

CHƯƠNG 2 – NHÂN CÁCH

‘NHÂN CÁCH’ LÀ GÌ?

Vào năm 1937, nhà tâm lý học Gordon Allport đã liệt kê ra năm mươi định nghĩa về nhân cách (và cho đến thời điểm hiện tại ta sẽ có thể liệt kê thêm nhiều hơn nữa). Nhân cách là sự tổ chức tương đối ổn định của các phẩm chất, thái độ, tính khí, ĐỘNG LỰC và khuynh hướng điều phối các phản ứng hành vi với môi trường mang tính xã hội và vật lý. Nhân cách chính là những gì làm cho một người khác biệt về mặt tâm lý so với người khác, khác đến mức mà ta có thể chắc chắn rằng mỗi nhân cách đều là độc nhất.

Có nhiều lĩnh vực phụ trong việc nghiên cứu nhân cách trong tâm lý học hàn lâm truyền thống, và do tâm lý truyền thống mang tính QUY GIẢN, phần lớn mảng nghiên cứu sẽ xoay quanh các *sự khác biệt* giữa nhân cách của mỗi người. Các nhà nghiên cứu thường chú trọng đến các chủ đề như các KIỂU HÌNH, ĐẶC NÉT, và các bài trắc nghiệm tâm lý để phân loại con người vào các kiểu hình nhân cách như ‘nhiều tâm’, ‘hướng nội’ hoặc ‘hướng ngoại’.

Theo cách nói dân dã thì nghiên cứu nhân cách chính là nghiên cứu về cấu trúc tâm lý con người, cách mà nhân cách con người được *cấu thành*, cách mà chúng *hoạt động* và một điều mà các nhà tham vấn đặc biệt lưu tâm đến là cách mà chúng *sự đổ*.

Tuy nhiên, lĩnh vực tâm lý học nhân văn (mà tâm lý học nhân vị trọng tâm là một phần trong đó) lại không mấy chú trọng đến những khác biệt giữa người với người cho bằng những điểm chung tương đồng – thứ gắn kết chúng ta lại với nhau. Nhà tâm lý học Carl Rogers đã từng quan tâm nhiều hơn đến việc tìm kiếm *bản chất của việc làm người* – rằng việc trở thành một cá nhân riêng biệt thực sự có ý nghĩa gì. Đây không phải là một nhiệm vụ đơn giản, và điều đó có nghĩa là lĩnh vực tâm lý nhân cách sẽ trải dài từ việc khám phá tâm lý bằng khoa học cho đến cuộc tìm kiếm ý nghĩa của cuộc sống bằng triết học.

HỌC THUYẾT NHÂN CÁCH CỦA ROGERS

Carl Rogers đã có những nỗ lực đầu tiên trong việc đề ra một học thuyết bao quát về nhân cách trong Chương 11 của cuốn sách *Liệu pháp Thân chủ Trọng tâm* được ông viết vào năm 1951 (xem Chương 1, trang 6, quyển này). Ông đã sắp xếp các ý tưởng của mình thành mười chín mệnh đề (các tuyên bố về mặt lý thuyết) về sự phát triển tâm lý ở người, bản chất của đời sống tâm lý ở người, cấu trúc nhân cách, cách mà cấu trúc này có thể dễ gặp phải yếu đuối, bản chất của nỗi đau trong tâm lý, và cách mà ta có thể chữa lành những nỗi đau đó. Trong một ấn phẩm lớn được ông viết vào năm 1959, Rogers đã đính kèm một bản tinh chỉnh lại học thuyết nhân cách của mình.

Trong đoạn văn trên, tôi đã có chủ ý trong việc sử dụng các từ ngữ thông tục và đời thường, do tôi cần phải giải thích các định luật chung trong giai đoạn này của quyển sách. Về phần sau, bạn sẽ nhận thấy rằng tôi sẽ giải thích rõ ràng hơn và tinh chỉnh một số những cụm từ ở đây để phù hợp hơn với học thuyết nhân vị trọng tâm.

Rogers đã chia học thuyết trên thành tám phần (Rogers, 1959) và nội dung sau đây sẽ là một bản tóm tắt (bao gồm các yếu tố từ ấn phẩm của chính Rogers viết vào năm 1951) đã lược bỏ đi các thuật ngữ chuyên ngành. Tuy nhiên, những độc giả có dự định hướng tới chương trình đào tạo cấp bằng chuyên nghiệp cấp hãy tìm đến bất kỳ các phiên bản nào của ấn phẩm gốc do Rogers viết ra để nắm bắt đầy đủ chi tiết.

Nhu cầu và quá trình phát triển của trẻ sơ sinh

- Trẻ trải nghiệm bản thân mình như là tâm điểm của thực tại, hay nói cách khác là thế giới biến đổi không ngừng xung quanh trẻ.
- Đối với trẻ thì trải nghiệm ấy chính là thực tại.
- Trẻ có khuynh hướng vốn có trong việc hiện thực hóa, duy trì và cải thiện bản thân (khuynh hướng hiện thực hóa, Chương 3).
- Trẻ sẽ có sự phản ứng với thế giới của chúng (thực tại đã được trẻ trải nghiệm) bằng một cách có tổ chức như một sinh thể, bắt nguồn từ các nhu cầu mà trẻ đã trải nghiệm được để hiện thực hóa.

- Trẻ sẽ có khuynh hướng vốn có trong việc đánh giá các trải nghiệm, thứ giúp duy trì và cải thiện sinh thể của trẻ theo chiều hướng tích cực. Các trải nghiệm đi ngược lại với việc hiện thực hóa của sinh thể sẽ được đánh giá là tiêu cực. Việc 'đánh giá' có thể mang ý nghĩa đơn giản như những 'thích' hoặc 'tận hưởng'. Đây được gọi là **QUÁ TRÌNH SINH THỂ ĐÁNH GIÁ**.
- Trẻ có sự chấp nhận và bị cuốn hút bởi các trải nghiệm được đánh giá là tích cực (những gì mà trẻ thích), đồng thời né tránh và chối bỏ các trải nghiệm được đánh giá là tiêu cực (những gì mà trẻ không thích).

Ví dụ minh họa: *Trong quá trình khám phá thế giới, 'bé X' nhận thấy rằng em bị thu hút bởi các bé trai khác và có cảm giác kích thích tình dục khi có sự hiện diện các bé trai. Đây chính là kết quả của khuynh hướng hiện thực hóa của bé X và QUÁ TRÌNH SINH THỂ ĐÁNH GIÁ của bé. Do bé thích trải nghiệm trên, bé sẽ muốn được gần gũi với các bạn trai.*

Sự phát triển của nhân cách

- Khi sự phát triển tiếp diễn, đến một thời điểm nhất định, trẻ sơ sinh sẽ phân biệt được rằng một phần thế giới xung quanh mà mình đang trải nghiệm có một đặc điểm cụ thể; có tính khác biệt và 'đặc biệt'. Phần trải nghiệm này sẽ đi đến nhận thức để trở thành *cái tôi*.
- Trẻ sẽ xây dựng nên một bức tranh về bản thân mình trong quá trình khám phá thế giới, đặc biệt đây là kết quả của việc tiếp xúc với người xung quanh và được họ đánh giá. Bức tranh này chính là **KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI**.
- Khi trẻ có sự nhận thức về *cái tôi* của mình, những nhu cầu cần được đáp ứng nói chung của trẻ (bắt nguồn từ việc chấp nhận các trải nghiệm hiện thực hóa) sẽ trở thành một nhu cầu cụ thể đó là được người khác *nhìn nhận một cách tích cực*.
- Do có sự liên quan đến cải thiện việc hiện thực hóa sinh thể, việc được người khác nhìn nhận một cách tích cực có tác động mạnh mẽ đến mức nó trở nên có sức thuyết

phục hơn cả QUÁ TRÌNH SINH THỂ ĐÁNH GIÁ trong việc định hình nên hành vi.

- Những đánh giá trên từ người khác sẽ được tích hợp vào khái niệm về cái tôi như thể chúng bắt nguồn từ QUÁ TRÌNH SINH THỂ ĐÁNH GIÁ và sẽ được gọi là CÁC GIÁ TRỊ ĐƯỢC PHÓNG NỘI/TIẾP THU.
- Mỗi khi trẻ chấp nhận hay né tránh một trải nghiệm của cái tôi mà bắt nguồn từ sự nhìn nhận tích cực nơi người khác, trẻ đã định hình nên một ĐIỀU KIỆN CẢM THẤY XÚNG ĐÁNG/CÓ GIÁ TRỊ.
- Khi cái tôi phát triển thành một thực thể mà ta có thể nhận biết được, nó cũng sẽ có khuynh hướng hiện thực hóa để duy trì và cải thiện chính nó (hiện thực hóa cái tôi, trong Chương 3, trang 30-32). Nhưng do cái tôi có thể dung chứa các giá trị ĐƯỢC TIẾP THU trực tiếp từ sự đánh giá của những người xung quanh, nó có thể tự hiện thực hóa theo một phương hướng khác với phương hướng của sinh thể.
- Đây chính là một trạng thái thiếu hài hòa giữa cái tôi và sinh thể.
- Nhận thức cá nhân thường có khuynh hướng bị yếu thế trước các trải nghiệm liên quan đến cái tôi. Nói cách khác, cái tôi sẽ trở thành tâm điểm của sự chú ý, mà qua đó tất cả các trải nghiệm sẽ được xử lý. Vì vậy, việc CẤU TRÚC CÁI TÔI có thể nhận biết và xử lý các trải nghiệm là rất quan trọng.

Ví dụ minh họa: *Khi bé trai tên X tiếp tục khám phá thế giới của mình, bé nhận thấy rằng bố mẹ mình có ý muốn ngăn cản việc tiếp xúc của mình với các bạn trai đến mức đã nói bé với rằng họ không bao giờ chấp nhận việc bất cứ đứa con trai nào của họ hành xử như vậy. Qua thời gian, bé X dần chấp nhận rằng việc mình tiếp xúc với các bạn trai khác là 'không đúng đắn' và bé sẽ tích hợp lối suy nghĩ này vào khái niệm về cái tôi của mình. KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI của bé lúc này sẽ dung chứa một GIÁ TRỊ PHÓNG NỘI cho rằng cậu bé không hề bị thu hút, hay bị rạo rực bởi các bạn trai khác. Khái niệm về cái tôi của bé đã được xây dựng qua quá trình hiện thực hóa cái tôi, và giờ đây đang có sự xung đột với toàn bộ sinh thể của mình.*

Sự hòa hợp/bất hòa hợp và CĂNG THẲNG TÂM LÝ

- Khi một cá nhân có được một trải nghiệm tương thích với KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI của họ thì trải nghiệm đó sẽ có sự hòa hợp, hay đồng nhất với CẤU TRÚC CÁI TÔI và có thể được BIỂU TƯỢNG HÓA một cách chính xác.
- Tuy nhiên, do KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI có chứa đựng các giá trị phóng nội, cá nhân đó sẽ có những trải nghiệm không đồng nhất với CẤU TRÚC CÁI TÔI của họ và có thể sẽ không được biểu tượng hóa một cách chính xác. Đây chính là sự bất hòa hợp giữa cái tôi và trải nghiệm. Điều này sẽ dẫn đến tình trạng CĂNG THẲNG TÂM LÝ.
- Khi sự bất hòa hợp giữa cái tôi và sinh thể thể gây ra bởi CÁC GIÁ TRỊ PHÓNG NỘI càng lớn, khả năng bất hòa giữa cái tôi và trải nghiệm sẽ càng lớn và tiềm năng dẫn đến CĂNG THẲNG TÂM LÝ cũng sẽ càng gia tăng.
- Do có sự bất hòa hợp giữa cái tôi và trải nghiệm, sự bất hòa hợp cũng phát triển giữa hai kiểu hành vi sau:
- Các hành vi có sự nhất quán với KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI (*cá nhân nhận thức được hành vi này*)
- Các hành vi có sự nhất quán với phần còn lại của sinh thể (*cá nhân có thể không nhận biết được các hành vi trên là có liên quan đến cái tôi, hay nói cách khác là không công nhận những hành vi đó là 'của mình'*).

Ví dụ minh họa: *Bé trai tên X đi đến giai đoạn trưởng thành và tiếp tục chấp nhận rằng vì là con trai (tức KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI của bé) nên bản thân sẽ không bị thu hút bởi các bạn trai khác. Tuy nhiên, phần còn lại trong tâm trí của bé hay sinh thể của bé vẫn sẽ có khuynh hướng hiện thực hóa, tiếp tục có những cảm giác bị rạo rực tình dục khi có sự hiện diện của các bạn trai khác. Bé X trở nên bối rối và thất vọng trước những cảm giác trên trong những dịp hiếm hoi khi chúng xuyên thủng vào nhận thức.*

Mối nguy, phòng vệ, suy sụp và sự thay đổi qua trị liệu

- Các trải nghiệm bất hòa hợp với cái tôi không những có thể không được biểu hiện một cách chính xác, mà chúng còn có thể được xem là mối nguy hại đối với sự toàn

vẹn của cái tôi. Các trải nghiệm đó sẽ gọi lên rằng KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI là ‘sai trái’, và do đây chính là trung tâm thực sự của CẤU TRÚC CÁI TÔI, sự toàn vẹn của cái tôi sẽ bị đe dọa.

- Các trải nghiệm mang tính nguy hại sẽ được xử lý qua hai cách sau:
 - *Chúng sẽ không đi được vào vùng nhận thức một cách hoàn toàn (tức là chúng là những SỰ BIỂU TUỢNG HÓA BỊ TỪ CHỐI trải nghiệm)*
 - *Chúng có thể sẽ bị thay đổi (BÓP MÉO) để phù hợp với KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI mà không gặp phải mối nguy hại nào.*

Ví dụ minh họa: *Anh X quyết tâm trở thành một người con ngoan trong mắt bố mẹ và trong phần lớn thời gian không nhận thức được mức độ mình bị thu hút bởi các bạn nam. Anh tự thuyết phục bản thân mình rằng những cảm giác kích thích tình dục hiếm hoi mà anh nhận thức được chỉ là 'các cảm giác tự nhiên ở người trưởng thành' mà anh đọc được từ sách vở. Dưới sự khuyến khích của bố mẹ vì mong muốn có con cháu, anh X cưới một người phụ nữ mà mình đã quen từ thuở nhỏ.*

- Ở một cá nhân lành mạnh thì KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI sẽ là một tập hợp luôn thay đổi và linh hoạt của các ý niệm về ‘bản thân’. Tuy nhiên, khi nó bị đe dọa thì sinh thể sẽ ra sức bảo vệ chính nó bằng cách làm cho KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI trở nên cứng nhắc và thiếu linh hoạt. Khi tình trạng cứng nhắc ngày một tăng lên, nó dần phụ thuộc vào các trải nghiệm trong quá khứ dẫn đến việc ngày càng có nhiều trải nghiệm hiện tại bị BÓP MÉO hoặc CHỐI BỎ.
- Các quá trình phòng vệ sẽ hằn sâu vào tâm trí và CĂNG THẲNG TÂM LÝ sẽ dần tích tụ, để từ đó trong các tình huống nhất định (tức là một nguy hại vô cùng lớn đối với KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI, hoặc sự tích tụ của mối nguy) mà trong đó KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI sẽ bị 'đổ vỡ' trước áp lực. Tình trạng vô tổ chức nảy sinh ra từ đó sẽ được cá nhân nhìn nhận bằng các trạng thái đặc thù như sự lo âu, trầm cảm, bối rối, đau lòng, hay nói một cách đơn giản là "suy sụp tinh thần".

Ví dụ minh họa: *Anh X trò chuyện với một người đàn ông quyền rũ, có phần nữ tính tại một bữa tiệc và anh dần nhận ra được rằng mình đang tán tỉnh người đàn ông đó. Ban đầu*

thì anh tự biện minh rằng do đối phương có ngoại hình và hành vi nữ tính nên bất cứ người đàn ông đích thực nào cũng sẽ bị thu hút thôi. Sau bữa tiệc, vợ anh X, người vốn cảm thấy rằng chồng mình không có ham muốn tình dục với mình, đã dò xét anh về việc anh đi tán tỉnh với người đàn ông trên tại bữa tiệc. Bối rối, buồn bực và cảm thấy mệt mỏi khi phải làm hài lòng tất cả mọi người xung quanh, anh hoàn toàn bị nhấn chìm trong các cảm giác hỗn loạn và khủng hoảng tinh thần. Bác sĩ đa khoa giới thiệu anh đến gặp một nhà tham vấn.

- Sinh thể có thể được khôi phục lại bằng việc tích hợp tất cả các trải nghiệm vào KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI. Tuy nhiên, KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI vẫn sẽ tiếp tục phản kháng lại nỗ lực trên bằng sự CHỐI BỎ và BÓP MÉO. Loại bỏ đi mối nguy hại đối với KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI sẽ làm giảm sự cứng nhắc và lớp phòng vệ của nó. Các trải nghiệm mới hơn mà trước đây vốn không đồng nhất với KHÁI NIỆM VỀ CÁI TÔI có thể sẽ được tiếp nhận một cách dễ dàng, dẫn đến sự khởi đầu của quá trình tích hợp. Đây chính là quá trình thay đổi qua trị liệu.

CÁC ĐẶC ĐIỂM CỦA HỌC THUYẾT NHÂN CÁCH NHÂN VỊ TRỌNG TÂM

Về các đặc điểm học thuyết nhân cách nhân vị trọng tâm, có một điều đáng lưu ý rằng học thuyết trên sẽ có sự khác biệt so với các học thuyết đương thời khác. Điều này có thể hỗ trợ bạn trong việc so sánh rõ ràng hơn để nắm bắt, chỉ định hoặc bàn luận với các nhà thực hành khác. Các thuật ngữ sau đây đã và đang được sử dụng tại nhiều nơi để giải thích và mô tả học thuyết của Rogers.

Một học thuyết có tính HIỆN TƯỢNG HỌC

HIỆN TƯỢNG HỌC là một quan điểm triết học cho rằng sự hiểu biết về 'thực tại' chính là kết quả của trải nghiệm chủ quan. Theo ngữ cảnh của học thuyết nhân cách, góc nhìn HIỆN TƯỢNG HỌC chính là góc nhìn mà ta nghĩ rằng 'chân lý' về trải nghiệm sẽ được hình thành từ trong mỗi cá nhân, chứ không phải là điều cần phải hoặc có thể được xác thực thông qua những ánh mắt quan sát 'khách quan'.

Do vậy, học thuyết HIỆN TƯỢNG HỌC sẽ nói đến 'chân lý *của tôi* trong thế giới trải nghiệm *của tôi*' chứ không phải 'chân lý *của thế giới*', và nó xoay quanh '*những gì tôi tin là tồn tại*' thay vì '*những gì thực sự tồn tại*'. Đây là một điểm quan trọng trong việc phân biệt học thuyết nhân vị trọng tâm với học thuyết thực chứng như CHỦ NGHĨA HÀNH VI - lý thuyết cho rằng trải nghiệm đích thực phải là những gì mà ta có thể quan sát và đo lường. Ta cũng trong vòng nghi vấn rằng liệu Carl Rogers đã tìm đọc đến bất kỳ các ấn phẩm nào của nhà triết học Edmund Husserl, người đã sáng lập ra HIỆN TƯỢNG HỌC vào khoảng những năm 1850 hay không. Tuy vậy, hai mệnh đề đầu tiên (Rogers, 1951; 483-4) đã chỉ rõ rằng học thuyết nhân cách của ông Rogers có mang tính HIỆN TƯỢNG HỌC:

- 1) Tất cả các cá nhân đều sẽ tồn tại trong một thế giới trải nghiệm không ngừng thay đổi mà trong đó mỗi người sẽ là tâm điểm.
- 2) Sinh thể sẽ có sự phản ứng với vùng nhận thức mà nó trải nghiệm và cảm nhận được. Đối với cá nhân thì vùng nhận thức trên chính là 'thực tại'.

Bản chất HIỆN TƯỢNG HỌC của học thuyết trên sẽ có các hệ quả quan trọng khi nó đặt sự thấu cảm vào trung tâm của việc thấu hiểu thế giới ở thân chủ, chứ không phải là sự quan sát, đo lường và phân tích chuyên môn từ bên ngoài (trong Chương 8). Nhà tham vấn cần phải có sự công bình và 'ngây thơ' khi họ bước vào thế giới của thân chủ.

Một học thuyết về nhận thức

Một số học thuyết về nhân cách sẽ có mối quan hệ mật thiết với HIỆN TƯỢNG HỌC do chúng được dựa trên một ý niệm rằng hành vi sẽ có sự thay đổi khi nhận thức thay đổi. Do thực tại của thân chủ dựa trên sự nhận thức về thế giới của họ, *sự thay đổi trong nhận thức* sẽ dẫn sự thay đổi trong trải nghiệm và hành vi. Combs và Snygg (1959) đã chỉ ra rằng: Liên quan chặt chẽ đến HIỆN TƯỢNG HỌC là một thực tế cho là một số thuyết về nhân cách dựa trên quan điểm cho rằng hành vi thay đổi là kết quả của việc thay đổi nhận thức. Bởi vì thực tại của thân chủ dựa trên nhận thức về thế giới, một sự thay đổi trong nhận thức

sẽ dẫn đến sự thay đổi trong trải nghiệm và hành vi. Combs và Snygg (1959) đã khẳng định:

Mọi hành vi, không có ngoại lệ, đều hoàn toàn liên quan đến và được quyết định bởi vùng nhận thức của sinh thể đang thực hiện hành vi đó. Vùng nhận thức đó có nghĩa là toàn bộ vũ trụ, bao gồm cả bản thân của chính cá nhân đó, khi nó đi vào trải nghiệm của họ... (trang 20).

Chúng ta cần phải ghi nhớ rằng trải nghiệm thực tại đối với từng người là khác nhau, và sự tổng hợp của các lai lịch, nhu cầu và kỳ vọng khác nhau của mỗi cá nhân sẽ ảnh hưởng đến sự nhận thức của họ trong hiện tại. Vì vậy, chuyên gia ở đây chính là thân chủ, chứ không phải là nhà tham vấn. Vào những năm 1950 thì đây được xem là một tư tưởng cấp tiến.

Một học thuyết nhân văn

Nhà triết học Corliss Lamont, người đi đầu trong chủ nghĩa nhân văn hiện đại, đã định nghĩa học thuyết trên là một triết lý tự nhiên chối bỏ đi tất cả các chủ nghĩa siêu nhiên và chủ yếu phụ thuộc vào lý lẽ và khoa học, dân chủ và 'lòng trắc ẩn của con người'. Việc nắm bắt được các nền tảng nhân văn học trong học thuyết của Rogers là rất quan trọng do nó đã chối bỏ đi các quan niệm văn hóa ăn sâu vào văn hóa đương thời. Cụ thể, Rogers đã ủng hộ quan niệm rằng con người sẽ có trách nhiệm đối với hiện trạng của nhân loại (và từ đó có thể ảnh hưởng đến nó). Từ mảng sức khỏe tâm lý cho đến chính trị hòa giải xung đột, Rogers đã tin rằng mối quan hệ của con người chính là một yếu tố tích cực trong việc thúc đẩy sự phát triển và thay đổi tích cực.

Học thuyết Freudian cũng đã rất phổ biến vào thời đó, và một số người đã tin rằng nó đã phản ánh các ý niệm về tội lỗi nguyên thủy, hay 'sự sa ngã', cho rằng bản chất vốn có con người chính là sẽ không thể tránh khỏi được cái ác, khiếm khuyết, hoặc bị thôi thúc bởi các ham muốn dẫn đến sự hủy hoại bản thân và những người xung quanh. Ông Rogers đã rất hăng hái trình bày một quan điểm cấp tiến, khác biệt và tích cực về bản chất con người, cho rằng con người quả thật sẽ phải chịu trách nhiệm với những hành vi xấu xa, nhưng

không phải là vì một *khiếm khuyết* hay 'mặt tối', 'CÁI BÓNG' nào đó. Ông đã bãi bỏ các ý niệm trên với những lời tuyên bố như sau:

Nếu tôi ra sức giải thích cho bạn rằng nếu như 'bản chất sư tử' của một con sư tử hay 'bản chất cừu' của một con cừu được giải phóng, khiến cho những con vật này bị thôi thúc bởi những cơn dục vọng vô tận, những cơn thịnh nộ mất kiểm soát, những hành vi hoang dại và nhục dục, và những khuynh hướng hủy hoại vốn có, thì hẳn bạn sẽ có lý do chính đáng để cười nhạo tôi. Rõ ràng là những quan niệm như vậy đơn thuần chỉ là nhảm nhí.

... Tôi nhận thấy rằng con người, cũng giống như con sư tử, sẽ có bản chất của chính mình. Theo kinh nghiệm thì tôi cho rằng một con người đơn thuần sẽ là một cá thể mà những người khác trong giống nòi của người đó có thể trông cậy vào, và các đặc điểm sâu xa nhất của giống nòi đó sẽ hướng tới sự phát triển, phân hóa, các mối quan hệ hợp tác; cuộc sống của họ sẽ có một khuynh hướng căn bản là chuyển đổi từ sự phụ thuộc đến tự lập; bản năng của họ sẽ hướng đến việc hòa hợp mình vào trong một phương thức phức tạp và liên tục thay đổi trong việc điều chỉnh bản thân; bản chất chung của họ sẽ hướng đến việc bảo tồn và cải thiện chính bản thân mình, và có lẽ là hướng đến việc tiến hóa xa hơn nữa (Rogers, 1957, tái bản Kirschenbaum & Henderson, 1989: 404-5).

Một học thuyết toàn diện

Chủ nghĩa toàn diện là một tư tưởng cho rằng một hệ thống phức tạp (chẳng hạn như con người) còn lớn hơn tổng các bộ phận cấu thành nên nó, và để nắm bắt được nó, thì ta phải nghiên cứu toàn bộ sinh thể như một thể thống nhất. Các bạn đọc có lẽ sẽ có sự quen thuộc với thuật ngữ *y học toàn diện*, tức là tư tưởng cho rằng ta cần phải xem xét đến một con người tổng thể, bao gồm các yếu tố tâm lý, xã hội và thể chất, thay vì chỉ chữa trị các triệu chứng vật lý của một căn bệnh. Học thuyết của Rogers đã có tính toàn diện ngay cả trước khi chủ nghĩa toàn diện đi vào văn hóa đại chúng. Vào năm 1951, ông đã viết ra những tuyên bố đầu tiên trong loạt các tuyên bố chỉ rõ ra nhận định của ông rằng chúng ta không thể nào nắm bắt được một sinh thể người bằng cách chia nhỏ nó thành các bộ phận cấu thành nên nó (CHỦ NGHĨA QUY GIẢN):

[Mệnh đề] III). Sinh thể sẽ có sự phản ứng dưới dạng một thể thống nhất đối với vùng HIỆN TƯỢNG này (Rogers, 1951: 486).

Một học thuyết về triển nở toàn vẹn tiềm năng, hướng đến sự tăng trưởng

Các bạn đọc sẽ nhận thức được một sự thật hiển nhiên rằng nội dung chính của cuốn sách này là nói về việc tham vấn tập 'thân chủ' trọng tâm hoặc 'nhân vị' trọng tâm, nhưng bên cạnh đó, xuyên suốt cuốn sách (như Chương 5), bạn sẽ nhận thấy rằng học thuyết của Rogers chính là một học thuyết hướng đến sự tăng trưởng. Điều này có nghĩa là phép ẩn dụ nhân vị trọng tâm để hồi phục sẽ không nói đến việc 'chữa khỏi' (một căn bệnh), hay 'hàn gắn' (những gì bị hỏng hóc), hay thậm chí là 'tái định hình' hay 'sửa lỗi' cho các dòng hướng dẫn. Phép ẩn dụ nhân vị trọng tâm để hồi phục sẽ nói đến việc xây dựng hay phát triển nên một cách sống mới. Mặc dù học thuyết nhân cách có thể cho chúng ta thấy được nguyên do của các vấn đề, trọng tâm của học thuyết lại chính là việc khai phá các tiềm năng, khác xa so với các học thuyết khác.

Một học thuyết về tiến trình

Bản thân tôi đã có thể nhắc đến '*lối sống mới*' ở vài dòng trên. Tuy nhiên, một đặc điểm cấp tiến khác trong học thuyết nhân cách của Rogers chính là việc qua nhiều năm (tuy ban đầu lại không phải như vậy), nó đã trở thành một học thuyết mà trong đó nhân cách lại không được xem là một 'vật', mà là một 'tiến trình', và đồng thời, cái tôi cũng không phải là một vật thể. Và quả nhiên rằng, nhân cách, hay cuộc sống con người sẽ là một 'tiến trình', chứ không phải là một 'trạng thái'. Điều này sẽ đề cập đến sâu hơn trong Chương 11.

(Chương 2, Nhân cách, quyển sách *The Person-Centred Counselling Primer*, tác giả Pete Sanders)

Quang Thái dịch, ThS. Huỳnh Hiếu Thuận hiệu đính