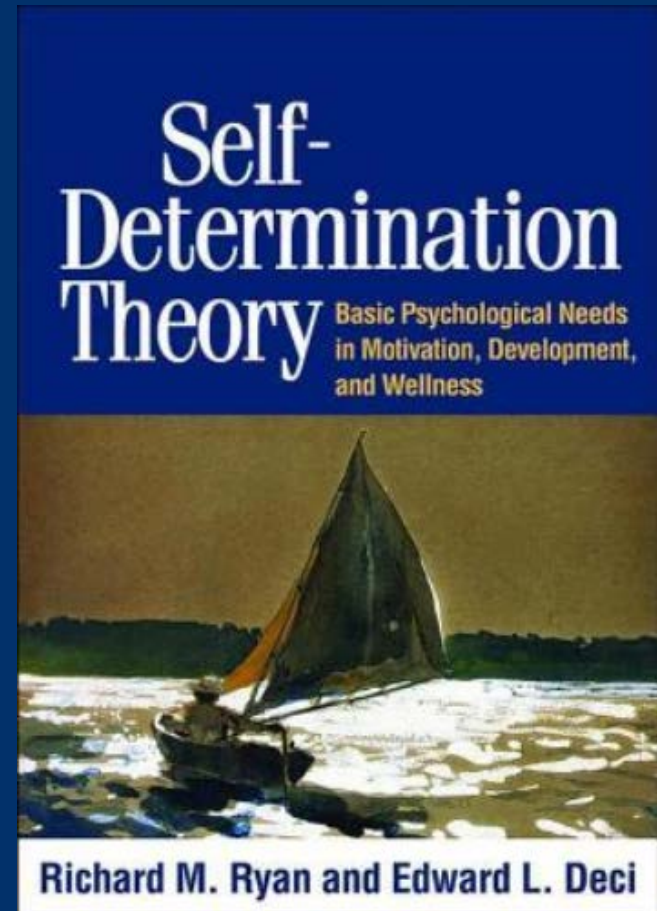




AARHUS UNIVERSITET

Selvbestemmelses- teoriens menneskesyn

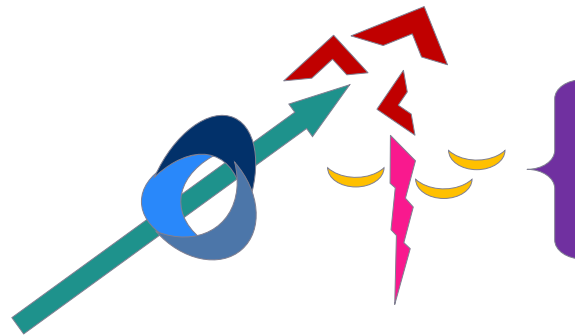
Ib Ravn, Ph.D., lektor
DPU, Aarhus Universitet



1. Oversigt over forelæsningen

1. Nogle fremtrædende **menneskesyn**, bl.a. i psykologien
2. **SDT's menneskesyn** – en model med seks elementer
3. **Sammenligninger**

(for intro til SDT, se min forelæsning på YouTube: "Selvbestemmelsesteoriens behovspsykologi")



Maarten Vansteenkiste



2. Nogle velkendte menneskesyn



1. **Kristendommen** (Augustin, Luther). Vi er født i synd, kun nåden giver frelse. Barnets medfødte dyriskhed skal civiliseres ved tugt.
2. **Humanisme og oplysning** (Erasmus, Voltaire). Mennesket ud af Guds billede. Kan sætte sig ud over religion og instinkter ved fornuften.
3. **Socialdarwinisme**. Darwin: Arterne er ikke Gudgivne. Evolution gennem naturlig selektion. De stærkeste overlever.
4. **Eksistentialisme**. Kierkegaard. Camus: Tilværelsen er absurd. Kun hvis man kaster sig ind i livet, får det mening. Beckett: Venter på Godot. Filosofi.
5. **Den medicinske apparatfejlsmodel**. Din bil holder stille og en dag, bom!
6. **Kapitalisme og forbrugerisme**. Gennem produktion, handel og forbrug opnår mennesker det gode liv.



3. Menneskesynet i nogle psykologier, der er velkendte i Danmark

- **Psykoanalysen** (Freud, det underbevidste, seksualdrift)
- **Behaviorisme** (kun adfærd er objektiv, stimulus-respons, passivt menneske)
- **Kognitionspsykologi** (mennesker har tanker, hjernens software)
- **Kognitiv adfærdsterapi** (uhensigtsmæssige tanker kan trænes bort)
- **Psykatri** (biologisk, molekylære ubalancer i hjernen, oprettes med medicin)
- **Systemisk** (familie, samfund, refleksion, spørgsmål)
- **Socialkonstruktionistisk** (Gergen, relationer, sprog, identiteter skabes)
- **Humanistisk** (Rogers, Maslow. Seligman: positiv psykologi)



4. SDT's menneskesyn

- SDT er en **motivationspsykologi** i fremgang (Richard Ryan og Edward Deci)
- **Intrinsisk motivation** ud i verden, mod **autonom regulering** – så trives mennesker.
- Menneskesynet fremsættes som **antagelser** og **miniteorier** – jeg samler seks af dem her.

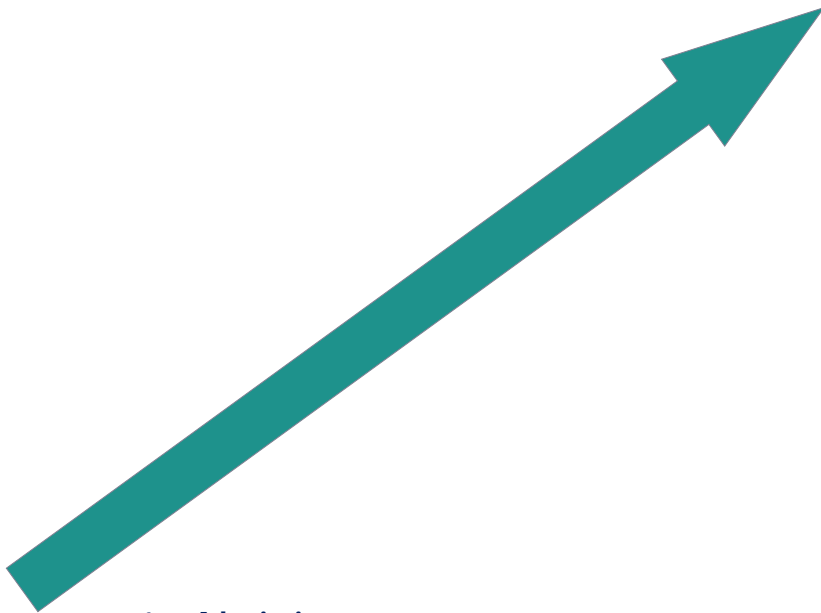


M1. Mennesker er spontant aktive

- Mennesker spontant aktive, **nysgerrige** og **undersøgende** (Vanstenkiste og Ryan, 2013).
- **Ikke reaktive**, afventende påvirkninger fra omgivelserne
- **Indre motivation (intrinsisk)** – en del af vores evolutions-givne natur
- Søger (moderate) **udfordringer** og **nyder** det (flow)
- (Miniteori: Kognitiv evalueringsteori)

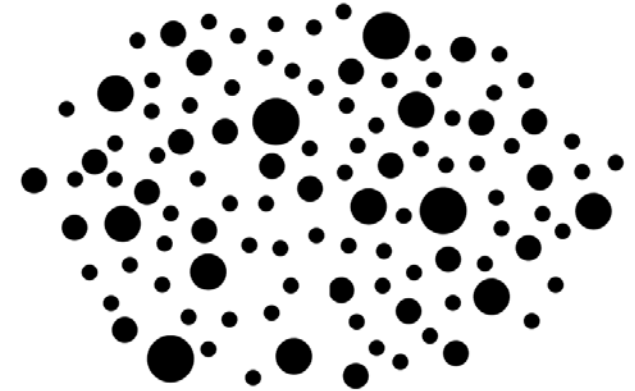


SDTs metapsykologi (M1)



1. Aktivitet



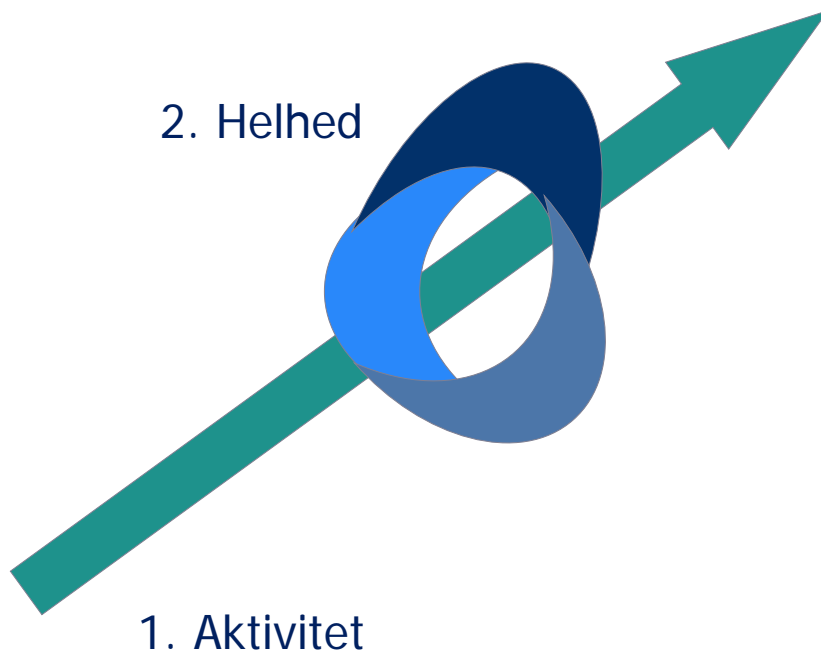


M2. Vækst mod integration og helhed

- Som biologiske organismer: En **væksttendens frem mod integration**, sammenhæng og helhed
- Biologisk: Velkoordinerede bevægelser, sund og **hel krop**, fx sårheling
- Perceptuelt, kognitivt: Vi søger **gestalter**, konsistens, sammenhæng
- **Mening**: at erkende, hvordan en ting er en **del af en større helhed**.



SDTs metapsykologi (M1-2)

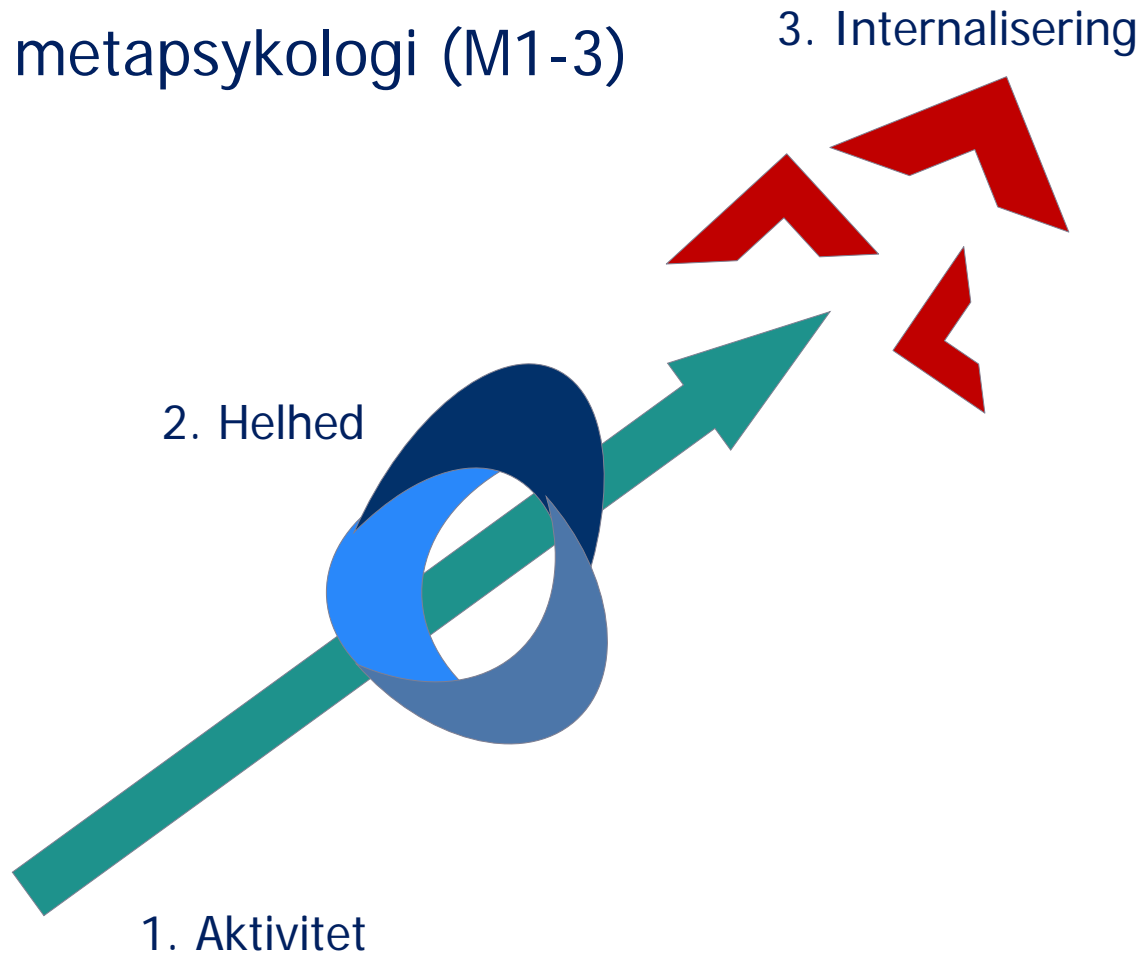


M3. Mennesker møder kulturen og internaliserer dens normer

- Barnet vokser op i en **kultur**, der begrænser dets spontane aktivitet.
- Forældre og andre forsøger at **regulere** barnets adfærd (opføre sig).
- Barnet søger naturligt at **internalisere** krav og normer (Deci & Ryan, 1985)
- Det lykkes **potentielt** – reguleringen **integreres** og et helt selv dannes. Mennesker kan leve i harmoni med deres omverden. **Livets lyse side.**
- (Miniteori: Organismisk integrationsteori = internaliseringsteori)



SDTs metapsykologi (M1-3)



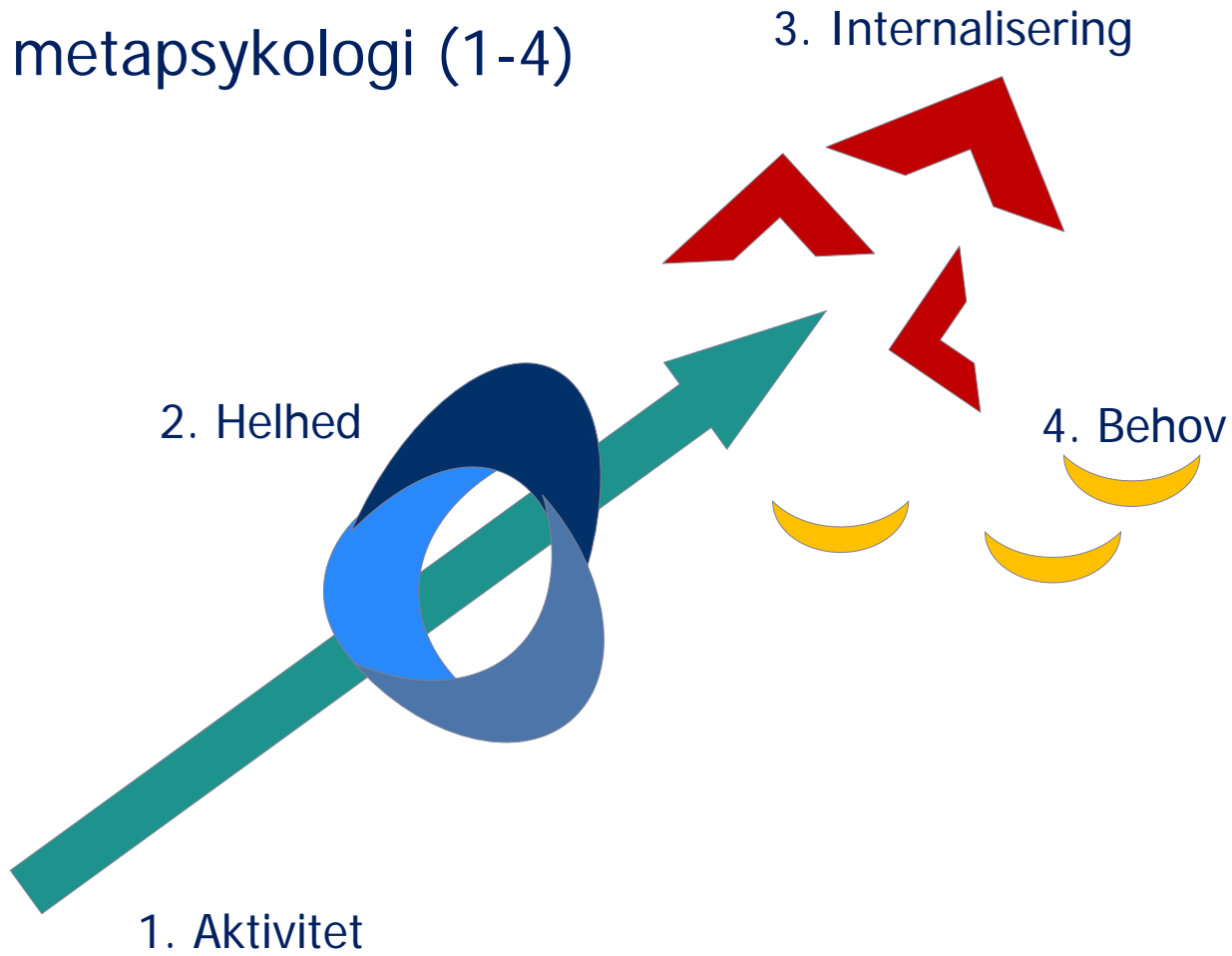
M4. Psykologiske behov skal tilgodeses



- Internaliseringen er **ikke automatisk**.
- Der kræves noget: **'Næring'**
- Denne næring formulerer SDT som **psykologiske behov**: for autonomi, kompetence og samhørighed. Essentielle 'næringsstoffer' (Mini: Behovspsykologi)
- Jo bedre disse behov tilgodeses, jo **bedre lykkes** internaliseringen
- => Mennesker i mere harmoni med sig selv og andre



SDTs metapsykologi (1-4)



M5. Det kan gå galt: Mennesket er sårbart

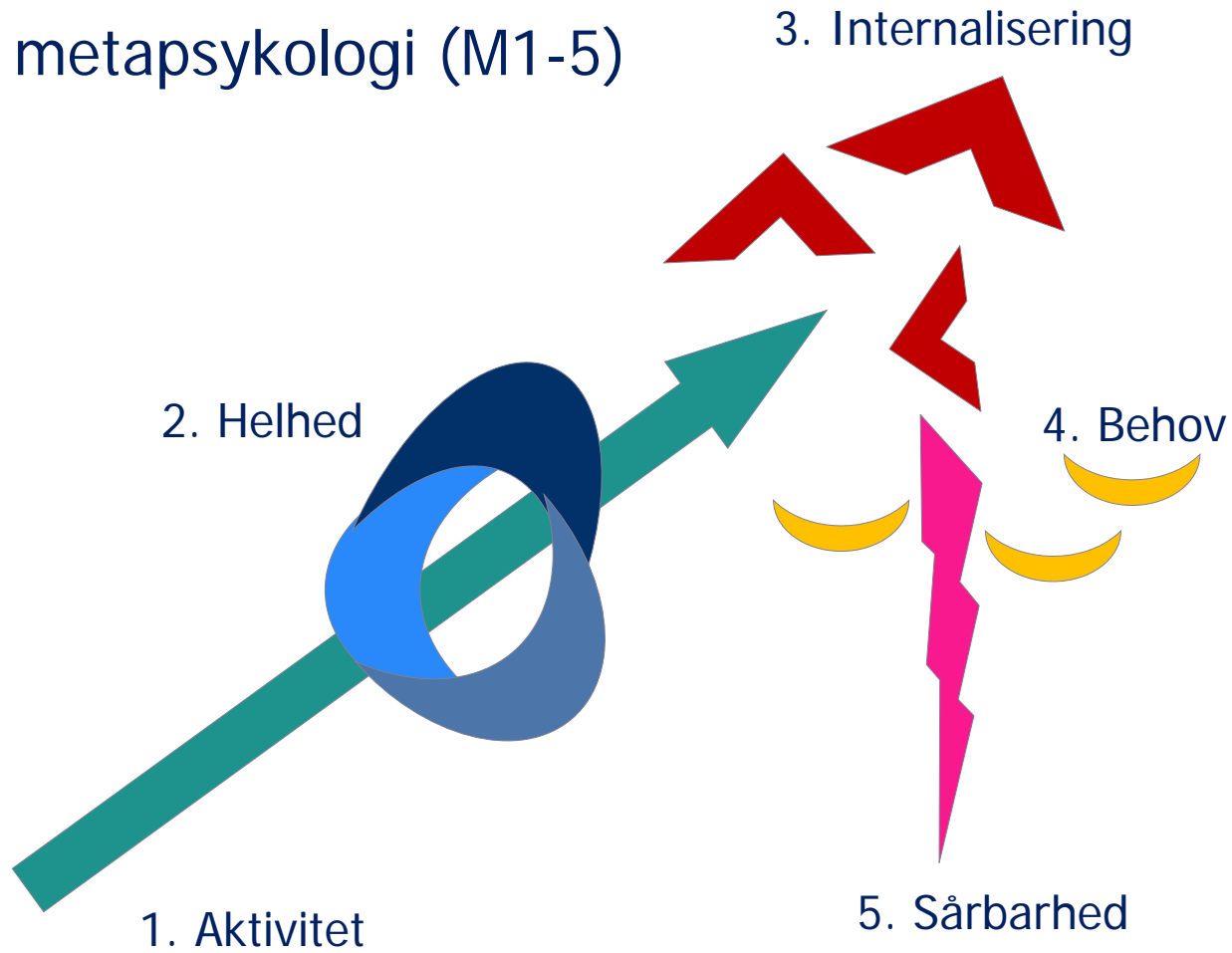


- Menneskers møde med kulturen og andre fungerer **sjældent optimalt**.
- Vores behov kan (a) **frustreres** (fx ignoreres): Barnet får ikke omsorg, eleven lades alene i skolen, den voksne møder ligegyldighed, social nihilisme.
- Vores behov kan (b) **modarbejdes** aktivt: Barnet udsættes for overgreb, eleven disciplineres, den voksne kontrolleres på arbejdet, staten undertrykker.
- Som reaktion søges evt. **behovserstatninger**: rigdom, popularitet, image (vs. personlig udvikling, nære relationer, bidrag til fællesskabet)
- (Miniteori: Målholdsteorien, v. Tim Kasser)
- **Livets mørke side**. Psykopatologi. Konflikt og undertrykkelse (Ryan & Deci, 2000)





SDTs metapsykologi (M1-5)



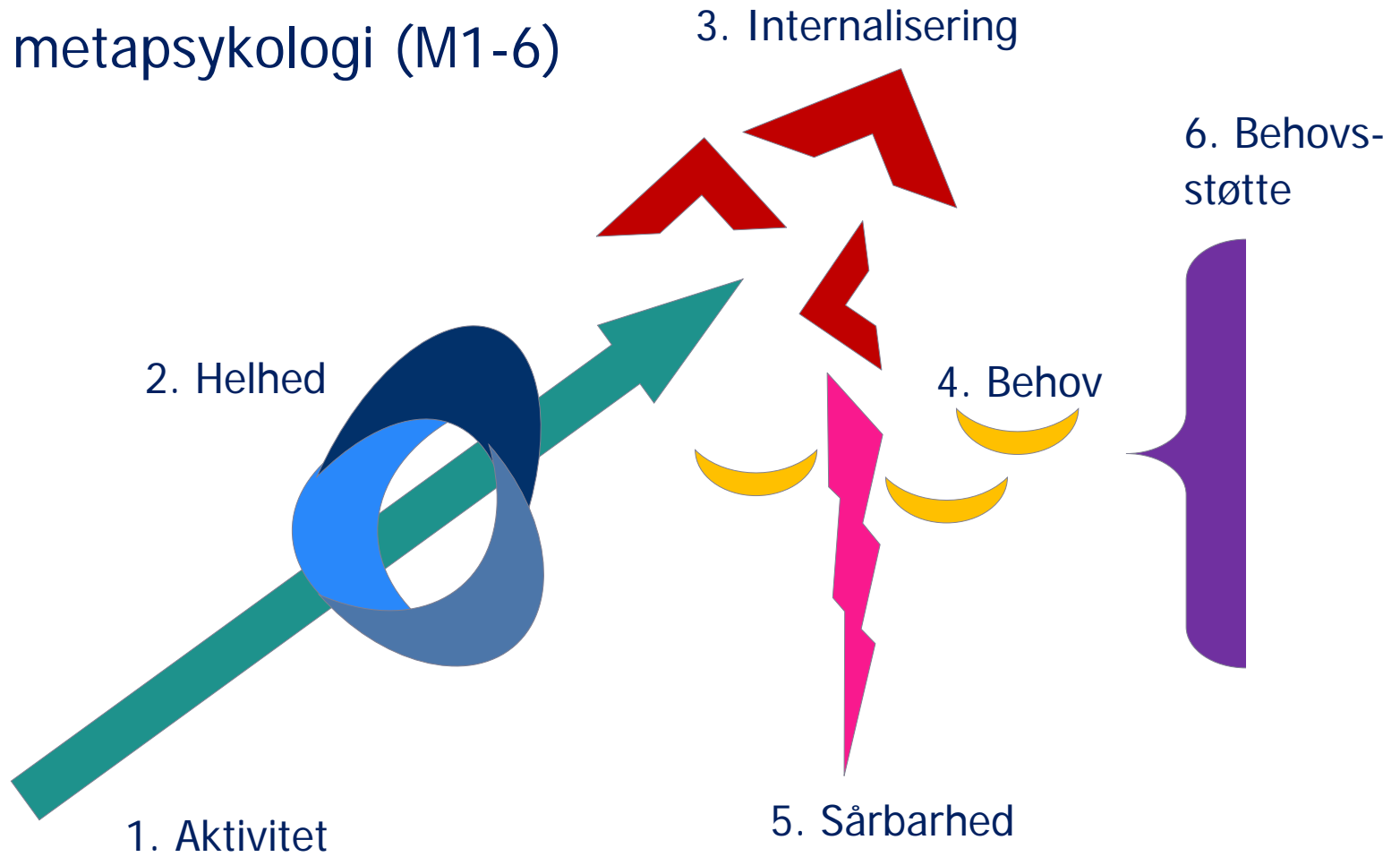
M6. Vi kan indrette liv og samfund, så behov tilgodeses

- Udfordringen: ændre **organisationer og kulturer**, så menneskers behov tilgodeses bedst muligt (Ryan og Deci, 2017, Kap. 21 og 22)
- Så behov frustreres og modarbejdes **mindst muligt**.
- Støttes autonomi, kompetence og samhørighed, **blomstrer** mennesker op.
- Systematisk **behovsstøtte** skal foretages i arbejdsliv, ledelse, skole og uddannelse, opdragelse, sundhed, idræt – og politisk og økonomisk.





SDTs metapsykologi (M1-6)





SDTs metapsykologi



6. SDT's menneskesyn komparativt

1. Humanistisk – **på forskningsgrundlag**: Personer med veldækkede psykologiske behov rapporterer (statistisk) om bedre psykosocial funktion.
2. Ikke **misanthropisk** som kristendom, darwinisme eller eksistentialisme, men en rational basis for human og samfundsmæssig udvikling
3. En model med **progression og logik**, formuleret som menneskesyn, ikke bare by default, men up front.
4. Klinisk psykologi fokuserer på negative outcomes, PP på positive. I SDT forklarer **et fælles princip** begge dele: behovstilfredsstillelse vs. behovsfrustration (Deci og Vansteenkiste, 2004; Vansteenkiste og Ryan, 2013)



7. Litteratur

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Springer Science & Business Media.

Deci, E. L., & Vansteenkiste, M. (2004). Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology. *Ricerche di Psicologia, 27(1)*, 23-40.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept. *Psychological Inquiry, 11(4)*, 319-338.

Vansteenkiste, M., & Ryan, R. M. (2013). On psychological growth and vulnerability: Basic psychological need satisfaction and need frustration as a unifying principle. *Journal of Psychotherapy Integration, 23(3)*, 263.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory*. New York: Guilford.