

Dr. Nives Ličen

Vzgoja čustev

Povzetek: Vzgoja čustev je povezana z različnimi teoretskimi koncepti, kulturnimi konstrukti in prepričanji med ljudmi. Čustva analitično raziskujejo različne discipline zaradi različnih sestavnih delov, toda enotne opredelitve še vedno nimamo. Čustva so konglomerati, sestavljeni iz telesnega, duševnega in kulturnega dela. Z zornega kota vzgoje je zanimivo, da se čustva dogajajo v zgodbi, da so subjektivna, toda poleg tega so vedno tudi del nekega odnosa in doživljanja odnosa. O vzgoji čustev ne govorimo, ker so v naši kulturi čustva, četudi so vedno prisotna, doživeta kot nekaj kaotičnega, animaličnega, neobvladljivega, ženskega. Čustva so v naši kulturi izrazito zasebna. Takšen odnos do čustev vodi v umestitev celotnega polja človekovega čustvovanja v terapijo, in ne v vzgojo, ker se o čustvih pogovarjamo šele tedaj, ko bolijo, ko so patološka. V besedilu so predstavljene nekatere možnosti za vzgojo čustev in problemi, ki se pri tem odpirajo.

Ključne besede: čustva, učenje, vzgoja.

UDK: 159.942:37.01

Pregledni znanstveni prispevek

Dr. Nives Ličen, docentka, Oddelek za pedagogiko in andragogiko, Filozofska fakulteta v Ljubljani.

Ljudje se učimo in vzgajamo na različnih področjih in v različnih življenjskih obdobjih. O vseživljenjskosti učenja so pisali mnogi avtorji, med njimi Komensky, ki je bil v 17. stoletju s svojim izdelanim načrtom življenjskih šol od rojstva do smrti utopičen, in Jarvis, ki je v 21. stoletju zaskrbljen, ko ugotavlja, da načela kapitala in profita vodijo vseživljenjsko učenje predvsem kot učenje, ki je namenjeno vzdrževanju konkurenčnosti delovne sile. Toda človek ni le v vlogi homo faber. Bivanjska tema, ki narekuje učenje, je tudi homo ludens. Uči se igrivosti, uči se prestopiti omejitve, uči se proslavljati, si oddahneti. Igrivost in delavnost, razpuščenost in disciplina sta dva pola, ki ju je Demetrio (2003) postavil v svoj kvadrat bivanjskih tem. Druga dva pola sta eros in tanatos, ljubezen, družina, partnerstvo, odnosi prijateljstva in na drugi strani diagonale bolečina, vojna, smrt. Učenje in vzgoja se dotikata vseh štirih tem.

V zadnjih desetih letih se raziskovalci v povezavi z vseživljenjskostjo dotikajo novih tem, npr. bioloških, duhovnih, nevroloških, kjer se povezujejo odkritja o možganih z raziskavami o oblikovanju zavesti, zanima jih telesno učenje (somatic learning) in doživljajsko učenje. Učenje je povezano s telesom, toda v zahodni kulturi imamo težaven odnos do telesa, predvsem govorimo o tem, kako telo obvladati, da bi ustrezalo normam, bodisi lepote bodisi zdravja. Ženska gibanja so prinesla nov pogled na telo in učenje s telesom, ko začno pisati ali slikati o svojih izkušnjah telesa, npr. o izkušnji bolezní, kot Mairs (1990), Klevišar (2004), ali o izkušnji telesa, ki boli (Drucker 2002). Podobno kot do telesa se je v zahodni kulturi razvil tudi svojevrsten odnos do čustev. Vzgoja se trudi, da bi čustva ohranjali v zasebnosti, da jih ne bi javno kazali, da bi jih nadzorovali. Čustva so še vedno konfuze forme, nepredvidljive, niso trajna, so zmužljiva, zato tudi zanemarjena v raziskovanju.

Vzgoja čustev, bodisi priložnostna bodisi intencionalna, kljub temu poteka, vzgoja čustev je del formalnega ali neformalnega izobraževanja, je del priložnostnega učenja, je del vsakodnevnega življenja. Povezuje se z različnimi koncepti učenja, kot denimo s socialnim učenjem, izkustvenim učenjem, doživljajskim učenjem, s konceptom tihega znanja in čustvene inteligence. Vzgojo čustev lahko

opazujemo vsaj z dveh zornih kotov, kot vpliv na čustva in kot vpliv čustev v procesih izobraževanja. Vzgoja, zasnovana kot kompleksen sistem komponent, ki so v medsebojni interakciji, se namreč izrisuje ob prisotnosti čustev, ki se vzpenjajo in upadajo, ki si medsebojno nasprotujejo ali se spodbujajo. Čustva se kažejo kot temelj vzgoje, ki postane v odraslosti v veliki meri samovzgoja.

V besedilu nas zanima, kateri koncepti so pomembni za vzgojo čustev, kar raziskujemo s poskusi opredeljevanja čustev, zanima nas tudi kako, upoštevajoč značilnosti čustvenega konglomerata, razvijati metode za vzgojo čustev.

Opredelitev čustev ni enoznačna

V različnih disciplinah povezujejo čustva z različnimi teorijami, psihološke raziskave povezujejo čustva s teorijami osebnosti (Milivojević 2000, Galati 2002), sociološke teorije z medosebnimi odnosi (Šadl 1999), nastajajo različne perspektive, npr. lingvistična, perspektiva nevrofiziologije, klinične psihologije. Zadrega pri opredeljevanju čustev izhajajo tudi iz tega, ker želimo z razumom opredeliti nekaj, kar ni le razumsko.

Raziskovalci, slovarji, enciklopedije opredelijo čustva kot subjektivna doživetja, pospremljena s fiziološkimi spremembami, drugi izhajajo iz vedenja, ki ga čustva motivirajo, tretji iz biokemičnih procesov kot biološke osnove čustev, četrti poskušajo opredeliti čustva na podlagi splošnih prepričanj. Za vzgojo so pomembni vsi vidiki, poleg tega tudi prepričanja ljudi. Ljudje so v času ustvarili zakladnico prepričanj, ki jih prenašajo iz roda v rod, implicitno in eksplicitno. Prepričanja so del kulture, nekatera so transgeneracijsko stabilna, ohranjajo se podobno, kot se ohranjajo vedenjski vzorci, zato jih je zanimivo in za vzgojo dobrodejno poznati.

Kaj menijo ljudje o čustvih

Galati (2002) opisuje analizo pomenov, ki jih ljudje pripisujejo besedi čustvo. Ko ljudi sprašujejo, kaj jim pomenijo čustva, odgovor ni preprost, kajti vsi vedo, kaj so čustva, dokler jih ni treba opredeliti. Opredelitve čustev nimajo ostrih robov, ni jasnih kriterijev, kaj sodi med čustva in kaj ne. V omenjeni raziskavi razumejo vprašani čustva kot psihološke fenomene, katere nekateri opredelijo z vzroki in posledicami, drugi poudarijo vidik dinamičnosti. Sinteza »zdravorazumske« opredelitve čustev bi bila: Čustvo je psihični fenomen, ki ga povzročijo določeni dogodki, označujejo ga subjektivni aspekti in telesni/somatski aspekti, zmotijo normalen tok misli in je kratkotrajno.

Na podlagi rezultatov več analiz predlaga avtor opredelitev, ki čustva eksplicitno umesti v polje psihologije. Zapiše, da je čustvo psihološki fenomen, ki ga povzročijo specifični tipi dogodkov, ki jih ima posameznik za pomembne bodisi kot pozitivne bodisi kot negativne zanj samega. Omenjeni dogodki sprožijo dinamičen proces, za katerega je značilen skupek reakcij. Najpogostejše so:

občutki, fiziološke reakcije, modifikacija običajnega načina razmišljanja, vedenjske reakcije. Vsem reakcijam pripisujejo kratkotrajnost. Nadalje se avtor sprašuje, ali so specifične karakteristike, ki jih pripisujejo čustvom, res diferencialne, in ugotovi, da ne gre za izključujočo atribucijo. Izrazni vzorec, značilen za jezo, se lahko pojavi tudi pri napornem delu.

Iz teh razmišljanj lahko sklenemo, da *posebnost čustev ni v njihovih posameznih elementih, ampak v celoti elementov, ki so strukturirani in v dinamičnem medsebojnem odnosu. Čustva nastajajo kot scenarij v sekvencah, kot veriga dogodkov, ki je strukturirana dinamično, vendar je vedno sestavljena iz značilnih elementov v zaporedju. To pomeni, da lahko z izobraževanjem in vzgojo vplivamo na različne elemente, na presojo dogodkov in posledično na vedenjsko reakcijo.*

Druga značilnost, ki jo opazimo: veriga je aktivirana z vzročnim dogodkom, ki ga človek ocenjuje kot zunanjega. Po sodbi udeležencev v prej omenjeni raziskavi čustvo ni sad posameznikove iniciative, kot je misel. Čustvo je povezano z zunanjim svetom. Subjekt, ki doživlja čustvo, se ne čuti kot agent, četudi priznavajo, da je emocionalna reakcija skladna s kognitivno oceno. Kognitivna aktivnost je po njihovem mnenju spodbujena z dogodkom. Ne spodbudi je subjekt, po njihovem mnenju ni »svobodno« dejanje spoznavanja, marveč je kognitivni avtomatizem, ki omogoči učinkovito reakcijo na dogodek, ki je sprožil čustva.

Poleg tega čustvom pripišejo še psihosomatsko naravo, so most med mislijo in telesom. S psihosomatskim značajem je povezana tudi značilnost, da čustva zmotijo normalni tok razmišljanja, pozornosti, ker povzročijo stanja, ki jih ne moremo nadzorovati z razumom.

Čustvom ljudje pripisujejo pozitivne lastnosti. Pomembna so za adaptacijo, za reševanje urgentnih problemov, pomembna so, ker dajejo barvo in toploto človekovemu doživetju in ga tako naredijo enkratnega. S pomočjo čustev se človek prilagaja in rešuje probleme.

Če strnemo »zdravorazumske« opredelitve (Galati 2002) in opredelitve v enciklopedijah (Trecani 2003), so čustva kompleksen status organizma, za katerega je značilno sosledje dogodkov psihološke in fiziološke narave, ki jih subjekt doživlja v nepregledni vrsti čustev. Na telesni ravni se različno izrazijo, npr. s pospešenim bitjem srca, rdečico, bledico, potenjem, tresenjem. Čustva niso nikoli nevtralna, so prijetna ali neprijetna, obarvajo vsakodnevno življenje in človeku rabijo, da se prilagodi.

Konstrukti o čustvih

Poleg psihološkega in fiziološkega elementa, ki opredeljujeta čustva, je sestavni del čustev tudi kulturna tradicija, ki je izoblikovala več konstruktov o čustvih.

V zahodni kulturi so se razvili različni konstrukti o čustvih (Abbagnano 2002, Slepj 2002, Galati 2002, Šadl 1999), ki so z vidika vzgoje zanimivi, ker

nam lahko rabijo pri pojasnjevanju enostranskih pristopov in posledično enostranskega vedenja. Konstrukti so nastali s prepletanjem mnenj ljudi, zgodb, mitologije, filozofije, literature ... Odsev konstruktov se kaže v splošnih prepričanjih o čustvih, ki jih lahko razmestimo v več grozdstih struktur.

Za prvega je značilno, da med ljudmi v zahodni kulturi velja prepričanje, da so čustva pasivna; pri tem poudarijo, da so čustva nekaj, kar človeka obvladuje, človek je objekt čustev, ki so neobvladljiva. Iz takega prepričanja vznikne tudi prepričanje o vzgoji čustev. Čustva lahko vzgajamo le tako, da jih potlačimo ali ne izrazimo, saj zaljubljenost človeka prevzame, strah ga preplavi. V mitologiji prihaja zaljubljenost od Erosa, panika od Pana. V sodobnosti ne razlagajo pasivnosti čustev z uporabo mitološkega in pravljiciškega, temveč z uporabo znanstvenega besedišča. Tako razlagajo čustva kot notranja stanja, na katera posameznik nima vpliva, so neobvladljiva in človeka potisnejo v določeno vedenje. Po takem prepričanju človek ne ustvarja svojega čustvenega sveta, temveč ga le vdano sprejema.

O pasivnosti čustev govori tudi prepričanje, ki čustva pripisuje animaličnemu delu človeka. Če je vzgoja namenjena razvijanju človečnosti, potem razvijamo predvsem razum, ki je na višji ravni kot animalična čustva. Tudi če čustva razumemo predvsem z zornega kota fiziološkega dogajanja, se kažejo kot neobvladljiva, nevzgojljiva. Pasivnost čustev se kaže tudi v razmišljanju, da je čustvo izkušnja telesnega odziva. Najprej se pojavi telesni odziv na dražljaj, denimo solze, subjektivna izkušnja telesnega odziva je žalost. Vzgoja bi v teh primerih pomenila naučiti se zatreti solze, ker potem ne boš žalosten. Sodobne raziskave kažejo, da imajo čustva fiziološki člen verige, toda samo specifično telesno dogajanje ni vzrok za nastanek čustev. Eksperimenti so pokazali, da se je v različnih situacijah razvilo različno čustvo, četudi so ljudem v eksperimentu vbrižgali isto snov. Razmišljanja o pasivnosti čustev se kažejo kot neutemeljena. Čustva se ne oblikujejo le vzporedno s telesno spremembo ali pa z delovanjem zunanjih sil, temveč ima pomembno vlogo ob tem tudi zavest in interpretacija položaja. Isti fiziološki učinki so glede na okolje in izkušnje interpretirani različno in pospremljeni z razvojem različnih čustev. Za vzgojo čustev se torej pokaže kot pomembno, da se posameznik uči interpretacije dogodkov, razčlenjevanja svojih kriterijev za interpretacijo in oblikovanje pomenov.

Druga velika skupina prepričanj se nanaša na nasprotje med čustvi in razumom.

Eno takih je prepričanje, da so čustva povsem iracionalna. Ljudje razmišljajo, kot da so sestavljeni iz dveh delov, iz racionalnega uma in iz čustvenega polja, ki je iracionalno. O čustvih se ne govori, ker so manj vredna od razuma, kar v procesih inkulturacije privede do tega, da ljudje nimamo niti ustreznega besedišča, s katerim bi čustva poimenovali. Ko smo raziskovali, katere besede vsakodnevno uporabljamo za poimenovanje čustva, ki se razvije tedaj, ko nam je onemogočeno, da bi zadovoljili svoje potrebe, pa smo prepričani, da bi jih lahko, smo ugotovili, da uporabljamo besedi bes in jeza. Nato se možnosti poimenovanja ustavijo (Ličen 1997).

Razum se povezuje s konceptom inteligence, zato prihaja do nasprotovanja sintagmi »čustvena inteligenca«. Racionalnost (in inteligenca) sta v zahodni

racionalistični družbi prva stopnica do uspeha in imata visok status, z uspehom prihaja tudi družbena moč. Čustva so nižje ocenjena, ker naj bi bila kratkotrajna in »kratkovidna«, vodijo v ne-razumno vedenje, so kaotična. Taka prepričanja ostro ločijo med razumom in čustvi, racionalnost omejuje na intelekt, čustva pa so motnje za mišljenje.

Ker so čustva zmedena, vzgajamo misel, ker razum zanesljiveje spoznava resnico. Znanje je mogoče doseči le z razumom, z racionalnim mišljenjem, čustva sodijo v izkustveni svet. Med misleci, ki so vplivali na oblikovanje takega prepričanja, je – po mnenju raziskovalcev – Kant, ki pripiše čustvom sposobnost vrednotenja nekega objekta na ravni zadovoljstva ali nezadovoljstva, ki jih objekt vzbudi, to je subjektivna kvaliteta, ki je ne moremo posplošiti (Galati 2002). Kant ima odklonilno stališče do čustev, ki izključujejo suverenost razuma, motijo presojanje, so nestalna, muhasta. So nekognitivni pojavi, ki pripadajo empiričnemu svetu. Obravnava jih kot bolezni (Šadl 1999). Takšno obravnavanje čustev je še vedno prisotno. Če nekoga označiš, da je čustven, postaviš kot vprašljivo njegovo delovanje in govorjenje. Nima prave veljave. Ko se človek srečuje s čustvenimi problemi, jih ne rešuje z vzgojo, edukacijo, temveč s terapijo. Konstrukt o nasprotju med čustvi in razumom govori o tem, da čustva motijo miselni tok, iracionalna čustva vdirajo v svet misli. Izhajajoč iz tega konstrukta, se vzgoja oblikuje predvsem na razvijanju razuma.

Če združimo konstrukta o pasivnosti čustev in o nasprotju med čustvi in razumom, postavimo pasivnega čustvenika nasproti aktivnemu razumniku, ki načrtuje in obvladuje okolje. In če k temu dodamo konstrukt o čustvih kot o ženskih lastnostih, se pokaže kulturni dualizem med čustveno žensko in razumskim moškim. V vzgoji potem dovolimo čustva ženskam, moški naj vzgajajo razum.

V isti grozd, ki ga označuje dihotomnost med čustvi in razumom, sodi tudi konstrukt o dobrih čustvih, ki se je oblikoval v dobi romantike. Če so bila čustva v racionalizmu moteča, se nihalo v romantiki obrne v nasprotno smer. Kot reakcija na hiperracionalizem pridobijo čustva pomen, rehabilitirana so kot ustvarjalna energija. Čustva so vir energije, človeka motivirajo. Odsev tega konstrukta je mogoče iskati tudi v Golemanovi trditvi, da je emocionalna inteligenca pomembnejša od klasične inteligence (Goleman 1995), česar raziskave ne dokazujejo (Avsec, Pečjak 2003).

Naslednji konstrukt pokaže čustva kot individualne notranje pojave. Čustva so stvar posameznika, so posameznikova notranja realnost, niso kulturno pogojena, so del biološke konstrukcije in jih torej ne vzgajamo.

Vsi navedeni konstrukti nas omejujejo pri vzgoji, če sprejmemo kot lastnega le enega od njih. V vsakdanjem življenju se vsi pogledi prepletajo, zato je za vzgojo zanimiv model, ki pokaže, kako čustva delujejo. Preden predstavimo model, ki pojasnjuje delovanje čustva, nas zanimajo še nekateri teoretski pogledi, ki so nastali s poudarjanjem in raziskovanjem enega od elementov čustvenega kompleksa.

Čustva z različnih teoretskih perspektiv

Teoretske perspektive postavljajo različne elemente kot najpomembnejše, vse pa ugotavljajo, da so čustva kompleksni fenomeni, sestavljeni iz več komponent. Averill (1999) jih imenuje plurikomponentni fenomeni, sindromi, sestavljeni iz različnih elementov, ki delujejo v sekvencah, ki pa niso vedno enake.

Biološke teorije govorijo o čustvih kot endogenih pojavih, čustva so organsko določena z biološkimi telesnimi programi, zasidrana so v biološki zgradbi telesa in so kulturno univerzalna, ker so prirojena. Njihova funkcija je v adaptaciji okolju in so potemtakem temelj za učenje in za vzgojo.

Na podlagi raziskav pacientov z možganskimi poškodbami Johnson-Laird (1997) ugotavlja, da je biološka funkcija čustev jasna.

Čustva niso razkošje, ki bi se mu lahko odpovedali, marveč so bistvena komponenta aparata, ki omogoča preživetje in prilagajanje ter učenje. Čustva so torej del mentalnega instrumentarija, potrebnega za preživetje (kot so za preživetje pomembni tudi refleksi, metabolizem, biološka občutenja bolečine in prijetnosti), in so hkrati del instrumentarija za razmišljanje in spoznavanje. Čustva so prevajalci med miselnimi procesi in telesnim dogajanjem, so med biološkim in miselnim delom.

Sociokonstruktivistične teorije menijo, da čustva rabijo temu, da komuniciramo s svetom, izpostavijo človeško emocionalnost, ki je »nepojmljiva brez predhodne prisotnosti drugih«, čustva so lastnost družbenih odnosov, so proizvod vključenosti akterjev v družbeno življenje in mreže interakcij (Šadl 1999, str. 178). Po tej trditvi čustva niso niti individualne niti biološke narave, temveč so del scenarijev. »Čustva niso individualna stanja, temveč so znak družbenih odnosov med ljudmi, so dialoško konstituirana, določajo jih interakcije z drugimi« (prav tam, str. 179). V to skupino so uvrščene raziskave in teorije, ki pripisujejo pomembno vlogo odnosnemu in komunikacijskemu vidiku čustev. Harre (1992) v svojem zborniku predstavi vse vidnejše avtorje, filozofe, antropologe, psihologe, ki so prispevali k teorijam socialne konstrukcije čustev, ki razlaga, da čustvo ni naravni fenomen, temveč je socialni fenomen, sestavljen iz serije koordiniranih odgovorov, ki bolj rabijo za socialno interakcijo med posamezniki kot pa za biološko preživetje. Sociokonstruktivistične teorije so nasprotni pol evolucionističnim teorijam. V svojih skrajnih pozicijah zanikajo biološko komponento čustev, čustva predstavijo kot socialni fenomen brez sledi biološkosti. Vse je pridobljeno, nič ni prirojeno, čustva so kodeks socialnega vedenja, ki si ga pridobimo z vzgojo, ki vsakemu predpiše, kako naj se vede (Averill 1999, Harre 1992). Na primer, jeza ni prirojeno čustvo, ki poskrbi za preživetje subjekta, kot trdijo evolucionistične teorije. V konstruktivistični paradigmi je jeza shema, ki subjektu pokaže, kaj naj stori v nekaterih okoliščinah, npr. ko so njegove pravice kršene. Jeza je predstopnja vedenja, »narekuje« subjektu vedenje. Oblikuje se na podlagi ocene nekega dogodka. Proces ocenjevanja ne sloni na biološki vrednosti stimulusov, ne zgodi se samodejno, temveč na pripisovanju pomenov, ki izhajajo iz sistema vrednot in norm kot dela sociokulturnega konteksta.

Kako različni teoretski pristopi k obravnavi čustev odsevajo v vzgoji

Za vzgojo čustev so zanimive tri teme, ki se povezujejo s področjem čustev: adaptacija, komunikacija in kognicija. To so tudi tri področja, ki so razvila svoje teorije čustev, za katere je značilno, da nobena ne zanika kompleksnosti čustev, temveč vsaka od teorij postavi poudarek na posamezni element.

Evolucionistične ali biološke teorije predstavijo predvsem čustva v funkciji adaptacije.

Čustva so del mehanizmov (skrbijo npr. za homeostazo, metabolizem), biološke regulacije organizmov, so prirojena, primarno ima vsak človek omejeno število osnovnih čustev, ki jih štejejo kot modaliteto večkomponentnih odgovorov, ki se lahko prilagajajo. Primarna čustva so dokazovali s študijem facialnih gibov, ki jih v sodobnosti raziskuje Ekman. Skušajo dokazati univerzalnost čustev, neodvisnost čustev od kulture.

Čustva so posledica evolucije vrste, naučeni so načini, kako čustva »upravljamo« in jih izražamo. Te ugotovitve potrjujejo medkulturne raziskave. Ekman je raziskoval čustva v različnih kulturah. Povsod poznajo osnovnih pet čustev, ki se pojavljajo v enakih situacijah, ljudje prepoznajo izraz na obrazu, jeziki vsebujejo besede za osnovna čustva (Ekman, nav. po Legrenzi 2002). V družbi se ljudje različno vedejo, ko so pod pritiskom socialnih konvencij. Ekman je opravil zanimiv eksperiment. Ameriškim in japonskim študentom je prikazoval filmske zgodbe. Po določenem času se je obojim pridružil raziskovalec, oblečen v belo haljo je sedel na stol poleg gledalca. Celoten potek so snemali. Nato je zaprosil presojevalce, ki niso vedeli, kakšne filme so študentje gledali, naj ocenijo obrazne izraze, mimiko. Med japonskimi in ameriški študenti so našli visoko stopnjo podobnosti obraznih gibov, četudi se njihovi kulturi razlikujeta. Ko pa je bila navzoča tretja oseba, to je raziskovalec v beli halji, si obrazni izrazi japonskih in ameriških študentov niso bili več tako podobni. Japonci so se več smejali, da bi prikrili izraze neprijetnosti. Ekman sklepa, da ne gre za drugačna osnovna čustva, ampak za kulturno pogojena pravila, kdaj in kako čustva pokažeš drugim.

Poleg tega so v različnih kulturah različni dogodki, ki sprožijo čustvo jeze ali žalosti. Čustvo je prisotno in znano, različen je način kodificiranja, različno ga posameznik uporabi in različno izrazi, kar kaže na vpliv inkulturacije in vzgoje tudi tedaj, ko je izhodiščna paradigma evolucionistična, ki trdi, da so čustva prirojena kot del genskega zapisa.

Komunikacijski vidik postane osrednji v konstruktivističnih teorijah. Emocije so instrument komunikacije, aktualizirajo komunikacijsko intenco (Galati 2002, str. 298), ki se uresniči že v predverbalni obliki jezika, ki jo uporabljata mati in otrok v prvi fazi otrokovega razvoja, in pozneje v verbalni obliki jezika. Bistvo čustva je komunikacija, cilj čustev je vzpostavljanje odnosov z drugimi, ki se uresničujejo v mikrookolju družine in prijateljstev ter v makrookolju družbe.

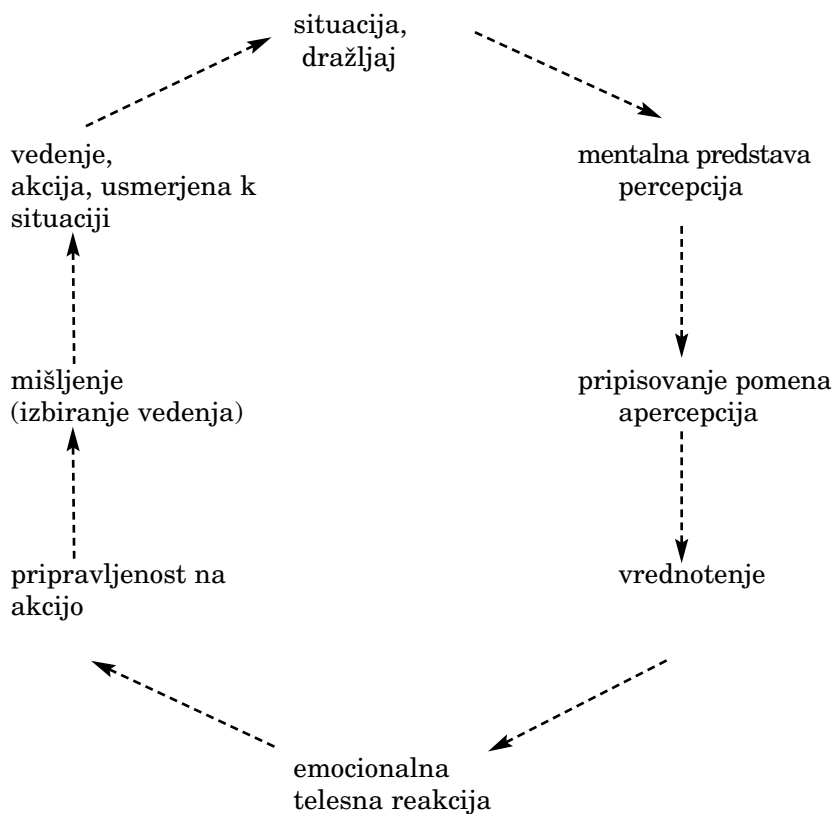
Različne perspektive pokažejo na različne poudarke, toda nobena ne zanika pomena vzgoje čustev.

Čustva so kulturni, telesni in duševni pojavi, ki jih raziskujejo različne znanosti, vsaka s svojim znanstvenim aparatom in metodologijo. Za vzgojo ni dovolj parcialni pogled, temveč je zanimiva sinteza pogledov, ki na različne načine spoznavajo pojav čustev v človeku. Poleg znanstvenih načinov opazovanja sta na področju čustev znana vsaj še dva načina, in sicer prek umetnosti in religije, ki sta v življenju in vzgoji vsakodnevno prisotna in ju uporabljajo kot metodo za vzgojo čustev.

V zgodovinskem pregledu odnosa do čustev lahko vidimo dve različni stališči. Na eni strani razumejo čustva kot pomemben kazalnik humanosti, na drugi strani razumejo čustva kot sfero animaličnosti v človeku. Vzgoja je pomembna v obeh pogledih, le da se razlikujeta namen in način vzgoje; včasih čustveni svet obožujejo in dovolijo čustvom, da se razvijajo spontano, včasih pa čustva ostro nadzorujejo. Današnja vzgoja čustev išče srednjo pot med ostrino zatiranja in vznesenostjo nad naravno izvornostjo čustev. Za sodobno vzgojno delovanje je spodbudno soglasje med sociologi (prim. Šadl 1999), psihologi (prim. Avsec, Pečjak 2003) in psihoterapevti (prim. Beck 1976, Milivojević 2000), da je evalvacijski vidik čustev – ne moremo biti žalostni, če nismo ocenili, da smo nekaj izgubili – osrednjega pomena pri razumevanju čustvenega doživljanja. Povezava med dražljajem, zaznavo, oceno in interpretacijo ter čustveno reakcijo je jedro čustvenega doživljanja; to bomo poskusili pokazati z modelom krožne emocionalne reakcije.

Kako čustva delujejo

Ugotovili smo, da so čustva subjektivna, da jih ne moremo ločiti od bitja, ki jih občuti, in hkrati so povezana s situacijo, z okoljem, v katerem bitje občuti čustvo. Čustva so med posameznikom in okoljem. Ko posameznik ugotavlja, da je nastala sprememba med njim in svetom, se pojavijo čustva, ki človeku rabi-jo, da se adaptira. Milivojević (2000, str. 15) opredeli čustvo kot reakcijo subjekta na dražljaj, ki ga je ocenil kot pomembnega, in pripravi subjekt na adaptacijsko dejavnost, in sicer visceralno, motorično, motivacijsko in mentalno. Delovanje čustva kot reakcije in adaptacije ob vmesni presoji in izbiri vedenja je združil v model krožne emocionalne reakcije, ki sloni na konglomeratu teoretskih razlag, in sicer upošteva kognitivno psihologijo, psihoanalizo, eksistencialno psihoanalizo, transakcijsko analizo, gestalt pristop, simbolični interakcionizem in sistemsko teorijo. Faze delovanja čustev kot reakcije in adaptacije so prikazane v naslednji shemi.



(Vir: Milivojević 2000, str. 38)

Za razmislek o vzgoji čustev so zanimive posamezne etape emocionalne reakcije.

Situacija, ob kateri se vzbudijo čustva, je vedno neka sprememba, ki je ne moremo ocenjevati z objektivnimi kriteriji, ker bo lahko na spremembo x oseba A reagirala povsem drugače kot oseba B. Kriteriji so vedno subjektivno obarvani. Raziskave, ki so iskale vzroke čustev, ugotavljajo, da ljudje v isti kulturi podobno reagirajo, in to ustvari predstavo, kaj je »normalno« (Legrenzi 2002). Če to ponazorimo s primerom: na pogrebu je dovoljeno jokati, sicer v javnosti ne jočemo. Nekateri raziskovalci so poskušali objektivizirati dražljaje in izdelali lestvice stresnih situacij, ki povedo, kaj je v neki kulturi sprejeto, ne velja pa kot pravilo v absolutnem smislu.

Naslednja faza je percepcija situacije. Da bi oseba lahko reagirala na spremembo, jo mora opaziti, zaznati s čutili – to se zgodi na zavedni ravni – in tak proces imenujejo percepcija, če se zgodi na nezavedni ravni pa subcepcija. Per-

cepti, ki se oblikujejo, niso posledica zgolj zunanje spremembe. Mnoga čustva nastanejo kot reakcija na psihogene stimuluse, ko se mentalne slike oblikujejo na podlagi spominov ali imaginacije. Včasih spodbudi nastanek čustva asociativni stimulus, to je asociacija na sliko stvarnosti, včasih pa simbolični stimulusi (besede, govor).

Proces apercipcije je zlit s procesom percepcije. Zdi se, da neke besede ne slišimo po posameznih zvokih, ampak opazimo samo pomen, ki ga beseda nosi. Pomen mentalni predstavi pripišemo glede na lasten referenčni okvir, ki je intrapsihična struktura. Ko pripisujemo pomen, je pomembna situacija, v kateri je posameznik, posameznikovo trenutno stanje in stimulus. Ko posameznik zase meni, da je močnejši v »dvoboju«, bo uporabil jezo in bo napadel, če se ima za šibkejšega, bo uporabil strah in se umaknil (prim. Legrenzi 2002).

Nekateri ljudje ne zmorejo realne ocene situacije glede na svoje sposobnosti. Aktivirajo strah in zbežijo, četudi bi lahko bili uspešni. Drugi pa svoje sposobnosti precenijo in uporabijo jezo ter se spustijo v boj. Pripisovanje pomena v neki situaciji je lahko ustrezno ali pa ne. Neustrezno pripisovanje pomena vodi v neustrezno vedenje, ker vsi nadaljnji procesi obdelujejo napačne informacije.

Z izjemo refleksov človek ne reagira neposredno na dražljaj. Dražljaj opazi, zazna in opredeli njegov pomen. To je funkcija človeka, in ne dražljaja. Tu se pojavijo vprašanja, zanimiva za vzgojo čustev, ki lahko vodijo v oblikovanje metod za t. i. edukacijo emocij, npr. kako človek ocenjuje, kaj določa sistem pravil, po katerih vrednoti. Kako ustvarja svoj referenčni okvir, ki mu rabi za zavedno in nezavedno opredeljevanje dražljajev?

Kdo ali kaj pomaga pri risanju zemljevida, s katerim se orientira, s katerim ocenjuje, kateri dražljaji so zanj pomembni in kateri ne? Kako se oblikujejo prepreke za zavestno sprejemanje dražljajev?

Ocenjevanje je hiter proces, ki daje odgovor na vprašanje, kako pomembno je nekaj za posameznika. Doživeta čustva informirajo o vrednosti. Proces valorizacije je povezan z vrednotami, ki niso instinktivne, temveč so rezultat vzgoje, celoten proces je umeščen v sociokulturni kontekst. Tudi Beck (1976) poudarja, da šele interpretacija dogodka vodi do specifičnega emocionalnega odgovora. Ker je točka interpretacije ključnega pomena za razvoj čustva, je tudi tu točka vzgoje ali pa manipulacije.

Ko posameznik s svojim referenčnim okvirom oceni, da je dražljaj pomemben, aktivira biološke programe, to so vzburjenje, visceralne (avtonomni živčni sistem in endokrini sistem) in motorične reakcije, občutki. Telo se pripravi za akcijo.

Čustva aktivirajo vedenjski program. Oseba je potem motivirana, da se vede na določen način. To fazo doživlja človek kot notranjo spodbudo, kot impulz za akcijo. Navzven se to kaže prek govornice telesa, prek obraznega izraza. V nekaterih situacijah ljudje odreagirajo na tej stopnji, tedaj govorijo o »acting-out« situaciji, za katero je značilno, da od pripravljenosti na akcijo začno akcijo, ne da bi posredovale misli, ne da bi uporabili »filter jezika«, zapišeta Steiner in Perry (1999). Za takšno situacijo uporabljajo metaforo: pogledi ubijajo. Vzgojni programi si lahko zadajo za cilj, da otroke in odrasle naučijo, da iz faze

akcijske tendence preidejo v fazo sekundarne kognicije, ki vsebuje izbiranje vedenja z mišljenjem in drugimi mentalnimi operacijami.

Človek je motiviran za neko vrsto vedenja, sedaj se vključi razmišljanje, ki izbira takšno vedenje, ki bo najboljši odgovor na situacijo. Ko se sprašuje, kakšno vedenje izbrati, ocenjuje sebe, druge in okolje, da bi našel najboljše vedenje. Strah npr. aktivira razmišljanje, kako se izogniti situaciji, ki ga ogroža.

In spet se pojavijo za vzgojo čustev zanimiva vprašanja, npr. Kdo posameznika opremi z repertoarjem vedenj? Od česa je odvisen izbor vedenja? Kako si posameznik oblikuje kriterije za izbor vedenja?

Čustva vodijo postavljanje ciljev celotnemu mentalnemu aparatu, to je t. i. protimični efekt, ko doživeta emocija aktivira in stimulira mišljenje, ki v tem trenutku izbira vedenje, ki bo najboljši odgovor na stimulusno situacijo. Aktivirajo se tiste predstave, ki so pomembne za situacijo, čustva ne aktivirajo kar vseh predstav difuzno. Sekundarna kognicija nima moči, da bi pogasila čustvo, njena vloga je predvsem pri načinu izražanja čustva. Bowlby (1991) zapiše, da sekundarna kognicija oceni posledice vedenja. Milivojević (2000) opozori še na terciarno kognicijo. Pogosto se dogaja, da so procesi pred vznikom čustva nezavedni. Človek se zaveda svojega čustva, ne pa tudi procesov, ki so privedli do čustva. Mišljenje sedaj pomaga razumeti proces, zavzame odnos do čustva in ga nadzoruje. To je funkcija zavesti in terciarne kognicije.

Čustva nimajo protimičnega učinka le na mišljenje, marveč tudi na druge mentalne funkcije, pozornost, spomin. Pozornost se prilagodi prioriteta (Legrenzi 2002a). Apercepcija, ki je značilna za neko čustvo, postane prevladujoča, tako da človek vse nove stimulse interpretira na utečeni način. Podoben je vodi v potočni strugi, ki teče po koritu, kakor je bilo oblikovano, kar pa ne pomeni, da ni mogoče drugače čustvovati, kot ne pomeni, da ni mogoče vode speljati v drugo strugo.

Krog emocionalne reakcije se sklene z vedenjem. Vede se skladno s pomenom, ki ga je pripisal situaciji. Človek želi spremeniti neprijetno situacijo (aloplastična adaptacija) in vzpostaviti ravnotežje med svojimi željami (vrednotami) in zunanjim svetom. Subjekt lahko vpliva na situacijo (jeza), da bi jo spremenil, se situaciji izogne (strah) in izbere situacije, v katerih bo doživel ravnotežje.

Ko se situaciji ne more izogniti niti je ne more spremeniti, mora spremeniti sebe, kar imenujejo avtoplastična adaptacija. Čustvo, ki se pojavi tedaj, ko človek situacije, ki jo oceni kot neprijetno, ne more spremeniti, je žalost. Situaciji mora pripisati drugačen pomen, sprememba nastane v subjektu, v njegovem referenčnem okviru. Žalost je počasno čustvo, s katerim človek spreminja samega sebe.

Upošteva je model krožne emocionalne reakcije, lahko sklenemo, da čustva niso pasivna, da niso le fiziološki pojavi, temveč so odvisna od človekovih zaznav in njegove vključenosti v kulturno okolje. Čustva niso nekaj, kar prihaja nad človeka od zunaj, ne od Erosa ne od Pana, tudi niso nekaj, kar telesa počnejo dušam, ampak so kompleksen proces, ki vključuje kognitivne procese, fiziološke dejavnike, človekove želje in delovanje. In glede na to, da čustveni sin-

dromi potekajo v sekvencah, lahko z vzgojo in samovzgojo delujemo na različne elemente na biološki, psihološki ali kulturni ravni, vplivamo na vedenje, mišljenje, telesne odzive. Za to ni potrebna terapija, temveč vzgoja, ki lahko poteka v vseh življenjskih obdobjih.

Nadzorovanje čustev

Čustva nadzorujemo na dva načina, in sicer nadzorujemo izražanje in doživljanje čustev. Izražanje čustev nadzorujemo tako, da jih prikrijemo, da pokažemo drugačno intenzivnost, kot jo občutimo, čustva do nekoga ali nečesa izrazimo v odnosu do drugega, za izražanje čustva izberemo socialno sprejemljiv način.

Čustva nadzorujemo na zavedni in na nezavedni ravni. Na zavedni ravni človek uporablja razne psihične mehanizme, da bi se branil pred neprijetnimi občutenji, v teh primerih se zaveda svojih čustev. Na nezavedni ravni pa delujejo obrambni mehanizmi, ki preprečijo oblikovanje za človeka nesprejemljive emocije. Psihoanaliza raziskuje predvsem nezavedne oblike nadzorovanja čustev, druge šole, npr. kognitivna, vedenjska, realitetna terapija, transakcijska analiza, pa se ukvarjajo tudi z zavednimi oblikami nadzora nad čustvi. Milivojević (2000, str. 211) zapiše, da se posameznik brani pred čustvi enako, kot so njegovi starši usmerjali, bodisi stimulirali bodisi preprečevali, zanje nesprejemljiva čustva pri otroku. Gre za introjekcijo in internalizacijo konkretnega načina. Izhajajoč iz take predpostavke, lahko razumemo sodobne pediatre, ki starše svarijo, naj ne dajejo otrokom stekleničke s sladkim čajem, brž ko zajoka. Otrok namreč joka iz različnih razlogov. Jok je način njegove komunikacije z okoljem. Če vsakokrat dobi sladko tekočino, se bo naučil potešiti katero koli čustvo s hrano ali pijačo, z ogljikovimi hidrati ali čim drugim. Za starše (sic!) je otrokov jok, ki izraža otrokovo nezadovoljstvo, nesprejemljiv. Porabniška družba zahteva od članov, da so vedno zadovoljni in srečni, z neprijetnimi čustvi se ne znajo soočiti. Otrokov jok, ki ne izraža vedno potrebe po tekočini, ustavijo s sladkim sokom ali čajem. Otrok ne potrebuje več sladke tekočine za pogasitev žeje, temveč si oblikuje vzorec: moje nezadovoljstvo poteši sladek okus.

Kaj si vzgoja lahko zastavi za cilj

Čustva mobilizirajo človekovo aktivnost, bodisi da spreminja okolje in ga prilagodi sebi bodisi da spremeni sebe in se prilagodi okolju.

Vzgoja čustev se lahko nanaša na različne plasti. Ljudje naj bi se naučili ločevati med čustvi, npr. jeza še ni sovraštvo. Čustva naj bi znali poimenovati. Tudi poimenovanje čustev omogoča, da čustva med seboj ločujemo. Z dovolj obsežnim besednim zakladom je omogočeno sporočanje o svojih čustvih drugim.

Znali naj bi prepoznati svoja čustva (npr. jezo ali strah) in občutke (npr. lakoto).

Ločevati med komponento občutka in čustva ter drugih elementov (npr. vedenje). Ko zavedni del ne sprejema nekega čustva, denimo strahu ali jeze, bo v situaciji, ko bi občutil strah ali jezo, občutil lakoto. Lakota je v tem primeru maskiran strah, jeza. Ker ne občuti jeze kot psihično reprezentacijo čustva, »izgubi« psihične elemente jeze, ki bi delovali v smeri angažiranja in prilaganja. Ker oseba ne ve, da je v ozadju jeza, se bo angažirala na področju lakote. Na zavedni ravni ostaja ločena od svoje jeze, zato je ne more rešiti. Problem, ki se zariše v »kulturi sreče«, je povezan z zanikanjem ali celo prepovedjo neprijetnih čustev. Ta pojav razlagajo z načinom življenja v porabniški družbi, kjer vladata »happylogija« in infantilni hedonizem (prim. Andreoli 2003, Pasini 2002). Človek se želi otresti neprijetnih čustev, hkrati si zvišuje prag občutljivosti za prijetna čustva. Neprijetna čustva ovrednoti kot negativna. Žalost ni dovoljena, zato subjekt ne more izkoristiti potenciala neprijetnega čustva. Spusti se v iskanje prijetnih čustev, ki jih vrednoti kot pozitivna. Nastane imperativ: moraš biti srečen, nekaj je s tabo narobe, če nisi srečen. Vse to vodi v iskanje situacij, kjer bo hitro, če se le da takoj, doživel prijetna čustva, in posega po raznih farmaceutskih pripravkih, drogah, adrenalinskih dogodkih.

Z vzgojo naj bi se naučili ločevati čustva in vedenje in izbirati vedenja. Čustva niso enaka vedenju, ki iz njih izhaja, čustva ne narekujejo samo enega vzorca vedenja. Jeza ne pomeni nujno tudi fizičnega napada. Človek lahko izbira. Oseba, ki ne izbira med vedenji, reagira impulzivno, ni sposobna regulacije in inhibicije čustev. Morda se tako do skrajnosti izrazi paradoks: bodi spontan.

Človek je sposoben avtorefleksije, zato ne ravna samo na podlagi tistega dela čustev, ki rabijo za biološko preživetje. Razum in čustva so medsebojno povezani, čustva modulirajo kognitivno aktivnost, razum se prepleta s čustvi. Samo v nekaterih skrajnih primerih zavzamejo čustva takšno obliko, da lahko govorimo o »bloku« razuma ali o »utišanem« razumu. Toda: enostavne razlage o razumu in čustvih nimamo, oboje je del mentalnega življenja, ki je sestavljeno iz mnogih specifičnih mehanizmov, ki imajo vsak svojo modaliteto funkcioniranja. James William je 1884 zapisal vprašanje: kaj je emocija. Definitivnega odgovora tudi še danes nimamo.

Problemi

Čustev ne moremo opredeliti dovolj natančno, ker raziskovalci še vedno niso odkrili tiste karakteristike, ki bi bila razlikovalno značilna za čustva, zato menijo, da je za čustva opredeljujoč skupek lastnosti, ki delujejo v medsebojni povezavi. Zaradi nedefiniranosti težko ločujejo med emocijo, senzacijo, motivacijo, sentimentom, kar vnaša probleme na področje vzgoje čustev. Ne le čustva, temveč tudi vzgoja je nedoločena, iščoča, zato večkrat priložnostna kot intencionalna.

Za vsakdanje življenje sodobnega časa so zanimiva vprašanja, kdo ljudi uči čustev do drugih, npr. zavist, ljubosumje, nestrpnost ... Kakšno vlogo imajo pri tem ljudje in kakšno mediji. Zastavi se tudi problem, kdo ljudi uči čustev do

samega sebe, kdo vzgaja čustva do samega sebe. Ob tem vprašanju se najprej oblikuje odgovor z mislijo na egocentrizem, narcisizem, terapevtsko družbo, toda takoj nato pomislimo na število samomorov na Slovenskem, destruktivno vedenje do sebe, ki se kaže med mladimi. Krhki posamezniki, ki jih kultura potisne v skupino, potrebno terapije, postanejo v družbi zdravizma kaj hitro na robu.

Ob razmisleku o vzgoji čustev se zastavi tudi vprašanje strokovnega jezika. Kakšen diskurz bomo uporabljali? Terapevtski? Prek legitimacije ali uveljavitve diskurza se oblikuje tudi »nadzor« nad področjem. Ali lahko rečemo, da je naključje, da se vzgoja in pedagogika ne ukvarjata z vzgojo čustev, marveč da se s čustvi ukvarja psihoterapija? Kakšno vlogo ima v vzgoji čustev umetnost, glasba in romani ... Ali je vse to le vsebina terapije z umetnostjo ali predvsem vzgoje z umetnostjo?

Mogoče pa se vzgoji čustev izogibamo tudi zato, ker lahko vzgoja čustev hitro zdrsne v zatiranje čustev, v negiranje čustev, v manipulacijo ali negovanje nestrpnosti do sebe in do drugih, v nadzorovanje čustev drugih s predvidevanjem in poznavanjem njihovih obrambnih mehanizmov ..., zdrsne v enostransko oblikovani konstrukt o čustvih, ali še več, oblikuje nov zožen konstrukt o čustvih. Da ne bi naredili napak, ki bi omejevale svobodo posameznika, se vzgoji čustev izogibamo, misleč, da ohranjamo možnost vsakega, da odloča o svojem življenju. V vsakdanjem življenju se pokaže nasprotno. Posameznik, ki ne zmore obvladovati svojih čustev, ki si prek vzgoje in samovzgoje ni oblikoval načinov za uporabo čustvene energije, postane predmet manipulacije različnih agentov porabniške družbe.

Sklep

Teoretski konstrukti so nam v pomoč pri opazovanju čustvenega življenja in pri oblikovanju metod vzgoje čustev v vseh obdobjih življenja. Če pregledujemo čustva z zornega kota teoretskih zapisov, vidimo, da so trikrat »vmes«. Čustva so med telesom in umom, čustva so med naturo in kulturo, čustva so med kognicijo in intuicijo, raziskujejo jih različne znanstvene discipline, pristopi k raziskovanju čustev so še premalo interdisciplinarni.

Čustva so bistvena komponenta človekovega življenja. Človek, ki ima nekoliko slabše razvit miselni aparat, lahko zadovoljivo živi, je v življenju uspešen, ker se okolju prilagaja. Človek, ki ne zmore nadzorovati svojih čustev, ker jih doživlja tako, da jih denimo zamenjuje med seboj, zameša strah in jezo ali strah in lakoto, in jih neustrezno izkazuje v okolju, bo težko pisal svoj življenjski scenarij, ne bo razumel sebe niti namenov drugih, neuspešen bo v socialnih interakcijah, razvila se bodo psihosomatska obolenja. Čustva so gibalo pri izbiri, pri smereh življenjske poti. Kaj je dobro in kaj je slabo za posameznika in skupnost, slutimo, »intuitivno vemo«, na podlagi nekega »občutenja«, ki je premalo raziskano, premalo jasno.

Vzgoja čustev poteka v vseh življenjskih obdobjih, tesno se prepleta z znanjem o čustvih, zajema prepoznavanje in izražanje čustev, spodbujanje mišljen-

ja, razčlenjevanja in razumevanja čustev. Hkrati vemo, da čustev zaradi subjektivnosti ne moremo soditi po vnaprejšnjih shemah, temveč jim moramo pustiti živeti, da jih spoznamo in integriramo v svoji osebnosti. Ni čustev, ki bi bila dobra ali slaba, prizadevati si moramo za harmonijo med različnimi duševnimi stanji: ne poudarjamo enih čustev in negiramo drugih, kajti to povzroči čustveno neravnotežje, ne spoznamo svojih potreb, svojih aspiracij in ranljivosti. Avtorji s področja psihoanalize in globinske psihologije, denimo Jung (2002), pišejo, da ostanejo nerazvita čustva v nezavednem ali pa se razvijejo v čustvo, ki je kvalitativno drugačno in se pojavlja prek sanj, nevroz.

Čustva se oblikujejo kot znaki sprememb, sporočajo nam, da se spreminja program aktivnosti ali pa odnos do programa. V sodobnosti je mnogo sprememb v okolju in zahtevajo mnogo preusmerjanja programov, kar povzroča čustveno zmedo pri mnogih ljudeh. Ljudje so si v otroštvu »ogledali« nekatere programe in jih zakodirali v svoj spomin in svoje nezavedno, v odraslosti teh programov ne morejo uporabiti. Oblikovati morajo nove programe. Evolucijsko je človek pripravljen, da svoj program spremeni nekajkrat, fluidna moderna pa zahteva, da svoj program kar naprej spreminja, kajti niti posameznikova identiteta ni stabilna.

Svet spoznavamo na različne načine: prek znanosti, umetnosti, religije. Vsak način ima svoja pravila, medsebojno niso v hierarhičnem odnosu. Bateson (2000) ugotavlja, da kdor lahko gleda na probleme skozi različne prizme, lahko zagleda večjo kompleksnost. Opozori na redukcionizem znanstvenega mišljenja, ko postane znanstveno mišljenje zbirka trikov za poenostavljanje. Pri raziskovanju čustev ne zadostujejo le znanstvene metode, temveč potrebujemo tudi druge, npr. srečanje z umetnostjo, še izraziteje se pokaže potreba po prepletanju različnih poti kreacije znanja in spoznavanja sebe in okolja pri oblikovanju metod za vzgojo čustev. Zaradi neraziskanosti področja, zaradi vpliva osebnega in kolektivnega nezavednega v obliki arhetipov, zaradi mnogih neznank se izogibamo vzgoji čustev. Potrebe, ki nastajajo sredi negotovega časa družbenih prehodov, sredi mnogih sprememb v telesu, gibajočem se proti cyborgom in v prestrašeni duši, hitro zapolnijo šarlatanska ponudba hitrih tečajev, grobi medijski vdori, lažna zabava.

Literatura

- Andreoli, V. (2003). *Capire il dolore*. Milano: Rizzoli.
- Averill, J. R. (1999). *Creativity in the Domain of Emotion*. V: Dalglish, T., Power, M. J. (ur.). *Handbook of Cognition and Emotion*. New York: Wiley & Sons.
- Avsec, A., Pečjak, S. (2003). Emocionalna inteligentnost kot kognitivno-emocionalna sposobnost. *Psihološka obzorja*, 12, 2, str. 35–49.
- Abbagnano, N. (2002). *Storia filosofica delle emozioni*. V: Galati, D., *Prospettive sulle emozioni e teorie del soggetto*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Bateson, G. (2000). *Verso un'ecologia della mente*. Milano: Adelphi.
- Beck, A. T. (1976). *Cognitive therapy and the emotional disorders*. New York: New American Library.

- Bowlby, J. (1991). *Attachment and loss*. London: Penguin.
- Brookfield, S. (1995). *Adult Learning: An Overview*. V: Tuinjmān, A. (ur.), *International Encyclopedia of Education*. Oxford: Pergamon Press (<http://nlu.nl.edu/ace/Resources/Documents/AdultLearning.html>, 21. 11. 2003).
- Demetrio, D. (2001). *L'Educazione interiore. Introduzione alla pedagogia introspetiva*. Firenze: La nuova Italia.
- Demetrio, D. (2003). *Autoanalisi per non pazienti*. Milano: R. Cortina.
- Demetrio, D. (2003). *Filosofia dell'educazione ed eta adulta. Simbologie, miti, icone narrative*. Torino: Utet.
- Dirkx, J. M. (2001). *The Power of Feelings: Emotion, Imagination and the Construction of Meaning in Adult Learning*. V: Merriam, S. M. (ur.), *The New Update on Adult Learning Theory*. San Francisco: Jossey-Bass, str. 63–73.
- Drucker, M. (2002). *Frida Kahlo*. Ljubljana: Študentska založba.
- Galati, D. (2002). *Prospetive sulle emozioni e teorie del soggetto*. Torino: Bollati Boringhieri.
- Gardner, H. (1999). *Intelligence reframed: Multiple intelligences for 21st century*. New York: Basic Books.
- Goleman, D. (1995). *Emotional intelligence*. New York: Bantam Books.
- Goleman, D. (2003). *Destructive Emotions*. New York: Bantam Books.
- Grazia, R. M. (2004). *Il lavoro pedagogico come ricerca dei significati e ascolto delle emozioni*. Milano: Guerini.
- Harre, R. M. (ur.) (1992). *La costruzione sociale delle emozioni*. Milano: Giuffrē.
- Elster, J. (1994). *Piu tristi ma piu saggi*. Milano: Anabasi.
- Jarvis, P. (ur.) (2001). *The Age of Learning. Education and Knowledge Society*. London: Kogan Page.
- Johnson-Laird, P. N. (1997). *La mente e il computer*. Bologna: Il Mulino.
- Jung, C. G. (2002). *Psihologija in vzgoja*. Ljubljana: Študentska založba.
- Klevišar, M. (2004). *Moja četrtā kariera*. Celje: Mohorjeva družba.
- Komensky, J. A., Comenio, G. A. (1993). *Pampaedia*. Roma: Armando.
- Legrenzi, P. (2002). *Prime lezioni di scienze cognitive*. Roma, Bari: Laterza.
- Legrenzi, P. (2002 a). *La mente*. Bologna: Il Mulino.
- Ličen, N. (1997). *Besede, s katerimi starši izražajo čustva. (Neobjavljeno gradivo.)*
- Malinowski, B. (1995). *Znanstvena teorija kulture*. Ljubljana: ISH.
- Milivojević, Z. (2000). *Emocije. Psihoterapija i razumevanje emocija*. Novi Sad: Prometej.
- Oliverio, A. (2001). *La mente*. Milano: Rizzoli.
- Pasini, W. (2002). *I nuovi comportamenti amorosi*. Milano: Mondadori.
- Slepj, V. (2002). *Capire i sentimenti*. Milano: Mondadori.
- Steiner, C., Perry, P. (1999). *Achieving Emotional Literacy. A Personal Program to Increase Your Emotional Intelligence*. London: Bloomsbury.
- Šadl, Z. (1999). *Usoda čustev v zahodni civilizaciji*. Ljubljana: ZPS.
- West, L. (2005). *The Radical Challenge of Family Learning: perspectives from auto/biographical research*. (www.lua.it/esrea, 6. 3. 2005).

Zgaga, P. (2002). Teme iz filozofije edukacije in edukacijskih strategij. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.

LIČEN Nives, Ph.D.

TEACHING OF EMOTIONS

Abstract: The teaching of emotion is connected with people's different theoretical concepts, cultural constructs and convictions. Emotions are analytically researched by different disciplines because of the different components involved, yet we still do not have a general definition. Emotions and a conglomerate composed of physical, mental and cultural parts. From the education point of view, it is interesting that emotions take place in a story, that they are subjective, but always also part of a relationship and experience of the relationship. We do not speak of the teaching of emotions because in our culture emotions, although always present, are seen as something chaotic, animalistic, uncontrollable, womanly. In our culture, emotions are distinctly private. Such an attitude to emotions leads to the placing of the entire field of human feeling of emotions into therapy and not education because we only speak of emotions when they hurt, when they are pathological. The text presents certain ways to teach about emotions and the related problems.

Keywords: emotion, learning, education.