



colectivă de autori români și străini

în limba română

Coperta și titlul: NICOLAE MATEI

ISBN 973-613-145-2
Coperta și titlul: NICOLAE MATEI

John D. Mayer

Inteligenta personală

Puterea personalității
și cum ne modelează
ea viața



Traducere din limba engleză de
Radu Filip

INTRODUCȚIV



CUPRINS

<i>Introducere</i>	11
Capitolul 1. Ce este inteligența personală?.....	43
Capitolul 2. Indicii pentru a ne cunoaște – ascunse și dezvăluite.....	78
Capitolul 3. Oamenii din jurul nostru.....	114
Capitolul 4. Simțirea informației.....	150
Capitolul 5. Un ghid pentru a face alegeri.....	185
Capitolul 6. Creștem odată cu inteligența personală.....	217
Capitolul 7. Inteligența personală la maturitate	250
Capitolul 8. Puterea personalității	291
<i>Referințe bibliografice.....</i>	317
<i>Mulțumiri.....</i>	327
<i>Index.....</i>	330

Introducere

Contează personalitatea?... Și alte preliminarii

Încercăm să-i înțelegem pe oamenii din jurul nostru și să anticipăm modul în care vor acționa. La sala de sport, îl remarcăm pe tipul plin de mușchi și insistență cu care-i încurajează pe ceilalți care ridică greutăți, imaginându-ne că sigur privește disprețitor eforturile noastre mărunte. Apelăm la o colegă de la IT, deoarece ea pare intrigată de întrebările noastre cu privire la un nou tip de software. Ne așteptăm ca unchiul nostru, care întârzie întotdeauna, să întârzie din nou și la următoarea lui vizită. Suntem mereu curioși să știm care este următorul lucru pe care-l vor face oamenii și ce este cel mai bine să facem noi.

Specialiștii în teoria evoluționistă cred acum că abilitatea noastră de a-i înțelege pe ceilalți oameni a început să se dezvolte cu o jumătate de milion de ani în urmă, pe măsură ce ființele umane se adaptau la viața din cadrul grupurilor sociale din ce în ce mai mari. Cei care puteau să-i înțeleagă mai bine pe oamenii din jurul lor detineau un real avantaj față de ceilalți. Ei își cunoșteau mai bine propriile preferințe – și, drept consecință, puteau să facă alegeri care să-i motiveze; înțelegeau nevoile altor oameni suficient de bine pentru a ști cum să coopereze cu ei și puteau să identifice membrii problematici ai grupului – și să stea cu ochii pe ei. Strămoșii noștri care erau cititori de succes ai personalității

aveau mai multe sanse de a supraviețui și de a se reproduce, transmitându-le descendenților, mai departe, baza genetică pentru acest potențial de rezolvare de probleme. În ziua de astăzi, fiecare dintre noi avem unele deprinderi, pentru a ne înțelege pe noi însine și pe alții. Dacă perceptiile noastre sunt slabe sau nu mai sunt folosite, e posibil să fim luati prin surprindere în mod regulat de imprevizibilitatea oamenilor din jurul nostru. Dacă perceptiile noastre sunt puternice, ne vom dezvolta disponibilitatea de a face față felului în care vor acționa oamenii.

Interesul nostru colectiv cu privire la personalitate este reflectat în consemnările istorice. De exemplu, aproximativ între anii 2500 și 200 î.Hr., consilierii politici, filosofii și conducătorii religioși scriau despre diferitele tipuri de oameni din jurul lor – sociabili, avari, bădărani –, precum și despre nevoia de autocunoștere, în speranța rezolvării problemelor de conduită și ale relațiilor umane. Acest interes pentru personalitate s-a răspândit și în lumea medicinei. Doctorii descriau variațiile normale ale personalității și încercau să trateze bolile de caracter cărora am fi putut să le cădem pradă, cum ar fi „isteria“ și melancolia. Dramaturgii și romancierii și-au umplut paginile cu iubiți pasionați, administratori ca la carte, copii descurcăreți, entomologi excentrici și multe alte tipuri de personalități, care umblă prin lumea în care trăim. Acești filozofi, doctori și scriitori se gândeau la oameni în moduri foarte diferite, ceea ce e posibil să fi mascat o calitate pe care aceștia o aveau în comun: capacitatea superioară de a înțelege caracterul oamenilor.

Acest subiect cu privire la oameni și la natura umană s-a dezvoltat timp de două milenii, până când a apărut știința psihologiei. În 1887, Wilhelm Wundt a înființat primul laborator de psihologie; Wundt și studenții săi¹ îi întrebau pe participanții la

¹ Vezi A.L. Blumenthal, „A reappraisal of Wilhelm Wundt“ [„O reconsiderare a lui Wilhelm Wundt“], în *American Psychologist*, 30, 1975, pp. 1081–1088.

cercetări despre perceptiile lor cu privire la greutate, tipar, culoare și, adesea, cronometrau răspunsurile acestora, pentru a vedea cum converteau oamenii fenomenele senzoriale în experiențe psihologice. Dincolo de această concentrare pe latura empirică, Wundt a prevăzut și nevoia de studiere a tuturor sistemelor mentale ale unei persoane, de la percepție la memorie, motive și emoții – studiul unei „personalități psihologice”².

Visul lui Wundt cu privire la o psihologie a personalității a devenit realitate la începutul anilor 1900, atunci când Sigmund Freud, Carl Jung, Gordon Allport și alții au creat ample teorii cu privire la felul în care operează oamenii din punct de vedere psihologic. Acești psihologi și psihiatri reprezentau o generație modernă de specialiști, deosebit de talentați în ceea ce privește înțelegerea personalității. S-au inspirat cel mai mult din propriile observații, însotite de cunoștințele lor de filosofie și literatură din secolele anterioare, și și-au tradus revelațiile în limbajul științific, aflat în ascensiune, al noului domeniu. De exemplu, Freud a combinat lucrări din biologia evoluționistă, lingvistică, filosofie, arta teatrală cu studiile de caz pe care le realizase cu pacienții săi. El vedea mintea unei persoane ca pe un amestec de instințe animalice, raționament logic și conștiință. Susținea că, din acest amestec învolturat de elemente, oamenii caută să-și satisfacă frecvențele dorințe personale, animalice, prin intermediul comportamentului social, civilizat. Carl Jung s-a inspirat din tradițiile orientale, hinduiste și budiste³ pentru a descrie ceea ce el vedea

Activitatea din laboratorul lui Wundt este descrisă și în Robert M. Farr, „Wilhelm Wundt (1832–1920) and the origins of psychology as an experimental and social science” [„Wilhelm Wundt [1832–1920] și originile psihologiei ca știință experimentală și socială”], în *British Journal of Social Psychology*, 22, 1983, pp. 289–301.

² Vezi Wundt, 1897, pp. 26 sq.

³ Un exemplu al faptului că Jung a împrumutat și adaptat una dintre tradițiile yoghine este descris în H.G. Coward, „Jung and Kundalini” [„Jung și Kundalini”],

ca fiind tipuri universale de personalitate – printre altele, eroi, ticăloși, clovni – cu care noi ne identificăm și pe care am putea chiar încerca să le imităm, uneori atât de exagerat, încât devenim caricaturi ale adevăratului nostru sine. Gordon Allport a fost interesat să descrie trăsăturile mentale – consecvențele psihologice – pe care le afișează oamenii; tot Allport a fost acela care a recomandat ca termenul „psihologia personalității“ să-i fie aplicat acestui domeniu.

Freud, Jung și alți teoreticieni timpurii, printre care Alfred Adler, Harry Stack Sullivan și Henry Murray, și-au susținut perspectivele asupra personalității într-un limbaj convingător, dar au lucrat într-un mediu sărac în date. În ciuda contribuțiilor lui Wundt și ale altora, procedurile pentru realizarea cercetărilor în psihologie au rămas într-un stadiu embrionario de-a lungul primelor decenii ale secolului XX. Măsurarea psihologică era o fază incipientă; psihologii dezvoltau primele proiecte de cercetare, care să fie folosite cu participanți umani, iar metodele de statistică aplicată erau, în cel mai bun caz, nefinisate. Prin urmare, deși acești mari teoreticieni au avut multe revelații strălucitoare, le lipseau descoperirile empirice solide, iar acest lucru a făcut să fie greu de știut care dintre ideile lor cu privire la oameni erau corecte și care eronate.

În 1959, profesorii Calvin Hall și Gardner Lindzey⁴ au revăzut lucrările acestor teoreticieni și au sugerat, cu foarte multă diplomatie, că psihologii ar face bine să-și finalizeze proiectele de a descrie personalitatea inspirându-se din filosofie, literatură

în *The Journal of Analytical Psychology*, 30, 1985, pp. 379–392. Mai multe despre marii teoreticieni pot fi găsite în Hall și Lindzey, 1957.

⁴ Recomandările lor au apărut la începutul secțiunii „Some reflections on current personality theory“ [„Câteva reflecții asupra teoriei curente a personalității“], din Hall și Lindzey, 1957, pp. 550 sq. Afirmația este elaborată și mai mult în ediția din 1978.

și studii de caz. Membrii acestui domeniu ar fi trebuit, în schimb, să-și folosească metodele științifice, care se dezvoltau rapid, și să strângă niște date, pentru a vedea cum este personalitatea *în realitate* și ce fac oamenii *în realitate*. O nouă generație de psihologi au făcut exact acest lucru și au îmbogățit domeniul cu numeroase descoperiri empirice cu privire la trăsăturile personalității, la mecanismele de apărare, la autocontrol și la perceperea celorlalți oameni.

Concluziile lor au răsturnat cel puțin câteva convingeri vechi referitoare la personalitate.⁵ De exemplu, deși o persoană ar putea să-și reprime amintirile traumatice, aşa cum a sugerat Freud, blocând accesul memoriei la ele timp de mai multe zeci de ani, mulți oameni consideră astfel de traume imposibil de uitat și ar putea, într-adevăr, să se gândească adesea la ele. Acumulând astfel de informații, cercetătorii au constatat că aveau nevoie de explicații mai temeinice (și mai extinse) cu privire la ceea ce se întâmplă, inclusiv de idei noi cu privire la felul în care se ivesc reprimarea, uitarea normală și stresul posttraumatic.

În ziua de astăzi, mulți psihologi dezvoltă noi explicații despre felul în care funcționează personalitatea, pe baza acumulării rapide a descoperirilor din domeniu. Eu sunt unul dintre ei. În această carte, descriu teoria mea cu privire la o nouă inteligență umană – o capacitate mentală despre care cred că o folosim ca să ne ghideze viața, să ne înțelegem pe noi însine și pe ceilalți.

⁵ Vezi controversele cu privire la reprimare în K.S. Bowers și P. Farvolden, „Revisiting a century-old Freudian slip – from suggestion disavowed to the truth repressed” [„Reevaluarea unei omisiuni freudiene vechi de un secol – de la sugestia dezavuată la adevarul reprimat”], în *Psychological Bulletin*, 119, 1996, pp. 355–380. Și mai general, pentru mai multe teoretizări în domeniu, vezi L. de Jong, „From theory construction to deconstruction: The many modalities of theorizing in psychology” [„De la construcția la deconstrucția teoriei: Numeroasele modalități de a teoretiza în psihologie”], în *Theory & Psychology*, 20, 2010, pp. 745–763.

Numesc „inteligență personală“ această abilitate de a extrage informații despre personalitate și de a le înțelege.

Ne folosim inteligența personală pentru a recunoaște informații din surse care includ aspectul unei persoane, bunurile sale și comportamentul, și le folosim pentru a ne cataloga ideile cu privire la ea și pentru a stabili corespondența cu impresiile pe care le avem față de oamenii similari pe care-i cunoaștem. Pornind de la astfel de indicii, deducem felul în care să ne comportăm cu persoana și cum ne va trata ea, în schimb. Și folosim indiciile cu privire la noi însine pentru a ne înțelege mai bine propriile nevoi și pentru a ne întocmi viitoarele planuri.

Voi folosi această teorie a inteligenței personale pentru a organiza multe studii întreprinse în toată lumea, ce evidențiază felul în care gândesc oamenii despre sine și unul despre altul. Cercetătorii studiază, în ziua de astăzi, în mod activ aspectele acestui proces de raționare, examinând felul în care evaluăm dacă o persoană este conștiincioasă, dezagreabilă sau creativă, cât de bine ne stabilim obiectivele personale și multe altele. Laboratoarele lor desfășoară unele dintre cele mai interesante studii din istoria psihologiei personalității.

Acestea fiind spuse, nu voi putea să evit câteva domenii controversate, atunci când voi scrie despre personalitate și despre inteligența personală. În primul rând, mulți dintre conducătorii noștri afirmă că toți suntem egali, însă expunerea mea presupune că oamenii sunt diferenți în moduri semnificative. În plus, suntem învătați, încă de la vîrste fragede, să nu-i judecăm pe alții, dar voi sublinia faptul că ne angajăm tot timpul în a ne evalua unii pe alții. De asemenea, mai este cazul multor psihologi, care cred, despre comportamentul nostru, că este un produs al situațiilor pe care le întâlnim și că are prea puțin de-a face cu alegerile individuale. Pentru ca inteligența personală să conteze însă, oamenii

trebuie să se poarte cu suficient de multă consecvență, astfel încât să putem prezice în mod rezonabil ceea ce vor face. Dacă situațiile sociale sunt complet responsabile pentru determinarea comportamentului nostru, aşa cum au sugerat unii, nu prea mai are rost să discutăm despre nici o inteligență cu privire la personalitate. Din punctul meu de vedere, aceste dezacorduri legate de faptul dacă suntem la fel sau diferiți, dacă să ne judecăm unul pe altul și dacă personalitatea este consecventă constituie fundalul principal al conceptului de inteligență personală, aşa că merită să le privim cu seriozitate, atunci când ne ies în cale.

Ideile „similitudinii umane“ au fost explorate secole la rând, iar filosofii din secolul al XVII-lea au accentuat egalitatea noastră ca pe un mijloc de promovare a dreptății sociale. Thomas Hobbes, de exemplu, a susținut că toți oamenii sunt egali⁶, iar în secolul al XVIII-lea, Jean-Jacques Rousseau și-a început *Confesiunile* spunând că el nu era cu nimic mai bun decât alții. Dar Hobbes, poate realizând că ceea ce susținea el era mai degrabă idealist decât exact, a recunoscut că e posibil să fim, de fapt, inegali; obiectivul său principal era să promoveze pacea și dreptatea. Iar Rousseau a adăugat, vădit satisfăcut: „Nu sunt, probabil, ca nimeni altcineva dintre cei care există“⁷.

Apelurile la similitudinea noastră rămân și astăzi o figură de stil familiară. În timpul ceremoniei de decernare a Premiului Nobel pentru Pace, al 14-lea Dalai Lama accentua faptul că „nu

⁶ Vezi J. Kidder, „Acknowledgements of equals: Hobbes's Ninth Law of Nature“ [„Recunoașterea egalilor. A Noua Lege a Naturii a lui Hobbes“], în *The Philosophical Quarterly*, 33, 1983, pp. 133–146. Îndoileile lui Hobbes cu privire la egalitate se află la pp. 133–134.

⁷ Această afirmație și aceea că nu este cu nimic mai bun decât ceilalți sunt din Cartea 1, paragraful 2, din *Confesiunile* lui Jean-Jacques Rousseau (lucrarea originală din 1782), editor D. Widger, 2006 (preluate de la adresa: <http://www.gutenberg.org/files/3913/3913-h/3913-h.htm>).

Simțirea informației

Cunoașterea de sine ar fi ușor de atins, dacă mintea noastră ar fi concepută doar pentru a crea o imagine exactă cu privire la cine am fost. O singură privire în interior ne-ar dezvălui nevoia de a fi iubiți și respectați, persoanele de care ne pasă și cele mai bune calități ale noastre. O privire mai atentă ar aduce în față slăbiciunile cu care ne confruntăm, cum ar fi scăările de auto-control și lacunele din abilitățile noastre sociale. Și am putea să facem un pas înapoi, pentru a cuprinde identitatea noastră generală, la fel de ușor cum ne uităm în oglindă. Este însă, vai!, evident că mintea noastră nu funcționează în felul acesta. E adevarat, de unele aspecte ale vieții noastre interioare e greu de scăpat – frământarea mentală numărându-se printre ele. În afară de aceste sentimente inevitabile, mulți dintre noi am pierdut contactul cu cine suntem; e posibil să devinim preocupați de alte probleme sau să ajungem, altfel, să ne pierdem sensul propriei direcții.

Ajută să știm cine suntem atunci când vine timpul să luăm decizii și să ne prezentăm pe noi însine în mod clar în fața altor oameni. Ne construim identitățile pornind de la feedbackul social pe care-l primim, de la observarea conduitelor noastre și de la căutarea interioară. Dar uneori ne limităm la un mediu, dacă nu ne explorăm pe noi însine. H. Ray Wooten, profesor de consiliere, crede că programele sportive de la facultate creează acest

LBRI^S

tip de mediu pentru jucătorii lor favoriți, care se așteaptă ca alții să ia decizile pentru ei. Wooten a descris calvarul unui jucător de fotbal de colegiu care nu a reușit să se înscrie în rândurile profesioniștilor, după ce i-au fost oferite mai multe încercări. Familia lui a observat că Tânărul se îndepărta de prietenii și de colegii de echipă, atunci când era clar că ajunsese la sfârșitul carierei sale de jucător, și l-a trimis la consiliere. Odată ajuns acolo, Tânărul i s-a confesat consilierului său: „Nu știu ce să fac. I-am lăsat pe alții să ia toate deciziile și uite unde am ajuns. Știam eu că visul era prea frumos ca să fie adevarat.”¹ Pentru a-și recăstiga poziția sigură, sportivul a decis că trebuia să răspundă la întrebarea „Cine sunt eu?”, și că numai după ce-și va fi dezvoltat un sentiment nou și mai puternic privitor la el însuși, separat de experiența sa legată de fotbal, ar fi putut să facă alegeri bune pentru viitorul său.

Chiar dacă putem răspunde la întrebarea cine suntem noi, concepția noastră despre sine poate doar să aproximeze, și astă în cel mai bun caz, realitatea personalității noastre și, exact așa cum putem să judecăm greșit o altă persoană, putem să ne judecăm greșit și pe noi însine. Așa încât păstrarea modelului nostru cât se poate de exact este utilă; la fel ca jucătorul de fotbal al lui Wooten, trebuie să știm cine suntem, pentru a ne găsi

¹ Vezi „Who am I?“ [„Cine sunt eu?“], din H.R. Wooten, „Cutting losses for student-athletes in transition: An integrative transition model“ [„Minimizarea pierderilor pentru studenții sportivi în tranziție. Un model de tranziție integratoare“], în *Journal of Employment Counseling*, 31, 1994, pp. 2–9. Mai multe dovezi că studenților care sunt mai puțin siguri cu privire la cine sunt le este mai greu să-și aleagă o carieră sunt indicate în modelul ecuației structurate, bazat pe un studiu de evaluare a 285 de studenți, realizat de H.M. Downing și M.M. Nauta, „Separation-individuation, exploration, and identity diffusion as mediators of the relationship between attachment and career indecision“ [„Despărțirea-individualizarea, explorarea și răspândirea identității ca mediatori ai relației dintre atașament și nehotărârea legată de carieră“], în *Journal of Career Development*, 36, 2010, pp. 207–227.