosistem, odnosno interakciju među ostalim sistemima (Bronfenbrenner, 1979; Ware, 1983; Perry i sur., 1999; Bateman i Fonagy, 2000; Greenberg, 2016; Bateman i sur., 2015).

Dakle, različiti istraživači predlažu cijeli niz specifičnih pristupa, koji će pomoći terapeutima da ostvare bolji odnos s klijentima koji imaju neki oblik maladaptacije ličnosti, jer će to povećati efikasnost terapije (Dixon-Gordon, Turner i Chapman, 2011). Pickard (2011) naglašava kako je od izuzetne važnosti ne izazivati nikakav osjećaj krivnje kod osoba koje iskazuju različite maladaptacije, ponajviše zbog već stigmatiziranog stava kakav im, obično kroz dugi niz godina, iskazuje okolina. Osuđivanje osoba s poremećajima ličnosti, te isključivo medikamentozni pristup neće imati efekta. Štaviše, vjerovatno će rezultirati povlačenjem osobe iz psihoterapijskog procesa, jer osobe koje imaju poremećaje ličnosti ne pokazuju nikakve intelektualne zaostatke, te su vrlo vješti u izbjegavanju neugodnih situacija, posebno oni sa antisocijalnim ili graničnim poremećajem ličnosti (Pickard, 2011).

Ipak, na određene simptome, pogotovo one koji se javljaju komorbiditetno, neophodno je djelovati medikamentoznom terapijom, s ciljem uspostavljanja stabilne neurotransmitske dinamike unutar mozga, koja će popraviti raspoloženje ili ublažiti anksiozna stanja. Drugim riječima, kod poremećaja ličnosti potrebno je uključiti medikamentoznu terapiju onda kad terapeut, u suradnji s

psihijatrom, primjeti da osoba, kao komorbiditetna stanja ima depresiju, anksioznost ili psihotičnu simptomatologiju kakva se javlja kod shizofrenije (Ware, 1983; Clayton, 1987; Perry i sur., 1999).

Iako su se kognitivno-bihevioralni psiholozi dugo vremena odupirali pojmu ličnosti, ponajviše zbog empirijske neobuhvatljivosti, kognitivno-bihevioralna terapija pokazuje relativno dobre rezultate kad je u pitanju tretiranje maladaptacije ličnosti. Zato što se takve maladaptacije uglavnom zasnivaju na ispoljavanju iskustvom stvorenih kognitivnih shema i uvjerenja, te naučenih ponašanja, kognitivno-bihevioralna terapija pokazuje dobre rezultate kad je u pitanju stvaranje novih shema, učenje novih stilova ophođenja prema okolini, novih stilova komunikacije i općeg pristupa i odnosa s drugim ljudima što vodi ublažavanju maladaptivnih simptoma i smanjenju ispoljavanja maladaptativnih ponašanja. Ipak, kao i kod bilo kojeg drugog terapijskog pristupa, potrebno je mnogo vremena i truda kako bi se postiglo poboljšanje. I terapeut i klijent moraju biti motivirani, a klijenta se poziva da nove prakse koje je naučio u okviru psihoterapijskog procesa redovno vježba u “stvarnom svijetu” (Pretzer i Fleming, 1989; Leichsenring i Leibing 2003; Matusiewicz, Hopwood, Banducci i Lejuez, 2010).

Geštalt psihoterapijski pravac također pokazuje dobre rezultate kad je u pitanju tretiranje adaptacija ličnosti, iako terapeut, u tom slučaju, fokus ne usmjerava isključivo na poremećaj, nego nastoji obuhvatiti što je moguće više aspekata pojedinca, ujediniti ih u smislenu cjelinu, na osnovu čega će klijent dobiti uvid u trenutno stanje, kompleksnost stanja, razumijevanje odnosa njega i okoline, te načina na koje su maladaptacije razvijene, kao i načina na koje je moguće ublažiti utjecaj njihovih simptoma. Geštalt se uglavnom fokusira na opću svijest pojedinca o situaciji u kojoj se nalazi, te potiče svjesnu percepciju ponašanja u trenutku kad se ponašanje izvodi, s ciljem trenutne primjene drugačijih oblika adaptacije (Wheeler i McConville, 2001; Williams, 2010; Knez, Gudelj i Sveško-Visentin, 2013).

Psihodinamski pristup također pokazuje relativno uspješne rezultate kad je u pitanju tretman poremećaja odnosno maladaptacija ličnosti. Proces u glavni fokus stavlja odnos osobe i njegovog selfa, te uključuje osviještenje nesvjesne dinamike. Kao i kod drugih psihoterapijskih pravaca, klijent mora ostvariti siguran odnos s terapeutom, pogotovo zato što se ovakav proces daleko više bazira na dijelove ličnosti koje osoba nesvjesno nastoji zaštititi, što kod klijenta može izazvati

otpor i usporiti psihoterapijski proces. Nakon toga prelazi se na osvještavanje maladaptivnih ponašanja i njihovih osnova, koje uglavnom sežu sve do djetinjstva, što može biti neugodan proces za klijenta. Nakon toga, terapeut klijentu pomaže da shvati načine na koje će ojačati vlastiti pojam o sebi, te kako će, u odnosu s drugima, naučiti koristiti zdrave mehanizme zaštite ličnosti, koji neće dovesti do razvoja novih maladaptivnih strategija, nego će pomoći osobi da ostvari stabilan pojam o sebi (Gunderson i Gabbard, 2000).

Najbolje rezultate pokazuje integrativan psihoterapijski pristup, koji će djelovati na sve aspekte psihološkog svijeta pojedinca, te tako dovesti do, uslovno rečeno, razvoja nove adaptativne ličnosti, ili do otkrivanja prave, adaptativne i funkcionalne ličnosti, koja leži ispod slojeva traumatskih iskustava i maladaptacija (Gunderson i Gabbard, 2000; Bartak i sur., 2007).

Tretmanu poremećaja ličnosti treba pristupiti s posebnim oprezom. Prije svega, klijent mora željeti bio dio psihoterapijskog procesa, jer ukoliko ne želi, terapija neće imati efekta. Klijent i terapeut moraju ostvariti siguran, na povjerenju zasnovan odnos. Terapeut nikad ne treba izlagati klijenta prevelikom stresu, te treba znati osvijestiti trenutak u kojem je potrebno da se terapijski proces nakratko zaustavi, kako ne bi naškodilo klijentu. Klijent također mora biti voljan zaroniti u dubine svoje ličnosti, a to uključuje prisjećanje događaja koji su povezani s razvojem maladaptivnih obrazaca ponašanja, što može biti izuzetno neugodno, stresno iskustvo, koje je neophodno ukoliko želimo postići dugotrajne rezultate. Nadalje, terapeut mora biti spreman na različite oblike manipulacija, agresivnih ispada ili bilo koje druge simptomatologije poremećaja ličnosti koja ga može dovesti u direktnu ili indirektnu opasnost, te mora biti upoznat sa strategijama ublažavanja takvih simptoma. Potrebno je da terapeut bude otvoren, pristupačan, topao, savjestan, te da rado klijentu pruža sve informacije koje mu traži. Također je važno ne obmanjivati klijenta, jer to može dovesti do pogoršanja simptoma, jer predstavlja rekreaciju traumatičnih događaja, na koje osoba reaguje maladaptivnim oblicima ponašanja (Gunderson i Gabbard, 2000; Bartak i sur., 2007; Caligor i sur. 2018)

Obzirom da se psihoterapijski proces sastoji od mnogobrojnih isprepletenih faktora, nikad ne možemo biti potpuno sigurni u njegove efekte, kao što ne možemo biti sigurni ni u uspješnost različitih psihoterapijskih pravaca u tretiranju poremećaja ličnosti. Neki klijenti mogu odlično

reagovati na određene psihoterapijske strategije, dok drugi mogu imati negativne reakcije. Kod osoba koje imaju neki od oblika poremećaja ličnosti, povlačenje i nestajanje iz psihoterapijskog procesa česta je pojava. Najčešće se pojavljuje kod osoba koje imaju graničnu adaptaciju ličnosti, zbog čega u takvim slučajevima treba biti posebno oprezan (Gunderson i Gabbard, 2000; Bartak i sur., 2007).

Zaključak

Adaptacija ličnosti predstavlja kompleksan konstrukt, koji ne samo da uključuje pojedinca, nego i sve situacije koje na direktan ili indirektan način igraju određenu ulogu u njegovu životu, a okolinski faktori predstavljaju jednu od ključnih komponenata adaptacije, jer bez okolinskih faktora ne bi bilo ničega čemu bi se ličnost trebala prilagođavati, niti bi ponašanja pojedinca imala smisla i cilja.

Kao koncept, adaptaciju ličnosti možemo posmatrati iz različitih uglova, iako se evolucijska perspektiva pokazuje kao najintegrativnija, jer adaptaciju proglašava ključnim ciljem ponašanja, kao i procesom kojim je moguće doći do cilja.

Svijet u kojem živimo nastavlja iznositi nove adaptativne zahtjeve, kojima se čovjek vrlo teško prilagođava. Čini se da čovjek treba biti sve, ali u isto vrijeme ništa. U posebno stresnim kontekstima, adaptacije ličnosti koje ispoljavamo mogu biti privremeno funkcionalne, ali to ne znači da će se njihova funkcionalnost prenijeti i na druga okruženja. Kontinuiranim ponavljanjem stresnih situacija i adaptacija koje ispoljavamo u takvim okruženjima, u kombinaciji s dispozicijama ličnosti, koje se genetski nasljeđuju, postoji mogućnost razvoja maladaptacija, koje ne samo da neće biti funkcionalne, nego će privući bujicu na stigmama zasnovanih osuda društva, koje vode još većoj izolaciji, te koje za cilj nemaju pomoć pojedincu, nego njegovo izopćenje iz društva.

Osobe koje ispoljavaju različite oblike maladaptacija ličnosti, koje su, u najširem mogućem smislu indirektna ili čak direktna posljedica disfunkcionalnosti svijeta, često su odbačene, neshvaćene, te ljudi često osjećaju strah prema njima, zbog čega dolazi do pogoršanja simptoma, što opet vodi

samoispunjavajućem proročanstvu, koji podupire stigmatske stavove i ponašanja, te vodi duboko ukorijenjenoj diskriminaciji svih onih za koje većina procijeni da nisu kao oni. To pak vodi ozbiljnim društvenim posljedicama, jer stvara jaz između onih koji su “normalni” i “ludi”, iako je istina da svi osciliramo na dimenziji “normalnosti”, te da svi, prije ili kasnije, možemo postati ta osoba koja ispoljava maladaptacije u određenom kontekstu.

Maladaptacije se obično razvijaju u djetinjstvu, a prvi simptomi pojavljuju se u adolescenciji i mlađoj odrasloj dobi, onda kad osoba napušta roditeljsko gnijezdo i mijenja okruženje, zbog čega maladaptacije postaju posebno naglašene. Ukoliko bismo uspjeli ublažiti utjecaje okolinskih faktora na djecu, možda bismo uspjeli ublažiti posljedice maladaptacija koje stvaraju. Zbog toga je važno da svi oni koji su na bilo koji način uključeni u rad s djecom (uključujući i roditelje), osvijeste posljedice svojih riječi i djela, te razviju razumijevanje kako svaka društvena akcija ima svoju reakciju, svaki oblik ponašanja ima utjecaj na nekoga, a u prirodu tog utjecaja nikad ne možemo biti sigurni. Potrebno je, na razini država, raditi na razvoju svijesti nastavnika i roditelja djece koja pohađaju predškolsko i osnovnoškolsko obrazovanje, s ciljem identificiranja problematičnih ponašanja, reduciranja njihove pojave, te ublažavanja posljedica, ukoliko ih nije moguće spriječiti.

Psihoterapijski pristupi omogućuju zaključak da maladaptacije nisu konačna destinacija, nego samo jedna od stanica na čovjekovom razvojnom putu. Ulijevaju nadu da, iako neke adaptacije proglašavamo poremećajima, čovjek nije osuđen do kraja ostati okrunjen stigmom koja prati psihološke poteškoće, nego može osvještanjem, edukacijom, i interakcijom s terapeutom, ublažiti djelovanje maladaptacija te naučiti nove oblike funkcionalnijih ponašanja, koja će mu olakšati svakodnevni život.

Stoga je potrebno osmisliti nove pristupe adaptaciji ličnosti, te razviti nove integrativne teorije, koje će, kao Bronfenbrennerov model, obuhvatiti pojedinca i sve okolinske sisteme s kojima je u direktnoj ili indirektnoj vezi. Također je potrebno dodatno proširiti već postojeće modele, kao i sprovesti nova istraživanja, koja će za cilj imati kristalizaciju faktora koji utječu na adaptaciju, kao i psihoterapijskih procesa koji će pomoći ljudima da prevaziđu svoje adaptacije i pronađu sami sebe u okrutnom svijetu koji ide naprijed bez obzira na to jesmo li i koliko smo spremni.

Literatura

- Abboud, C., Duveau, A., Bouali-Benazzouz, R., Massé, K., Mattar, J., Brochoire, L., ... & Landry, M. (2021). Animal models of pain: diversity and benefits. *Journal of neuroscience methods*, 348, 108997.
- Adams, W. J., Gray, K. L., Garner, M., & Graf, E. W. (2010). High-level face adaptation without awareness. *Psychological Science*, 21(2), 205-210.
- Akhtar, S. (1987). Schizoid personality disorder: A synthesis of developmental, dynamic, and descriptive features. *American journal of psychotherapy*, 41(4), 499-518.
- Allen, C. (2004). Animal pain. *Noûs*, 38(4), 617-643.
- American Psychiatric Association (2013). *The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Fifth Edition (DSM-5)*. American Psychiatric Association.
- Ansorge, U., Kunde, W., & Kiefer, M. (2014). Unconscious vision and executive control: How unconscious processing and conscious action control interact. *Consciousness and cognition*, 27, 268-287.
- Aronson, E., Wilson T. D. & Akert R. M., (2005). *Socijalna psihologija*. Mate d.o.o.
- Atkinson, R. C. & Hilgard, E. (2003). *Uvod u psihologiju*. Naklada Slap.
- Azariadis, C. (1981). Self-fulfilling prophecies. *Journal of Economic theory*, 25(3), 380-396.
- Bajema, C. J. (1988). Charles Darwin on man in the first edition of the Origin of Species. *Journal of the History of Biology*, 21, 403-410.
- Barling, J., Dupre, K. E., & Hepburn, C. G. (1998). Effects of parents' job insecurity on children's work beliefs and attitudes. *Journal of Applied Psychology*, 83(1), 112.
- Barling, J., Zacharatos, A., & Hepburn, C. G. (1999). Parents' job insecurity affects children's academic performance through cognitive difficulties. *Journal of applied Psychology*, 84(3), 437.
- Barnett, E., Casper, M. (2001). A definition of “social environment”. *American journal of public health*, 91(3), 465-470.
- Barrett, H. C. (2012). A hierarchical model of the evolution of human brain specializations. *Proceedings of the national Academy of Sciences*, 109(supplement_1), 10733-10740.

- Bartak, A., Soeteman, D. I., Verheul, R., & Busschbach, J. J. (2007). Strengthening the status of psychotherapy for personality disorders: An integrated perspective on effects and costs. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 52(12), 803-810.
- Bateman, A. W., & Fonagy, P. (2000). Effectiveness of psychotherapeutic treatment of personality disorder. *The British Journal of Psychiatry*, 177(2), 138-143.
- Bateman, A. W., Gunderson, J., & Mulder, R. (2015). Treatment of personality disorder. *The Lancet*, 385(9969), 735-743.
- Blanckaert, C. (1993). Buffon and the natural history of man: writing history and the 'foundational myth' of anthropology. *History of the Human Sciences*, 6(1), 13-50.
- Bögels, S. M., van Oosten, A., Muris, P., & Smulders, D. (2001). Familial correlates of social anxiety in children and adolescents. *Behaviour Research and Therapy*, 39(3), 273-287.
- Borrego, N., & Gaines, M. (2016). Social carnivores outperform asocial carnivores on an innovative problem. *Animal Behaviour*, 114, 21-26.
- Bouchard Jr, T. J. (1994). Genes, environment, and personality. *Science*, 264(5166), 1700-1701.
- Brandon, R. N. (1978). Adaptation and evolutionary theory. *Studies in history and philosophy of Science*, 9(3), 181-206.
- Bratko, D., Butković, A., & Vukasović Hlupić, T. (2017). Heritability of personality. *Psihologijske teme*, 26(1), 1-24.
- Bronfenbrenner, U. (1979). *The Ecology of Human Development*. Harvard University Press.
- Brown, A. S. (2011). The environment and susceptibility to schizophrenia. *Progress in neurobiology*, 93(1), 23-58.
- Browne, J. (1988). Georges-Louis Leclerc, Comte de Buffon (1707–1788). *Endeavour*, 12(2), 86-90.
- Buss, D. M. (1997). Evolutionary foundations of personality. In *Handbook of personality psychology* (pp. 317-344). Academic Press.
- Buss, A. H. (1963). Physical aggression in relation to different frustrations. *The Journal of Abnormal and Social Psychology*, 67(1), 1.
- Buss, D. M. (1988). The evolution of human intrasexual competition: tactics of mate attraction. *Journal of personality and social psychology*, 54(4), 616.
- Buss, D. M. (1991). Evolutionary personality psychology. *Annual review of psychology*, 42(1), 459-491.

- Caligor, E., Kernberg, O. F., Clarkin, J. F., & Yeomans, F. E. (2018). *Psychodynamic therapy for personality pathology: Treating self and interpersonal functioning*. American Psychiatric Pub.
- Caro, T. M., & Hauser, M. D. (1992). Is there teaching in nonhuman animals?. *The quarterly review of biology*, 67(2), 151-174.
- Carrier, D. R. (2011). The advantage of standing up to fight and the evolution of habitual bipedalism in hominins. *PLOS one*, 6(5), e19630.
- Carroll, A. (2009). Are you looking at me? Understanding and managing paranoid personality disorder. *Advances in psychiatric treatment*, 15(1), 40-48.
- Cattell, R. B. (1948). The primary personality factors in women compared with those in men. *British Journal of Psychology*.
- Chandroo, K. P., Yue, S., & Moccia, R. D. (2004). An evaluation of current perspectives on consciousness and pain in fishes. *Fish and fisheries*, 5(4), 281-295.
- Clayton, E. W. (1987). From Rogers to Rivers: The rights of the mentally ill to refuse medication. *American Journal of Law & Medicine*, 13(1), 7-52.
- Cloninger, S. (2009). Conceptual issues in personality theory. *The Cambridge handbook of personality psychology*, 4, 3-26.
- Costa Jr, P. T., Terracciano, A., & McCrae, R. R. (2001). Gender differences in personality traits across cultures: robust and surprising findings. *Journal of personality and social psychology*, 81(2), 322.
- Creel, S., Dantzer, B., Goymann, W., & Rubenstein, D. R. (2013). The ecology of stress: effects of the social environment. *Functional ecology*, 27(1), 66-80.
- Cribb, V. L., & Haase, A. M. (2016). Girls feeling good at school: School gender environment, internalization and awareness of socio-cultural attitudes associations with self-esteem in adolescent girls. *Journal of Adolescence*, 46, 107-114.
- Darwin, C. (1977). *Čovekovo poreklo*. Novi Sad: Matica Srpska.
- Darwin, C. (1985). *Postanak vrsta : pomoću prirodnog odabiranja ili održavanje povlašćenih rasa u borbi za život*. Beograd: Nolit.
- Dawkins, M. S. (1998). Evolution and animal welfare. *The quarterly review of biology*, 73(3), 305-328.

- Desender, K., Van Lierde, E., & Van den Bussche, E. (2013). Comparing conscious and unconscious conflict adaptation. *PLoS One*, 8(2), e55976.
- Diedrich, A., & Voderholzer, U. (2015). Obsessive–compulsive personality disorder: a current review. *Current psychiatry reports*, 17, 1-10.
- Dingemans, N. J., & Wolf, M. (2010). Recent models for adaptive personality differences: a review. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 365(1560), 3947-3958.
- Dixon-Gordon, K. L., Turner, B. J., & Chapman, A. L. (2011). Psychotherapy for personality disorders. *International Review of Psychiatry*, 23(3), 282-302.
- Dugatkin, L. A. (2009). *Mr. Jefferson and the giant moose: natural history in early America*. University of Chicago Press.
- Dworkin, E. R., Brill, C. D., & Ullman, S. E. (2019). Social reactions to disclosure of interpersonal violence and psychopathology: A systematic review and meta-analysis. *Clinical psychology review*, 72, 101750.
- Đapo, N. (2017). *Evolucija inteligencije čovjeka*. Filozofski fakultet Univerziteta u Sarajevu.
- Eccles, J. S. (1994). Understanding women's educational and occupational choices: Applying the Eccles et al. model of achievement-related choices. *Psychology of women quarterly*, 18(4), 585-609.
- Eddy Jr, J. H. (1994). Buffon's Histoire naturelle: history? a critique of recent interpretations. *Isis*, 85(4), 644-661.
- Elbroch, L. M., Levy, M., Lubell, M., Quigley, H., & Caragiulo, A. (2017). Adaptive social strategies in a solitary carnivore. *Science Advances*, 3(10), e1701218.
- Elliot, A. J., Gable, S. L., & Mapes, R. R. (2006). Approach and avoidance motivation in the social domain. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 32(3), 378-391.
- Eron, L. D. (1994). Theories of aggression: From drives to cognitions. *Aggressive behavior: Current perspectives*, 3-11.
- Evans, G. W., Palsane, M. N., Lepore, S. J., & Martin, J. (1989). Residential density and psychological health: the mediating effects of social support. *Journal of personality and social psychology*, 57(6), 994.
- Ewen, R. B. (2014). *An introduction to theories of personality*. Psychology Press.

- Fabbro, F., Cantone, D., Feruglio, S., & Crescentini, C. (2019). Origin and evolution of human consciousness. *Progress in Brain Research*, 250, 317-343.
- Ferrara, M., & De Gennaro, L. (2001). How much sleep do we need?. *Sleep medicine reviews*, 5(2), 155-179.
- Finzi-Dottan, R., & Karu, T. (2006). From emotional abuse in childhood to psychopathology in adulthood: A path mediated by immature defense mechanisms and self-esteem. *The Journal of nervous and mental disease*, 194(8), 616-621.
- Foschi, M. (1996). Double standards in the evaluation of men and women. *Social Psychology Quarterly*, 237-254.
- Fulgosi, A., (1981). *Psihologija ličnosti: teorije i istraživanja*. Zagreb: Školska knjiga.
- Gentzler, A. L., Ramsey, M. A., & Black, K. R. (2015). Mothers' attachment styles and their children's self-reported security, as related to maternal socialization of children's positive affect regulation. *Attachment & human development*, 17(4), 376-398.
- Gibson, L. C. (2015). *Adult Children of Emotionally Immature Parents*. New Harbinger Publications, Inc.
- Gilbert, J. (2008). Why I feel guilty all the time: Performing academic motherhood. *Women's studies in communication*, 31(2), 203-208.
- Goffin, R. D., Rothstein, M. G., Rieder, M. J., Poole, A., Krajewski, H. T., Powell, D. M., ... & Mestdagh, T. (2011). Choosing job-related personality traits: Developing valid personality-oriented job analysis. *Personality and Individual Differences*, 51(5), 646-651.
- Gottlieb, G. (1991). Epigenetic systems view of human development.
- Gottlieb, B. H., & Bergen, A. E. (2010). Social support concepts and measures. *Journal of psychosomatic research*, 69(5), 511-520.
- Grant, P. R., & Grant, B. R. (2014). 40 years of evolution. In *40 Years of Evolution*. Princeton University Press.
- Greene, L., & Burke, G. (2007). Beyond self-actualization. *Journal of health and human services administration*, 116-128.
- Greenberg, E. (2016). *Borderline, Narcissistic, and Schizoid Adaptations: Pursuit of Love, Admiration, and Safety*. Greenbrooke Press.
- Grizenko, N., & Fisher, C. (1992). Review of studies of risk and protective factors for psychopathology in children. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 37(10), 711-721.

- Grossberg, S. (2013). Adaptive Resonance Theory: How a brain learns to consciously attend, learn, and recognize a changing world. *Neural networks*, 37, 1-47.
- Gunderson, J. G., & Gabbard, G. O. (Eds.). (2008). *Psychotherapy for personality disorders* (Vol. 13). American Psychiatric Pub.
- Han, A., Kim, J., & Kim, J. (2019). Coping strategies, social support, leisure activities, and physical disabilities. *American journal of health behavior*, 43(5), 937-949.
- Härkönen, U. (2001). The Bronfenbrenner ecological systems theory of human development.
- Hayashi, R., Miyawaki, Y., Maeda, T., & Tachi, S. (2003). Unconscious adaptation: a new illusion of depth induced by stimulus features without depth. *Vision research*, 43(26), 2773-2782.
- Herrman, H., Stewart, D. E., Diaz-Granados, N., Berger, E. L., Jackson, B., & Yuen, T. (2011). What is resilience?. *The Canadian Journal of Psychiatry*, 56(5), 258-265.
- Hettema, P. J. (1979). *Personality and adaptation*. Elsevier.
- Hofman, M. A. (2014). Evolution of the human brain: when bigger is better. *Frontiers in neuroanatomy*, 8, 15.
- Hogenson, G. B. (2001). The Baldwin effect: a neglected influence on CG Jung's evolutionary thinking. *Journal of Analytical Psychology*, 46(4), 591-611.
- Hoquet, T. (2010). History without time: Buffon's natural history as a nonmathematical physique. *Isis*, 101(1), 30-61.
- Huitt, W., & Hummel, J. (2003). Piaget's theory of cognitive development. *Educational psychology interactive*, 3(2), 1-5.
- Juhola, S., Glaas, E., Linnér, B. O., & Naset, T. S. (2016). Redefining maladaptation. *Environmental Science & Policy*, 55, 135-140.
- Jung, C. G. (1949). *Psychology of the unconscious; a study of the transformations and symbolisms of the libido, a contribution to the history of the evolution of thought*. New York: Moffat, Yard, and Co.
- Jung, C. G. (1966). *Two Essays on Analytical Psychology*. Princeton University Press.
- Kadushin, C. (1983). Mental health and the interpersonal environment: A reexamination of some effects of social structure on mental health. *American Sociological Review*, 188-198.
- Kahle, L. R., Kulka, R. A., & Klingel, D. M. (1980). Low adolescent self-esteem leads to multiple interpersonal problems: A test of social-adaptation theory. *Journal of personality and social psychology*, 39(3), 496.

- Kendler, K. S. (1985). A twin study of individuals with both schizophrenia and alcoholism. *The British Journal of Psychiatry*, *147*(1), 48-53.
- Ketelaar, T., & Ellis, B. J. (2000). Are evolutionary explanations unfalsifiable? Evolutionary psychology and the Lakatosian philosophy of science. *Psychological Inquiry*, *11*(1), 1-21.
- Kirrane, R. M., & Siever, L. J. (2000). New perspectives on schizotypal personality disorder. *Current Psychiatry Reports*, *2*(1), 62-66.
- Kivell, T. L. (2019). Fossil ape hints at how walking on two feet evolved.
- Knez, R., Gudelj, L., & Sveško-Visentin, H. (2013). Gestalt psychotherapy in the outpatient treatment of borderline personality disorder: a case report. *African Journal of Psychiatry*, *16*(1), 52-53.
- Ko, K. H. (2015). Origins of bipedalism. *Brazilian archives of biology and technology*, *58*, 929-934.
- Kondo, S., & Hurnik, J. F. (1990). Stabilization of social hierarchy in dairy cows. *Applied Animal Behaviour Science*, *27*(4), 287-297.
- Kotsaftis, A., & Neale, J. M. (1993). Schizotypal personality disorder I: The clinical syndrome. *Clinical Psychology Review*, *13*(5), 451-472.
- Krueger, J. M., Rector, D. M., Roy, S., Van Dongen, H. P., Belenky, G., & Panksepp, J. (2008). Sleep as a fundamental property of neuronal assemblies. *Nature Reviews Neuroscience*, *9*(12), 910-919.
- Kyriacou, C. (2016). Are evolutionary debunking arguments self-debunking?. *Philosophia*, *44*(4), 1351-1366.
- Laird, N. M., & Lange, C. (2011). *The fundamentals of modern statistical genetics* (p. 167). New York: Springer.
- Larsen, R. J. & Buss, D. M. (2008). *Psihologija ličnosti*. Naklada Slap.
- Lee, R. J. (2017). Mistrustful and misunderstood: a review of paranoid personality disorder. *Current behavioral neuroscience reports*, *4*, 151-165.
- Leichsenring, F., & Leibing, E. (2003). The effectiveness of psychodynamic therapy and cognitive behavior therapy in the treatment of personality disorders: A meta-analysis. *American journal of psychiatry*, *160*(7), 1223-1232.
- Leichsenring, F., Leibing, E., Kruse, J., New, A. S., & Leweke, F. (2011). Borderline personality disorder. *The Lancet*, *377*(9759), 74-84.

- Leonard, W. R., Snodgrass, J. J., & Robertson, M. L. (2007). Effects of brain evolution on human nutrition and metabolism. *Annu. Rev. Nutr.*, 27, 311-327.
- Lewin, R. & Foley, R. A., (2013). *Principles of human evolution*. John Wiley & Sons.
- Lewin, J. C. (1953). Heterotrophy in diatoms. *Microbiology*, 9(2), 305-313.
- Lieb, K., Zanarini, M. C., Schmahl, C., Linehan, M. M., & Bohus, M. (2004). Borderline personality disorder. *The Lancet*, 364(9432), 453-461.
- Lippa, R. A. (2010). Gender differences in personality and interests: When, where, and why?. *Social and personality psychology compass*, 4(11), 1098-1110.
- Locke, J. (1962). *Ogled o ljudskom razumu*. Beograd: "Kultura".
- Lounsbury, J. W., Moffitt, L., Gibson, L. W., Drost, A. W., & Stevens, M. (2007). An investigation of personality traits in relation to job and career satisfaction of information technology professionals. *Journal of information Technology*, 22(2), 174-183.
- Lounsbury, J. W., Foster, N., Patel, H., Carmody, P., Gibson, L. W., & Stairs, D. R. (2012). An investigation of the personality traits of scientists versus nonscientists and their relationship with career satisfaction. *R&D Management*, 42(1), 47-59.
- Lovejoy, C. O. (1988). Evolution of human walking. *Scientific American*, 259(5), 118-125.
- Lynch, S. J., Sunderland, M., Newton, N. C., & Chapman, C. (2021). A systematic review of transdiagnostic risk and protective factors for general and specific psychopathology in young people. *Clinical Psychology Review*, 87, 102036.
- Mancebo, M. C., Eisen, J. L., Grant, J. E., & Rasmussen, S. A. (2005). Obsessive compulsive personality disorder and obsessive compulsive disorder: clinical characteristics, diagnostic difficulties, and treatment. *Annals of Clinical Psychiatry*, 17(4), 197-204.
- Marshall, C. R. (2006). Explaining the Cambrian "explosion" of animals. *Annu. Rev. Earth Planet. Sci.*, 34, 355-384.
- Masten, A. S., & Garmezy, N. (1985). Risk, vulnerability, and protective factors in developmental psychopathology. *Advances in clinical child psychology*, 1-52.
- Maté, G. (2012). Addiction: Childhood trauma, stress and the biology of addiction. *Journal of Restorative Medicine*, 1(1), 56-63.
- Matthews, G., Davies, D. R., Stammers, R. B., & Westerman, S. J. (2000). *Human performance: Cognition, stress, and individual differences*. Psychology Press.

- Matusiewicz, A. K., Hopwood, C. J., Banducci, A. N., & Lejuez, C. W. (2010). The effectiveness of cognitive behavioral therapy for personality disorders. *Psychiatric Clinics*, 33(3), 657-685.
- Mayr, E. (1972). Lamarck revisited. *Journal of the History of Biology*, 55-94.
- Meléndez, J. C., Satorres, E., & Delhom, I. (2020). Personality and coping. What traits predict adaptive strategies?. *Anales de psicología*, 36(1), 39.
- Merikangas, K. R., Lieb, R., Wittchen, H. U., & Avenevoli, S. (2003). Family and high-risk studies of social anxiety disorder. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 108, 28-37.
- Merton, R. K. (1948). The self-fulfilling prophecy. *The antioch review*, 8(2), 193-210.
- Meyer-Lindenberg, A., & Tost, H. (2012). Neural mechanisms of social risk for psychiatric disorders. *Nature neuroscience*, 15(5), 663-668.
- Moran, P. (1999). The epidemiology of antisocial personality disorder. *Social psychiatry and psychiatric epidemiology*, 34, 231-242.
- Morgan, C. T. (1947). The hoarding instinct. *Psychological Review*, 54(6), 335.
- Murray, J. B. (1993). Relationship of childhood sexual abuse to borderline personality disorder, posttraumatic stress disorder, and multiple personality disorder. *The Journal of psychology*, 127(6), 657-676.
- Nakao, K., Takaishi, J., Tatsuta, K., Katayama, H., Iwase, M., Yorifuji, K., & Takeda, M. (2000). The influences of family environment on personality traits. *Psychiatry and Clinical Neurosciences*, 54(1), 91-95.
- Näpinen, L. (2004). Understanding of the world and the scientific paradigm of self-organization. *Studia Philosophica IV*, 40, 156-177.
- Natsuaki, M. N., Cicchetti, D., & Rogosch, F. A. (2009). Examining the developmental history of child maltreatment, peer relations, and externalizing problems among adolescents with symptoms of paranoid personality disorder. *Development and psychopathology*, 21(4), 1181-1193.
- Neubauer, S., & Hublin, J. J. (2012). The evolution of human brain development. *Evolutionary Biology*, 39, 568-586.
- Noordwijk, M. A., & van Schaik, C. P. (2005). Development of ecological competence in Sumatran orangutans. *American Journal of Physical Anthropology: The Official Publication of the American Association of Physical Anthropologists*, 127(1), 79-94.

- Olin, S. C. S., Raine, A., Cannon, T. D., Parnas, J., Schulsinger, F., & Mednick, S. A. (1997). Childhood behavior precursors of schizotypal personality disorder. *Schizophrenia Bulletin*, 23(1), 93-103.
- Orth, U. (2018). The family environment in early childhood has a long-term effect on self-esteem: A longitudinal study from birth to age 27 years. *Journal of personality and social psychology*, 114(4), 637.
- Penke, L., Denissen, J. J., & Miller, G. F. (2007). The evolutionary genetics of personality. *European Journal of Personality: Published for the European Association of Personality Psychology*, 21(5), 549-587.
- Perry, J. C., Banon, E., & Ianni, F. (1999). Effectiveness of psychotherapy for personality disorders. *American journal of psychiatry*, 156(9), 1312-1321.
- Pickard, H. (2011). Responsibility without blame: Empathy and the effective treatment of personality disorder. *Philosophy, Psychiatry, & Psychology*, 18(3), 209-224.
- Pretzer, J. L., & Fleming, B. (1989). Cognitive-behavioral treatment of personality disorders. *The Behavior Therapist*, 12(5), 105-109.
- Rachels, J. (1990). Created from animals. *The moral implications of darwinism*.
- Ragan, M. A. (2009). Trees and networks before and after Darwin. *Biology direct*, 4, 1-38.
- Ramos, N. S., Fernandez-Berrocal, P., & Extremera, N. (2007). Perceived emotional intelligence facilitates cognitive-emotional processes of adaptation to an acute stressor. *Cognition and emotion*, 21(4), 758-772.
- Resnik, P. (1996). Selectional constraints: An information-theoretic model and its computational realization. *Cognition*, 61(1-2), 127-159.
- Reynafarje, B. (1966). WORK AND OXYGEN DEBT AT ALTITUDE—BIOCHEMICAL ASPECTS. *mposia on and Medicin*, 277.
- Rholes, W. S., Simpson, J. A., & Blakely, B. S. (1995). Adult attachment styles and mothers' relationships with their young children. *Personal Relationships*, 2(1), 35-54.
- Richardson, L. A. (2017). Evolving as a holobiont. *PLoS biology*, 15(2), e2002168.
- Robbins, A. S., Spence, J. T., & Clark, H. (1991). Psychological determinants of health and performance: the tangled web of desirable and undesirable characteristics. *Journal of Personality and Social Psychology*, 61(5), 755.
- Rollin, B. E. (2017). Animal ethics and animal consciousness.

- Schmitt, D. P., Realo, A., Voracek, M., & Allik, J. (2008). Why can't a man be more like a woman? Sex differences in Big Five personality traits across 55 cultures. *Journal of personality and social psychology, 94*(1), 168.
- Schummer, J. (2000). Manipulation through bribes. *Journal of Economic Theory, 91*(2), 180-198.
- Shiner, R. L., & Masten, A. S. (2002). Transactional links between personality and adaptation from childhood through adulthood. *Journal of Research in Personality, 36*(6), 580-588.
- Shelton, L. G. (2018). *The Bronfenbrenner primer: A guide to develecology*. Routledge.
- Skodol, A. E., Morey, L. C., Bender, D. S., & Oldham, J. M. (2015). The alternative DSM-5 model for personality disorders: A clinical application. *American Journal of Psychiatry, 172*(7), 606-613.
- Sloan, P. R. (1976). The Buffon-Linnaeus Controversy. *Isis, 67*(3), 356-375.
- Sneddon, L. U., Elwood, R. W., Adamo, S. A., & Leach, M. C. (2014). Defining and assessing animal pain. *Animal behaviour, 97*, 201-212.
- Sober, E. (2006). 17 Evolution, Population Thinking, and Essentialism. *Conceptual issues in evolutionary biology, 47*, 329.
- Steriade, M. (2003). The corticothalamic system in sleep. *Frontiers in Bioscience-Landmark, 8*(4), 878-899.
- Sternberg, R. J. (1984). Toward a triarchic theory of human intelligence. *Behavioral and Brain Sciences, 7*(2), 269-287
- Sternberg, R. J. & Sternberg, K. (2011). *Cognitive Psychology*. Cengage Learning.
- Stockdale, S. E., Wells, K. B., Tang, L., Belin, T. R., Zhang, L., & Sherbourne, C. D. (2007). The importance of social context: Neighborhood stressors, stress-buffering mechanisms, and alcohol, drug, and mental health disorders. *Social science & medicine, 65*(9), 1867-1881.
- Storz, J. F., & Moriyama, H. (2008). Mechanisms of hemoglobin adaptation to high altitude hypoxia. *High altitude medicine & biology, 9*(2), 148-157.
- Stringer, C. (2016). The origin and evolution of Homo sapiens. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences, 371*(1698), 20150237.
- Tamarin, R. (2001). *Principles of Genetics*. The McGraw-Hill Companies.
- Thylstrup, B., & Hesse, M. (2009). "I am not complaining"—Ambivalence construct in schizoid personality disorder. *American journal of psychotherapy, 63*(2), 147-167.

- Torgersen, S. (2009). The nature (and nurture) of personality disorders. *Scandinavian journal of psychology*, 50(6), 624-632.
- Tsuang, M. (2000). Schizophrenia: genes and environment. *Biological psychiatry*, 47(3), 210-220.
- Tudge, J., Rosa, E. M., Merçon-Vargas, E. A., & Lima, R. F. F., (2020). Processing proximal processes: What Bronfenbrenner meant, what he didn't mean, and what he should have meant. *Journal of Family Theory & Review*, 12(3), 321-334.
- Turkat, I. D. (Ed.). (1985). *Behavioral case formulation*. New York: Plenum Press.
- Ullman, S. E. (1996). Social reactions, coping strategies, and self-blame attributions in adjustment to sexual assault. *Psychology of women quarterly*, 20(4), 505-526.
- Van Os, J., Kenis, G., & Rutten, B. P. (2010). The environment and schizophrenia. *Nature*, 468(7321), 203-212.
- Vasta, R., Haith, M. M., & Miller, S. A. (1998). *Dječja psihologija*. Naklada Slap.
- Veit, W. (2022). Towards a comparative study of animal consciousness. *Biological Theory*, 1-12.
- Velicu, O. R., Madrid, N. M., & Seepold, R. (2016, February). Experimental sleep phases monitoring. In *2016 IEEE-EMBS International Conference on Biomedical and Health Informatics (BHI)* (pp. 625-628). IEEE.
- Verschure, P. F. (2016). Synthetic consciousness: the distributed adaptive control perspective. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 371(1701), 20150448.
- Vollmer, F. (1974). Gordon Allport on the definition of personality. *Scandinavian Journal of Psychology*, 15(1), 1-3.
- Vukasović, T., & Bratko, D. (2015). Heritability of personality: A meta-analysis of behavior genetic studies. *Psychological bulletin*, 141(4), 769.
- Ware, P. (1983). Personality Adaptations:(Doors to Therapy). *Transactional Analysis Journal*, 13(1), 11-19.
- Weisberg, Y. J., DeYoung, C. G., & Hirsh, J. B. (2011). Gender differences in personality across the ten aspects of the Big Five. *Frontiers in psychology*, 178.
- Wheeler, P. E. (1991). The thermoregulatory advantages of hominid bipedalism in open equatorial environments: the contribution of increased convective heat loss and cutaneous evaporative cooling. *Journal of Human Evolution*, 21(2), 107-115.
- Wheeler, L. (1991). A brief history of social comparison theory.

- Widiger, T. A. (1992). Antisocial personality disorder. *Psychiatric Services*, 43(1), 6-8.
- Wilkes, K. V. (1984). Is consciousness important?. *British Journal for the Philosophy of Science*, 223-243.
- Williams, J. M. G. (2010). Mindfulness and psychological process. *Emotion*, 10(1), 1.
- Wolf, M., & Weissing, F. J. (2010). An explanatory framework for adaptive personality differences. *Philosophical Transactions of the Royal Society B: Biological Sciences*, 365(1560), 3959-3968.
- Yates, T. M., Obradović, J., & Egeland, B. (2010). Transactional relations across contextual strain, parenting quality, and early childhood regulation and adaptation in a high-risk sample. *Development and psychopathology*, 22(3), 539-555.
- Yen, S., Shea, M. T., Battle, C. L., Johnson, D. M., Zlotnick, C., Dolan-Sewell, R. & McGlashan, T. H. (2002). Traumatic exposure and posttraumatic stress disorder in borderline, schizotypal, avoidant, and obsessive-compulsive personality disorders: findings from the collaborative longitudinal personality disorders study. *The Journal of nervous and mental disease*, 190(8), 510-518.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). Schema therapy. *New York: Guilford*, 254.
- Zarcone, V., Azumi, K., Dement, W., Gulevich, G., Kraemer, H., & Pivik, T. (1975). REM phase deprivation and schizophrenia II. *Archives of General Psychiatry*, 32(11), 1431-1436.