



# Poradenská psychológia

## a jej využitie v praxi

Hana Smitková a kolektív



# **Poradenská psychológia a jej využitie v praxi**

**Hana Smitková  
a kolektív**



### **Upozornenie pre čitateľov a užívateľov tejto knihy**

Všetky práva vyhradené. Žiadna časť tejto tlačenej či elektronickej knihy nesmie byť reprodukováná a šírená v papierovej, elektronickej či inej podobe bez predchádzajúceho písomného súhlasu vydavateľa. Neoprávnené použitie tejto knihy bude trestne stíhané. Automatizovaná analýza textov alebo dát v zmysle čl. 4 smernice 2019/790/EU a použitie tejto knihy na tréningovanie AI sú bez súhlasu nositeľa autorských práv zakázané.

**PhDr. Hana Smitková, PhD. a kolektív**

# **Poradenská psychológia a jej využitie v praxi**

Vydala GRADA Slovakia s. r. o. pod značkou Grada  
Moskovská 29, 811 08 Bratislava 1  
www.grada.sk  
Tel.: +421 2 556 451 89  
ako svoju 265. publikáciu

#### Recenzentky:

prof. PhDr. Eva Sollárová, CSc.  
*Katedra psychológie Pedagogickej fakulty Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici*  
Mgr. Kateřina Machovcová, PhD.  
*Psychologický ústav Akademie Věd ČR*

Zodpovedný redaktor Marcel Melicher  
Jazyková redakcia Lubica Hroncová  
Grafická úprava a sadzba SOFT DESIGN, s. r. o.  
Vydanie 1., 2024  
Počet strán 368  
Tlač Tiskárny Havlíčkův Brod, a.s.  
Copyright © GRADA Slovakia s. r. o., 2024  
Cover design © GRADA Publishing, a. s.  
Cover Illustration © Adrián Macho, 2024

ISBN 978-80-8090-786-0 (epub)  
ISBN 978-80-8090-785-3 (pdf)  
ISBN 978-80-8090-784-6 (print)

### **Kolektív autorov**

Mgr. Lucia Benč Orlická, PhD.  
Mgr. Erika Bíliková  
Mgr. Roland Cagáň  
Mgr. Hana Celušáková, PhD.  
MUDr. Boris Čech, PhD.  
prof. Mgr. Júlia Halamová, PhD.  
Mgr. Vladimír Hambálek  
Mgr. Dominika Jašeková  
Mgr. Ing. Jana Kašáková  
PhDr. Peter Klubert, PhD.  
Mgr. et Mgr. art Veronika Kolečárová  
Mgr. Veronika Kuricová  
PaedDr. Jana Lednická  
Mgr. Lucia Lenická  
Mgr. et Mgr. Petr Mikoška, Ph.D. et Ph.D.  
PhDr. Dušan Ondrušek, PhD.  
PhDr. Viera Páleníková  
doc. PhDr. Lubomír Pilárik, PhD.  
Martin Polák, MSc.  
PhDr. Hana Smitková, PhD.  
Mgr. Boris Sopko, Dipl. PW  
PhDr. Hana Šcibranyová  
Mgr. Miroslava Šudila Žilinská  
doc. PhDr. Tatiana Taročková, CSc.  
PhDr. Richard Wolt, PhD.



# OBSAH

Úvod	7
1. Ku koreňom biodromálneho prístupu v psychologickom poradenstve	11
2. Psychoanalytické poradenstvo	29
3. Kognitívno-behaviorálny prístup	47
4. Prístup zameraný na človeka	65
5. Gestalt psychoterapia	83
6. Model Virginie Satirovej v psychologickom poradenstve a psychoterapii	101
7. Naratívne prístupy v psychologickom poradenstve	121
8. Terapia zameraná na emócie	139
9. Procesorientovaná psychológia v psychologickom poradenstve a psychoterapii	155
10. Poradenstvo detí a adolescentov/-iek	173
11. Párová psychoterapia	191
12. Psychologické poradenstvo v období tehotenstva, pôrodu a raného materstva	207
13. Psychologické poradenstvo v práci s menšinami a psychologické poradenstvo v medzikultúrnom kontexte	225
14. Psychologické poradenstvo s LGBT+ klientelou	243
15. Poradenská práca s ľuďmi, ktorí užívajú drogy a ľuďmi pracujúcimi v sexbiznise	261
16. Klimatická kríza ako výzva psychologického poradenstva	279
17. Životné straty a smútkové poradenstvo	297
18. Etika v psychologickom poradenstve	315
19. Rod v psychologickom poradenstve	333
20. Supervízia v psychologickom poradenstve	349
Vecný register	365



# ÚVOD

Milé čitateľky a čitatelia,

keď sme pred 10 rokmi napísali *Kapitoly z poradenskej psychológie*, našou ambíciou bolo priniesť po *Poradenskej psychológii* (Koščo a kol., 1987) novú učebnicu pre študentstvo na vysokých školách či čitateľky a čitateľov z praxe. Naša kniha sa rýchlo vypredala a už nejaký čas sme odolávali tlaku vydať ju v tej istej verzii znovu. Keďže sa poradenská psychológia aj náš autorský tím odvtedy odborne posunuli, rozhodli sme sa napísať novú, odrážajúcu zmeny, ktoré sa udiali od vydania *Kapitol*.

Ešte v roku 1987 nestor poradenskej psychológie na Slovensku J. Koščo hovorí o poradenskej psychológii, že pristupuje „k životným vývinovým úlohám a náročným životným situáciám z hľadiska subjektu – osobnosti ako bytosti sui generis, jej individuálnych potrieb, životných plánov a práv na sebarozvoj a sebarealizáciu“. Už z tejto dávnejšej definície je zreteľný odkaz na humanistické východiská poradenskej psychológie, posun od pôvodne zaužívaného medicínskeho pohľadu na človeka, od vnímania poradenstva ako krátkodobej služby poskytovanej na riešenie problému k jej zameraniu na celoživotný rozvoj a rast.

Americká psychologická asociácia (2022) definuje poradenskú psychológiu ako špecializáciu v oblasti zdravotníckych služieb „ktorá využíva širokú škálu kultúrne informovaných a kultúrne citlivých postupov, s cieľom pomôcť ľuďom zlepšiť ich osobnú pohodu, predchádzať a zmiernovať distress a maladjustácie, riešiť krízy a zlepšovať ich schopnosť fungovať v ich živote. Zameriava sa najmä, ale nie výlučne, na normatívny celoživotný rozvoj, s osobitným dôrazom na prevenciu a vzdelávanie, ako aj na pokrok, pričom sa venuje jednotlivcom, ako aj systémom alebo kontextom, v ktorých fungujú. Má špecifické odborné znalosti v oblasti práce a kariéry“. Austrálska psychologická spoločnosť (2024) hovorí, že: „Poradenská psychológia využíva rôzne techniky a terapeutické prístupy, ktoré zodpovedajú špecifickým potrebám a okolnostiam klientely. Pracujeme s témami, ako sú smútok a strata, významné životné zmeny, vývojové problémy, problémy vo vzťahoch, domáce násilie, sexuálne zneužívanie/napadnutie, trauma, udržiavanie zdravého životného štýlu, pracovné hodnotenie a rozvoj kariéry. U jednotlivcov naša práca zahŕňa prevenciu, hodnotenie, diagnostiku a liečbu a priebežné monitorovanie klientely s poruchami duševného zdravia, ako sú úzkosť, depresia a zneužívanie návykových látok, ako aj zložitejšie poruchy, ako je posttraumatická stresová porucha. V organizáciách poradenská psychológia pomáha s problémami, ktoré siahajú od mediácie a riešenia konfliktov až po pracovné hodnotenie.“

Samotné definície, história, prax či požiadavky na jej odborné vykonávanie v jednotlivých krajinách odzrkadľujú ich spoločenské/kultúrne špecifiká. Súčasne



zdôrazňujú spoločný pohľad na jednotlivca, ktorý je hlavným činiteľom svojich zmien za podpory a v prepojení s poradenským vzťahom, s hľadaním a posilňovaním osobných zdrojov k rastu a seberealizácii, citlivosť voči kultúrnej jedinečnosti každého človeka zohľadňujúc pritom konkrétny spoločenský kontext.

Poradenská psychológia na Slovensku má svoje historické intelektuálne a akademické ukotvenie a tradíciu, rovnako ako praktické uplatnenie v rôznych zariadeniach poskytujúcich spoločensky či odborne málo oceňované, no veľmi žiadané psychologické poradenstvo. Prvá poradňa – predchodkyňa terajších, bola založená skoro pred 70 rokmi a v súčasnosti máme viacero typov štátom financovaných zariadení poskytujúcich psychologické poradenstvo. Sú to centrá poradenstva a prevencie (žiaľ, z ich názvu vypadlo spresnenie, že sú psychologické) spadajúce pod Ministerstvo školstva, výskumu, vývoja a mládeže; referáty poradensko-psychologických služieb, centrá pre deti a rodinu a najnovšie rodinné poradne spadajúce pod Ministerstvo práce, sociálnych vecí a rodiny. Poradenské psychologičky a psychológovia pracujú v mnohých mimovládnych organizáciách, kde často nahrádzajú služby pre skupiny klientely či problémov, ktoré nezabezpečuje štát a máme aj súkromné zariadenia či jednotlivcov s privátnou praxou.

Naším zámerom bolo ponúknuť čo najširší pohľad na poradenskú psychológiu, jej vedecké zakotvenie i aplikačné možnosti v slovenskom kontexte. Kniha má 20 kapitol a pri jej koncipovaní sme vychádzali z modelu, ktorý sme si zvolili pri predchádzajúcej publikácii. V prvej časti prinášame prehľad niektorých poradenských/psychotherapeutických prístupov, s ktorými sa v praxi stretávame – časť z nich vznikla prepracovaním tých, ktoré sme publikovali v roku 2014 (psychoanalytické poradenstvo, kognitívno behaviorálny prístup, model Virginie Satirovej v psychologickom poradenstve, naratívne prístupy) a čo nás veľmi teší, pribudli gestalt psychoterapia, prístup zameraný na človeka v poradenstve, terapia zameraná na emócie a procesorientovaná psychológia v psychologickom poradenstve a psychoterapii. Z historického hľadiska i zakotvenia psychologického poradenstva na Slovensku je naozaj významnou zastrešujúca kapitola venovaná biodromálnemu prístupu (v zahraničí známy ako life-span developmental psychology, life course a iné) prinášajúca kontext a chápanie psychologického poradenstva v celoživotnom vývine. Ďalšou skupinou sú prepracované kapitoly venované špecifickým skupinám klientely – poradenstvo s deťmi a adolescentmi a ako nové sa nám podarilo zaradiť párovú terapiu a kapitolu o práci so životnými stratami a smútkové poradenstvo. Inovované psychologické poradenstvo v práci s menšinami a v medzikultúrnom kontexte, psychologické poradenstvo s LGBT+ klientelou a témou rodu v psychologickom poradenstve podporujú poskytovanie kultúrne kompetentnej psychologickkej praxe. Spolu s úplne novými témami tak prinášajú aj paradigmu sociálnej spravodlivosti. Za výnimočné v kontexte poradenských publikácií považujeme časti venujúce pozornosť psychologickému poradenstvu v období tehotenstva, pôrodu a raného materstva; poradenskej práci s ľuďmi, ktorí užívajú drogy a ľuďmi pracujúcimi v sexbiznise a klimatickej kríze ako výzve psychologického poradenstva. Prierezovými sú témy už spomínaného rodu v psychologickom

poradenstve, etiky (obe prepracované z roku 2014) a supervízie. Chýba nám viacero kapitol, ktoré sme chceli do knihy zaradiť – vysokoškolské a dištančné poradenstvo, poradenská práca s ľuďmi v seniorskom veku, kariérne poradenstvo, špecifiká poradenskej diagnostiky a i.

Hoci kapitoly majú spoločnú základnú štruktúru, v textoch sa odráža jedinečnosť autoriek a autorov s rozličným dôrazom na akademickosť textu alebo jeho praktickú orientáciu s obvyklým doplnením o krátku kazuistiku alebo ukážku práce. Väčšina autoriek a autorov používa miesto tradičného autorského plurálu osobnejšie písanie v prvej osobe jednotného čísla a rodovo vyvážený jazyk, ktorý, ako si uvedomujeme, však nevystihuje všetku variabilitu rodov a identít. Termíny psychologické poradenstvo a psychoterapia používame v tomto texte ako synonymá, mnohé odborné publikácie, organizácie, konferencie majú v názvoch spoločne „poradenstvo a psychoterapia“, či viaceré označenia ako „poradenstvo“ či „terapia“ pretrvávajú skôr historicky.

Podľa nás vyžadujú od odborníkov/-čok v zásade tie isté spôsobilosti, vedomosti, schopnosti a osobné kvality, smerujú k tým istým cieľom, mnohokrát prebiehajú identicky a nie je vždy možné ich jednoznačne odlíšiť, hoci si uvedomujeme aj rozdiely medzi nimi.

Dúfame, že vám, čitateľkám a čitateľom kniha prinesie nové pohľady, informácie a zaujme vás aj svojou rozmanitosťou.

Hana Smitková  
Bratislava, marec 2024



# 1

## KU KOREŇOM BIODROMÁLNEHO PRÍSTUPU V PSYCHOLOGICKOM PORADENSTVE

Tatiana Taročková

O oprávnenosti celoživotného prístupu k výskumu a interpretácii ľudského vývinu v súčasnosti už nikto nepochybuje. V zahraničí ho reprezentujú také koncepcie, ako je Lebenslaufpsychologie, life-span developmental psychologie, life course, life path, žiznennyj puť. Z našich autorov Jozef Koščo (1969, 1978) navrhol pojem biodromálny (gr. bios – život, dromos – cesta) ako zastrešujúci termín na označenie všetkých týchto trendov.

Keď ľudia používajú termín vývin, často majú na mysli transformáciu od detstva do dospelosti. Vývin však nekončí dospelosťou. Vyrývame sa ďalej viac či menej predikovateľným spôsobom po celý život, aj v starobe (Kuther, 2023).

### **Charlotte Buhler ako priekopníčka psychológie životnej cesty**

Problematiku životnej cesty – Lebenslaufpsychologie ako prvá nastolila a rozpracovala Buhler v dnes už historickej publikácii *Menschlicher Lebenslauf als psychologisches Problem* (1933) a v rade iných prác. Priebeh ľudského života – životnú cestu chápala ako celok zložený z množstva udalostí a procesov, ktoré človek prežíva

medzi svojím narodením a smrťou. So svojimi spolupracovníkmi zhromaždila rozsiahly biografický materiál, ktorý použila pri štúdiu konkrétnych štruktúr a typov životného priebehu. Snažila sa zisťovať osobný zmysel vývinu, správne interpretovať životné ciele, bazálne tendencie, potreby, hodnotové systémy jednotlivca. Hľadala však aj univerzálnejšie charakteristiky normálneho života v jeho celistvosti (Buhler, 1933, 1968a, 1968b).

Buhler (1933, 1968b) uvádza, že človek má vrodenný pud vytvárania cieľov. Dlhodobé – životné ciele si jednotlivec vytvára v súlade so štyrmi bazálnymi tendenciami: a) tendenciou k uspokojeniu potrieb, b) tendenciou k tvorivej expanzii, c) tendenciou k sebaobmedzujúcej adaptácii a d) tendenciou k udržiavaniu vnútorného poriadku. Zameranosť na cieľ, intencionalita sa považuje za základnú vlastnosť ľudského života. Vývin cieľovej zameranosti človeka je determinovaný:

- a) biologickými a psychofyzickými štruktúrnymi danosťami životného cyklu,
- b) špecifickým individuálnym genetickým vybavením,
- c) vplyvmi prostredia,
- d) spoločenským systémom a kultúrou,
- e) integrujúcim systémom Self, ktorý organizuje všetky tieto vplyvy.

Konečným cieľom a zmyslom ľudského života je sebanaplnenie.

Na vytváranie životných cieľov v rozhodujúcej miere pôsobia štruktúrne a genetické činitele. Spoločenské prostredie (rodinná výchova, vzdelanie, kultúra, ideológia) uľahčuje alebo tlmí vytváranie životných cieľov na báze prirodzeného smerovania jednotlivca.

So zreteľom na proces vytvárania životných cieľov Buhler (1968a, 1968b, 1968c) vypracovala päťfázovú teóriu sebaurčenia:

V prvej fáze (od narodenia do 15. roku) sa u jednotlivca vyvíjajú rôzne druhy správania a osobnostných predpokladov, ktoré sú prípravou na vytváranie dlhodobých cieľov. Patrí sem rozvoj spontánnej aktivity novorodenca, selektívnosti vnímania, nadväzovanie kontaktu s inými ľuďmi, medzi 2. a 4. rokom utváranie vedomia vlastného „ja“, rozvoj vôle, získanie približného obrazu o svojich schopnostiach, sformovanie postojov prevládajúceho konštruktivizmu alebo „deštruktivizmu“ vzhľadom na prostredie, vytvorenie systému hodnôt a presvedčení u dieťaťa v školskom veku, prvé stálejšie vzťahy lásky a priateľstva, integrácia poznatkov o svete do prvého ucelenejšieho svetonázoru dospievajúceho/-ej, prvé pokusy nájsť smer, cieľ a zmysel života, prvá predstava o rôznych druhoch životného naplnenia.

Druhá fáza (15 až 25 rokov) je charakterizovaná pokusným a experimentálnym vytváraním životných cieľov. Človek si po prvýkrát uvedomuje, že život je časová jednotka, ktorá má začiatok a koniec, a cíti zodpovednosť za jeho priebeh.

V tretej fáze (25 až 45 rokov) sa životné ciele vytvárajú špecifickým a definitívnym spôsobom.

V štvrtej fáze (45/50 až 60/65 rokov) človek hodnotí, bilančuje dosiahnuté životné výsledky, čo je v priaznivom prípade sprevádzané pocitom sebanaplnenia, alebo

zlyhania až zúfalstva, ak sa životné ciele jednotlivca nere realizovali, jeho potenciály zostali nevyužitú.

Piata fáza (65 a viac rokov) je fázou odpočinku alebo pokračujúceho zápasu s pocitom neúspechu.

Uvedené štádiá sebaurčenia sú do veľkej miery paralelné s krivkou biologického procesu rastu, reprodukcie a ubúdania. Predpokladom sebanaplnenia jednotlivca je nielen vytvorenie zmysluplných životných cieľov, ale aj ich usporiadanie do hierarchie, určenie hlavných motivačných línií v nasmerovaní života. Dimenzia budúcnosti má v teórii životnej cesty dôležité miesto. „Človek potrebuje budúcnosť, na ktorú by sa mohol tešiť, v ktorú by mohol veriť, na ktorej by mohol stavať (...) iba riešenie bežných problémov nie je cieľom a adjustácia nestačí“ (Buhler, 1968c, s. 356).

Svojím stavaním problému a závermi Buhler významne ovplyvnila nielen teóriu vývinu, ale aj jej psychologickú aplikáciu v praxi – psychologickom poradenstve, napr. Ginzberga, Supera a ďalších pri vypracúvaní teórií profesionálneho vývinu (voľby povolania a profesionálnej životnej cesty – kariéry) (Koščo, 1987; Grajčár, Hargašová & Lepeňová, 2014).

## Celoživotná vývinová psychológia

V USA pri zrode celoživotnej vývinovej psychológie (life-span developmental psychology) stáli P. B. Baltes, L. R. Goulet, K. W. Schaie, J. R. Nesselroade a ďalší. Nedostatok klasickej vývinovej psychológie vidia títo autori predovšetkým v tom, že sa nedokázala zbaviť parciálneho pohľadu na zmeny jednotlivých funkcií skúmaných v rôznych obdobiach vymedzených fyzickým vekom, ako je dojčenské obdobie, detstvo, adolescencia a pod. Na rozdiel od toho celoživotná vývinová psychológia by sa mala zaoberať „opisom a vysvetľovaním ontogenetických (s vekom súvisiacich) zmien správania od narodenia do smrti“ (Baltes & Goulet, 1970, s. 3). Podľa novej formulácie celoživotná vývinová psychológia má tri ciele: opis, vysvetľovanie a optimalizáciu ľudského vývinu (Baltes, Reese & Nesselroade, 1977).

Objavili sa tiež pokusy o vylepšenie metodológie celoživotnej vývinovej psychológie. Prínos uvedených návrhov spočíva v zohľadnení princípu historického času, vplyvu kohorty – generácie v ľudskom vývine. Schaie (1965 a i.) vyšiel z kritického prehodnotenia konvenčných metód vo vývinovej psychológii, a to transverzálnej, longitudinálnej, ako aj metód s časovým oneskorením. Vo svojom všeobecnom vývinovom modeli navrhol tri sekvenčné stratégie (metódy): časovo-sekvenčnú, kohortovo-sekvenčnú a krížovo-sekvenčnú, pomocou ktorých možno ohodnotiť vekové rozdiely, generačné rozdiely a rozdiely medzi časmi merania. Každá metóda predstavuje dvojfaktorový plán, v dôsledku čoho v nej môže skresľujúco pôsobiť tretí, nezohľadnený faktor. Z tohto dôvodu Schaie (1965) považuje za najvhodnejšiu kombináciu časovo-sekvenčnej a krížovo-sekvenčnej metódy, čo podľa neho umožňuje zachytenie všetkých troch komponentov vývinovej zmeny.

Podrobným štúdiom metodológie celoživotnej vývinovej psychológie a jej sprístupnením u nás sa zaoberali Maršálová a Seemannová (1977).

Celoživotná vývinová psychológia od začiatku venovala značnú pozornosť meta-teoretickým otázkam, skúmaniu základných modelov (paradigiem), na ktorých je vybudovaná a ďalej sa rozvíja. Reese a Overton (1970; Overton & Reese, 1973) na problematiku modelov narazili v súvislosti s analýzou dualizmu v západnej psychológii, ktorá sa vo svojej základnej orientácii prikláňala k mechanistickému alebo organizmickému modelu. Model v ich chápaní je metaforickou reprezentáciou skutočnosti, čo vyjadrujú výrokom X sa správa, ako keby bolo Y (Reese & Overton, 1970). Hierarchicky štruktúrované modely univerza – človeka – ľudského vývinu prirovnávajú k šošovkám, ktoré umožňujú vidieť predmet skúmania novým spôsobom. Z pôvodne nediferencovaných koreňových metafor modelov vyvodzujú sieť logických dôsledkov alebo modelových implikácií. Takýmto otváraním paradigmatického dáždika umožňujú lepšie pochopiť podstatu a špecifiká jednotlivých modelov, poskytujú explicitne rozpracované vzory pre vedeckovýskumnú prácu, odbornú prax (intervenciu do celoživotných vývinových procesov) a upozorňujú aj na úskalía a hranice jednotlivých modelov.

Východiskovým princípom mechanistického modelu je metafora stroja. Na najvšeobecnejšej úrovni tento model zobrazuje univerzum ako stroj zložený z častí, ktoré pôsobia v priestorovo-časovom poli. Časti – elementárne častice v pohybe – a ich vzťahy tvoria základnú realitu, na ktorú sú v konečnom dôsledku redukovateľné všetky ostatné, komplexnejšie javy. Pohyb častí sa riadi zákonmi klasickej mechaniky. V psychológii sa mechanistický model premietol do modelu človeka ako reaktívneho organizmu.

Východiskovým princípom organizmického modelu je metafora organizmu, živeho organizovaného systému získavajúceho skúsenosť. Univerzálny celok je v neprestajnom pohybe z jedného stavu do druhého, existencia sa stotožňuje s aktivitou. Vývoj sa chápe ako vzostupný proces, v priebehu ktorého sa vynárajú nové kvality. Prístupuje sa k nemu teleologicky, vysvetľuje sa ako účelný proces determinovaný cieľom (cieľovou príčinou). V psychológii sa organizmický model odrazil v modeli človeka ako aktívneho organizmu.

Looft (1973) dal implikáciám mechanistického a organizmického modelu zreteľný vývinovo-psychologický obsah. Uvedieme niekoľko príkladov týchto protikladných implikácií:

- a) Vonkajší versus vnútorný zdroj vývinovej dynamiky (spor o tom, či vývinová zmena nastáva v dôsledku zmien v prostredí alebo zmien v organizme).
- b) Kvantitatívna versus kvalitatívna vývinová zmena.
- c) Behaviorálna versus štrukturálna zmena (v mechanistickom modeli sa pod pojmom vývin rozumie zmena správania so zvyšujúcim sa chronologickým vekom. V organizmickom modeli sa pojem vývin vzťahuje na zmeny vo forme, štruktúre alebo organizácii systému, pričom uvedené zmeny smerujú k všeobecným koncovým stavom alebo cieľom, ktoré fungujú ako regulatívne princípy zmien. Povaha a smer vývinovej zmeny sú dané, vývin je v tomto zmysle apriórnym pojmom).
- d) Vývin ako otvorený versus zatvorený proces (otázka koncového bodu vo vývine).

- e) Kontinuitná versus diskontinuitná vývinová zmena (základnou otázkou v tomto prípade je, či následné, po sebe idúce formy správania sú redukovateľné – kontinuita, alebo neredukovateľné – diskontinuita na predchádzajúce formy).
- f) Redukcionizmus versus emergentizmus vo vývine (spor o tom, či každú novú zručnosť alebo operáciu vo vývine možno rozložiť na elementárnejšie formy správania, alebo či sa nové kvality vo vývine vynárajú a dochádza k vývinovým skokom).
- g) Elementizmus versus holizmus (prezentovanie organizmu ako súboru prvkov, pričom celok je predikovateľný zo svojich častí, v protiklade k zobrazovaniu organizmu ako organizovaného celku, systému častí vo vzájomnej interakcii, z ktorých každá odvodzuje svoj význam z celku).
- h) Status chronologického veku (vek ako vhodná indexová premenná v protiklade k veku ako vnútorne vlastnému – imanentnému vývinovým štádiám) atď.

Na základe reflexie východiskových modelov sa ozývali kritické hlasy celoživotných vývinových psychológov/-ičiek nespokojných s daným stavom. Napríklad Looft (1973) uviedol, že Reese a Overton (1970) k otázke modelov pristupujú príliš fatalisticky, keď predpokladajú, že psychológovia/-ičky budú vždy operovať iba v rámci týchto dvoch nesúmerateľných modelov. Vyprodukovali pre nás tézu a antitézu, nenaznačili však žiadnu možnosť nových alternatív alebo syntéz. Podľa Loofta (1973) gordický uzol mechanistického versus organizmického modelu môže rozseknúť len historický prístup k problematike modelov. Považoval za celkom reálne, že bude vypracovaný nový psychologický model, ktorý prekoná modely človeka ako reaktívneho a aktívneho organizmu a zmení ich na historické kuriozity. Posledná časť tejto formulácie sa ukázala ako nadnesená, pretože aj dnes tieto modely majú svojich obhajcov/-kyne.

V 70. rokoch v USA a Kanade vzniklo hnutie „dialektickej psychológie“, ktoré viedol K. F. Riegel. Ústredný význam v Riegelovej (1975, 1976) teórii ľudského vývinu má synchronizácia časových sekvencií. Táto teória sa zameriava na simultánne vývinové pohyby na štyroch dimenziách:

- a) vnútrobiologickej,
- b) individuálno-psychologickej,
- c) kultúrno-sociologickej,
- d) fyzikálno-vonkajšej.

Vývin podľa Riegla (1975, 1976) vyžaduje jemnú synchronizáciu pohybov na dvoch a nepriamo na všetkých týchto dimenziách. Narušenie ich synchronizmu vedie ku kríze, ktorá vyžaduje obnovenie rovnováhy, vyriešenie politickej situácie aktivitou jednotlivca, spoločenských skupín. V prípade zásadných foriem reorganizácie dochádza k vývinovým skokom, vynárajú sa nové kvality. Ako zdôrazňuje Riegel (1975), kritické epizódy, ktoré sa niekedy nesprávne hodnotia záporne, sú v skutočnosti zdrojom vývinu jednotlivca i spoločenského vývoja.



Tolman (1981) namietal, že proces nerovnováhy, ktorú Riegel (1975, 1976) považuje za hybnú silu vývinu, nie je to isté ako vnútorné protirečenie. Ústredná relácia – synchronizmus a ústredný pohyb – napredovanie sú voči sebe vonkajšie a v dôsledku toho nie sú dialekticky pochopené. Riegel (1975, 1976) okrem toho ústrednú reláciu považoval za náhodnú. Podľa jeho názoru krízam sa možno vyhnúť, ak budeme v budúcnosti dosahovať synchronizáciu.

Uverejnenie Tolmanovej (1981) kritiky viedlo k rozkolu v hnutí „dialektickej“ psychológie a k hľadaniu iných riešení.

Väčšina predstaviteľov/-iek celoživotnej vývinovej psychológie v súčasnosti obhajuje kontextualistický model, ktorý je považovaný za obzvlášť užitočný. Základným princípom kontextualistického modelu je udalosť ako dynamický, dramatický akt (Sarbin, 1977).

Kategorickými implikáciami kontextualizmu sú zmena a novosť, pretože udalosti plynú nepretržite. V psychológii sa premietol do modelu človeka ako meniacej sa bytosti v meniacom sa svete. Prevaha je teda na strane paradigmy, podľa ktorej vývin jednotlivca je výsledkom vzájomného pôsobenia vekovo odstupňovaných, historicky odstupňovaných a nenormatívnych vplyvov. Pre takto zameranú celoživotnú vývinovú psychológiu je charakteristická sieť propozícií, ktoré formuloval Baltes (1987). Ide o tieto propozície:

Celoživotný charakter vývinu. Ľudský vývin je celoživotný proces. Žiadne vekové obdobie nemá rozhodujúci vplyv pri regulácii povahy vývinu. V priebehu vývinu, a to vo všetkých jeho štádiách, prebiehajú tak kontinuálne (kumulačné), ako aj diskontinuálne (inovačné) procesy.

Mnohosmernosť vývinu. V smerovaní vývinových zmien existuje značná rôznorodosť alebo pluralita, a to aj v jednej oblasti vývinu. Smer zmien sa mení podľa kategórií správania. Okrem toho počas toho istého vývinového obdobia v niektorých systémoch správania sa zvyšuje, kým v iných sa znižuje úroveň fungovania.

Vývin ako pomer ziskov a strát. Proces vývinu nie je len jednoduchým pohybom k vyššej efektívnosti, rastu. Namiesto toho v priebehu života vývin vždy pozostáva zo spojeného výskytu ziskov (rast) a strát (ubúdanie).

Plasticosť vývinu. Ľudský vývin sa vyznačuje veľkou intraindividuálnou plasticosťou (intrapersonálnou modifikovateľnosťou). V závislosti od životných podmienok a skúseností priebeh vývinu daného jednotlivca môže mať mnoho foriem. Kľúčovou otázkou vo výskume ľudského vývinu je zisťovanie plasticity vývinu a jej limitov.

Historická podmienenosť vývinu. Ľudský vývin môže značne variovať v závislosti od historicko-kultúrnych podmienok. Priebeh vývinu je významne ovplyvnený typom sociokultúrnych podmienok, ktoré existujú v danom historickom období, a tým, ako sa tieto podmienky menia v čase.

### **Kontextualizmus ako paradigma ľudského vývinu**

Každý priebeh individuálneho vývinu možno chápať ako výsledok interakcií troch systémov vývinových vplyvov: vekovo odstupňovaných, historicky odstupňovaných

a nenormatívnych. Interakčné pôsobenie týchto systémov môže byť charakterizované na základe metateoretických princípov kontextualizmu.

### **Multidisciplinárny a interdisciplinárny prístup k ľudskému vývinu**

K ľudskému vývinu treba pristupovať multidisciplinárne a interdisciplinárne. Čisto psychologický pohľad je len parciálnou reprezentáciou ľudského vývinu ako celoživotného procesu.

Z globálneho pohľadu celoživotná vývinová psychológia prechádzala od svojich začiatkov do súčasnosti tromi dôležitými etapami, ktoré sú v súlade so základnými cieľmi tohto prístupu:

- a/ deskripcia celoživotného vývinu (nazhromaždenie údajov o priebehu a výsledkoch vývinových procesov);
- b/ explanácia celoživotného vývinu (vedecké vysvetľovanie vývinu, vypracúvanie vývinovej teórie);
- c/ veľmi intenzívny záujem o problematiku intervencie – modifikácie a optimalizácie celoživotného vývinu (Turner & Reese, Eds., 1980; Birkel, Lerner & Smyer 1989; Thomas, 1990 a i.).

Súčasnú učebnicu celoživotnej vývinovej psychológie (Skinner, Kindermann & Mashburn, 2019; Kuther, 2023 a d.) podávajú komplexný obraz o zdrojoch a aktuálnom stave tejto disciplíny z teoreticko-metodologického i aplikačného hľadiska.

Kým pre americkú celoživotnú vývinovú psychológiu je charakteristické grupovanie sa okolo kontextualistického modelu a prechod od celoživotnej vývinovej psychológie k aplikovanej celoživotnej vývinovej psychológii (Birkel, Lerner & Smyer, 1989), zdá sa, že v rámci európskej life-span psychológie sa prejavuje výraznejšia partikularizácia. Ako konštatovali Weinert a Weinert (1989), čas veľkých teórií a rozsiahlych teoretických sporov je minulosťou. K slovu sa dostávajú mikromodely a mikroteórie, ktoré majú ohraňované pole pôsobnosti. Má to svoje výhody i nevýhody. Výhodou je uznávanie variability pozorovaných javov a empirických údajov. Nevýhodou je nižšia pravdepodobnosť, že tieto modely poskytnú vedecky fundovaný, komplexný obraz o špecifickom vývinovom období alebo celoživotnom vývine psychických procesov (myslenia, pamäti a pod.).

Z našich autorov sa problematike modelov ľudského vývinu a koncepcií celoživotnej vývinovej psychológie venovali Hlavenka (1990, 1992), Tarocková (1980, 2000, 2011) a iní.

### **Psychológia životnej cesty – žiznennij put'**

K popredným predstaviteľom psychológie životnej cesty – žiznennogo puti, patria S. L. Rubinštejn, B. G. Ananiev a L. S. Vygotskij. Rubinštejn (1964) psychológiu životnej cesty charakterizoval ako proces jedinečnej socializácie, v ktorom sa – ako nadstavba – realizuje osobnosť. Tento proces prebieha v dialektike vzťahov medzi človekom a konkrétnym prírodným a spoločensko-historickým prostredím.

B. G. Ananiev (1980) vniesol do psychológie životnej cesty nové prvky. Rozlišuje ontogenézu a životnú cestu. Individuálny vývin človeka, ako aj každého iného organizmu, je ontogenézou a fylogenetickým programom, ktorý je v ňom uložený. Počatie, narodenie, dozrievanie, zrelosť, starnutie, staroba tvoria základné momenty utvárania celistvosti ľudského organizmu. V ontogenéze človeka vznikajú a prekonávajú sa mnohé protirečenia medzi dedičnosťou a prostredím, medzi rozličnými regulátormi životnej činnosti, medzi rôznymi systémami, orgánmi a tkanivami v celistvej štruktúre organizmu. Životnú cestu človeka Ananiev (1980, s. 124) chápe ako „históriu utvárania a vývinu jeho osobnosti v určitej spoločnosti, ako súčasníka určitej epochy a rovesníka určitej generácie“. Fázy životnej cesty sa datujú historickými udalosťami, striedaním spôsobov výchovy, zmenami spôsobu života a sústavy vzťahov, súčtom hodnôt a životným programom – cieľmi a zmyslom života danej osobnosti. Fázy životnej cesty sa navrstvujú na vývinové štádiá ontogenézy, a to do takej miery, že niektoré vývinové štádiá sa označujú ako fázy životnej cesty, napríklad mladší predškolský vek, predškolský vek a školský vek. Etapy životnej cesty sú určované historickými udalosťami, zmenami životných podmienok a spôsobu života, organizácie spoločnosti, ako aj zmenami hodnôt, cieľov, programov, vývinových úloh a nárokov v živote danej osobnosti. Osobnosť je vždy mladšia ako individuum u toho istého človeka; história osobnosti alebo životná cesta (biografia), aj keď sa registruje od narodenia, začína oveľa neskôr.

Celoživotní vývinoví psychológovia/-ičky v Európe vysoko hodnotili prínos S. L. Vygotského pre modernú vývinovú psychológiu (Weinert & Weinert, 1998). Podľa Vygotského (1976) psychický vývin je dialektická jednota dvoch principiálne odlišných radov. Jedným z nich je prirodzený, organický rad vývinu, druhým kultúrny alebo sociálny vývin. Osobitne dôležité je skúmanie zákonov prelínania sa organického a sociálneho v individuálnom vývine človeka, jeho ontogenetického vývinu a životnej cesty.

## Biodromálna psychológia

Na Slovensku sa tieto nové trendy rozvíjali ako biodromálna psychológia. Programovým náčrtom nového smerovania bola štúdia J. Košču, I. Rapoša a E. Rybárovej *Súčasná vývinová psychológia a psychológia životnej cesty* (1974).

Termín biodromálny, ktorý navrhol J. Koščo, našiel odozvu aj v Čechách, napr. Smékal (2002) píše o biodromálnom vývine osobnosti. V roku 1990 Říčan po prvýkrát publikoval knihu *Cesta životem*. V českej odbornej literatúre sa objavuje aj pojem životná dráha (life career) (Švancara, 2012).

Ako konštatuje Koščo (1987), tradičná vývinová psychológia sa zameriavala len na obdobie detstva a dospievania. Vývin chápala iba ako rast v prvých dvoch desaťročiach života, ktorý končí dosiahnutím zrelosti. Neskôr ontogenetická psychológia chápe vývin ako proces, ktorý má tri relatívne oddelené štádiá – detstvo a dospievanie, dospelosť a starnutie, starobu. Dospelosť sa považuje za pomerne stabilnú fázu, za predmet všeobecnej psychológie.

Na rozdiel od toho biodromálny vývin je definovaný ako „proces permanentne sa odohrávajúcich zmien, s potenciálmi pre rast, obohacovanie a zmenu aj v dospelosti a starobe“ (Koščo, 1987, s. 55). Vývinové zmeny sa teda odohrávajú vo všetkých fázach, štádiách a bodoch životnej cesty. Aj v dospelosti až po neskoré fázy staroby môže dochádzať k podstatnejším zmenám a reorganizácii osobnosti. Predpokladá sa, že interakcia medzi prírodným, spoločensko-historickým svetom a aktívnym jednotlivcom vedie k vývinu „systému človeka“ ako indivídua a osobnosti. Vývin sa chápe ako zmena, ktorá môže vyúsťovať do mnohých smerov.

V biodromálnej psychológii sa vývinu pripisuje zameranosť na cieľ. Táto zameranosť však nie je ničím fixným, konečným, ale je to akoby sieť cieľov, vytyčovaných, upravovaných a sledovaných v sociálnej a individuálnej praxi. Určité aspekty týchto procesov možno a treba poznávať, predvídať ich trendy a v rámci inštitúcií a nástrojov spoločnosti ich ovplyvňovať, stimulovať, regulovať, korigovať a reorientovať, okrem iného aj vhodnými programami, metódami a technikami psychologického poradenstva (Koščo, 1987). Biodromálny prístup skúma nielen rozdiely v priebehu individuálneho vývinu a ich príčiny, ale do centra pozornosti sa dostáva aj analýza kultúrnych, socioekologických vplyvov na vývin.

Pojem životná cesta je „komplexný, viacdimeziálny, štruktúrovaný a individuálne prežívaný životný priestor (biosféry, sociosféry, noosféry), v ktorom človek ako súčasník určitej doby, epochy, prostredia, spoločnosti, generácie a kohorty naplňa svoju osobnú históriu“ (Koščo, 1987, s. 56). Životná cesta je špecificky ľudský fenomén. Vyjadruje spojenie Self (subjektívneho sveta) s externým svetom.

Pojem životná cesta sa odlišuje od pojmu životný cyklus. Tento vyjadruje ustálenú postupnosť spravidla geneticky podmienených procesov organizmu od jeho vzniku až po zánik. Životný cyklus má u organizmov toho istého druhu približne rovnaký časový priebeh.

Pojem životná cesta a životný cyklus človeka predstavujú dva dialekticky sa podmieňujúce, ale kvalitatívne odlišné modely.

V súvislosti so zvládaním zmien a dosahovaním kontinuity vo vývine sú dôležité životné vývinové úlohy. Životné úlohy, ako uvádza (Koščo, 1987; Hvozdík, 2010), sú dynamické schémy poznávania a konania, ktoré sú typické pre jednotlivé vývinové štádiá, určitú etapu vývinu. Nezosúladenie alebo nerealizovanie vývinových úloh môže skomplikovať ďalší vývin.

V kontexte biodromálnej psychológie majú osobitné miesto životné udalosti. Problematika životných udalostí je podrobne rozpracovaná v celoživotnej vývinovej psychológii (Hultsch & Plemons, 1979; Callahan & McCluskey, Eds., 1983; pozri tiež Taročková, 1990). Podľa staršej koncepcie sa životné udalosti považujú za ukazovatele, medzníky v priebehu životnej cesty, ktoré signalizujú, že dôležitý životný prechod, tranzícia sa už uskutočnila. V súlade s novšími názormi (Reese & Smyer, 1983) životné udalosti nie sú kolmé rezy životným priebehom, ale procesy, ktoré majú svoju históriu. Táto história začína obdobím, keď je udalosť anticipovaná, pokračuje vlastným odohraním sa udalosti a zahrňuje i dôsledky udalosti pre jednotlivca. Sprievodným

znakom významných životných udalostí (negatívnych, pozitívnych) sú životné krízy. Procesuálne chápanie lepšie vystihuje podstatu životných udalostí. Videnie životných udalostí v ich pohybe a rozvoji je užitočné tiež z hľadiska vhodného časovania psychologicko-poradenskej pomoci.

V celoživotnej vývinovej psychológii sa venovala pozornosť i dimenziám životných udalostí, to znamená ich štrukturálnym charakteristikám, vlastnostiam či atribútom. Prevládol názor, že životné udalosti majú zreteľne mnohodimenzionálny charakter. Brim a Ryff (1983) rozlíšili tri základné kategórie týchto dimenzií:

- a) dimenzie účinkov udalostí (napr. smer tlaku – uľahčenie alebo brzdenie životného priebehu, ohnisko pôsobenia, stresovosť udalosti atď.);
- b) dimenzie vnímania udalostí (pocit kontroly nad udalosťou alebo jeho chýbanie, anticipácia udalosti alebo jej nečakanosť, vnímanie udalosti ako časovo primeranej či neprimeranej a pod.);
- c) dimenzie udalostí ako takých (typ udalosti, kontext udalosti, trvanie udalosti, pravdepodobnosť výskytu udalosti atď.).

Táto klasifikácia ukazuje, že výskum životných udalostí sa v žiadnom prípade nemusí obmedzovať iba na ich stresovosť. Môže byť diferencovaný, mnohoaspektový.

Ako sme už uviedli, Baltes (1987) rozlíšil normatívne životné udalosti, ktoré sú všeobecne rozšírené v určitej populácii, a nenormatívne udalosti, ktoré sa neobjavujú u väčšiny ľudí. Normatívne životné udalosti môžu byť:

- a) odstupňované vekom – biologické (napr. nástup puberty, menopauza) a environmentálne (vstup do školy, odchod do dôchodku a iné);
- b) odstupňované históriou (hospodárske krízy, vojny, epidémie a pod.).

K nenormatívnym životným udalostiam patria napríklad choroby, úrazy, smrť dieťaťa, ovdovenie v mladom veku atď.

Reese a Smyer (1983) vytvorili dvojdimenzionálnu taxonómiu životných udalostí, v ktorej sú udalosti situované na priesečníku typu a kontextu. Vychádzajúc z Riegla (1975), rozlíšili štyri typy životných udalostí – biologický, individuálno-psychologický, kultúrno-sociologický a fyzikálno-vonkajší. Na základe faktorovej analýzy identifikovali štrnásť kontextov životných udalostí: a) rodina, b) láska a manželstvo, c) rodičovstvo, d) bývanie, e) zdravie, f) Self, g) verejnosť, h) priatelia, i) spoločenské vzťahy, j) peniaze, k) škola, l) práca, m) zákon, n) rôzne. Napr. smrť otca je udalosť biologického typu v kontexte rodiny. Zmena v telovej schéme je udalosť individuálno-psychologického typu v kontexte zdravia. Reesova a Smyerova (1983) klasifikácia vnáša určitý systém do množstva životných udalostí a umožňuje výskumne sa zamerať na vnútorne homogénne okruhy udalostí.

S problematikou životných udalostí ako konceptuálneho rámca pre skúmanie a interpretáciu ľudského vývinu súvisí aj zmena názoru na to, čo tvorí účinnú intervenciu (Taročková, 1994). Psychoterapia sa prestala považovať za jedinou formu pomoci pri zvládaní životných udalostí. Veľkú úlohu tu zohráva aj psychologické poradenstvo

a zvyšujúca (enhancing) vývinová intervencia (Danish, 1977; Danish & D'Augelli, 1980, Danish, Smyer & Nowak, 1980 a i.).

Zvyšujúca vývinová intervencia je zameraná na zintenzívnenie alebo urýchlenie procesu vývinu, resp. umožnenie jednotlivcom dosiahnuť vyššie úrovne vývinu. Kľúčový význam pri tejto forme intervencie majú životné spôsobilosti. Pod životnými spôsobilosťami sa rozumejú „neakademické, osobnostno-sociálne spôsobilosti, ktoré zvyšujú kvalitu života“ (Danish, 1977, s. 153). Gazda a Powell (1981, s. 6) ich definujú podobným spôsobom ako „spôsobilosti nevyhnutné pre vyrovnávanie sa so životom“. Na životné udalosti sa jednotlivec môže dopredu pripraviť. V začiatkovej fáze sa zvyšujúca intervencia orientuje na pomoc jednotlivcom optimalizovať svoje zdroje počas kritických životných udalostí. Konečným cieľom tejto formy intervencie je však umožniť jednotlivcom získať väčšiu kontrolu nad svojimi životnými udalosťami tým, že ich vybavíme spôsobilosťami na riadenie svojej budúcnosti – riadenie svojho života prostredníctvom plánovania (Danish, 1977).

Zabezpečenie úloh zvyšujúcej vývinovej intervencie vyžaduje vypracúvanie programov výcviku/vzdelávania budúcich lektorov/-iek životných vývinových spôsobilostí. Autormi jedného z takýchto programov sú Danish a D'Augelli (1983). Program zahŕňa šesť štádií: a) štádium identifikovania cieľa, b) štádium získavania informácií, c) štádium rozhodovania sa, d) štádium zisťovania rizika, e) štádium získavania spoločenskej opory, f) štádium vypracúvania špecifickej spôsobilosti – vytvárania vlastných programov sebavývinu.

Iný prístup reprezentujú napr. Gazdov a Powellov (1981) Program s mnohostrannými účinkami, zameraný na vypracúvanie životných spôsobilostí, ktoré zodpovedajú siedmim oblastiam ľudského vývinu – psychosociálnej, fyzickej a sexuálnej, profesio- nálnej, kognitívnej, morálnej, emocionálnej a oblasti ego-vývinu.

## **Biodromálny prístup v psychologickom poradenstve**

Jozef Koščo (1969, 1978, 1982, 1987 atď.; Koščo a kol., 1980, 1987 a i.), vedúca osobnosť biodromálnej psychológie, svoju prácu koncipoval ako vzájomnú prepojenosť troch hľadísk. Prejavoval neprestajný záujem nielen o teóriu, teoreticko-koncepčné otázky, ale aj o prax psychologického poradenstva a aplikáciu týchto poznatkov v pedagogickom procese. Podrobný prehľad prínosov J. Košču podáva Vendel (2018) a ďalší.

Z najbližších spolupracovníkov J. Košču biodromálnu – celoživotnú vývinovú psychológiu v úzkom prepojení na prax rozvíjali, resp. rozvíjajú Hlavenka (1986, 1990, 1992 atď.), Fabián (1986, 1988, 1994 a i.), Hargašová (1977, 1987 a i.; Hargašová & Eliášová, 1981), Rapoš (1989 a i.), v súčasnosti Ludrovská (2005, 2009, 2010), Smitková (2022).

Biodromálny prístup pre pomáhajúce profesie s osobitným zreteľom na potreby sociálnych pracovníkov, sociálnych pedagógov a andragógov uplatnila Machalová (2010).

Koščo (1987) predmet, úlohy a funkcie biodromálne koncipovanej poradenskej psychológie charakterizoval z dvoch pozícií:

Od teórie a výskumu smerom k praxi poradenská psychológia:

- a) spracováva a implementuje poznatky a metódy psychologických vied so zreteľom na potreby praxe a teórie poradenstva;
- b) utvára predpoklady a realizuje procesy sebareflexie poradenstva ako vednej oblasti; zabezpečuje koncepcie a programy výskumu aktuálnych otázok psychológie v poradenstve; buduje konzistentnú špecifickú teóriu (teórie) javov, metód a techník, ktoré charakterizujú poradenstvo – poradenské situácie a poradenský proces;
- c) skúma osobnosť v priestore životnej cesty a procesy jej vývinových zmien:
  - vývin jej potrieb, podmienky optimálneho plnenia životných vývinových úloh;
  - procesy utvárania životných cieľov, aspirácií a stratégie životného plánovania, rozvoja a sebarealizácie individua;
  - procesy rozhodovania a voľby v náročných a tranzitných životných situáciách;
  - cesty a prostriedky aktivizácie vnútorných tvorivých potenciálov a schopností osobnosti;
  - situácie kríz a konfliktov, potrieb orientácie a reorientácie, ako aj korekcií v priebehu životnej cesty;
- d) rozvíja koncepcie a modely organizácie psychologickéj starostlivosti v poradenstve, jej objektívnu i subjektívnu efektívnosť; skúma problémy profesionalizácie funkcie poradcu – psychológa (poradenského psychológa), jeho vzťah k iným odborníkom, ktorí sa zúčastňujú na úlohách poradenstva.

Od praxe smerom k teórii:

- a) zabezpečuje odbornosť interpretácií a zovšeobecňovania poznatkov, ktoré vstupujú z praxe do teórie poradenskej psychológie a psychologického poradenstva, ale aj do teórie systému psychologických vied a poradenstva ako interdisciplinárneho systému;
- b) rozpracováva teóriu, metódy a formy efektívnej interdisciplinárnej spolupráce vied a vedných disciplín v poradenstve.

Biodromálny prístup presadzuje nové aspekty a dôrazy pri určovaní predmetu poradenstva. Podľa Košču (1986) biodromálne poradenstvo predstavuje významný článok a špecifický systém sociálnej infraštruktúry, ktorý sa rozvíja v kontexte základných (veľkých) systémov starostlivosti o človeka. Poradenstvo tým, že plní svoje špecifické úlohy, napomáha fungovaniu takých základných systémov spoločnosti, ako je výchova a vzdelávanie, sféra práce a povolania, partnerský vývin vo všetkých jeho etapách a formách, sociálnoprávna a zdravotná starostlivosť, osobnostná sebarealizácia, ludický (z lat. ludus -hry) vývin vzťahujúci sa na časť voľného času, s ktorou človek sám disponuje a vyplňa ju podľa svojich záujmov, schopností, nálad a vnútornej potreby sebarozvoja a pod. Poradenstvo sa tu uplatňuje nielen ako nástroj regulácie sociálnych

procesov, ale aj ako nástroj na rozvíjanie procesov uvedomenej autoregulácie osobnostného vývinu jednotlivca.

„Predmetom poradenstva je špecifická biodromálne koncipovaná psychologická výchovno-vzdelávacia a rozvíjajúca – seba výchovná a seba vzdelávacia činnosť, ktorá zo špecifických hľadísk prispieva k optimalizácii procesov osvojovania, plánovania a realizovania životných vývinových úloh, i k riešeniu s tým sa spájajúcich náročných situácií (rozhodovania, voľby, adjustácie, reorientácie, korekcií, kríz, konfliktov a pod.“ (Koščo, 1986, s. 292).

Podľa Fabiána (1988) biodromálny prístup k osobnosti v psychologickom poradenstve znamená chápať dynamiku súvislostí medzi minulosťou a budúcnosťou v rámci zákonitostí celej životnej cesty. Na praktickej úrovni ide o možnosť poradenského psychológa/-ičky pracovať s retrospektívnym biografickým materiálom klienta/-ky tak, aby v ňom stimulovali všetky pozitívne, kognitívne, emocionálne-motivačné i činnostné procesy. Biodromálna analýza v poradenskej činnosti predstavuje proces postupného reflektovania, rozboru, chápania a akceptovanie seba samého/-ej vo vzťahu k minulosti a prítomnosti vlastnej životnej cesty. Biodromálna syntéza je zasa procesom tvorby optimálnych projektov budúcnosti svojej životnej cesty, rešpektujúc jej minulosť. V oboch dialektických procesoch má veľmi dôležitú funkciu rozvoj a vzostup tvorivosti, tvorivého prístupu a postojov k sebe samému/-ej a vlastnému životu. Biodromálna analýza a syntéza prebieha v reláciách intrapsychickej a interpsychickej dynamiky, v individuálnom a skupinovom poradenstve. Významnú úlohu zohráva vyjadrenie sa prostredníctvom výtvarného, pohybového, mimického, dramatického, muzikálneho, ale aj literárneho prejavu. Koncepcia biodromálnej analýzy a syntézy, ako ju rozpracoval Fabián (1988 a i.), prekonáva isté limity psychoanalytickej a behaviorálnej práce s klientom/-kou či skupinou.

Tieto a ďalšie otázky sú komplexne rozpracované v dnes už klasickej vysokoškolskej učebnici *Poradenská psychológia* (Koščo & kol., 1987).

Od roku 1968 dodnes pôsobí na Univerzite Komenského psychologická poradňa, ktorú založil J. Koščo so spolupracovníkmi/-čkami M. Hargašovou, I. Rapošom, D. Fabiánom a ďalšími. Má status nezávislej služby študentom a zamestnancom, ktorí ju navštevujú z vlastného rozhodnutia. V súčasnosti je poverenou vedúcou poradne K. Ludrovská, ktorá v práci s klientmi/-kami tvorivým spôsobom uplatňuje biodromálny prístup.

Ani biodromálny prístup sa nevyhol kritike. Hlavenka (1990) poukázal na voľné narábanie s pojmami celoživotná vývinová psychológia, biodromálna psychológia a psychológia životnej cesty. Tieto pojmy, aj keď sa veľmi často uvádzajú vedľa seba, nie sú synonymá. Vo svojej štúdiu si kladie otázku: Je biodromálna psychológia psychológiou životnej cesty alebo celoživotnou vývinovou psychológiou? Upozorňuje na to, že slovo biodromos v prekladovom význame je synonymom pojmov Lebenslauf, životný priebeh, životný chodník, žiznennyj puť. Podľa logiky bežného každodenného významu by teda biodromálna teória mala patriť k teóriám životnej cesty.



## **ZÁVER**

Schopnosť byť na pulze doby, často kráčať v predstihu, invencia, umenie nadviazať na významné myšlienky z rôznych oblastí a ďalej ich rozvíjať, priviedli J. Košču k skĺbeniu pojmov, koncepcií životnej cesty a celoživotného vývinu do všeobecnejšieho vývinovo-psychologického rámca. Hvozdík (2010) hovorí o integratívnej povahe biodromálneho prístupu. Podľa Kargulowej (1986) ide o paradigmu nového typu, v ktorej sa jedna teória nevyučuje druhou.

Doma i v zahraničí je vysoko hodnotený psychologický model a biodromálna orientácia v poradenstve, o ktorú sa J. Koščo rozhodujúcim spôsobom zaslúžil.

## LITERATÚRA

- Ananiev, B.G. (1980). Človek ako predmet poznania. Psychodiagnostické a didaktické testy.
- Baltes, P.B. & Goulet, L.R. (1970). Status and issues of a life-span developmental psychology. In L.R. Goulet & P.B. Baltes (Eds.), *Life-span developmental psychology. Research and theory* (pp. 3-21). Academic Press.
- Baltes, P.B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23(5), 611-626.
- Birkel, R.C., Lerner, R.M. & Smyer, M.A. (1989). Applied developmental psychology as an implementation of the life-span view of human development. *Journal of Applied Developmental Psychology*, 10(4), 425-445.
- Brim, O.G. & Ryff, C.D. (1980). On the properties of live events. In P.B. Baltes & G.B. Orville (Eds.), *Life-span development and behavior* (pp. 367-388). Academic Press.
- Buhler, CH. (1933). *Menschlicher Lebenslauf als psychologisches Problem*. S. Hirzel.
- Buhler, CH. (1968a). The course of human life as a psychological problem. *Human Development*, 11(3), 184-200.
- Buhler, CH. (1968b). The course of human life and its goal aspects. In CH. Buhler & F. Massarik (Eds.), *The course of human life. A study of goals in the humanistic perspective* (pp. 1-10). Springer Publ. Co.
- Buhler, CH. (1968c). The integrating self. In CH. Buhler & F. Massarik (Eds.), *The course of human life. A study of goals in the humanistic perspective* (pp. 330-350). Springer Publ. Co.
- Callahan, E.J. & McCluskey, K.A. (Eds.). (1983). *Life-span developmental psychology. Nonnormative life events*. Academic Press.
- Danish, S.J. (1977). Human development and human services. A marriage proposal. In I. Iscoe, B.L. Bloom & CH.D. Spielberger (Eds.), *Community psychology in transition* (pp. 143-157). J. Wiley & sons.
- Danish, S.J. & D'Augelli, A.R. (1980). Promoting competence and enhancing development through life development intervention. In L.A. Bond & J.C. Rosen (Eds.), *Primary prevention of psychopathology* (pp. 105-129). University Press of New England.
- Danish, S.J., Smyer, M.A. & Nowak, C.A. (1980). Developmental intervention: Enhancing life-event processes. In P.B. Baltes & G.B. Orville (Eds.), *Life-span development and behavior* (pp. 339-365). Academic Press.
- Fabián, D. (1986). Obraz seba a biodromálny prístup v skupinovom psychologickom poradenstve. In *Psychologica*, 32, 37-50.
- Fabián, D. (1988). Biodromálna analýza a syntéza. In *Diagnostika a výcvik v poradenstve. Psychodiagnostika*.
- Fabián, D. (1994). Štruktúra a dynamika životnej skúsenosti v psychologických programoch jej rozvíjania. In *Acta environmentalica Universitatis Comenianae*, 3.

- Gazda, G.M. & Powell, M. (1981). Multiple impact training. A modell for teaching/training in life skills. In G.M. Gazda (Ed.), *Innovation to group psychotherapy* (pp. 3-20). CH.C. Thomas.
- Grajcár, Š., Hargašová, M. & Lepeňová, D. (2014). Kariérové poradenstvo. In H. Smitková (Ed.), *Kapitoly z poradenskej psychológie* (s. 237-259). Univerzita Komenského.
- Hargašová, M. & Eliášová, A. (1981). Individuálna životná cesta a rodinný cyklus. In *Psychologica*, 30.
- Hargašová, M. (1987). Partnerské, manželské a rodinné poradenstvo. In J. Koščo & kolektív, *Poradenská psychológia* (s. 290-348). SPN.
- Hlavenka, V. (1986). Biodromálna psychológia a psychologické poradenstvo. In *Psychologica*, 32, 21-36.
- Hlavenka, V. (1990). Biodromálna psychológia – psychológia životnej cesty alebo celoživotná vývinová psychológia? *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 25(4), 291-300.
- Hlavenka, V. (1992). Niektoré pojmy a koncepcie celoživotnej vývinovej psychológie. *Československá psychologie*, 36(3), 244-256.
- Hultsch, D.F. & Plemons, J.K. (1979). Life events and life-span development. In P.B. Baltes & G.B. Orville (Eds.), *Life-span development and behavior* (pp. 1-35). Academic Press.
- Hvozdič, S. (2010). Úvod do poradenskej psychológie. Univerzita P.J. Šafárika.
- Kargulowa, A. (1986). *Poradnictwo jako wiedza i system dzialań. Wstep do poradownawstwa*. Wydawnictwo Uniwersytetu Wroclawskiego.
- Koščo, J. (1969). Problémy systému psychológie a klasifikácia jeho disciplín. In *Psychologica*, 20/19, 3-49.
- Koščo, J., Rapoš, I. & Rybárová, E. (1974). Súčasná vývinová psychológia a psychológia životnej cesty. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 9(3), 201-216.
- Koščo, J. (1978). Biodromálnaja psychologija. In *Psychologica*, 25/14, 10-45.
- Koščo, J. & kolektív (1980). Teória a prax poradenskej psychológie.
- Koščo, J. (1982). Problémy vývinu a životnej cesty človeka v epigenetickej teórii Erika H. Eriksona. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 17(4), 317-335.
- Koščo, J. (1986). Problémy realizácie biodromálneho prístupu v poradenskom procese. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 21(4), 291-301.
- Koščo, J. (1987). Teoretické otázky systému poradenstva a psychológia v poradenstve. In J. Koščo & kolektív, *Poradenská psychológia* (s. 8-73). SPN.
- Koščo, J. & kolektív (1987). *Poradenská psychológia*. SPN.
- Kuther, T.L. (2023). *Lifespan development. Lives in context*. Sage Publications.
- Looft, W.R. (1973). Socialization and personality throughout the life-span: An examination of contemporary psychological approaches. In P.B. Baltes & K.W. Schaie (Eds.), *Life-span developmental psychology. Personality and socialization* (pp. 25-52). Academic Press.
- Ludrovská, K. (2005). Celoživotná vývinová intervencia: sférický model A.E. Iveyho. In *Psychológia pre život alebo ako je potrebná metanoia* (s. 202-208). Pelikán.
- Ludrovská, K. (2009). Celoživotná vývinová intervencia v psychologickom poradenstve a psychoterapii: Vývinová terapia A.E. Iveyho. (Dizertačná práca). Univerzita Komenského.

- Ludrovská, K. (2010). Integrácia konceptu klasickej adlerovskej psychoterapie a Vývinového poradenstva a terapie. In *Psychologica*, 40, 453-464.
- Machalová, M. (2010). Biodromálna psychológia pre pomáhajúce profesie (sociálnych pracovníkov, sociálnych pedagógov a andragógov). *Institut mezioborových štúdií*.
- Maršálová, L. & Seemannová, M. (1977). K metodológii výskumu v oblasti celožitovnej vývinovej psychológie. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa* 12(6), 509-518.
- Overton, W.F. & Reese, H.W. (1973). Models of development. Methodological implications. In J.R. Nesselrode & H.W. Reese (Eds.), *Life-span developmental psychology. Methodological issues* (pp. 65-86). Academic Press.
- Rapoš, I. (1989). Osobnostná zrelosť ako biodromálna tendencia. Záverečná správa RŠ V-05/2. Psychologický ústav UK.
- Reese, H.W. & Overton, W.F. (1970). Models of development and theories of development. In L.R. Goulet & P.B. Baltes (Eds.), *Life-span developmental psychology. Research and theory* (pp. 115-145). Academic Press.
- Reese, H.W. & Smyer, M.A. (1983). The dimensionalization of life events. In E.J. Callahan & K.A. McCluskey (Eds.), *Life-span developmental psychology. Nonnormative life events* (pp. 1-33). Academic Press.
- Riegel, K.F. (1975). Toward a dialectical theory of development. *Human Development*, 18(1-2), 50-64.
- Riegel, K.F. (1976). The dialectics of human development. *American Psychologist*, 31(10), 689-700.
- Říčan, P. (1990). *Cesta životem. Panorama*.
- Rubinštejn, S.L. (1964). *Základy obecné psychologie. SPN*.
- Sarbin, T.R. (1977). Contextualism: A world view for modern psychology. In J.K. Cole & A.W. Landsfield (Eds.), *Nebraska symposium on motivation 1976* (pp. 1-41). University of Nebraska Press.
- Schaie, K.W. (1965). A general model for the study of developmental problems. *Psychological Bulletin*, 4(2), 92-107.
- Skinner, E.A., Kindermann, T. & Mashburn, A. (2019). *Lifespan developmental systems: Metatheory, methodology and the study of applied problems. Taylor & Francis*.
- Smékal, V. (2002). *Pozvání do psychologie osobnosti. Barrister & Principal*.
- Smitková, H. (2022). *Poradenstvo gejom, lesbám a bisexuálnym ľuďom. Vydavateľstvo UK*.
- Švancara, J. (2012). The emergence of life span developmental psychology – approaches, theories, models, methods, implementation. *Psychologie*, 6(1), 24-41.
- Taročková, T. (1980). Teórie modelov a modely ľudského vývinu. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 15(3), 205-217.
- Taročková, T. (1990). Životné udalosti ako aktuálna premenná v celožitovnej vývinovej psychológii. *Československá psychologie*, 34(3), 251-258.
- Taročková, T. (1994). Životné udalosti a celožitovná vývinová intervencia. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 29(4), 291-305.
- Taročková, T. (2000). *Modely ľudského vývinu a životné ciele. Univerzita Komenského*.
- Taročková, T. (2011). *Naratívny prístup a možnosti jeho uplatnenia v psychologickom poradenstve. Psychoprof*.

- Tolman, CH. (1981). The metaphysics of relations in Klaus Riegel's „dialectics“ of human development. *Human Development*, 24(1), 33-51.
- Turner, R.R. & Reese, H.W. (Eds.). (1980). *Life-span developmental psychology*. Intervention. Academic Press.
- Vendel, Š. (2018). Exegi monumentum. *Psychológia a patopsychológia dieťaťa*, 52(2), 187-192.
- Vygotskij, L.S.: *Myšlení a řeč*. SPN.
- Weinert, F.E. & Weinert, S. (1998). History and systems of developmental psychology. In A. Demetriou, W. Doise & C.F.M. Lieshout (Eds.), *Life-span developmental psychology* (pp. 1-33). J. Wiley & Sons.