

Motivacija in čustva

✍ Bogdan Žorž



Foto: Matej Hožjan

Čustva so zelo pomembna prvina človekove osebnosti, zato ni čudno, da psihologi o tem tako veliko pišejo in govorijo. Čustva dajejo vsemu doživljanju neko 'barvo', določajo pomembnost, privlačnost ali odbojnost. V veliki meri vplivajo na to, da se človek določene dejavnosti loti z večjim zagonom ali pa se ji izogne, ima do nje odpor.

Čustva in vzgoja

Veliko je knjig, ki se ukvarjajo samo s čustvi, kar že kaže na pomen le-teh. Vendar pa čustva niso le človekova 'posebnost', saj poznamo tudi živalska čustva, ki jim lahko rečemo 'prava' čustva. Poznamo npr. domače živali, ki se navežejo na človeka, gospodarja, in pokažejo pravo, pristno veselje, če jim gospodar namenja pozornost. Ob odsotnosti gospodarja kažejo žalost, če gospodar pokaže več zanimanja nekomu drugemu, pokažejo ljubosumnje, tudi jezo. Da ne govorimo o strahu, ki je tudi pri živalih zelo poznano čustvo.

Če bi človekovo osebnost umevali

strogo dualistično, bi čustva vsekakor uvrstili med telesne značilnosti. Nekateri strogi biologistično usmerjeni strokovnjaki čustva celo zelo mehansko skrčijo na 'kemijsko' – torej na učinkovanje, delovanje kemičnih substanc v človekovem telesu ... No, to je vsekakor prehudo poenostavljanje, saj nam takšno poenostavljanje še vedno pravi nič ne pove, kako in zakaj se v določenih okoliščinah v telesu izločajo prav posebne kemične substance, hormoni, ki določajo čustvenost človekovega doživljanja ...

V procesu vzgoje zato igrajo čustva izjemno pomembno vlogo. Določajo otrokovo počutje v družini in širšem socialnem okolju in s tem njegov odnos do sebe in do okolja.

Čustva in učenje

Očitno je, da imajo čustva pri učenju veliko vlogo. Prvobitni 'model' učenja je v tem, da otrok utrjuje vedenjske vzorce (torej – se uči!), ki mu prinašajo ugodje, in opušča vedenjske vzorce, ki mu prinašajo neugodje. Z odraščanjem pač ta princip ugodja in neugodja postaja vedno bolj izpopolnjen, vedno bolj zapleten. Pri tem igra pri majhnem otroku veliko vlogo povezanost s starši. Otroku prinaša veliko ugodje tudi starševska pohvala in graja (kazen). Otrok išče pri starših potrditve, sprejetosti. Pohvala mu poleg neposrednega ugodja prinaša tudi občutek sprejetosti, ki mu dodatno krepi ugodje.

Na stopnji vrtca in v nižjih razredih osnovne šole otroku poleg osnovne radovednosti poglobitveni vir motivacije prinaša prav ta čustveni dejavnik. Otroku se rad uči, ker s tem razveseli starše, ker je deležen starševske, pa tudi učiteljeve pohvale. Vzgojiteljice v vrtcih in zlasti učiteljice v nižjih razredih osnovne šole to dobro vedo. Otroku tako veliko pomeni, da se mu vzgojiteljica ali učiteljica nasmehne, ga prijazno, spodbudno pogleda, poboža, pohvali. Prav tako je za otroka ključnega pomena čustveni odziv staršev. Otroku se z veseljem uči, se potruji, če doživi vesel odziv staršev na njegov dosežek. Pri tem niso najpomembnejše besede (pohvala), ki jih izrečemo, ampak način, kako to izrazimo. Otroku sprejme pohvalo, če je izrečena pristno, z veseljem, če ob besedah pohvale začuti pri staršu (ali učitelju) tudi čustvo

veselja, naklonjenosti. V nižjih razredih osnovne šole je zato ta čustveni odnos (tako s strani staršev, kot tudi učitelja) ključnega pomena za otrokovo motivacijo. Ta čustveni dejavnik lahko celo 'preglasi' vse ostale.

Otrok, ki v tem zgodnjem obdobju, zlasti pa v nižjih razredih osnovne šole, ne prejema dovolj čustvenih spodbud, dovolj pohvale, že na začetku razvije preskromno motivacijo za učenje, začne kazati odpor do učenja.

Najstniško čustvovanje in motivacija

Najstniška leta prinesejo v čustvovanje nove, širše razsežnosti in pomen. Pojavi se spolno dozorevanje, z njo spolna privlačnost in spolnost v veliki meri obarva vsa čustva. Pojavi se kritično mišljenje, otrok postaja vse bolj kritičen do okolja, do staršev in tudi do sebe. Obenem se otrok (na račun primarnega družinskega okolja) intenzivno usmerja v socialno, predvsem vrstniško okolje, ki mu postaja vedno pomembnejše.

Tudi s tem začnejo dobivati čustva drugačne razsežnosti. Ob prebujanju spolnosti otrok postane bolj kritičen do izrazov čustev naklonjenosti s strani svojih staršev. Nekatere načine izkazovanja čustev naklonjenosti otrok ne sprejema več, oziroma jih težje sprejema, saj težko razmejuje ta čustva z novimi čustvi, povezanimi s spolnostjo. Ob povečani kritičnosti otrok tudi od staršev bolj kritično sprejema izraze naklonjenosti in pohvale, še zlasti, če dvomi v njihovo pristnost. Vse večji pomen imajo čustveni odzivi vrstnikov, uveljavljanje, sprejetost in ugled, ki ga uživa med vrstniki.

V odnosu do učenja je to zelo pomembno. Vse, kar je bilo v zgodnjem obdobju relativno preprosto, postaja sedaj bolj zapleteno. Nikakor ne pomeni, da otrok v najstniškem obdobju ne potrebuje več čustvene spodbude za učenje, da čustva nimajo več vpliva na motivacijo. Vpliv čustev na motivacijo ostaja tudi v odrasli dobi. Vendar v najstniški dobi tisto naivno, preprosto izkazovanje čustev ne zadošča več, težišče je postopno treba preusmerjati na druge motivacijske vzvode.



Koliko čustvenih spodbud potrebuje otrok

Pogosto slišimo, da preveč intenzivna čustva lahko škodujejo. V življenju je to res: (pre)veliko veselje se kaj rado sprevrže v nenadzorovano veseljačenje, ki zamegli občutek za meje in kaj hitro se prestopijo meje še sprejemljivega in neškodljivega. (Pre)velika žalost lahko privede do zameglitve občutka za realnost, zabriše zavedanje lepega in dobrega, vodi v depresivnost, psihosomatske motnje. Preveč intenzivno doživljanje jeze vodi v nenadzorovane konflikte in v tendenco, da se ti 'rešujejo' z nasiljem. Prehud strah lahko ohromi obrambne sposobnosti in zmožnosti uporabe že osvojenega znanja in zmogljivosti za reševanje problema.

Ampak to ne pomeni, da je treba paziti, da otroka ne "pohvalimo preveč", da se ne "veselimo preveč njegovih uspehov" ... Tega izkazovanja čustev v resnici ni nikoli preveč in na motivacijo nikoli ne vpliva škodljivo. Pomembno pa je, da so čustva pristna in da otrok doživlja polno paleto čustev.

Veseliti se svojega otroka preprosto zato, ker nam je dan, ker ga imamo, ker je, je izraz ljubezni in ta naj nikoli ne bi ugasnila. Bodimo veseli svojega otroka, imejmo ga radi vedno – tudi takrat, ko morda ne zadovoljuje naših starševskih želja. Veseliti se njegovih

uspehov, rezultatov ... pa je nekaj drugega! To je čustvena opora motivaciji za učenje.

Velja pa načelo, spoznanje, da je pohvala in nagrada primerna spodbuda le v primeru, da je v ustreznem razmerju s kritiko, opozorili, grajo, kaznijo. Tudi to so čustvene spodbude – pač v 'izogibalni' vlogi: otrok se uči izogibati vedenju, ki mu prinaša kazen.

Starši, ki otroka pretirano hvalijo, misleč, da je le nagrada primerna motivacijska spodbuda, zapravijo praktično vso motivacijsko vlogo vseh teh motivacijskih vzvodov (pohvala, nagrada, veselje, graja, kritika, kazen ...). Prav tako pa zapravijo vzgojni učinek teh motivacijskih vzvodov starši, ki jih ne uporabljajo kot vzvode za utrjevanje (krepitev) ali opuščanje (slabitev) vedenjskih vzorcev, ampak jih uporabljajo posplošeno – otroka hvalijo ali grajajo, ker je 'priden', 'dober', 'nagajiv', 'neroden', 'len', 'pozabljiv' ...

Na koncu še pomembno opozorilo! Mnogi starši brez posebnih težav ugotovijo, kako pomembne so čustvene spodbude za motivacijo. Ob zadovoljstvu z učinki le-teh pa preprosto spregledajo, da njihov otrok odrasča in da čustvene spodbude, ki so povsem zadoščale za majhnega otroka, za večjega, za najstnika ne zadoščajo več. ■

*Prihodnjič
o tekmovalnosti in motivaciji*