

Nekatera spoznanja in dileme o čustvenih procesih

HELENA SMRTNIK VITULIĆ

Univerza v Ljubljani,

Pedagoška fakulteta,

Kardeljeva pl. 16,

SI-1000 Ljubljana

IZVLEČEK

V zadnjih tridesetih letih vse več strokovnjakov znotraj različnih znanstvenih disciplin veliko pozornosti namenja raziskovanju čustev. Kljub številnim ugotovitvam raziskovalcev pa še vedno ostajajo odprta vprašanja o tem, kaj čustva sploh so, v kakšnem odnosu so si s kognitivnimi procesi in kdaj iz razvojnega vidika lahko govorimo o čustvih. V prispevku iščem odgovore na omenjena vprašanja, pri tem pa se opiram na različna teoretska izhodišča in ugotovitve posameznih avtorjev. Čustva so zapleteni procesi, ki jih pogosto spremljajo ali jim sledijo telesne spremembe, mišljenje, izrazi in dejavnost ali potreba za delovanjem. Različni avtorji si niso enotni, ali so vsi izmed navedenih procesov nujni sestavni del čustev ali ne ter v kakšnem odnosu so si čustva in kognicija. Odgovori na vprašanje, ali telesne izraze novorojenčka "že" lahko poimenujemo čustva, so odvisni od tega, kako čustva razumemo in jih opredelimo.

Ključne besede: čustva, odnos med čustvi in kognicijo, zgodnji razvoj čustev

ABSTRACT

SOME FINDINGS AND DILEMMAS ABOUT EMOTIONAL PROCESSES

In the last thirty years many experts from various fields devoted a lot of their work to emotions. Despite their numerous findings the following still remains to be answered: what emotions actually are; what the relationship between emotions and cognition processes is; and on which point of the development it is possible to talk about emotions. Based on different theoretical views and findings of some authors, I am trying to answer those questions in the paper. Emotions are complex processes that are often accompanied or followed by physical change, certain thoughts, expressions and activity, or a need to act. Different authors do not regard all the described processes as essential components of emotions and they also do not have common views on the relationship between emotions and cognition. The answer whether or not a newborn's physical expressions can 'already' be called feelings depends on our understanding and definition of emotions.

Key words: emotions, relationship between emotions and cognition, early development of emotions

Kaj so čustva

V zadnjih tridesetih letih številni raziskovalci znotraj različnih znanstvenih disciplin intenzivno raziskujejo čustva (Strongman, 1998). Kljub velikemu zanimanju raziskovalcev za čustvene procese pa pravih "velikih" teorij čustev ni prav veliko. Glede na to, kje posamezni avtorji vidijo izvor in sestavo čustev, teorije lahko razdelimo v nekaj večjih skupin. Razlikujemo lahko med fiziološkimi in nevrološkiimi, funkcionalnimi, kognitivnimi in socialnimi skupinami teorij čustev. Avtorji fizioloških in nevroloških teorij (npr. LeDoux, 1989; 1992; Panksepp, 1989, 1992) izvor in sestavo čustev vidijo v značilnih fizioloških spremembah organizma in v prepoznavnih medmožganskih povezavah, ki se v posamezniku sprožijo ob določenih dražljajih. Zagovorniki funkcionalnih teorij čustva razumejejo kot *prirojene programe, ki so se oblikovali skozi evolucijo, in vključujejo značilno obrazno ekspresijo in mišično aktivnost, ki spremljata fiziološke spremembe* (npr. Izard, 1991; Plutchik, 1980; Zajonc, 1980). Vsem kognitivno usmerjenim avtorjem je skupno prepričanje, da so čustva po izvoru in sestavi *kompleksni kognitivno-motivacijski-odnosni konstrukti*, ki se spreminjajo v skladu s spremembami odnosov med posameznikom in okoljem (Lazarus, 1991). Kognitivno usmerjeni avtorji poudarjajo pomen posameznikovega (o)vrednotenja aktualnega dogajanja, ki – ko je za osebo pomembno in skladno z njenimi življenjskimi cilji – je pogoj za sprožanje individualnih čustev (npr. Lazarus, 1991; Milivojević, 1999; Oatly in Jenkins, 1996; Stein in Trabasso, 1995). Socialno usmerjeni avtorji (npr. Averill, 1985) čustva poudarjajo družbeno pogojenost (izvor) čustev. Čustva razumeje bodisi kot *družbeno skonstruirane tvorbe* (socialni dejavniki naj bi vodili poimenovanje, interpretacijo in predelavo čustev) bodisi kot *prirojene mehanizme, ki se oblikujejo šele pod vplivom družbenih pravil za prikazovanje čustev* (Darwin, 1872; Ekman in Davidson, 1994).

V nadaljevanju bom izpostavila opredelitve čustev posameznih avtorjev (predvsem kognitivnih in fizioloških teorij čustev), ki jih v sodobni strokovni psihološki literaturi najbolj pogosto srečujemo. Razumevanje razlik med posameznimi opredelitvami čustvenih procesov je namreč bistveno pri iskanju odgovorov na vprašanja, v kakšnem odnosu so si čustva in kognicija ter kdaj iz razvojnega vidika lahko govorimo o čustvih.

Po mnenju zagovornikov kognitivnih teorij so čustva zapleteni procesi, ki vključujejo kognitivne procese, značilne fiziološke spremembe, telesne izraze in dejavnosti ali potrebo za delovanjem (Oatley in Jenkins, 1996). So posameznikov kompleksen psiho-fiziološki odziv na zanj pomembne dražljaje, ki omogoča učinkovito prilagoditev na zaznane spremembe (Lazarus, 1991). Ljudje lahko doživljajo čustva le, če si posamezni procesi, ki sestavljajo čustva, sledijo po vnaprej določenem zaporedju (Milivojević, 1999). Čustva nastanejo tako, da ljudje zaznajo spremembo v zunanjem svetu najprej zavestno ali nezavedno kognitivno ocenijo (zaznava, pripis pomena in pomembnosti). Kognitivni oceni nato sledijo telesna (fiziološka) obdelava informacij, ponovna aktivacija miselnih procesov, (telesno) izražanje čustev in delovanje ali potreba za delovanjem.

Zagovorniki funkcionalnih teorij čustev (npr. Izard, 1991) v kognitivnih procesih ne vidijo sprožilca čustev. Po njihovem mnenju ljudje lahko doživljajo nekatera čustva (npr. intenzivni strah) tudi brez vključenosti teh procesov. Za čustva naj bi bile bistvene fiziološke spremembe v posamezniku, ki jih spremljajo značilni izrazi obraza in motorična dejavnost. Zato naj bi bili značilni izrazi čustev v specifični situaciji zadosten dokaz, da posameznik čustva tudi doživlja.

Zaradi neskladij med različnimi raziskovalci o tem, kateri procesi so pogoj za nastanek čustev in kako so sestavljena, se posamezni avtorji (npr. Saarni, Mumme in Campos, 1998) v opredelitvah izognejo odgovoru na vprašanje o sprožanju in sestavi

čustev. Čustva na primer predstavijo kot procese, ki vzpostavljajo, vzdržujejo, spreminjajo ali zaključujejo povezanost med posameznikom in okolico v stvareh, ki so zanj pomembne. Pogosto ti avtorji tudi zapišejo, da so uporabili t. i. "delovno" definicijo čustev, ki predstavlja osnovo za izpeljavo drugih razlag čustev, v nadaljevanju pa je ne nadgradijo.

Kakšen je odnos med čustvi in kognicijo

S pojmom kognicija označujemo višje spoznavne procese, ki jih uporabljamo pri mišljenju, odločanju in učenju kot so: zaznavanje, predstavljanje, presojanje, spomin in jezik (Pergar Kuščer, 1999). Ti procesi ljudem omogočajo razumeti¹ svet, ki jih obdaja. Kognicija pa ni le individualna ali celo zasebna aktivnost posameznika, ampak so njegovi pripisi pomenov zaznanim pojavom, njegove predstave, presojanje, spomin in jezik družbeno pogojeni in odvisni od odnosov z drugimi ljudmi v nekem socialnem okolju (Levine in Resnick, 1993). Že Mead (1997) in Vigotski (1978) sta domnevala, da ljudje temeljne kapacitete za mišljenje v kakršnikoli formi oblikujemo v kognitivnih aktivnostih, ki si jih delimo. Celo biologistično orientirani Piaget (Piajaže in Inhelder, 1978) je verjel, da določene socialne interakcije stimulirajo mentalne dosežke in spodbujajo kognitivne spremembe. Levine in Resnick (1993) pravita, da je kognicija v svojih temeljih tvorba socialne interakcije, znanost o kogniciji pa socialna znanost o kogniciji.

V nadaljevanju bom predstavila različne odnose, ki so jih nekateri avtorji (npr. Clore in Ortony, 2000; Lazarus, 1991; LeDoux, 1989; Piaget, 1954, po Kovačev, 1993) predpostavili med čustvi in kognicijo.

Zagovorniki kognitivnih teorij čustev (npr. Oatley in Jenkins, 1996) so zaključili, da so čustva produkt kognitivnega procesa. Po njihovem mnenju naj bi se čustva v posamezniku sprožila le, kadar zaznane dražljaje kognitivno oceni kot zanj pomembne. Kognitivni procesi pa po mnenju omenjenih avtorjev niso pomembni le pri t. i. "primarni oceni" pomembnih dražljajev, ampak tudi pri izbiri učinkovitega vedenja ob doseganju, ki je sprožilo čustvo ("sekundarna ocena"), ter pri ozaveščanju in analizi celotnega doživljanja in ravnanja v določeni situaciji ("terciarna ocena") (Lazarus, 1991). Zagovorniki funkcionalnih teorij (npr. Izard, 1991; Zajonc, 1980) v nasprotju z zagovorniki kognitivnih teorij čustev v kogniciji ne vidijo sprožilca čustev. Zajonc (1980) je postavil hipotezo, da so čustveni in kognitivni procesi medsebojno ločeni. Največ dokazov za podkrepitev svoje ideje avtor iskal v zakonitostih ontogenetskega in filogenetskega razvoja. Še preden dojenček zna govoriti, se začne smejati in jokati, se odziva na izraze čustev drugih ljudi. Čustva so bila pri človeku (filogenetsko) prisotna, še preden je razvil govor. Limbični sistem se je razvil pred neokorteksom in pri nižje razvitih živalih zavzema pomemben del možganske prostornine. Prav tako je omenjeni avtor potrditev predpostavke o ločenosti sistemov razumel v tem, da se pri posamezniku čustva lahko sprožijo brez njegove predhodne ocene in analize situacije, ki predstavlja del kognitivnih procesov. C. E. Izard (1991) je podobno kot Zajonc predpostavila, da kognicija ni pogoj za doživljanje posameznih čustev, saj lahko posamezniki izražajo svoja čustva brez vključenosti kognitivnih procesov.

Piaget (1954, po Kovačev, 1993), ki ga ne moremo uvrstiti niti med zagovornike kognitivnih niti funkcionalnih teorij čustev, je predpostavil trojen odnos med čustvenimi

¹ Razumevanje je sposobnost hkratnega povezovanja vseh relevantnih informacij o nekem fenomenu (Gril, 1997). Je "sposobnost subjekta, da dojame pomen nečesa, kar ni eksplicitno oziroma izrecno izrečeno, je pa implicitno vključeno /.../" (Petz in Furlan, 1992, str. 396). Je proces poimenovanja ali dojemanja nekega pojava, ki ni odvisen od veljavnosti zaključkov (English in English, 1972).

in kognitivnimi procesi: (1) neločljivost omenjenih procesov; (2) funkcionalni paralelizem in (3) stalno medsebojno interakcijo. *Neločljivost* omenjenih procesov je avtor utemeljil s tem, da vedenje ljudi skoraj nikoli ni povsem "afektivno"² ali čisto kognitivno, zato ju lahko ločujemo samo teoretično. Po mnenju avtorja gre za komplementarna procesa, ki ne moreta obstajati drug brez drugega. *Funkcionalni paralelizem* v odnosih med omenjenimi procesi Piaget razlaga tako, da se z vsako novo stopnjo razumevanja "afektov" vzporedno pojavi ustrezen tip kognitivne strukture. *Stalna interakcija* med procesoma je po mnenju avtorja prisotna ves čas človekovega razvoja, saj posameznik, ki je prepuščen lastnim resursom, pridobi le praktično inteligentnost in predstave, medtem ko so mentalne kategorije in miselna pravila sestavljeni iz kolektivnih reprezentacij, ki naj bi bile rezultat socialne interakcije (Kovačev, 1993). "Afektivnost" je po mnenju Piageta energetski vir, od katerega je odvisno delovanje kognitivnih procesov, vendar ne igra nobene vloge v procesu njenega strukturiranja.

LeDoux (1989) je kot zagovornik fizioloških in nevroloških teorij čustev predpostavil štiri vrste odnosov med čustvi in kognicijo: (1) ločenost procesov, (2) vpliv kognicije na čustva, (3) funkcionalno povezanost med sicer ločenima procesoma in (4) prepletenost obeh procesov. Avtor je čustva in kognicijo najprej obravnaval kot *ločena procesa*. Dokazuje za to je iskal v razlikah med filogenetskim in ontogenetskim razvojem procesov čustev in kognicije ter v različnih fizioloških temeljih delovanja obeh procesov. Fiziološke osnove čustvenih procesov naj bi se evolucijsko razvile pred kognitivnimi. Korteks in hipokampus, ki omogočata delovanje spomina in kontekstualno učenje, se v otrokovem razvoju oblikujeta kasneje kot talamus in amigdala, ki sta odgovorna za čustvene procese. Čeprav možganski predeli pogosto sodelujejo pri nastanku čustev, saj električni potenciali potujejo tudi prek različnih predelov neokorteksa, ki omogoča vrednotenje kvalitete dražljajev, pa se ljudje zaradi delovanja amigdale lahko odzovemo na nevarne dražljaje, še preden se jih zavedamo in zato prisotnost kognicije ni potrebna. Avtor je pri drugi vrsti odnosov predpostavljala *vpliv kognicije na delovanje čustvenih procesov*, saj izkušnje (spomini) vplivajo na posameznikovo vrsto in intenzivnost doživljanja posameznih čustev. Tretja vrsta odnosov med čustvi in kognicijo naj bi po mnenju LeDoux (1989) vključevala *integracijo obeh procesov*, saj posameznikov odziv na posamezen dražljaj lahko vključuje oba (pod)sistema, na primer izrazno vedenje (komponento čustvenega sistema) in jezikovno komponento (kazalec kognicije). Četrta vrsta odnosov med čustvi in kognicijo naj bi po mnenju avtorja temeljila na *čustveno-kognitivni povezanosti* in naj bi se izrazila v razvoju znanja o čustvih in prilagojenih uporab tega znanja. Posameznik naj bi skladno z razvojem čustev razvijal znanje o strategijah samouravnavanja, ki naj bi mu omogočale možnost vpliva na doživljanje in izražanje čustev.

Clore in Ortony (2000), prav tako kot LeDoux zagovornika fizioloških in nevroloških teorij čustev, se nista strinjala z LeDouxovimi dokazi za potrditev prve predpostavke o ločenosti čustvenih in kognitivnih procesov, da se ljudje zaradi delovanja amigdale lahko odzovemo na nevarne dražljaje, še preden se jih zavedamo in zato čustveni odziv ni odvisen od kognitivne ocene tega dražljaja. Po mnenju avtorjev je določanje (nevarnega) pomena dražljaja prav tako kognitivni proces, ki pri posamezniku lahko poteka tudi brez vključenosti zavesti. Kognicija naj bi bila vedno prisotna pri čustvih, saj je posameznikov proces ocenjevanja pomembnosti dražljaja osnova za nastanek čustev. Ne glede na to, ali čustva nastanejo na osnovi posameznikovih ciljev, standardov, okusa ali kombinacije različnih dejavnikov (kot na primer pri hvaležnosti, ki vključuje doseženi cilj in standarde obenem), so čustva kognitivni konstrukti. Po mnenju

² Piaget je namesto "čustev" uporabil izraz "afekti".

avtorjev čustva vključujejo kognitivni prispevek tako, da s procesom ocenjevanja transformirajo vrsto zaznanih dražljajev v fiziološko reprezentacijo čustvene pomembnosti.

Kdaj iz razvojnega vidika lahko govorimo o čustvih

Nekateri raziskovalci čustev menijo, da novorojenčki izražajo le nediferencirano čustveno stanje splošnega vzbujenja, razlikujoča se čustva pa naj bi se pojavila šele pozneje kot rezultat izkušenj in spoznavnega razvoja (Lazarus, 1991). V tem smislu pravijo, da o čustveni izkušnji pri otroku lahko govorimo šele, ko je dosegel določeno stopnjo kognitivnega razvoja, saj dojenčki v prvih mesecih življenja (še) ne zmorejo doživljati in izražati čustev, ampak le neke fiziološke in vedenjske vzorce, ki jih še ne moremo poimenovati čustva. C. Saarni, L. D. Mumme, in Campos (1998) menijo, da sta kognitivni in motorični razvoj osnova čustvenemu odzivanju. Otrok na primer strahu pred neznanimi osebami ne doživlja, dokler ni sposoben presoditi potencialne fizične nevarnosti in razviti sposobnosti izražanja strahu pred to nevarnostjo. Prav tako se strah pred globino pri otroku razvije pri približno devetem mesecu življenja, ko jo zazna in poveže s potencialno nevarnostjo (padcem, poškodbo). Kot meni Lazarus (1991), ima otrok pri tej starosti dovolj kognitivnih sposobnosti in izkušenj, da se ustavi pred prepadom.

Avtorji novejših raziskav dokazuje za čustva iščejo v posameznih telesnih izrazih novorojenčkov, ki jih pripisujejo določenim čustvenim procesom (Zupančič, 1995). C. E. Izard (1991) je na osnovi opazovanj telesnih izrazov novorojenčkov sklepala, da so nekatera čustva, kot so neugodje, ugodje, zanimanje, presenečenje in gnus, prisotna že ob rojstvu otroka. Z njimi naj bi signaliziral temeljne potrebe svojemu skrbniku. Po mnenju avtorice so ta stanja pri novorojenčkih razvidna iz izrazov obraza. Avtorica tudi predpostavlja, da obstaja velika skladnost med čustvenim izražanjem in doživljanjem, zato izražanje vedno vključuje tudi doživljanje. Tudi avtorji nekaterih drugih raziskav so želeli dokazati, da otroci že v prvih mesecih po rojstvu izražajo obrazne ekspresije, ki jih lahko povežemo s posameznimi čustvi. Matere so v eni od takšnih raziskav poročale o prisotnosti čustvenih izrazov jeze (84%), presenečenja (72%), radosti (95%), zanimanja (99%) in žalosti (34%) pri svojih enomesečnih otrocih (Zupančič, 1995). Opisovale so vokalne in obrazne izraze skupaj z gestami in gibi rok. Iz poročil staršev o otrokovih čustvih pa lahko le do določene mere sklepamo, da dojenčki že presenetljivo zgodaj izražajo večino temeljnih čustvenih stanj, ne moremo pa ugotoviti, ali poročila odražajo dejanske izrazne sposobnosti dojenčkov ali materino subjektivno interpretacijo, ki temelji na kontekstualnih znakih.

Že kmalu po rojstvu novorojenčki začnejo vzajemno "komunicirati" s svojimi skrbniki in tako z njimi vstopajo v prve socialne interakcije (Cugmas, 1998; Marjanovič Umek, Zupančič, Lešnik Musek, Fekonja in Kavčič, 2001; Zupančič, 2000). Prve socialne nasmeške izzovejo nežni dražljaji, kot so nežno stresanje ali pihanje dojenčka v obraz (Papalia, Wendkos Olds, in Duskin Feldman, 2002). Dva tedna star dojenček se lahko zaspno nasmehe po hranjenju. Pri treh tednih se večina dojenčkov nasmaha ob opazovanju skrbnika, ki kima z glavo in govori s prijetnim glasom. V drugem mesecu, ko se pri dojenčku razvije vidno prepoznavanje, se pogosto nasmaha vidnim dražljajem, na primer znanim obrazom. V četrtem mesecu se dojenčki začnejo smejeti na glas, če jih požgečkamo ali poljubimo. Šest mesecev star dojenček se lahko smeji mami, ki govori z nenavadnim glasom ali si s plenico skuša pokriti obraz. S smehom dojenček torej kaže, da ve, kaj lahko pričakuje.

Otroci v prvih mesecih življenja posnemajo obrazne izraze in gibe glave, ostalih delov telesa pa ne, saj razvoj posnemovalnega vedenja sledi načelu cefalokavdalnega

razvoja (Zupančič, 2000). Ko oseba otroka gleda, mu govori, se mu smeji, ji otrok začne "odgovarjati" z odpiranjem ust, šobljjenjem, veseljem, žalostnim in presenečenim izrazom na obrazu ter gibi glave. Prav vsi novorojenčki ne posnemajo. Med večino, ki to počne, pa obstajajo individualne razlike v načinu posnemanja. Vedenje novorojenčkov je prilagojeno in spodbuja h komunikaciji s skrbniki, saj si odrasli otrokovo imitacijo razlagajo kot potrebo po komunikaciji.

Toda, ali dojenčkove sposobnosti telesnega odzivanja "že" predstavljajo začetek njegovega čustvovanja? Zgolj iz dojenčkovih izrazov obraza ne moremo z gotovostjo sklepati, ali dojenčki čustva dejansko doživljajo, saj izrazi niso edini ali nujno najboljši pokazatelji njihovih čustev. Motorična dejavnost, izrazi telesa in fiziološke spremembe so prav tako pomembni. Dojenčka je lahko strah, pa ne bo pokazal prestrašen obraz. Strah lahko pokaže tako, da se obrne stran, ali s povišanim srčnim utripom, ni pa nujno, da se pojavijo vsi ti znaki. Poleg tega obstajajo tudi precejšnje individualne razlike o tem, kdaj posamezni dojenčki začnejo izražati določeno čustvo. Po mnenju posameznih avtorjev se začenejo dojenčki v drugi polovici prvega leta z veseljem, žalostjo, gnusom, jezo in strahom odzivati tudi na zunanje dogodke, ki jim kaj pomenijo (Papalia, Wendkos Old in Duskin Feldman, 2003). Otrokovo čustvovanje postaja vse bolj intencionalno. Tako se na primer iz spontanega nasmeška pri novorojenčku razvije "pravo" čustvo veselja, ki se sproži kot odziv na ljudi in dogodke. Verjetno se tudi ostala temeljna čustva razvijajo iz zgodnejših, preprostejših.

Odgovor na vprašanje o tem, pri kateri starosti otrokove odzive lahko poimenujemo čustva, je odvisen od tega, kako jih opredelimo. Če čustveni izraz pojmuje kot bistveni sestavni del čustev, potem lahko rečemo, da otroci izražajo čustva že kmalu po rojstvu (npr. Izard). Če pa čustva razumemo tudi kot psihični fenomen, ki poleg fizioloških sprememb, telesnih izrazov, delovanja ali potrebe za delovanjem, vključuje tudi kognitivne procese kot na primer oceno dogajanja ali izbiro ustreznega odziva (Lazarus, 1991), potem so v razvoju mogoča "še", ko je otrok dosegel določeno stopnjo kognitivnega razvoja in oblikoval določena spoznanja o sebi in svetu.

Zaključek

Čustva so kompleksni psiho-fiziološki procesi, ki nastanejo kot odziv posameznika na zanj pomembne dražljaje. Posamezni raziskovalci čustev (npr. Ekman in Davidson, 1994; Izard, 1991; Lazarus, 1991; Saarni, 1991; Smiley in Huttenlocher, 1991) nimajo enotnega mnenja, ali lahko govorimo o čustvih le v primeru, ko so prisotne vse komponente čustev, kot so primarna kognitivna ocena dražljaja, fiziološka, kognitivna, izrazna in aktivacijska obdelava te ocene, ki si sledijo v značilnem zaporedju (npr. Lazarus; Milivojević, 1999), ali zadostuje le posamezna izmed njih, na primer izrazna (npr. Izard, 1991), ali kombinacija komponent, na primer fiziološke in izrazne. Še več. Pristaši posameznih usmeritev nimajo enotnega stališča niti o tem, kaj zadostuje za sprozanje in nastanek čustev. Na primer, kognitivno usmerjeni avtorji (npr. Lazarus, 1991) pogoj za nastanek čustev vidijo v kognitivni oceni za posameznika pomembnih dražljajev, zagovorniki funkcionalnih teorij čustev (npr. Zajonc, 1980) pa so si enotni, da nastanek čustev ni pogojen s posameznikov kognitivno oceno dražljaja, ampak z njegovim neposrednim živčnomišičnim, izraznim in doživljajskim odzivom na zanj pomemben dražljaj.

V kolikšni meri so kognitivni procesi pogoj za nastanek čustev in v kakšnem odnosu so si omenjeni procesi, je odvisno od tega, kako razumemo in opredelimo čustva in kognicijo. Čustva so kompleksen proces, ki ga verjetno ne moremo enačiti "le" s posameznikovim izražanjem čustev. Tudi kognicija je kompleksen proces, ki se nanaša

na zaznavanje dogajanja, pripis pomena in pomembnosti, načrtovanje akcije, poimenovanje čustva, mišljenje o lastnem odzivu na čustva in drugo. Na čustvene procese verjetno deluje več vrst kognicije in nekatere so morda nujno potrebne za nastanek čustev, druge pa ne. V tem smislu je za sprožanje čustev morda pomembno, da posameznik na primer zazna in oceni zanj pomemben dražljaj, ne pa, da svoje doživljanje na primer poimenuje, ozavešča ali o njem razmišlja (terciarna kognitivna ocena). Po drugi strani pa tudi čustva vplivajo na posamezne vrste kognitivnih procesov. Iz rezultatov raziskav je razvidno, da čustva motivirajo, organizirajo, vodijo zaznavo posameznika (Izard, 1991). Šibka čustva spodbudijo in integrirajo miselne procese, poveča se hitrost mišljenja, število idej, ustvarjalnost, iniciativnost in iznajdljivost (Lamovec, 1991). Vsebinsko, ki nas čustveno pritegne, si hitreje in trajneje zapomnimo. S povečanjem intenzivnosti čustev lahko nastopi paraliza psihičnih funkcij organizma. Najprej odpove delovanje mlajših zavestnih funkcij, to je mišljenje, paraliza pa se lahko razširi tudi na motorične funkcije.

Kdaj pri otrocih lahko govorimo o čustvih, je odvisno od tega, kako čustvo pojmuje. Od razumevanja in opredelitve čustev je odvisno, ali bomo telesne izraze novorojenčka "že" razumeli kot izražanje čustev, ali pa "le" kot fiziološke odzive, ki jih ne moremo enačiti s čustvenimi procesi.

LITERATURA

- Averill, J. R. (1985). *The Social Construction of Emotion: With Special Reference to Love*. V K. J. Gergen in K. E. Davis (ur.), *The Social Construction of the Person* (str. 89-109). New York: Springer Verlag.
- Clore, L. G. in Ortony, A. (2000). *Cognition in Emotion: Always, Sometimes, or Never?* V R. D. Lane in L. Nadel (ur.), *Cognitive Neuroscience of Emotion* (str. 24-61). New York, Oxford: Oxford University Press.
- Cugmas, Z. (1998). *Bodi z menoj, mami. Razvoj otrokove navezanosti*. Ljubljana: Center za psihodiagnostična sredstva.
- Darwin, C. (1965). *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. Chicago: University of Chicago Press.
- Ekman, P. in Davidson, R. J. (1994). *The Nature of Emotion: Fundamental Questions*. New York, Oxford: Oxford University Press.
- English, H. B. in English, A. C. (1972). *Obuhvatni rečnik psiholoških i psihoanalitičkih pojmova: vodič za njihovu upotrebu*. Beograd: Savremena administracija.
- Gril, A. (1997). *Razvoj socialnih pojmov*. *Anthropos*, 4-6, 115-129.
- Izard, C. E. (1991). *The Psychology of Emotion*. New York and London: Plenum Press.
- Kovačev, A. N. (1993). *Spoznavne implikacije čustev*. *Psihološka obzorja*, 3-4, 105-116.
- Lamovec, T. (1991). *Čustva*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and Adaptation*. New York: Oxford University Press.
- LeDoux, J. E. (1989). *Cognitive-Emotional Interactions in the Brain*. V C. E. Izard (ur.), *Development of Emotion-Cognition Relations* (str. 267-291). United Kingdom: Lawrence Erlbaum Associates.
- LeDoux, J. E. (1992). *Brain System and Emotional Memory*. *International Review of Studies on Emotion*, 2, 23-30.
- Levine, J. M. in Resnick, L. B. (1993). *Social Foundations of Cognition*. *Annual Reviews Psychology*, 44, 585-612.
- Mead, G. H. (1997). *Um, sebstvo, družba*. Ljubljana: Krtina.
- Marjanovič Umek, L., Zupančič, M., Lešnik Musek, P., Fekonja U. in Kavčič T. (2001). *Socialni razvoj v zgodnjem otroštvu in teorija uma*. V L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija: izbrane teme* (str. 42-59). Ljubljana: Filozofska fakulteta v Ljubljani, Oddelek za psihologijo.
- Milivojević, Z. (1999). *Emocije: Psihoterapija i razumevanje emocija*. Drugo prošireno i dopuneno izdanje. Novi Sad: Prometej.
- Oatley, K. in Jenkins, J. M. (1996). *Understanding Emotions*. Cambridge, MA: Blackwell Publishers.

- Panksepp, J. (1989). The Neurobiology of Emotions: Of an Animal Brain and Human Feelings. V H. Wagner in T. Mansterd (ur.), *Handbook of Social Psychophysiology* (str. 5-26). Chichester: Wiley.
- Panksepp, J. (1992). A Critical Role for 'Affective Neuroscience' in Resolving what Basic about Basic Emotions. *Psychological Review*, 99, 554-560.
- Papalia, D. E., Wendkos Olds, S. in Duskin Feldman, R. (2003). *Otrokov svet: Otrokov razvoj od spočetja do konca mladostništva*. Ljubljana: Educy.
- Pergar Kuščer, M. (1999). *Šola in otrokov razvoj: Mlajši otrok v šoli*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Petz, B. in Furlan, I. (1992). *Psihološki rječnik*. Zagreb: Prosvjeta.
- Pijaže, Ž. in Inhelder, B. (1978). *Intelektualni razvoj deteta*. Beograd: Zavod za udžbenike i nastavna sredstva.
- Plutchik, R. (1980). *Emotions: A Psychoevolutionary Synthesis*. New York: Harper & Row.
- Saarni, C. (1991). Children's Understanding of Strategic Control of Emotional Expression in Social Transaction. V C. Saarni in P. Harris (ur.), *Children's Understanding of Emotion: Cambridge Studies in Social and Emotional Development* (str. 181-205). International Edition: Cambridge University Press.
- Saarni, C., Mumme, L. D. in Campos, J. J. (1998). Emotional Development: Action, Communication, and Understanding. V W. Damon (ur.), *Handbook of Child Psychology: Social, Emotional and Personal Development*, 5th ed., Vo. 3 (str. 273-309). International Edition: John Wiley & Sons.
- Smiley, P. in Huttenlocher, J. (1991). Young Children's Acquisition of Emotional Concepts. V C. Saarni in P. Harris, (ur.), *Children's Understanding of Emotion: Cambridge Studies in Social and Emotional Development* (str. 27-49). International Edition: Cambridge University Press.
- Stein, N. L. in Trabasso, T. (1993). The Representation and Organisation of Emotional Experience: Unfolding the Emotional Episode. V M. Lewis in J. M. Haviland (ur.), *Handbook of Emotions* (str. 279-300). New York: Guilford.
- Strongman, K. T. (1998). *The Psychology of Emotion: Theories of Emotion in Perspective*. International Edition: John Wiley in Sons.
- Vygotsky, L. S. (1978). *Mind in Society: The Development of Higher Psychological Processes*. Cambridge, Mass: Harvard University Press.
- Zajonc, R. B. (1980). Feeling and Thinking: Preferences Need no Inferences. *American Psychologist*, 35, 151-175.
- Zupančič, M. (1995). *Izbrane teme iz predmeta Razvojna psihologija II*. Ljubljana: Filozofska fakulteta.
- Zupančič, M. (2000). Spoznavni razvoj v prvem letu življenja: izzov Piagetovi teoriji. *Psihološka obzorja*, 2, 7-32.