

**UNIVERZA V LJUBLJANI  
FAKULTETA ZA DRUŽBENE VEDE**

**Lea Potočnik**

**Mentorica: doc. dr. Zdenka Šadl**

**ČUSTVA, SOCIALIZACIJA IN DRUŽINA**

**Diplomsko delo**

**Ljubljana, 2005**

Za strokovno pomoč pri nastajanju diplomske naloge se iskreno zahvaljujem doc. dr. Zdenki Šadl.

Tudi slepa kura zrno najde. Pri iskanju teh so mi s podporo in spodbudo pomagali tudi mami Marija, oče Janko, brat Rok ter sestri Tatjana in Darja z družinama.

# Kazalo

<b>1. UVOD</b> .....	<b>4</b>
<b>2. ČUSTVA</b> .....	<b>6</b>
2.1. ČUSTVA V ZAHODNI INTELEKTUALNI TRADICIJI.....	11
2.2. TEORIJE ČUSTEV.....	15
2.2.1. <i>Strukturalni funkcionalizem</i> .....	16
2.2.2. <i>Teorija družbenega konstruktivizma</i> .....	18
2.2.3. <i>Vedenjska menjalna teorija čustev</i> .....	19
2.2.4. <i>Konfliktna teorija</i> .....	20
2.2.5. <i>Teorija čustev v simboličnem interakcionizmu</i> .....	21
2.2.6. <i>Teorija družbenih vlog</i> .....	22
<b>3. ČUSTVENA SOCIALIZACIJA</b> .....	<b>24</b>
3.1. SOCIALIZACIJA RAZLIK V IZRAŽANJU ČUSTEV MED SPOLOMA.....	31
<b>4. DRUŽINA IN ČUSTVA</b> .....	<b>35</b>
4.1. DRUŽINA IN ČUSTVENO KOMUNICIRANJE.....	37
4.1.1. <i>Čustvena dovtetnost</i> .....	38
4.1.2. <i>Čustvena udeležba</i> .....	38
4.1.3. <i>Vloge</i> .....	38
4.1.4. <i>Reševanje problemov</i> .....	39
<b>5. RAZLIKE V ČUSTVOVANJU MED MOŠKIMI IN ŽENSKAMI</b> .....	<b>40</b>
5.1. ČUSTVA IN SPOL.....	40
5.2. ČUSTVENO KOMUNICIRANJE IN RAZLIKE MED SPOLOMA.....	44
5.3. ANALIZA RAZLIK V ČUSTVENEM IZRAŽANJU MED SPOLOMA PO POSAMEZNIH ČUSTVIH.....	46
5.3.1. <i>Smehljanje in razlike v izražanju med spoloma</i> .....	46
5.3.2. <i>Jok in razlike v izražanju med spoloma</i> .....	47
5.3.3. <i>Jeza in razlike v izražanju med spoloma</i> .....	49
5.3.4. <i>Žalost, depresija in zaskrbljenost (anxiety) ter razlike v izražanju med spoloma</i> .....	50
5.3.5. <i>Sram in krivda ter razlike v izražanju med spoloma</i> .....	53
<b>6. ZAKLJUČEK</b> .....	<b>56</b>
<b>7. LITERATURA</b> .....	<b>58</b>

## **1. UVOD**

V času, ko v revijah in časopisih vse pogosteje beremo članke o t.i. čustveni inteligenci, se je smiselno vprašati, kaj čustva sploh so, ali se emocionalno izražanje razlikuje med moškimi in ženskami oz. kakšne so podobnosti. Čustva vsaka oseba doživlja drugače, lahko pa potegnemo določene vzporednice med tem, kako jih doživljajo ženske in moški. Napačno je predvidevati, da imajo vse ženske med seboj veliko skupnega zgolj zato, ker so ženske. Bogata ženska s privilegiji ima več skupnega z moškim, ki mu pripada enak status, kot z ženskami z družbenega dna (Crawford, 1995: 8).

Čustva kot temeljni vidik človeške eksistence in družbe(nega) predstavljajo legitimen predmet humanističnih in družboslovnih disciplin. Smisel človeškega obstoja je od najzgodnejših začetkov zahodnega mišljenja opredeljevala hladna racionalna presoja. Za zahodno filozofijo in znanost je značilno razumstvo, strogi red in sistematičnost. Kljub globoki racionalistični usmeritvi zahodnega mišljenja, so se antična, srednjeveška in moderna filozofija zanimale tudi za raziskovanje čustev in strasti. V stoletjih, ki so sledila razsvetljskemu opravičevanju zmage razuma, je ta postal ne le oznaka za odkritje resnice, ampak tudi življenjski stil v osebni in družbeni življenju. V zahodnih družbah je do novega vala zanimanja za čustva in novo vrednotenje človeške čustvenosti prišlo v drugi polovici 20. stoletja; tedaj so čustva vstopila v središče popularnega medijskega, ekspertnega in znanstvenega zanimanja. Uveljavilo se je novo vrednotenje sveta, drugačno oblikovanje (samo)identitete in nove oblike delovanja. Nova družbena gibanja so gradila (novo) zavest o pomembnosti (izražanja) čustev v osebnih odnosih in družbeno kulturnih procesih (Šadl, 1999: 9-12).

V preteklih dvajsetih letih je v družboslovnih in humanističnih vedah prišlo do prave ekspanzije zanimanja za čustva. Čustva so postala eno najpomembnejših in najbolj privlačnih raziskovalnih področij v psihologiji, nevroznanosti, sociologiji, antropologiji in filozofiji. Kot izraz krize racionalistično usmerjene sociologije in nadaljnja spodbuda interdisciplinarnega zanimanja za čustva se je v zadnjih dveh desetletjih konstituirala tudi nova sociološka poddisciplina "sociologija čustev" (Šadl, 1999:13).

Sociologija čustev se ukvarja tudi s čustveno socializacijo kot procesom učenja čustvenega izražanja, sposobnostjo prepoznavanja lastnih in tujih čustvenih izkustev ter sposobnostjo nadzorovanja svojega čustvenega izražanja. Ta proces poteka celo življenje in je ključnega pomena za razvoj celovite/ga in družbeno/čustveno kompetentne/ga članice/člana

dane kulture. Naloga procesa čustvene socializacije je učenje spretnosti za interakcijo znotraj določene (sub)kulture, njenim članom in članicam pa zagotavlja določeno znanje o čustvih, vključno z repertoarjem čustvenih slogov, veščin in navad, ki konstituirajo njihovo čustveno kompetentnost. Posebno vlogo v procesu čustvene socializacije igra družina, ki s svojim načinom vzgoje bistveno pripomore k ustrezni socializaciji otrok. Preko družinske interakcije se otroci naučijo čustvenega odzivanja in razumevanja lastnih in tujih čustvenih izkustev. Ker je struktura družinskega življenja prepletena s kompleksnim medsebojnim delovanjem čustev družinskih članov, ni nenavadno, da čustveno življenje svoj višek dosega ravno v domačem okolju.

Diploma je vsebinsko razdeljena na štiri dele. V prvem delu bom na začetku opredelila pojem čustev. Nato bom na kratko opisala, kako se je v zahodni intelektualni tradiciji izoblikovala misel o čustvih v nasprotju s hladnim razumom. Temu bo sledila predstavitev nekaterih, v literaturi najpogosteje omenjenih teorij čustev, pri čemer se to diplomsko delo v največji meri opira na teorijo čustev po družbenem konstruktivizmu.

V drugem sklopu je natančneje pojasnjena čustvena socializacija, njena vloga v razvoju družbeno in čustveno kompetentnega člana zahodne kulture in njen potek. Kljub temu, da je čustvena socializacija proces, ki traja celo življenje, je v tej diplomi poudarek na čustveni socializaciji v otroštvu. Opredelila bom tudi mehanizme tega procesa in na koncu tega poglavja prikazala še razlike v socializaciji dečkov in deklic.

Tretji sklop je namenjen predstavitvi pomembnosti vloge družine in družinskega okolja pri čustveni socializaciji in posledično pri razvoju (primerne in družbeno zaželenega) čustvenega izražanja. Opisani so tudi načini čustvenega komuniciranja znotraj družine, ki naj bi otroke naučili jasne in neposredne čustvene komunikacije z drugimi ljudmi.

Četrty in obenem zadnji sklop je namenjen opredelitvi razlik v čustvovanju in čustvenem izražanju med spoloma. Za ustrezno funkcioniranje znotraj danih družbenih vlog je pomemben tudi način komuniciranja, ki je opredeljen v tem poglavju. Za natančnejšo opredelitev sem izbrala nekaj najpogosteje izraženih čustev v (zahodnih) družbah in na njih skušala prikazati, kakšne so dejanske razlike v čustvenem doživljanju in izražanju med spoloma.

V diplomskem delu bom s pomočjo deskriptivne metode na podlagi razpoložljive literature predstavila, kako se čustvena socializacija razlikuje pri dečkih in deklicah, in kaj takšna – razlikovalna – socializacija pomeni za čustveno življenje odraslih ljudi.

## 2. ČUSTVA

Naj na začetku najprej opredelimo pojem čustev. Tako kot za veliko drugih konceptov, je tudi za čustva mogoče najti različne definicije. Po mnenju M. Lewisa in L. Rosenbluma (v Lewis in Michalson, 1982: 181) so vsem definicijam čustev bistvene štiri komponente: (a) izvabljena sprememba v fiziološkem stanju posameznika, (b) spremljajoče opazne spremembe v zunanjem izražanju, (c) posameznikovo dožemanje čustva in (d) posameznikova ocena tega čustva. J. Musek in V. Pečjak (2001: 67) sta čustva opredelila kot duševne procese, s katerimi doživljamo poseben odnos do pojavov, predmetov ali oseb, njihovo privlačnost ali neprivlačnost, njihovo svojevrstno doživljajsko vrednost in barvitost. Čustvovanje daje našemu življenju polnost, smisel in lepoto. Poleg tega nas čustva tudi usmerjajo in motivirajo. Čustva so nekaj, pri čemer občutimo neko telesno vznurjenost, ki je povezana z določenimi fiziološkimi telesnimi spremembami. Med čustvovanjem se zavedamo svojega stanja, ga vrednotimo (kot nekaj prijetnega ali neprijetnega) in doživljamo dogodke in predmete, ki so neposredno povezani z našimi čustvi. Čustva nam tudi pomagajo bolje urejati naše odnose z drugimi, saj so le-ta v medosebnih odnosih zelo pomembna (Musek in Pečjak, 2001: 68-70).

O čustvih je mogoče reči, da so intencionalna stanja. Vselej so namreč usmerjena na nekaj, kar presega, in kar je onkraj subjekta samega, običajno v simbolni družbeni kontekst. Tako smo npr. jezni na nekoga, ki nas je užalil ali prizadel; ponosni smo na nekaj, npr. na uspeh svojega otroka ali prijatelja; zavidamo komu, ki ima nekaj, česar mi nimamo, a si želimo imeti; zaljubljeni smo v nekoga, ki je za nas nekaj posebnega itd. Težko si je zamisliti čisto stanje jeze, ponosa, zavisti in ljubezni brez usmerjenosti na nekaj, se pravi zgolj jezo, ponos, zavist in zaljubljenost po sebi (Šadl, 1999:177).

Ljudje pogosto občutke zamenjujejo za čustva. V vsakdanjem življenju pogosto uporabljamo izraz "občutki" za označevanje čustev, kar sugerira istovrstnost čustvenih in fizioloških pojavov. (Šadl, 1999: 39). Za razliko od čustev, so fizični občutki neodvisna, zgolj nase usmerjena stanja brez zunanje, relacijske reference oz. zunanjega navideznega okvira – ko smo lačni, smo lačni, ko pa smo npr. jezni, smo jezni na nekoga. V primerjavi s čustvi, ki imajo simbolni značaj, so občutki biološko povzročeni dogodki in/ali stanja. Občutki se enostavno pojavijo kot subjektivno občutena dejstva. Čustva torej niso subjektivna notranja stanja, ampak pojavi, ki so neločljivo povezani z zunanjim svetom. V tem se tudi razlikujejo od razpoloženj, saj se slednja ne nanašajo na določen objekt. Čustva predstavljajo lastnost družbenih odnosov v družbenih situacijah; so proizvod vključenosti akterjev v družbeno

življenje in mreže vsakdanjih interakcij ter odnosov. Čustva posameznike povezujejo in združujejo med seboj in skupnim svetom (Šadl, 1999: 178).

O čustvenem stanju je mogoče govoriti le, ko neko situacijo doživljamo kot pozitivno ali negativno. Čustva temeljijo na ocenah, vrednotenjih, interpretacijah in presojah objektov, na katere so usmerjena. Ocenjevalni vidik je osrednjega pomena pri razumevanju emocionalne izkušnje; čustva in presoje pa so logično povezane. Povezava med ocenjenim objektom in emocionalno reakcijo je "kognitivno jedro" čustva, ki obenem tvori primarno osnovo za razlikovanje med posebnimi emocionalnimi pojavi. Ocena je bistveni del čustva in ne zgolj njegov bolj ali manj pomemben vzrok ali nasledek. Čustva niso le mehanične, pasivne, instinktivne ali fiziološke reakcije na dražljaje, ampak so predvsem odvisna od značilno človeških zaznav sveta, vključenosti posameznikov v družbeni svet in naučenih vzorcev odzivanja na situacije in dogodke. Čustva vsebujejo interpretacije in presoje, a niso samo kognicije, temveč kompleksni in pomenljivi procesi, ki tipično vključujejo več konstitutivnih elementov: različne kognitivne procese, fiziološko vzburjenje, želje, emocionalna občutja, telesne izraze, delovanje – vendar ne nujno vseh. Čustev ne moremo reducirati samo na posamezno sestavino, npr. le na vzburjenje, na kognitivne ocene ali na delovanje, ki izhaja iz njih – čustva niso le občutki, ne gole kognicije in ne le oblika delovanja (Šadl, 1999: 177-180).

V nasprotju z razpoloženjem, ki običajno traja dlje časa, so čustva prehodna z relativno izrazitim začetkom in koncem. Pri čustvovanju gre za subjektivno psihološko izkušnjo, povezano s psihološkimi odzivi, ki jih posameznik/ca doživlja ob določenem dogodku. Za takšno izkustvo pogosto velja, da je nehoteno, čeprav ni nekega konsenza o tem, v kakšni meri se je mogoče naučiti na čustva namerno vplivati<sup>1</sup>. Čustva vsebujejo notranje fiziološke reakcije in zunanjo izraznost, ki je tako naučena kot prirojena. Nekatera čustva, za katera velja, da so primarna (veselje, jeza, žalost in strah) naj bi bila prirojena, medtem ko za druga, kompleksnejša čustva (altruizem, sram, krivda in zavist) kaže, da se pojavijo šele z družbenim učenjem<sup>2</sup>. N. Elias (v Šadl, 1999: 150) poudarja, da nobeno čustvo odraslega človeka ni nikoli povsem genetsko utrjen vzorec reakcije. Tako kot jeziki tudi človeška čustva izhajajo iz spojitve nenaučenih in naučenih procesov. Čustva so do neke mere družbeno-kulturno konstruirana, obstaja pa še omejeno število "naravnih čustev", ki so pomembna za preživetje (Šadl, 1999: 153).

---

<sup>1</sup> <http://encyclopedia.laborlawtalk.com/Emotion>

<sup>2</sup> [http://www.findarticles.com/p/articles/mi\\_g2699/is\\_0001/ai\\_2699000113](http://www.findarticles.com/p/articles/mi_g2699/is_0001/ai_2699000113)

Čustva se konstituirajo na podlagi interakcije štirih podsistemov: organizma, osebnosti, kulture in družbene strukture. Zato jih lahko proučujemo skozi različne optike: fiziološko, ki čustva raziskuje zgolj na ravni organizma, psihološko, ki vidi predvsem vlogo osebnosti in sociološko, ki pristopa k čustvom skozi optiko upoštevanja kulture in družbene strukture (Šadl, 1999: 149).

Čustva so v veliki meri povezana z biološkimi procesi, ki so se skozi proces evolucije spreminjali, in so deloma dedna. Učinki življenjskega okolja te biološke procese rutinsko in sistematično spreminjajo. Učenje spretnosti za interakcijo znotraj dane emocionalne kulture poteka v procesu emocionalne socializacije, ki (nove) člane "oskrbi" z vednostjo o čustvih, z repertoarjem emocionalnih stilov, veščin in navad, ki konstituirajo njihovo "emocionalno kompetentnost" v dani družbi ali v dani subkulturi (Šadl, 1999: 155).

Čeprav naj bi bilo osnovno fiziološko vzburjenje bistveni del doživljanja čustvovanja, je način, kako je to vzburjenje interpretirano in ocenjeno, odvisen od družbenega konteksta. Družbeno primerni vzroki določenega čustva, vedenjskega izražanja ter posledic čustvenega izkustva so vključeni v kulturno prenosljive zgodbe, scenarije in sankcije, ki nadzorujejo doživetje. Čustva funkcionirajo znotraj družbenih interakcij in služijo uravnavanju le-teh. Kulturne definicije in čustveno znanje se prenašajo predvsem preko razpravljanja. Način, na katerega se o čustvih v družbi govori, sporoča in konstituira čustveno izkustvo. Pri tem t.i. čustveni slovar, dosegljiv preko kulture, temeljno vpliva na to, kako posamezniki znotraj kulture opredeljujejo čustvena izkustva. Člani določene kulture se tega, kaj neko čustveno izkustvo pomeni, naučijo s pomočjo sodelovanja v vsakodnevnih dejavnostih in razpravah prežetih s čustvi. S sodelovanjem v interakcijah z odraslimi se otroci naučijo spretnosti, pomembnih za oblikovanje kompetentnega člana v svoji kulturi (Fivush in Buckner, 2000: 233-234).

Čustva niso univerzalen koncept, na enak način razumljen v različnih kulturnih okoljih in družbenih kategorijah. Tako je značilno, da med dostopnostjo ustreznih besed za različna čustva in lahkoto, s katero ljudje razlikujejo med svojimi izkušnjami, obstaja močna zveza. Tako npr. člani neke kulture, katere jezik ne razločuje dveh vrst čustev (npr. strahu in sramu, iritiranosti in jeze), ne zaznavajo teh čustev kot kvalitativno različnih čustvenih stanj oz. notranjih izkušenj (Šadl, 1999: 161). Kolikor bogatejši je jezik za označevanje nekega čustva v dani kulturi, toliko več znanja o njem imajo na voljo tisti, ki govorijo jezik te kulture. V danem besednjaku so nekatera čustva lahko obdelana v večji meri kot druga. Večjo stopnjo leksikalne obdelave dosega tista čustva, ki so predmet večjega družbenega zanimanja. Nejasno določeni pojmi pomenijo omejitve na ravni razumevanja pojavov in sporazumevanja



o pojavih. Nezadostna jezikovna izoblikovanost čustev določa pomanjkljivost obrazcev, modelov obnašanja in kulturnih predpisov, ki sodijo k posameznim čustvom (Šadl, 1999: 163).

Eden od osnovnih znakov povezanosti čustev s kulturnim okoljem je torej jezik. Govor o čustvih ("emotion talk") ima po P. Heelasu (v Šadl, 1999: 158) osrednjo konstruktivistično vlogo, saj s pomeni, ki jih producira, pomembno vplivajo na naravo in oblike emocionalnega življenja ljudi. Kulture razvijejo besedne izraze za čustva, distinktivne emocionalne simbole, s katerimi člani ubesedujejo svoje in tuje emocionalne izkušnje. Prav tako na ravni jezika razvije besede za ta čustva oz. diferenciran leksikonski sistem za njihovo osmišljanje v vsakdanjem življenju. Besednjak čustev podpira družbeno realnost priznanih čustev. Besednjak vladajočega jezika člane dane kulture predisponira k določenemu pojmovanju čustev in odzivanju na čustva. Obstoj standardnih besednjakov, s katerimi opisujemo čustva, sugerira razumevanje čustev v strukturalnem smislu. Kulturni besednjaki čustev variirajo glede na obsežnost (bogata – skromna seznama besednih izrazov za čustva) in diferenciranost (razlikovanje med različnimi čustvi in njihovimi podvrstami). Besednjak čustev je del emocionalne kulture in predstavlja niz skupnih simbolov in razumevanj različnih emocionalnih izkušenj. Posreduje tudi splošna znanja o naravi, znamenjih, funkcijah, poteku in družbeni vrednosti posameznih čustev in kot tak predstavlja interpretacijske in komunikacijske kode, ki vodijo obnašanje in družbene interakcije akterjev. Izrazi za čustva niso objektivni, kulturno nevtralen okvir, ampak ustvarjajo "konotativno taksonomijo" (ta priskrbi dvoje: razdelitev afektivnih pojavov in njihovo opredeljevanje). Kulturna konstrukcija čustev torej poteka preko pomenov, ki jih producira jezik; čustva pa strukturirajo oblike razumevanj, ki jih posreduje kulturni besednjak kot simbolni okvir.

V dani situaciji lahko posameznim objektom oz. dražljajem pripisujemo pomene, vendar to ne zadostuje za nastanek občutenega čustva. Prepričanja in vrednotenja so v tem primeru "neintenzivni mentalni akt", ki ne izražajo čutenjske prvine čustev. Čutenjska sestavina čustva, ki konstituira značilno razliko glede na kognicijo, se veže na osebne "investicije" ali pomembnosti, na osebno "prizadetost" oz. vpletenost subjekta. Do čustvenih odzivov prihaja v situacijah, v katerih subjekt hierarhično organizira pomene, ki jih pripisuje dražljajem v neki situaciji in določi njihovo pomembnost za samega sebe. Ko subjekt oceni, da ima nek pomen dražljaja zanj veliko osebno pomembnost, se sprožijo posebni biološki programi, ki jih doživlja kot občutje. Bolj ko je pomen dražljaja osebno pomemben, bolj vzbuja čustvo. Pri tem je pomembno, da kognicije same po sebi nimajo intenzitete, ko pa jo imajo, govorimo o čustvih kot o pozitivnih ali negativnih vrstah izkušenj osebe (Šadl, 1999: 187-188).

Če govorimo o čustvih, se ne moremo izogniti opredelitvi pojma čustvene kompetence ("emotional competence"). Ta vključuje razumevanje lastnih in tujih čustev, nagnjenje k izražanju čustev na situacijsko in kulturno primeren način, sposobnost prilagajanja doživetih in izraženih čustev ter čustveno pogojeno vedenje na način, ki vodi k doseganju družbeno sprejemljivih ciljev. Družbena in čustvena kompetenca sta deloma osnovani na posameznikovih sposobnostih uravnavanja čustev in vedenju, povezanim s čustvenim vznurjenjem (Eisenberg et al., 1998: 242-244). S pojmom čustvene kompetence je povezan tudi pojem čustvene inteligence ("emotional intelligence"). Po J. Mayerju, P. Saloveyu in D. Carusu<sup>3</sup> gre za sposobnost predelovanja čustvenih informacij, predvsem dojetanje, prevzemanje ("assimilation"), razumevanje in upravljanje čustev. Čustveno inteligenco sestavljajo štiri komponente: (1) čustvena identifikacija, dojetanje in izražanje, (2) čustvena podpora mišljenju, (3) razumevanje čustev in (4) upravljanje čustev. Prva komponenta vsebuje sposobnosti kot je prepoznavanje čustev na obrazih, v glasbi in zgodbah. Druga komponenta vsebuje sposobnost povezovanja čustev z drugimi duševnimi stanji kot sta okus in barva ter uporabe čustev pri razmišljanju in reševanju problemov. Tretja komponenta vključuje reševanje čustvenih problemov kot je npr. vedenje, katera čustva so si med seboj podobna, nasprotna ter kakšne odnose sporočajo. Zadnja komponenta vključuje razumevanje posledic družbenih dejanj na čustva ter reguliranje lastnih čustev in čustev drugih ljudi. Te štiri komponente tvorijo hierarhično lestvico, pri čemer dojetanje čustev predstavlja najbolj osnovno spretnost, upravljanje čustev pa je najbolj izpopolnjena veščina; sposobnost upravljanja čustev pri samem sebi in pri drugih je nadgradnja sposobnosti, ki jih predstavljajo preostale tri komponente (Salovey et. al., 2004: 323).

Sociološki potenciali čustev kot predmeta proučevanja se nahajajo v prepletenosti družbenih in emocionalnih procesov, v vpletenosti družbenih oblik v emocionalne oblike življenja in v vpletenosti emocionalnih procesov v družbeno življenje. Čeprav so družbeni in emocionalni procesi v empirični resničnosti neločljivo povezani, je za analitične namene smiselno, da se sociologija čustev vsakega od prepletenih odnosov loti posebej. Čustva so relacijski pojavi – izhajajo iz družbenih odnosov in so del "emocionalnega scenarija", ki ga akterji, umeščeni v širše družbene strukture in procese, oblikujejo z drugimi. Vselej jih je treba obravnavati kot družbene, vzgojljive prakse, ki vključujejo jaz in druge, samointerakcijo in interakcijo z drugimi. Čustva so neločljivo povezana tudi s kulturnimi strukturami, ki posredujejo interpretativne okvire za prepoznavanje, osmišljanje in organizacijo emocionalnih

---

<sup>3</sup> <http://eqi.org/history.htm>

izkušenj; so strukturirana z oblikami razumevanj reflektivnih akterjev, z razumevanji, ki jih posreduje kultura preko svojih zgodb, mitov, legend, besednjakov, pregovorov, izrekov, neformalnih pričakovanj, družbenih norm, pravil čustvovanja, teoretskih diskurzov, religioznih idej in drugih idejnih virov o čustvih (Šadl, 1999: 244-245). Spremembe v čustvovanju so posledica učinkov, ki jih imajo družbeno-strukturne spremembe v zakonski zvezi, družinski strukturi, vzgojnih vzorcih in odnosih, v normah, ki predpisujejo primerna čustva in njihova izražanja, v besednjakih, s pomočjo katerih člani družbe opredeljujejo čustva in v osebnih temperamentih in emocionalnih slogih, ki jih družba bodisi podpira ali zavrača (Šadl, 1999: 169-172).

## **2.1. ČUSTVA V ZAHODNI INTELEKTUALNI TRADICIJI**

Čustva so imela v zahodni intelektualni tradiciji v primerjavi z razumom precej negativen prizvok. V evropski tradiciji sta bila razum in čustva pojmovana kot dve bolj ali manj ločeni, neodvisni in hierarhično razporejeni spodbudi človeškega delovanja. C. Lutz (v Šadl, 1999: 40) ugotavlja, da se koncept racionalnosti v splošnem smislu nanaša na ideje in delovanja, ki so razumna, se zdijo "pametna", smiselna ali sprejemljiva, in so osnovana na družbeno priznanih načinih razsojanja o problemih. V evroameriškem območju je racionalnost močno povezana tudi s konceptom inteligence. Tako racionalnost kot inteligenca sta v zahodni racionalistični civilizaciji znak duševne moči in potencial za uspeh. Po drugi strani so čustva pretežno podcenjena in opredeljena z negativnimi predznaki. Takšno konotacijo so dobila predvsem, ker so veljala bodisi za neracionalna (zaradi domnevne odsotnosti kognitivnih in evaluativnih procesov) ali za iracionalna (zaradi prepričanja, da vključujejo zmotne in kratkovidne ocene in presoje). Tako opredeljena čustva lahko vodijo le k nesmiselnemu, neumnemu in iracionalnemu vedenju ali ostanejo notranja stanja ali občutja, ki ne organizirajo nobenega delovanja in ne spodbujajo nobenega reševanja problemov (Šadl, 1999: 40).

Klasični racionalisti in pozitivisti so čustva razumeli kot ovire v spoznavnem procesu, vse spoznanje ter resnico pa so radikalno omejili na čisti razum in čisto racionalnost, neodvisno od čustev in drugih vplivov spoznavajočega subjekta. Čeprav sta vera v pozitivizem in ideja o vrednotno nevtralni znanosti v novejši zgodovini družbenih znanosti oslabei, pa norma superiornosti hladnega razuma in dvom o zanesljivi aksiološki oz. epistemološki zmožnosti čustev v sodobni profesionalni kulturi in teoriji nista presežena (Šadl, 1999: 200).

O čustvih sta razpravljala že dva velika starogrška misleca, Platon in Aristotel, katerih teoriji o čustvih sta si nasprotovali. Botrovali sta nastanku dveh tokov razmišljanj o čustvih, ki sta bila osnovi tudi kasnejšim razpravam o čustvih. Njuna dela so ena izmed prvih, ki so konsistentno in organizirano obravnavala čustva. Platonova teorija o mišljenju (in pri tem tudi o čustvih) je bila v svoji osnovi dvojna. Pri svojem razmišljanju se je oprl na ideje svojega učitelja (Sokrata), ki je ločil med telesom in duhom ("psyche"); tudi Platon je svoja razmišljanja oprl na razlikovanje med dušo ("soul") in telesom<sup>4</sup>. Platon je čustva umestil nekje med duhom in poželenjem. V njegovem modelu človekovega mišljenja lahko najdemo zasnove dveh vplivnih sodobnih idej: prvič, racionalnost in čustvenost sta si neposredno nasproti in drugič, čustva so središče psihološkega konflikta. Platonova teorija o čustvih je vplivala tudi na razmišljanje R. Descartesa v 17. stoletju, ki je v svojem delu *Strasti duše (Les passions de l'ame)* čustvom dal nevrofiziološko osnovo, kar je zelo podobno predstavi, ki si jo je zamislil Platon. R. Descartes je razmišljal tudi o osnovnih čustvih in njihovem izražanju, ter kako ta čustva oblikujejo bolj zapletena čustva, kot so prezir, ponos in druga čustva (Kafetsios, 2003: 3-4).

V nasprotju s Platonom je Aristotel predstavil bolj dovršeno in vsestransko teorijo o čustvih. Odnos med snovjo ("matter") in formo/obliko ("form") predstavlja njegovo osrednjo teorijo. Njemu je forma pomenila več kot zgolj obliko ("shape") stvari, nanaša pa se na značilne lastnosti, ki naredijo stvari to, kar so (kip je npr. izdelan iz bakra, a oblika je tista, ki mu zagotavlja neko značilno lastnost). Pomen in pomembnost oblik se nanaša tudi na sodobno funkcionalistično misel o čustvih, pri čemer psihološki in filozofski funkcionalizem bolj podpira obliko kot snov. V enem izmed svojih del je Aristotel predstavil tesno povezavo med oblikami čustev in družbenim delovanjem. Trdil je, da čustva izhajajo iz skrbi ("concern") ljudi in jih vodijo k dejanjem (ko smo jezni se maščujemo, ko smo zaljubljeni se približamo). Prispevek Aristotelove teorije o čustvih/mišljenju je tudi razlikovanje med objektom in vzrokom čustev, ki kontekstualno-relacijsko spremlja čustvo (Kafetsios, 2003: 4-5).

Vzporedno z razmišljanjem o dihotomnosti med čustvi in racionalnostjo so starogrški misleci opredelili tudi t.i. normo racionalnosti, ki izhaja iz konceptualnega nasprotja med

---

<sup>4</sup> Kar mi danes imenujemo mišljenje, so stari Grki označevali z duhom ("psyche"). Platon je to obravnaval predvsem kot organ poželenja ali stremenja k nečemu, poleg tega pa je pomembna tudi povezanost med mišljenjem in znanjem ("cognition"). Pri tem duha sestavljajo trije osnovni elementi: razum ("reason"), duh ("spirit") ali strast ("passion") in poželenje ("appetite") (Kafetsios, 2003: 3).

dvema bistvenima človekovima sposobnostma, to sta razum in čustvo. Pri tem so čustva po eni strani priznana kot bistvo človekove narave v odnosu do sveta, po drugi strani pa so razumljena kot slaba, iracionalna sila, ki vpliva na človekove ocene, izbire in vedenje. Tako ženske kot moški naj bi svet ocenjevali na podlagi razuma in ne čustev ter tako tudi delovali (Zammuner, 2002: 49-50).

Čustva sodelujejo tudi pri spodbujanju naših sposobnosti mišljenja in reševanja problemov; celo tisti procesi, ki so vključeni v eksaktne discipline kot je matematika, se močno opirajo na intuitivno, predlogično mišljenje. Igrajo tudi odločilno vlogo v procesu racionalnega odločanja. Številnih odločitev ni mogoče izpeljati samo na podlagi razumskega pristopa, brez pomoči čustev, torej brez pripisovanja osebnega pomena različnim možnostim. Po R.C. Solomonu (v Šadl, 1999: 194) čustva niso nenamerni, iracionalni dogodki, kot jih je v glavnem razumela zahodna tradicija, temveč procesi, ki imajo svoje cilje. Smotrnost čustev se kaže v tem, da osebo motivirajo za adaptivno vedenje. Čustva, ki se pojavljajo v situaciji, v kateri subjekt presodi, da je prišlo do pomembne spremembe v odnosu med njim in zunanjim svetom, nujno in vselej ne rušijo delovanja. Njihova funkcija je, nasprotno, po svojem bistvu vselej adaptivna, kar pomeni, da predstavljajo težnjo po vzpostavitvi nove skladnosti med subjektom in svetom.

V teku 20. stoletja vse večje število ljudi pripisuje vse večjo pomembnost temu, kaj in kako občutijo (oni sami in drugi), znanju o čustvih ter načinom njihovega urejanja. Zahodne družbe je od sredine 20. stoletja dalje zajel močan val zanimanja za čustva. Posamezniki niso samo samozavedni akterji, kot poudarjajo številni sodobni sociologi v svojih "zgodbah" o individualizaciji, ampak se tudi zavedajo svojih čustev. Razvoja novega zanimanja za afektivne vidike individualnega in družbenega življenja ne moremo razumeti brez upoštevanja družbenih sprememb in družbeno-kulturnih značilnosti sodobnih zahodnih družb (Šadl, 1999: 230). Po D. Bellu (v Šadl, 1999: 231) je za zgodnji kapitalizem značilna tesna povezava med kapitalistično produkcijo, disciplino in asketizmom, za pozni kapitalizem pa večji poudarek na emocionalnosti, senzibilnosti in senzualnosti, na usmerjenosti k zadovoljevanju želja. Kultura, ki jo označuje impulz, užitek in erotika, anti-intelektualizem, prevlada neracionalnosti in iracionalnosti je v konfliktnem razmerju s tehno-ekonomskim področjem, ki ga obvladuje ekonomsko načelo učinkovitosti in funkcionalne racionalnosti ter s starimi značajskimi potezami samodiscipline, omejevanja in odlaganja zadovoljitve. Ta se od šestdesetih let 20. stoletja dalje kaže v prehajanju novega hedonizma s področja umetnosti in kulture v življenje samo, v katerem ustvarja življenjski slog, dostopen vse večjemu številu ljudi. Po številnih ocenah je danes v sodobnih zahodnih kulturah poudarek ne na delu in

proizvodnji – ki sta bila osrednja še v povojnem obdobju – ampak na igri in eksperimentu, potrošnji in prostem času, kar kaže na prehod od instrumentalne k ekspresivni obliki izražanja (Šadl, 1999: 231-232).

Ljudje vlagajo vse več časa, energije in denarja v ukvarjanje s svojimi čustvenimi težavami in konflikti: zaznavajo, opazujejo, preiskujejo, razmišljajo in analizirajo svoja lastna čustva in tuja emocionalna stanja ter odzive. Čustva in načini njihovega urejanja in izražanja so postali predmet številnih institucionaliziranih in neformalnih oblik pogovora. Danes posameznike zanimajo čustva po sebi, to reflektivno ukvarjanje s čustvi pa v zadnjih dvajsetih, tridesetih letih spremlja in vzdržuje množica vodnikov kot sestavina splošne moderne reflektivnosti: institucionalne oblike ukvarjanja s čustvi, psihološka literatura in svetovalni priročniki, časopisni podlistki o čustvenih težavah itd. V visoko modernih družbah se od posameznika pričakuje, da se zaveda svojih čustev, da čustvo identificira, imenuje in izrazi (Šadl, 1999: 236).

Kulturne spremembe ne potekajo v shematični preprostosti, zato je težko trditi, da človek razuma odhaja, prihaja pa nov tip človeka – človek čustva. Sodobne družbe ustvarjajo tako nove omejitve in izgube kot nove možnosti čustvovanja – v zasebnem in v javnem svetu (dela). Čustvena izkušnja, čustveno izražanje in obnašanje niso biološko vnaprej določeni, ampak jih oblikujeta kultura in zgodovina. Vprašanje, kaj in kakšno je "pravo" čustvo (ljubezni, sočutja, strahu, jeze itd.), in ali danes čustva izginjajo, je zato nesmiselno (Šadl, 1999: 242).

V zahodni tradiciji so skorajda vsi različni filozofski sistemi legitimizirali delitev na ženska čustva in moški razum. Enačenje žensk in čustev je bilo ujeto v kulturni dualizem, kjer je veljalo, da so moški racionalni, ženske pa čustvene. C. Lutz (v Šadl, 1999: 69) ugotavlja, da zgodovinsko povezovanje čustev in žensk označujejo protislovja, saj je čustvena ženska konstruirana kot šibka, ranljiva, krhka in obenem močna, kaotična, nepredvidljiva, neobvladljiva in zelo nevarna. Umeščenost pojma čustev v sistem odnosov moči je legitimizirala in vzdrževala družbeno neenakopravnost spolov. Konstrukt o čustvenih ženskah je preko negativnega vrednotenja čustev vzdrževal in utrjeval ideološko in praktično družbeno podrejenost žensk ter njihovo izključevanje iz racionalnih sfer, med katere so spadale predvsem politika, znanost in javno področje države.

## 2.2. TEORIJE ČUSTEV

Teoretiziranje o čustvih temelji na idejah, ki izhajajo iz najrazličnejših virov. Filozofi so skozi zgodovino, od starih Grkov do sodobnih filozofov, oblikovali številne teorije in modele čustev. Celotni umetniki so predstavili svoje lastne razlage čustev, njihov pomen in vpliv, ter načine, kako čustva prenesti v umetniške stvaritve kot so npr. kipi in slike. Tudi naravoslovni znanstveniki, kot so fiziologi in živalski behavioristi, so razglabljali o izvoru, razvoju in funkcijah čustev. Družboslovni znanstveniki, kot so psihologi, antropologi in sociologi pa so prispevali številne teorije o čustvih in njihovem pomenu za posameznika in družbo.

Med teorijami, ki so obravnavale čustva, je poleg tradicionalnih makrosocioloških teorij mogoče najti tudi različne mikrosociološke teorije, ki različno definirajo in raziskujejo čustva. Teoretično in raziskovalno polje sociologije čustev obravnava različne vidike čustev, obstaja pa pet vidikov, ki so se izkazali za pomembne pri nadaljnjem raziskovanju čustev. Prvi izmed teh se ukvarja z vprašanjem, kakšna je sociološka pomembnost biološke komponente čustev. Postavlja se vprašanje, kako čustvena fiziologija vpliva na izražanje, prepoznavanje, trajanje in druge vidike čustev na družbeni ravni. Drugo vprašanje, ki se postavlja je, kako se čustvo razvije v vrednostno različne načine čustvovanja. Ta obravnava, kako družbena interakcija vzpostavi in ohranja razlike med družbeno prepoznavnimi vrstami čustev. Tretja točka se ukvarja s čustveno socializacijo. Ta se ukvarja s proučevanjem, kateri vidiki čustvovanja so kulturno naučeni, in kako se razvijajo. Prav tako se ukvarja z razlikami med kulturami in razlikami znotraj določene družbe, npr. kakšne so razlike med moškimi in ženskami, kateri družbeni dejavniki vzbudijo določena čustva, kako intenzivno jih posameznik občuti, in kako ta čustva izrazi. Četrto vprašanje se nanaša na to, kako posamezniki in skupine uravnavajo in spreminjajo svoje izražanje in doživljanje čustev. Gre za to, kako se posameznik ali določena skupina posameznikov odziva na vrsto čustev, intenziteto, opaznost in druge značilnosti letih. Zadnja točka se ukvarja z vprašanjem, kako obsežne družbene spremembe vplivajo na posameznikovo izražanje in doživljanje čustev. Ta povezuje dozdevno osebna čustva posameznikov z ekonomsko, politično, kulturno in drugimi družbenimi strukturami in trendi. Takšen pristop umešča mikrosociološke procese v širši kulturni in zgodovinski kontekst (Gordon, 1985: 133-134).

Pričujoče diplomsko delo obravnava tretji in četrti vidik zgoraj opisanega področja sociološkega raziskovanja čustev. V nadaljevanju sledi opredelitev čustev po nekaterih, v literaturi največkrat omenjenih, teoretskih usmeritvah.

### 2.2.1. Strukturalni funkcionalizem

Po tradicionalnih teorijah čustev naj bi ta v glavnem izhajala iz "notranjih psiholoških" ("intrapsychic") dogodkov in procesov. Novejši pogledi na čustva, med katere sodi tudi funkcionalistična perspektiva, pa čustva obravnavajo kot rezultat tako "notranjih psiholoških" kot medosebnih dogodkov in procesov. Slednja perspektiva čustva obravnava kot prilagoditveno in organizacijsko funkcijo posameznika. J. Campos, R. Campos in K. Barrett (v Cummings, Goeke-Morey in Papp, 2002: 19) so čustva definirali kot procese utrjevanja, vzdrževanja ali prekinjanja odnosov med osebami, kadar so ti odnosi za posameznika pomembni. Ta perspektiva predvsem poudarja pomen in vlogo čustev v nenehnih izmenjavah med posamezniki in njihovim okoljem. S teorijo funkcionalizma je skladna hipoteza o čustveni varnosti, ki sta jo opredelila P. Davis in E.M. Cummings (v Cummings, Goeke-Morey in Papp, 2002: 19). Gre za procesni model, ki domneva, da so čustva integrirana v otrokovo oceno situacije (npr. konflikt med zakoncema), pri čemer pomagajo urejati in voditi njegovo vedenje na način, ki maksimizira občutek čustvene varnosti. Vzdrževanje občutka čustvene varnosti otroke motivira pri delovanju in odzivanju v primeru družinskega stresorja kot je konflikt med zakoncema. Kadar pride do nekega stresnega dogodka, otrok izgubi občutek varnosti. Na to se odziva tako, da znova vzpostavi lasten občutek čustvene varnosti, in sicer s pomočjo (1) čustvenega uravnavanja (otrok pri tem lahko občuti jezo, žalost, strah, olajšanje ali srečo, odvisno od tega, kako se konflikt med staršema odvija. Posledice otrokovega nadaljnjega delovanja določa, kako močno občuti katero izmed prej omenjenih čustev, in kako uspešno jih uravnava), (2) kognitivnih predstav (otrok oceni kakšen (škodljiv) vpliv utegne konflikt med zakoncema imeti na druge družinske odnose. Otroci iz konfliktnejših družinskih okolij naj bi bili bolj dovzetni za razvoj negotovih predstav družinskih odnosov kot drugi otroci) in (3) vedenjskega uravnavanja (ta se nanaša na to, kako se otrok odzove na konfliktno vedenje svojih staršev. Pri tem se lahko zgodi, da otrok skuša vplivati na potek konflikta, in sicer bodisi z aktivnim posredovanjem ali izogibanjem škodljivim konfliktnim okoliščinam) (Harold et. al., 2004: 351).

Pri analizi spola se funkcionalisti opirajo na fizično razliko med spoloma. Po njihovem mnenju ravno biološki spol vodi k oblikovanju različnih družbenih vlog. Te vloge vključujejo določena pravila vedenja in pričakovanja, ki naj jih oseba, ki igra dano vlogo, izpolnjuje. Koncept družbene vloge se nanaša na vedenja, predpisana članom določene družbe in so odvisna od njihovega spola. Po funkcionalističnem mišljenju ženskam družinsko vlogo narekujejo njihove reprodukcijske funkcije. Ženske naj bi skrbele za otroke in za hišna



opravila. Po drugi strani naj bi moškim njihov biološki ustroj omogočal igranje vloge skrbnika ekonomskega blagostanja družine in njenega zaščitnika (Renzetti in Curran, 1995: 5). Ženske naj bi bile torej ekspresivne, kar pomeni, da s skrbjo za družinske člane in glajenjem medosebnih problemov zadovoljujejo čustvene potrebe družinskih članov. Človekovi medosebni odnosi, potrebni za psihološko ugodje družinskih članov, so v svojem bistvu ekspresivni. Vključujejo pa ljubezen, medsebojno komuniciranje in oporo, za katere se običajno domneva, da jih zaradi svoje narave najbolje obvladajo ženske. To vodi v splošno prepričanje, da se matere bolje soočajo s čustvenimi potrebami svojih otrok kot očetje.<sup>5</sup>

Funkcionalistična perspektiva čustev predstavlja okvir za razumevanje vpliva strategij starševske socializacije na emocionalni razvoj otrok. Že C. Darwin (v Bayrakdar Garside in Klimes-Dougan, 2002: 116) je trdil, da čustva izpolnjujejo prilagoditvene funkcije, kot je organiziranje človeških odzivov na različne izzive iz okolja in v interakcijah z drugimi ljudmi. Po njegovem mnenju (v Šadl, 1999: 32) so emocionalne reakcije instinkti, produkti človekove evolucijske preteklosti, ki kažejo na kontinuiteto med živalmi in ljudmi. Menil je, da ni čustva brez vidnega izraza. Ti emocionalni izrazi so bili po njegovi teoriji pridobljeni v teku predzgodovinskega obdobja in so preživele kot "koristne asociirne navade". Trdil je, da čustveni izrazi kažejo naše živalske izvore in tudi naše vezi z zgodnjim otroštvom. Ta pristop poudarja vlogo čustev pri urejanju vedenja. Upoštevanje pomembnosti čustev je bistvenega pomena za ta funkcionalno organizacijski pristop. Vsako čustvo ima določene funkcije, ki so specifične prav zanj. Tako ima žalost npr. edinstveno, posamezniku ponotranjeno funkcijo upočasnjevanja kognitivnih procesov in medosebno funkcijo izvabljanja zaskrbljenosti in empatije s strani drugih ljudi. Čustva imajo lahko tudi nekatere skupne funkcije, saj npr. jeza in strah vzburi sistem stresnega odzivanja (Bayrakdar Garside in Klimes-Dougan, 2002: 116).

Osnove zgoraj omenjene teorije temeljijo na sistemu bioloških odzivov, ki izražanje čustev skozi proces socializacije sistematično spreminja. S. Tomkins (v Bayrakdar Garside in Klimes-Dougan, 2002: 116) je domneval, da kljub dejstvu, da prirojeni dejavniki igrajo pomembno vlogo pri aktivaciji čustev, proces učenja v posameznikovem okolju lahko spremeni, kateri dražljaji bodo posamezno čustvo sploh sprožili, spremeni pa se lahko tudi čustveni odziv. Družbeno okolje, predvsem starši, v veliki meri vplivajo na razvoj otrokovih emocionalnih sposobnosti (kot je npr. kontroliranje čustev). Na to, kako so otroci socializirani za izražanje ali zadrževanje (skrivanje) čustev, v veliki meri vplivajo starši: njihov način

---

<sup>5</sup> <http://www.roxbury.net/eftchap1.pdf> (14.8.2005)

odzivanja na čustveno izražanje otrok, izražanje njihovih lastnih čustev in način, kako sporočajo svoja mnenja o izkušnjah s čustvovanjem in izražanju le-tega (Bayrakdar Garside in Klimes-Dougan, 2002: 116).

### **2.2.2. Teorija družbenega konstruktivizma**

Po teoriji družbenega konstruktivizma so čustva odraslih odvisna od družbenih konceptov. V nasprotju z živalmi in dojenčki, kjer so čustvene reakcije neposredni in biološko pogojeni odzivi na dražljaje, pri odraslih ljudeh družbeno pogojene kognitivne sheme posredujejo med dražljaji in čustvenimi reakcijami. Ocenjevanje in interpretiranje notranjih in zunanjih dražljajev določa kakovost čustev. Pri tem je J. Averill (v Ratner, 1989) povezavo med kulturo, zavestjo in čustvi opredelil tako, da čustva obravnava kot prehodne družbene vloge ali družbeno določene sindrome. Družbene norme, ki pomagajo določati te sindrome, so psihološko predstavljene kot kognitivne strukture ali sheme. Te strukture na podoben način kot jezikovna slovnica zagotavljajo osnovo za ocenjevanje dražljajev, organiziranje odzivov in nadzorovanje odzivov. Družbeni konstruktivisti trdijo, da so čustva odvisna tako od družbene zavesti glede časa, kraja, in kaj čutiti, ter kako se odzvati. Kultura torej zagotavlja neke "običaje", ki predstavljajo niz pravil čutenja ("set of guidelines for feeling"). Ta pravila predstavljajo čustvene "pravice in dolžnosti", izhajajo in opirajo pa se na pravna, moralna in družbena pravila. Čustva so družbeno funkcionalna v taki meri, da je kršenje teh pravil mogoče enačiti z razvojem nove družbene ideologije in novega družbenega sistema. Tako je npr. feministična zahteva, da ženske postanejo in delujejo bolj odločno, zahteva, da ženske privzamejo nove družbene vloge. Vzporedno s procesi sprememb družbenih ideologij in družbenih sistemov se pojavljajo tudi nove čustvene norme (Ratner, 1989).

Po teoriji družbenega konstruktivizma obstajata dve skupini čustev. Prva skupina ima naravne podobnosti s čustvi živali in dojenčki. Primer teh so veselje, žalost, strah in ljubosumje. Ta čustva sčasoma izgubijo svojo naravno, spontano osnovo in postanejo posredovana preko družbene zavesti. T.i. naravna čustva pri odraslih ljudeh se kvalitativno razlikujejo od enakih čustev organizmov brez družbene zavesti. Analogija med njimi je zato posledično precej netočna. Tako je npr. ljubosumje pri živalih in otrocih zgolj spontana želja po posedovanju zelenega predmeta; zasidrana je v primitivni in nagonski želji po preživetju. Po drugi strani ljubosumje pri odraslem človeku predpostavlja koncept izključnega lastništva, v prihodnjo usmerjeno slutnjo o izgubi nečesa pomembnega. Vse to je povezano z ljubosumnostjo, kjer ljubljena oseba ljubi ali se pretvarja, da ljubi nekoga drugega. Pri takšni

ljubosumnosti ni mogoče najti otroške ali živalske ljubosumnosti. Če je ljubosumnost odraslih ljudi konstruirana s pomočjo družbenih konceptov, potem v kulturah, ki ne vsebujejo takšnih konceptov, posamezniki/ce ne bi smeli/e doživljati čustva ljubosumnosti (primer tega je mogoče najti med Eskimi, ki dopuščajo zunajzakonske seksualne odnose in pri tem ne doživljajo ljubosumja). Druga skupina čustev ne deli nobene podobnosti z naravo. Jeza npr. predpostavlja obstoj namerne odgovornosti za nek prekršek. Če bi posameznik/ca verjel/a, da dejanje druge osebe ni njegova/njena krivda, ne bi bil jezen/a na to osebo. Posameznik/ca bi sicer utegnil/a biti razburjen/a, da je do prekrška prišlo, vendar zaradi tega ne bi občutil/a jeze. R. Solomon (v Ratner, 1989) je ugotovil, da nekatere kulture, npr. Eskimi, ne krivijo posameznikov za njihova dejanja. Pri tem vseeno občutijo vznemirjenje in celo reagirajo nasilno, vendar tega ni mogoče enačiti z jezo. R. Solomon trdi, da Eskimi jeze enostavno ne občutijo. Tudi živali in dojenčki ne občutijo jeze kot take, saj ne poznajo koncepta osebne odgovornosti. Lahko so vznemirjeni, se počutijo ogrožene in so agresivni, ne morejo pa biti jezni na nekoga, ki je storil neko dejanje. Poleg jeze med družbeno določena čustva sodijo tudi sram, romantična ljubezen, patriotizem in prezir (Ratner, 1989).

### 2.2.3. Vedenjska menjalna teorija čustev

Vedenjska menjalna teorija čustev sloni na delih G. Homansa in P. Blaua, kasneje pa jo je izpopolnil T.D. Kemper. Čustva pojasnjuje kot psihološke odzive na posledice določenih družbenih interakcijskih dimenzij (kot so status, moč in sposobnost nagrajevanja). Psihološki odzivi na te družbene stimulanse naj bi v ljudeh povzročili doživljanje čustev. Relacijski<sup>6</sup> ("relational") dražljaji, ki v ljudeh sprožajo čustva, so kulturno definirani; dražljaji določeno čustvo spodbudijo zgolj do stopnje, ki označuje relacijske spremenljivke, kot so moč, status in sposobnost nagrajevanja. Podoba čustva v tej teoriji se kaže v racionalnem, egocentrično vrednotenem odzivu. Pomen te teorije se kaže v pojasnjevanju reflektivnih, vase usmerjenih čustev, ki so odziv na to, kako se relacijski učinek (npr. izguba ali pridobitev nagrade) odraža na posameznikovem samoljubju. Na ta način je mogoče pojasniti čustva kot so sram, zavist, strah, ponos in hvaležnost (Gordon, 1985: 135).

Ob predpostavki biološke osnove nekaterih čustev vedenjska menjalna teorija trdi, da določen družbeni dražljaj aktivira določeno čustvo. Ta teorija je zelo uporabna pri

---

<sup>6</sup> Princip relacijskega delovanja je leta 1986 opredelil N.H. Frijda (v Fabes, Valiente in Leonard, 2002: 4). Ta se nanaša na delovanja, ki vpeljujejo ali spreminjajo odnos med posameznikom in okoljem, v katerem se giblje.

pojasnjevanju čustev v dani situaciji, primanjkuje pa ji časovni okvir pojasnjevanja čustev v dolgotrajnih in zapletenih medosebnih odnosih. Teorija se ne ukvarja posebej s čustveno socializacijo, saj domneva, da so čustva prirojena človeškemu organizmu. Tudi uravnavanju čustev se posveti zelo malo, ukvarja se predvsem s takojšnjimi in neuravnanimi čustvenimi odzivi. V splošnem ta teorija ne upošteva uravnavanja in posledic čustev oz. čustvovanja. Pomemben prispevek te teorije pa se kaže v strukturalni tematiki, ki pojasnjuje, kako so čustva povezana z obsežnimi institucijami, in kako se spreminjajo. (Gordon, 1985: 136-137).

#### **2.2.4. Konfliktna teorija**

Konfliktna teorija je predstavljena v delih L. Coserja in R. Collinsa (v Gordon, 1985: 138), ki sta trdila, da je ključna determinanta čustev članstvo v tekmovalnih skupinah in družbenih razredih. Čustvo je po mnenju avtorjev eno izmed sredstev, ki ga je mogoče aktivirati, usmeriti in izkoristiti v bojih za (pre)moč, ali pa se ga uporabi za ustvarjanje čustvene solidarnosti in zvestobe. Ta teorija je našla tesno povezavo med biološkimi in družbenimi ravnmi čustev. R. Collins (v Gordon, 1985: 138) je trdil, da človekova nagnjenost k deljenju čustev povečuje ritualno kolektivno vzbujenje, kar konkretizira in potrjuje pomene simbolov, o katerih ljudje razmišljajo, kadar so čustveno vzburjeni. Konfliktna teorija je prispevala dva pomembna vpogleda k uravnavanju čustev. Ljudje naj ne bi uravnavali samo lastnih čustev, temveč stremijo tudi k spodbujanju, potlačitvi in spreminjanju čustvovanja drugih ljudi. Neprestano spodbujanje je lahko bistvenega pomena za nadaljevanje in vitalnost trajanja določenega čustva (Gordon, 1985: 139).

Konfliktna teorija prispeva tudi k razumevanju dejavnikov, ki uravnavajo čustva v skupinah. Čustvo je namreč okrepljeno v prisotnosti večjega števila ljudi. Teorija se loteva vprašanja, kako je posameznikovo čustvo povezano s strukturnimi spremembami, in sicer v smislu povečanih oz. zmanjšanih stopenj družbene interakcije. Pomanjkljivost omenjene teorije je, da se ne ukvarja s širšim spektrom čustev, temveč se usmerja predvsem na čustva, ki so pomembna za politični konflikt in solidarnost, kolektivne interese namreč poudarja nad interesi individuuma. Konfliktna teorija čustev zagotavlja dinamično in pomembno razlago čustev, ki jih proizvaja medskupinsko rivalstvo (Gordon, 1985: 138-140).

### 2.2.5. Teorija čustev v simboličnem interakcionizmu

Teorija simboličnega interakcionizma čustva razume kot družbene objekte, nasproti katerim delujejo posamezniki in skupine. Pri tem poudarja enkratno človekovo sposobnost ustvarjanja, manipuliranja in spreminjanja simbolov, ki usmerja njegovo lastno vedenje in vpliva na vedenje drugih ljudi. Posameznikovo čustvo drugim ljudem simbolično nakaže, kakšna bo njegova/njena reakcija na dano situacijo, kar lahko pojasni, kakšen bo pomen te situacije za tega/to posameznika/co. Ljudje tako tolmačijo, pojasnjujejo, ocenjujejo, kljubujejo, opravičujejo in spreminjajo intenziteto, kakovost in smer čustev. Za simbolične interakcioniste je čustvo resnično samo, če je resnično tudi v svojih družbenih posledicah. Opredelili so tudi razliko med biološkimi ("biological emotions") in družbenimi ("social sentiments") čustvi. Biološka čustva so določena s človekovim organizmom, posameznik/ca jih doživlja preko telesnega vznurjenja, sestavljajo pa jih nespremenljiva oblika telesnih občutkov in gibov kot odzivov na običajne in preproste dražljaje. Nasprotno pa družbeno čustvo izvira iz kulturnih definicij in družbene interakcije, ki se v dolgotrajnih družbenih odnosih ohranja skozi čas (Gordon, 1985: 141).

Čustvena socializacija vključuje učenje kulturnih slovarjev čustev, vključuje pa tudi odkritje lastnega družbenega sebstva. Posameznik se samemu sebi nauči pokazati možne pomene čustvenih izrazov, in sicer s pomočjo namišljenega mnenja neke druge osebe. Kar se tiče čustvenega uravnavanja, je simbolični interakcionizem predstavil koncepta "uravnavanja izražanja" ("expression management") in "čustvenega dela" ("emotion work"). Uravnavanje izražanja čustev je oblika samopredstavljanja in uravnavanja vtisa, kar je v svojih delih predstavil že E. Goffman (v Gordon, 1985: 143). Podobno kot čustvena socializacija tudi uravnavanje izražanja pogosto vključuje nepristna čustva, usmerjajo pa ga družbeno deljena in brezpogojna pravila o tem, kakšno je primerno, in kakšno neprimerno izražanje čustev. Pravila čustvovanja ne določajo izražanja in doživljanja čustev, temveč zagotavljajo normativen okvir pričakovanj, ki naj bi jih ljudje upoštevali. Ljudje lahko pravilom izražanja sledijo, lahko so do njih ravnodušni, ali pa jih upoštevajo le zaradi možnosti kršenja le-teh. Preko "čustvenega dela" posameznik dejavno uravnava svoja doživljanja čustev, in sicer s povzročanjem ali skrivanjem emocij. Pravila čustvovanja določajo, kaj nekdo lahko čuti v različnih situacijah ter upravičenost gest ali občutkov (Gordon, 1985: 143-144).

V okviru teorije simboličnega interakcionizma se je s čustvi podrobneje ukvarjala A. Hochschild<sup>7</sup>. Po mnenju avtorice so čustva v svoji osnovi družbena, bistvo njihovega delovanja pa je posredovanje med okoljem in sebstvom. V tem smislu so čustva podobna simbolom, posameznikova sposobnost uravnavanja čustev pa temelji na njegovih/njenih pričakovanjih, ki izhajajo iz preteklih izkušenj. Po interakcionistični perspektivi so naša čustva del interpretativnih procesov, čustva kot del družbenega sebstva pa nam pomagajo pri interpretiranju dražljajev in pri pripravi odziva na dražljaje. Hochschildova je v interakcionistično perspektivo vpeljala tudi koncept nadzora čustev s strani drugih, vključno z raznimi – predvsem trgovskimi – ustanovami. Izražanje nekaterih čustev v storitvenem sektorju celo spada v prodajno strategijo. Pri tej ugotovitvi se je avtorica oprla na Marxovo idejo uporabne in menjalne vrednosti: izražanje čustev predstavlja delo oz. porabo človekove energije pri izražanju naklonjenosti, zaupanja in pozitivnih občutkov ali pa nezaupanja in sumničenja. Emocionalno delo ima v zasebni sferi uporabno vrednost v obliki naklonjenosti, ljubezni in nežnosti. V javnem sektorju prodaje oz. storitev je čustva mogoče prodajati, zaradi česar imajo menjalno vrednost (pogrebni zavodi "prodajajo" žalost in sočutje, zavarovalnice "prodajajo" strah, nakupovalni centri "prodajajo" zaupanje in srečo). Gre torej za dve različni obliki emocionalnega dela: v sferi plačanega dela gre na zahtevo delodajalcev za t.i. "emotional labour", v sferi družine in osebnega življenja, kjer gre za neplačano delo, pa "emotional work". Delo se v obeh primerih nanaša na intencionalno upravljanje in izkazovanje posameznikovih čustev, običajno z namenom vplivanja na čustva drugih ljudi (Šadl, 2002: 60).

#### **2.2.6. Teorija družbenih vlog**

Teorija družbenih vlog predpostavlja, da sta spolno specifična delitev dela in s tem povezana ideologija družbenih vlog pomembni determinanti moškosti in ženskosti, ki vplivata na čustveno doživljanje in izražanje spola. V skladu s teorijo družbenih vlog je družbena delitev dela glavni vir spolno razlikovalnega vedenja, saj vloge ne samo, da oblikujejo posameznikove veščine, temveč tudi njegovo/njeno sebstvo, vedenje in čustva. Če nekoliko poplošimo, lahko rečemo, da imajo ženske vloge nižji status, ženske pogosto zasedajo podrejene položaje in pogosto nimajo (družbene) moči. Obstajata dve značilnosti ženskih vlog, s katerima je mogoče pojasniti spolne razlike, ki so jih odkrile raziskave o čustvih: skrb

---

<sup>7</sup> <http://uregina.ca/~gingrich/n25f99.htm> (18.8.2005)

za druge in pomanjkanje statusa in moči. Skrb zahteva čustveno obvezo, sposobnost sočustvovanja in sposobnost pomagati drugim pri soočanju z negativnimi občutki. Doživljanje in izražanje prodružbenih čustev potemtakem obravnavamo kot funkcijo ženskih vlog. Na podlagi teorije družbenih vlog bi lahko dejali, da bolj kot je izrazita tradicionalna delitev dela, večji je prepad med spoloma v čustvenih odzivih. Ideologije spolnih vlog zagotavljajo temelje za delitev dela med spoloma, nanašajo pa se na normativna prepričanja o ženskih in moških vlogah in o tem, kakšen odnos naj bi obstajal med spoloma (Fischer in Manstead, 2002: 74-75).

### **3. ČUSTVENA SOCIALIZACIJA**

Čustveni odzivi so odvisni od tega, kako subjekt zaznava in ocenjuje oz. vrednoti objekte (dogodke, samega sebe, druge osebe in njihova dejanja ali izjave, svet), kako se je naučil in odločil, da se bo odzival nanje ter od njegovih preteklih izkušenj. Konstituiranje čustev je torej odvisno od značilno človeškega (samo)razumevanja in družbeno-kulturnega okolja, ki posredujejo te oblike (samo)razumevanja. Razvoj značilno človeških čustev torej ni vezan na endogene procese, temveč na proces socialnega učenja. Po H. Leventhalu (v Šadl, 1999: 165) je za zgodnja čustva pri majhnih otrocih značilno izrazno obnašanje, ne pa tudi zavest subjektivnega čustva. Zmožnost doživljanja značilno človeških čustev predpostavlja in vključuje kulturno znanje in konvencije presojanja, to je predhodno razumevanje pravil, stališč in diskurzov. Čustva so naučena kot del uvajanja posameznika v sisteme verjetij, vrednot, norm, pričakovanj in navad dane kulture. Tako so npr. moralna čustva odvisna od razumevanja moralnih stališč oz. učenja interpretiranja in ocenjevanja objekta kot moralno napačnega (konstituiranje moralnih čustev poteka kot del posameznikovega moralnega usposabljanja) (Šadl, 1999: 165-166). Kakšne vrste čustev razvijamo (kaj občutimo), kako jih izražamo in interpretiramo, je skratka odvisno od kulturnega okolja, v katerem živimo.

Izražanje čustev lahko opazimo že pri dojenčkih, iz česar lahko sklepamo, da se začne razvoj čustvovanja že zelo zgodaj, praktično od rojstva dalje. To je šele začetek razvoja čustev, saj se v teku nadaljnjega razvoja čustveno doživljanje in izražanje vse bolj razvija in bogati. Čustveno izražanje ljudi se v različnih življenjskih obdobjih razlikuje. Osnovna čustva sicer ostajajo, vendar se njihovo doživljanje razvija in pogloblja. Spreminja se tudi izražanje čustev. Če čustveni razvoj poteka normalno, se oblikuje čustveno zrelo osebnost. Za čustveno zrelo osebnost je značilno: (1) ustreznost čustvenih odzivov, (2) primerna kontrola čustvenih izrazov in (3) pestrost in kompleksnost čustev (Musek in Pečjak, 2001: 73). Čustveni razvoj pri posamezniku/ci poteka postopno: iz prvotnega, nediferenciranega čustvenega vzbujenja se najprej razvijejo enostavna, nato kompleksnejša čustva. V teku razvoja se naše čustvovanje spreminja: postaja bolj bogato, povezuje se z izkušnjami in tudi drugimi duševnimi procesi, zlasti z motivi, zaznavami, predstavami in mišljenjem (Musek in Pečjak, 2001: 77). V teku odraščanja in kognitivnega razvoja se otroci poleg osnovnih čustev (žalost, veselje) naučijo prepoznavati tudi zapletenejša čustvena stanja kot sta ljubezen in ljubosumje. Naučijo se, da lahko več čustev občutijo naenkrat, da ta lahko trajajo dlje časa, da je nekatere čustvene



izraze mogoče in potrebno nadzirati, ter da je mogoče negativne odzive spremeniti v bolj nevtralne ali pozitivne odzive (Pollak in Thoits, 1989: 22).

Večine pravil čustvovanja se naučimo že v zgodnjem otroštvu. Večji del emocionalnega razvoja v odrasli dobi vključuje pridobivanje novih in izpolnjevanje že znanih hevrističnih<sup>8</sup> pravil. Osebe se naučijo precizneje razlikovati situacije, njihovi odzivi postanejo spretnejši, pričakovanja bolj realistična in bolj jasno zastavljena, pripisovanja pa bolj pretanjena. Ljudje tako postanejo bolj emocionalno poučeni, ne da bi svoj emocionalni repertoar nujno razširili z novimi čustvi. Emocionalni razvoj se nanaša na internalizacijo družbenih pravil čustvovanja in izražanja. Neustrezna socializacija v primeru konstitutivnih<sup>9</sup> pravil vodi v emocionalne sindrome, ki jih drugi pogosto uvrščajo med nevrotične odzive. Oseba, ki ni prilagojena regulativnim<sup>10</sup> pravilom, pa je navadno označena kot deviantna (Šadl, 1999: 158).

V sleherni socializacijski situaciji je verjetno, da na proces čustvene socializacije vplivajo: otrokove značilnosti (npr. starost, spol, otrokova sposobnost reagiranja in urejanja, običajno otrokovo reagiranje na disciplino), starševske značilnosti (npr. vrednote, filozofija vzgajanja otrok, starševsko reguliranje in emocionalnost) in značilnosti kulture ali subkulture (kulturne vrednote glede izražanja čustev ali vloga starševskih praks pri vzgoji otrok) (Eisenberg et al., 1998: 243).

Otroci se v zvezi s čustvenim komuniciranjem znotraj svoje družine naučijo, da se neverbalno izražanje (predvsem obrazna mimika, vključene pa so tudi glasovne lastnosti, drža, gibi in vzorci pogledov) lahko nanaša na čustvena stanja, ki jih oseba doživlja. Bistveno pri tem je, da se posledice takšnega čustveno-ekspresivnega izražanja kažejo v odnosu med pošiljateljem in prejemnikom tega izražanja. Strategijo verjetnega delovanja predstavlja t.i. družbeno sklicevanje ("social referencing"). Pri tem procesu otroci pri ocenjevanju (nejasne) situacije uporabljajo namige svojih skrbnikov. Otroci pri interpretiranju pomenov situacij in ljudi, ter kot vodilo za vedenje pri srečevanju novih ljudi in objektov, uporabljajo čustvene namige drugih ljudi (Eisenberg et al., 1998: 259). K. Bühler (v Saarni in Buckley, 2002: 218) je ugotovil, da se družbeno sklicevanje nanaša na verjetno delovanje, ki sledi čustvenemu komuniciranju. Že deset do dvanajst mesecev stari otroci opazujejo čustveno-ekspresivno

---

<sup>8</sup> Hevristična pravila določajo strategijo ali spretnosti pri izražanju čustev v družbenem okolju (Averill v Šadl, 1999: 157).

<sup>9</sup> Konstitutivna pravila določajo vrsto čustev (ibidem).

<sup>10</sup> Regulativna pravila določajo, kako določeno čustvo doživljamo in izražamo (ibidem).

vedenje svojih staršev, kadar se soočijo s čustveno dvoumno situacijo. To služi kot vodilo pri razvoju lastnih čustvenih odzivov in prilagoditvenih praks.

Kakovost odnosov in čustvenega komuniciranja je mogoče opredeliti s t.i. konceptom intersubjektivnosti. Ta poudarja, kako družinski člani drug na drugega vplivajo s svojimi čustvenimi odzivi. Kadar so ljudje v tesnem odnosu daljše časovno obdobje, njihova izpostavljenost čustveno nabitim dogodkom zagotavlja skupno preteklost, le-ta pa naj bi vplivala na predstave, ki spremljajo trenutno čustvene stanje. Če je npr. otrok zaradi nečesa prizadet, edini odziv staršev pa je minimiziranje ali celo posmehovanje otrokovim občutkom prizadetosti, potem je zelo verjetno, da bo otrok občutek prizadetosti predstavil kot stanje, ki ga mora potlačiti, se mu izogniti ali ga zanikati. V tem smislu so duševne predstave v bistvu vzročne zveze, ki imajo pomen za posameznikov odnos do okolja (Saarni in Buckley, 2002: 223). Po drugi strani empatični in sočutni starši skušajo spodbuditi otrokovo empatično, prodružbeno in sočutno vedenje do drugih ljudi. Ko obravnavamo medsebojni vpliv med starši in njihovimi otroci, se moramo zavedati, da se ravno tako kot otroci spreminjajo tudi njihovi starši. Poleg tega starši svoje načine odzivanja spreminjajo v skladu z odraščanjem svojih otrok. Starši spreminjajo svoje odzive glede na čustveno izražanje otrok, saj slednji odraščajo, spremembe v starševskem odzivanju pa utegnejo iz otrok izvabiti bolj raznovrstne čustvene odzive (Saarni in Buckley, 2002: 222-225).

Problem se pojavi, kadar so otroci izpostavljeni nasilju v svojih družinah. Čustveno komuniciranje, ki se ga naučijo družinskemu nasilju izpostavljeni otroci, se v šolah, med sovrstniki in znotraj širše skupnosti pogosto izkaže za neprimerne. Kljub temu se njihovi odzivi na ponavljajoče se travmatične dogodke, v katerih se utegnejo znajti, v okoliščinah čustvene vznemirjenosti in nemoči na kratki rok lahko izkažejo celo za primerne, saj iznajdljivost in značaj tem otrokom pomaga pri premagovanju težav v primeru odraščanja v nasilnih družinah ali družbah (Saarni in Buckley, 2002: 217-219).

Intimni oz. tesni odnosi, ki vključujejo odkrivanje in izmenjavo občutljivih informacij, ugodno vplivajo na razvoj čustvenega komuniciranja. Odkrivanje občutljivih informacij deluje vzajemno z družbenimi vlogami, povezanimi s spolom in starostjo. S. Harter in sodelavci (v Saarni in Buckley, 2002: 222) so na populaciji mladoletnikov proučevali, kako so ti ocenjevali svoj "resnični" ("real") in "lažnivi" ("false") jaz v odnosu do mater, očetov, intimnih partnerjev in prijateljev. Ugotovili so, da najstniki neradi izkazujejo svoj lažnivi jaz ljudem, ki jim veliko pomenijo; takšno vedenje bi po njihovem mnenju odstopalo od njihove predstave o tesnosti odnosov. Pokazalo se je, da so mladostniki v primeru odvisnosti v intimnem odnosu (otroci so npr. odvisni od svojih staršev) bolj negotovi glede izkazovanja

"resničnega" jaza. V tem primeru obstaja manjša verjetnost razkrivanja občutljivih informacij zaradi strahu pred neodobravanjem. Najstniki se v takšnih odnosih s starši in vrstniki počutijo podcenjeni (Saarni in Buckley, 2002: 221-222).

Raziskava J. Dunn in sodelavcev (v Saarni in Buckley, 2002: 226) je pokazala, da so otroci v primeru slabega počutja motivirani k verbalnemu in neverbalnemu izražanju svojih občutkov tako, da je ustrezno njihovim potrebam. Zato se morajo naučiti izražati čustva na načine, ki ne uravnavajo samo njihovega lastnega vedenja, temveč vplivajo tudi na vedenja drugih. Kadar so otroci nemirni ali prizadeti, želijo doseči pozitivno pozornost svojih staršev. To dosežejo tako, da se naučijo izražati naklonjenost svojim staršem.

Pri učenju načinov osmišljanja dogodkov, medosebnih odnosov, lastnega vedenja ter vedenja drugih imajo pomembno vlogo starši, sovrstniki in mediji. Kadar smo torej vpleteni v medosebne odnose, moramo uporabljati neke splošno razumljene strategije ravnanja z drugimi ljudmi. Takšne strategije opredeljujeta t.i. scenarij ("script") in poročilo ("narratives").<sup>11</sup> Scenariji so nekakšne predstavitevne sheme, iz katerih je mogoče sklepati, kaj bo sledilo. Otroci se o družbenih scenarijih poučijo že zelo zgodaj, veliko teh scenarijev pa je v tesni povezavi s čustvi. Poročilo je nekoliko podobno scenarijem, in sicer v tem, da predstavlja simbolne sheme, kako naj bi se določene situacije razvijale. O poročilu običajno rečemo, da ima bolj unikatno strukturo kot scenarij, saj odseva posameznikove poskuse pripisovanja pomenov svojim lastnim izkušnjam. Kljub temu imajo neke skupne lastnosti, saj vsi odraščamo v danem kulturnem kontekstu, kjer imamo do neke mere vsi dostop do sistema skupnih pomenov. Brez dostopa do skupnih pomenov ne bi mogli izražati niti svojih izkušenj drugim ljudem, niti ne bi mogli od njih pričakovati, da nas razumejo. Pri poročilih in tolmačenju pomenov je zelo pomemben jezik ter njegova vloga pri zgodbah, ki jih govorimo o sebi. Poročila, ki so prikazana otrokom in s strani otrok, vključujejo ureditev, ki tvori kontekstualno prizorišče, opiše bistvene dogodke in omogoči način, kako razumeti oz. ovrednotiti dogodek. Urjenje scenarijev pospešuje otrokovo razumevanje scenarijev, saj otroci preko poročil in ustno sporočenih zgodb pripišejo pomen izkušnjam (Saarni in Buckley, 2002: 226-228).

---

<sup>11</sup> Teorija o scenarijih in poročilih je predstavljena zgolj kot teoretski nastavek za nadaljnje sistematične raziskave, saj do sedaj še ni bilo izvedene nobene raziskave, ki bi se neposredno ukvarjala z ugotavljanjem, kako otroci uporabljajo scenarije in poročila (Saarni in Buckley, 2002: 226).

Starši pri čustveni socializaciji otrok uporabljajo različne metode. Te so lahko neposredne ali posredne. Ena izmed neposrednih metod je t.i. kontingenčno učenje ("contingency learning"). Pri tej metodi otroci spoznavajo, da so nekatera vedenja staršev odvisna od njihovega (otrokovega) izražanja določenih čustev. Odzivi staršev na čustveno izražanje, predvsem negativnih čustev, so tako lahko ključnega pomena pri oblikovanju obsega otrokovega čustvenega doživljanja oz. izražanja. J. Gottman in sodelavci (v Bayrakdar Garside in Klimes-Dougan, 2002: 116) so v svojem pristopu k obravnavanju čustvene socializacije izpostavili, da starši lahko uporabljajo metode čustvene socializacije, ki bodisi spodbujajo ali zavirajo izražanje čustev pri otrocih. Filozofijo učenja čustev, ki naj bi spodbujala čustveno izražanje, lahko ponazorimo s starši, ki spremljajo svoja lastna čustva in čustva svojih otrok. Gre za možnost vzgajanja otrok, potrjevanja njihovih čustev in reševanje problemov skupaj z otroci, predvsem s pomočjo pogovora o strategijah za nadzor okoliščin, ki povzročajo določena čustva. Do podobnih ugotovitev je prišla tudi N. Eisenberg s sodelavci (v Garside Bayrakdar in Klimes-Dougan, 2002: 117). Ugotovili so, da način, na katerega spodbujajoči starši obravnavajo teme povezane s čustvi, kaže na oporo in odobravanje, obenem pa izboljšuje otrokovo zavest o različnih čustvenih stanjih. Otroci, ki so deležni starševskega spodbujanja k razpravljanju o čustvih, najverjetneje vedo, kako izražati svoja čustva, poleg tega pa pogosto bolje razumejo čustva drugih ljudi. Starši, ki otrokova čustva skušajo zatreti, čustvenega izražanja ne obravnavajo kot koristnega oz. kot priložnosti za vzpostavljanje intimnosti. Raziskovalci so ugotovili tudi, da otrokom, katerih starši se o (predvsem negativnih) čustvih ne pogovarjajo odprto, pogosto primanjkujejo informacije o tem, kako nadzorovati čustva, poleg tega pa utegnejo iz takšnega vedenja sklepati, da čustev ni primerno izražati.

Pri čustveni socializaciji igra pomembno vlogo pogovor o preteklih čustvenih izkustvih. Ko otrok govori o pretekli čustveni izkušnji, ni več v vrtincu čustvene napetosti, kar zanj predstavlja ugodnejšo pozicijo pri razmišljanju in interpretiranju te izkušnje. Poleg tega spomin na pretekle čustvene izkušnje staršem omogoča iz več čustev izpostaviti enega in se nanj osredotočiti. Pri tem imajo starši in otroci priložnost razmisliti o vzrokih in posledicah čustvenih izkustev ter na ta način skupaj konstruirajo primerne čustvene scenarije (Fivush in Buckner, 2002: 241).

V vsakdanjem življenju otroci s pomočjo obrazne mimike ter verbalnega ali neverbalnega vedenja izražajo pozitivna in negativna čustva. Ustrezni odzivi nosilcev socializacije na izražanje (predvsem negativnih) čustev otrok omogočajo bogate možnosti za čustveno socializacijo. Na negativna čustva otrok lahko starši reagirajo na oporne ali neoporne načine.

V želji, da bi svojega otroka potolažili oz. ga naučili uravnavanja čustev v stresnih situacijah, se lahko izognejo nadaljnjim stikom z otrokom ali se celo odzovejo z negativnim čustvenim odzivom. Otrok lahko takšen odziv sprejme kot kazen, svojo čustveno izkušnjo oz. izražanje pa doživi kot neupravičeno. Starši lahko s svojimi odzivi prispevajo bodisi k ustreznemu ali k pretiranemu čustvenemu odzivu otrok.

Otroci naj bi se načina ravnanja s čustvi naučili s pomočjo najzgodnejših interakcij s svojimi starši. Rahločutno vzgajanje v začetnem življenjskem obdobju igra osrednjo vlogo pri razvoju otrokovega učinkovitega čustvenega uravnavanja. Raziskave se pogosto osredotočajo na materinsko rahločutnost, pri čemer proučujejo pogostost in primernost materinih odzivov na otrokovo čustveno izražanje. Otroci, katerih matere so razmeroma dovzetne za spreminjanje otrokovih čustvenih namigov (npr. otrokov sovražni pogled in podobna negativna znamenja), manj pogosto negativno reagirajo in bolje uravnavajo svoje vedenje kot otroci, katerih matere niso tako občutljive na njihove čustvene namige. C. Malatesta s sodelavci (v Eisenberg et al., 1998: 246) je ugotovila, da matere med igro s svojimi otroci stremijo k izražanju pozitivnih čustev, in da redko izražajo negativna čustva. Če matere napačno razumejo ali se ne odzivajo na otrokove čustvene signale v takšnih situacijah, otrok začne kazati znake vznemirjenosti. Če se mati hitro in učinkovito odzove na otrokovo vznemirjenje, naj bi ta izkušnja uravnala otrokovo trenutno vznemirjenje, poleg tega pa deluje tudi kot izkušnja otrokovega učenja. Navkljub težavam pri ocenjevanju vzročnih povezav, naj bi bil način, kako se vzgojitelji odzivajo na čustvene namige svojih otrok, povezan z otrokovim čustvenim vedenjem. Matere, ki so občutljive na stiske svojih otrok, in jim pomagajo pri vzdrževanju optimalne ravni vznemirjenosti, "vzgajajo" otroke, ki bolje izražajo pozitivna čustva ter uporabljajo optimalne in svoji starosti primerne strategije uravnavanja. Otroci, katerih matere so čustveno manj dovzetne, so deležni manj opore pri ukvarjanju s čustvi, zaradi česar naj bi se bolj zanašali na samo-usmerjevalne ("self-oriented") strategije uravnavanja, npr. sesanje prstov, ki pa ni najprimernejša oblika blaženja stiske. R. Buck (v Eisenberg et al., 1998: 248) je postavil hipotezo, da se posamezniki, ki so zaradi izražanja negativnih čustev sankcionirani, postopoma naučijo skrivati zunanje izraze čustev, zaradi česar v kontekstih, ki izvablajo čustva, doživljajo povečano fiziološko aktivnost. Kadar starši svojim otrokom skušajo preprečiti ali celo kaznujejo otrokovo izražanje čustev, se otroci navadijo svoja čustva in čustva drugih obravnavati kot nekaj negativnega ali pretečega, zaradi česar se utegnejo izogibati priložnostim za raziskovanje pomenov čustev in načinov ravnanja z njimi.

Kaznovalni starševski odzivi so povezani z nezaželenimi učinki pri osnovnošolskih otrocih. Otroci, ki so izpostavljeni takšnim starševskim odzivom, se v situacijah, ki iz njih izvabljajo jezo, utegnejo zateči v maščevalne odzive, namesto da bi dali svojim čustvom prosto pot. Starševsko podcenjevanje otrokovih čustev povzroči, da se otrok izogiba soočanju s čustvi, posledice česar so vidne v negativnih učinkih, kot so nizka stopnja družbeno primerne vedenja, nizka stopnja priljubljenosti, nekonstruktivno obvladovanje čustev ter starševska in učiteljska poročila o problematičnem vedenju teh otrok. Zelo verjetno je, da je povezava med nepodpirajočimi odzivi staršev in otrokovimi značilnostmi ter vedenjem dvosmerna, saj težavni otroci izvabljajo bolj negativne starševske odzive, starševski negativni odzivi pa nato še pospešujejo otrokova negativna čustva in vedenje. Zatorej so starševske prakse, ki otroke učijo in spodbujajo, da se na negativne situacije odzivajo instrumentalno (npr. starši otroka obvežejo, kadar se ta poškoduje in je zaradi tega vznemirjen), pomembne, saj otrokom ne zagotavljajo le načinov za soočanje v morebitnih prihodnjih stresnih situacijah, ampak tudi zaupanje, ki je potrebno za uspešno soočanje v določenih kontekstih. Starševsko spodbujanje izražanja čustev je povezano z nizkimi stopnjami iskanja starševskega posredovanja v primeru izbruha negativnih čustev pri igri s sovrstniki. Zmerno spodbujanje izražanja čustev je povezano s pozitivnim družbeno-emocionalnim razvojem otroka. Ta povezava sicer ni močna in konsistentna, saj je včasih spodbujanje izražanja čustev povezano tudi z otrokovim izražanjem jeze in agresivnosti. Raziskave J. Gottmana in sodelavcev (v Eisenberg et al., 1998: 252) podpirajo ugotovitve, da je starševsko odobravanje izražanja čustev, kadar je povezano s pozitivno in konstruktivno filozofijo čustev, povezano z razmeroma visokimi stopnjami otrokovega uravnavanja lastnega vzbujenja in družbene in emocionalne kompetence.

Pri pregledovanju literature o čustveni socializaciji je potrebno upoštevati, da so bile številne študije izvedene na razmeroma majhnih vzorcih. Zaradi tega majhni ali zmerni učinki v nekaterih študijah niso bili značilni. Prav tako je bilo do sedaj izvedenih le nekaj longitudinalnih študij o čustveni socializaciji. Podatki o čustveni socializaciji so zato precej skopi in jim po vsej verjetnosti primanjkuje življenjske prepričljivosti (Eisenberg et al., 1998: 267).

### 3.1. SOCIALIZACIJA RAZLIK V IZRAŽANJU ČUSTEV MED SPOLOMA

Socializacija razlik v čustvenem izražanju med spoloma je kompleksen proces, ki ga sestavljajo tri različna, vzajemno delujoča področja: pravila izražanja in posnemanja, spolno-diferencirana interakcija med starši in njihovimi otroci ter procesi diferenciacije v čustveni izraznosti med otroci in njihovimi starši. Te procese oblikujejo kulturne vrednote, ki zadevajo spolne vloge, pojavljajo pa se v kulturnem kontekstu, kjer imajo ženske manjšo družbeno moč in nižji status kot moški. Spolno diferencirana socializacija v čustveni izraznosti vzdržuje kulturno predpisane spolne vloge, vključno z neuravnoteženostjo v moči in statusu (Brody, 2002: 43).

Motivacija staršev je vzgojiti priljubljene in družbeno zaželene otroke. To je mogoče doseči s tem, da svoje otroke skušajo socializirati tako, da se le-ti podrejajo družbenim pravilom izražanja. V skladu s pravili izražanja starši pri deklicah večjo pozornost namenjajo izražanju žalosti in strahu, pri dečkih pa jezi. Pri tem naj bi se matere več nasmihale svojim hčeram kot sinovom, prav tako naj bi z njimi imele bolj pozitivne interakcije kot s sinovi, kar je v skladu s pravili izražanja (Brody, 2002: 27).

Procesi starševske socializacije niso odvisni samo od otrokovega značaja, temveč tudi od številnih značilnosti družinskega sistema (vključno z značajem staršev in kakovostjo odnosa med partnerjema), kulturnega in družbenoekonomskega ozadja, ter vrednot in odnosov, ki zadevajo spolne vloge. Starševsko socializacijo torej deloma spodbujajo značilnosti dečkov in deklic, kulturne vrednote pa narekujejo, katere značilnosti so primerne za določeni spol (Brody, 2002: 31).

Raziskava o socializaciji razlik L. Brody (2002: 24) je pokazala, da tudi v primeru, ko starši svoje sinove in hčere socializirajo na enak način – v smislu namenjanja enake količine pozornosti – utegnejo biti vzorci čustvenega izražanja pri sinovih in hčerah različni. V raziskavi se je ukvarjala predvsem z naslednjimi področji: vlogo, ki jo imajo kulturno pogojena pravila izražanja in posnemanja; vpliv spolnih razlik v otroškem značaju in jezikovnem razvoju na socializacijo; vpliv procesov razlikovanja med materino in otrokovo čustveno izraznostjo. Vsak izmed teh procesov igra pomembno vlogo pri končnem razhajanju v čustvenem izražanju med spoloma, o njih pa bo govora v nadaljevanju.

Čeprav biološke razlike med dečki in deklicami igrajo določeno vlogo pri njihovem čustvenem razvoju, L. Brody (2002: 24) trdi, da na kasnejši pojav razlik v čustvenem izražanju med spoloma močno vplivajo kulturne vrednote in navade povezane s spolnimi vlogami. Medspolne razlike v čustveni izraznosti se v vsaki kulturi socializirajo skladno s

pravili izražanja čustev; ustaljene družbene norme narekujejo kako, kdaj in kje lahko moški in ženske izražajo čustva. Vsebina pravil izražanja se običajno prilagaja spolnim stereotipom o čustvenem izražanju, ki se pojavljajo v številnih kulturah, npr. dečki ne smejo jokati, deklice ne smejo biti agresivne. Pravila izražanja čustev brezpogojno prevzamemo in se jih naučimo v okviru družbenih interakcij, njihova neočitna oblika pa utegne biti razlog, da je medkulturno komuniciranje in prilagajanje včasih težavno.

Diferenciacijski model oblikovanja spolne identitete ("differentiation model of gender identity formation") predpostavlja, da moški in ženske svoja čustva izražajo različno glede na to, kako dojemajo čustveno izraznost nasprotnega spola. Tako so zgodnji pritiski po utrjevanju spolnih vlog za dečke nekoliko oteženi zaradi odsotnosti očetov, ki s svojimi otroci v povprečju preživijo med petino in tretjino časa, ki ga z njimi preživijo matere. Brez razpoložljivega modela dečki ne morejo posnemati očetove čustvene izraznosti, zato moško spolno identiteto razvijajo tako, da se njihova čustvena izraznost razlikuje od njihovih mater (Brody, 2002: 32). Predpostavlja se, da se dečki identificirajo s predpostavko o moškosti, ne pa z dejanskim objektom moškosti, kar običajno pomeni, da se pri konstruiranju lastne moškosti močno nagibajo k družbeno stereotipnim značilnostim moškosti. Zaradi vzajemnega vpliva v procesu socializacije se starševski način vzgoje prenese na deška delovanja. V tem procesu se dečki naučijo nadzorovati ali celo zadrževati čustvena vzburjenja, ki so se jih naučili v najzgodnejših letih. V nasprotju z dečki se deklice naučijo ojačiti svojo izraznost, pri čemer se morajo starši še posebej potruditi pri branju njihovih čustvenih izrazov (Jansz, 2002: 178-179). Deklicam po drugi strani ni potrebno razviti različne spolne identitete, saj naj bi se kot ženske identificirale z materino čustveno izraznostjo, poleg tega se v tesnem odnosu s svojimi materami naučijo izražanja širokega spektra različnih čustev. Kljub temu morajo dekleta, predvsem v obdobju adolescence, razviti občutek lastne osebnosti, ki se razlikuje od materine. Ločevanje od matere naj bi povzročalo nekatere težave pri razvijanju lastne identitete. Pri tem se utegnejo naučiti izražanja negativnih čustev, predvsem sovražnosti in stiske, kot načina sporočanja potrebe po neodvisnosti od matere (Brody, 2002: 32).

Takoj, ko starši ugotovijo, da je njihov otrok moškega spola, se začne proces družbenega konstruiranja identitete moškosti. Starši, in tudi drugi, dojenčku že na začetku pripisujejo raznovrstne značilnosti, poleg tega otrokove aktivnosti interpretirajo znotraj okvira družbeno sprejete moškosti. V procesu socializacije posameznik dobi nadzor nad njemu zunanjimi pomenskimi strukturami, ki s tem postanejo del njegovega notranjega sveta. V procesu odraščanja deček pridobi sposobnosti, ki mu omogočajo premišljeno izbiranje med elementi družbenega modela, nenehno pa se mora odločati tudi med družbenimi pritiski pri



prevzemanju določenih vidikov identitete moškosti in lastnimi preferencami (Jansz, 2002: 176-177).

Leta 2002 je L. Brody (2002, 36-43) izvedla raziskavo o razlikah v čustvovanju med dečki in deklicami. Cilj raziskave je bil tudi ugotoviti, kakšen je odnos med čustvenimi značilnostmi mater in očetov ter njihovih sinov oz. hčera. Izkazalo se je, da sta intenzivnost, s katero sinovi izražajo toplino in intenzivnost, s katero izražajo toplino njihove matere, obratno povezani. Dečki, katerih matere intenzivneje izražajo toplino, so poročali o manj intenzivnem izražanju topline (in negativnih čustev) kot ostali dečki. Dečki, ki so manj intenzivno izražali toplino, so bili v primerjavi z dečki z intenzivnejšim izražanjem topline bolj neodvisni od svojih mater. Izražanje negativnih čustev naj bi bilo za dečke tudi način sporočanja potrebe po distanciranju od svojih mater. Pri tem je potrebno omeniti, da so bila negativna čustva sinov izrazito povezana z materinim pomanjkanjem dopuščanja izoblikovanja lastne osebnosti in visokih stopenj restriktivnosti, in ne z njenimi negativnimi čustvi.

Rezultati odnosa med materami in hčerami so nekoliko bolj dvoumni. Pokazalo se je, da hčere bolj ljubečih mater ponotranjijo občutek ugodja in zaradi tega redkeje doživijo negativna čustva in jih skladno s tem tudi izražajo redkeje kot druga dekleta. Kadar doživijo negativna čustva, je izražanje le-teh bolj intenzivno, saj se njihove matere na intenzivno izražanje ne odzivajo s kaznovanjem. Povezavo med materino toplino in intenzivnejšim izražanjem negativnih čustev ter manj intenzivnimi pozitivnimi čustvi je mogoče interpretirati tudi kot način diferenciacije hčera od svojih mater. Izražanje negativnih čustev hčera je značilno povezano z materino restriktivnostjo. Prav tako se je pokazalo, da deklice bolj izražajo negativna čustva v primeru, ko so manj osamosvojene od svojih mater. Med očetovo čustveno izraznostjo, njihovo vzgojo in otrokovo čustveno izraznostjo ni bilo značilnih povezav, zlasti ne pri deklicah. Izkazalo se je torej, da so materini načini vzgoje in kakovost čustvene izraznosti bolj jasno povezani s čustveno izraznostjo svojih otrok kot očetovi. Možno je, da razlikovanje glede na nasprotni spol utegne biti naraven način oblikovanja spolne identitete. Dejstvo, da je takšno razlikovanje še posebej izrazito na področju čustvene izraznosti, verjetno lahko povežemo s kulturnimi stereotipi o razlikah med čustveno izraznostjo obeh spolov.

W. Roberts (v Eisenberg, 1998: 254) je v svoji študiji ugotovil, da tako očetje kot matere predšolskih otrok poročajo o večjem pritisku na dečke glede zadrževanja jokanja. Očetje so poročali o tem, da svoje vznemirjene sinove pogosteje kot njihove soproge mirijo s pomočjo reševanja problema. Do podobnih ugotovitev je prišel tudi J. Block (v Eisenberg, 1998: 254), ki pravi, da tako matere kot očetje h kontroliranju čustev bolj spodbujajo svoje sinove kot

hčere. Starši imajo različna pričakovanja glede izražanja čustev pri svojih sinovih in hčerah, zaradi česar naj bi jih spodbujali k različnemu čustvenemu izražanju. Če matere pri svojih sinovih zaznajo znake negativnosti, to skušajo nevtralizirati tako, da jih spodbujajo k bolj pozitivnemu razmišljanju. V splošnem je mogoče reči, da starši (predvsem matere) manj negativno reagirajo na deško kot na dekliško izražanje jeze, čeprav so reakcije odvisne od tega, kdo je tarča jeze in od starosti otroka (Eisenberg, 1998: 254).

## 4. DRUŽINA IN ČUSTVA

Družinski kontekst igra edinstveno in odločilno vlogo pri oblikovanju posameznikovega čustvenega življenja ter njegovega razumevanja čustvenega komuniciranja. Naše razumevanje le-tega je mogoče izboljšati z družinsko sistemsko paradigmo. Delovanje družine in vedenje njenih članov je določeno z določenimi pravili, predvsem s pravili komuniciranja. Pravila čustvenega komuniciranja so še posebej očitna pri urejanju otrokovega čustvenega življenja; vzorci družinskega komuniciranja vsebujejo tiha sporočila, ki razkrivajo prepričanja o čustvih, vključno s tem, katera čustva so sprejemljiva, primerni načini izražanja občutkov, metode obvladovanja čustev, in kakšen čustven odziv lahko pričakujemo od drugih (Saarni in Buckley, 2002: 228). Družine otroke "opremijo" z modeli za izražanje čustev in obvladovanje čustvenih težav. Ti vplivajo na otrokovo poznavanje in razumevanje lastnih čustev, poleg tega jim nudijo tudi občutek presoje primernosti/nepriimernosti okolja za čustvovanje. Preko družinske interakcije se otroci naučijo čustvenih scenarijev in interpretativnih shem, ki jim pomagajo pri razumevanju čustvenih izkustev. Pomen, pripisan čustvenim izkustvom, vpliva na s čustvi povezano vedenje. Ravno zaradi tega so družine bistvene pri ideji, da so čustva družbeno konstruirana, in sicer zaradi vpliva zgodnjega odnosa s pomembnimi drugimi.

Struktura družinskega življenja je prepletena s kompleksnim medsebojnim delovanjem čustev družinskih članov. Torej ni nenavadno, da čustveno življenje svoj višek dosega v domačem okolju. Danes strokovnjaki čustev ne obravnavajo več kot intrapsiholoških procesov, ampak kot pomembne interpsihološke funkcije. Čustva imajo določeno družbeno funkcijo, ki pomaga regulirati, voditi in vplivati na dejanja, vedenja in čustva drugih (Saarni, Mumme in Campos v Fabes, Valiente in Leonard, 2002: 4).

Stereotipna prepričanja, poročila ("self-report") in opazovanje čustvenega izražanja običajno nakazujejo, da ženske pogosteje kot moški izražajo tako ponotranjena negativna čustva (npr. žalost, strah, krivda) kot tudi veliko pozitivnih čustev (npr. sreča, empatija<sup>12</sup>). C. Hooven, J. Gottman in L. Katz (v Garside Bayrakdar in Klimes-Dougan, 2002: 118) so ugotovili, da očetje namenjajo več pozornosti otrokovemu izražanju jeze, medtem ko matere namenjajo več pozornosti izražanju žalosti. Raziskave so pokazale tudi, da se odzivi staršev na čustveno izražanje otrok razlikujejo glede na spol otrok. Starši imajo različna pričakovanja

---

<sup>12</sup> Empatija je definirana kot čustveni odziv, ki izhaja iz prepoznavanja čustvenih stanj drugih ljudi; gre za odziv, ki je zelo podoben ali celo enak čustvom, ki jih doživlja druga oseba ali čustvom, ki bi jih ta oseba čutila v takšni situaciji (Eisenberg et al. 1998: 248).

glede čustvenega izražanja svojih sinov in hčera, zaradi česar se učenje čustvenega izražanja sinov in hčera razlikuje. Izkazalo se je, da se matere v medosebnih odnosih različno vedejo do sinov in hčera; na čustveno izražanje sinov se odzivajo bolj ravnodušno kot na čustveno izražanje hčera (Eisenberg et al. v Garside Bayrakdar in Klimes-Dougan, 2002: 118). Starši o čustvih pogosteje govorijo s hčera kot s sinovi in obenem predstavijo hčera širši spekter čustev. Matere v pogovorih s hčera namreč pogosteje govorijo o čustvih (predvsem negativnih) ter pri tem uporabljajo več besed kot v pogovorih s sinovi (Dunn et al.; Zahn-Waxler et al. v Garside in Klimes-Dougan, 2002: 118).

Starševsko izražanje čustev je lahko na različne načine povezano z otrokovo družbeno in čustveno kompetenco. Ta lahko preko procesov prenašanja in oponašanja neposredno vpliva na otrokovo čustveno izražanje. Starševsko čustveno izražanje je tudi posrednik nekaterih drugih vidikov starševstva, ki vplivajo na otrokovo družbeno in čustveno kompetenco. Starši, ki cenijo čustveno izražanje, zaradi svoje filozofije o čustvih krepijo izraznost svojih otrok. Starševska izraznost utegne vplivati tudi na otrokove sposobnosti interpretiranja in razumevanja čustvenih odzivov drugih ljudi. Starševsko izražanje čustev namreč otrokom priskrbi informacije o čustveni pomembnosti dogodkov, vedenjih, ki spremljajo različna čustva in odzivih drugih ljudi na čustvovanje. Poleg tega otroke opremi tudi z naborom različnih čustev. Na otrokovo družbeno in čustveno kompetenco vpliva neposredno preko mehanizmov kot je oblikovanje otrokovih občutkov o samih sebi, drugih in družbenem svetu. Kako otroci obravnavajo svoja čustva – kot nekaj, kar je treba nadzorovati, in kar lahko izboljša njihove medosebne odnose, ali kot svarilo racionalnemu vedenju – je odvisno od tega, kakšen odnos imata družina in družba do čustev ter od otrokove prilagojenosti znotraj družine in družbe (Eisenberg et al., 1998: 257-258).

Potrebno je razlikovati med pozitivno in negativno čustveno izraznostjo staršev ter med izražanjem sovražnih in nesovražnih negativnih čustev. Študija A. Halberstadt (v Eisenberg, 1998: 159) je pokazala, da je pozitivna čustvena izraznost staršev povezana s posameznikovo pozitivno izraznostjo tako v otroštvu kot obdobju zrelosti. Povezanost med negativno izraznostjo staršev in otrok je bolj kompleksna in je odvisna od tipa negativnih čustev ter intenzivnosti izražanja le-teh. Tako ni presenetljivo, da je sovražno in dominantno čustveno izražanje staršev povezano z otrokovim izražanjem negativnih čustev. Kadar izražanje negativnih čustev ni usmerjeno na otroka, se ta lahko nauči, da je izražanje nekaterih negativnih čustev sprejemljivo. Ti otroci ne doživljajo več negativnih čustev kot drugi otroci, se pa počutijo svobodnejše pri izražanju teh čustev. Visoke stopnje izražanja negativnih čustev so povezane z nižjo družbeno kompetenco otrok, nizkimi stopnjami prodružbenega

vedenja in sočustvovanja, manj dogovarjanja in konfliktnostjo ter s slabšimi rezultati reševanja problemov čustvenega razumevanja. Kadar se izražanje negativnih čustev v družinskem okolju konča z razpravljanjem o čustvih in razlaganju le-teh, je to lahko pozitivno povezano s prodružbenim vedenjem in družbeno kompetenco. Otrokova izpostavljenost zmernim stopnjam negativnih starševskih čustev v primerjavi z izpostavljenostjo nizkim ali visokim stopnjam negativnega starševskega izražanja izboljšuje otrokovo razumevanje negativnih čustev in družbeno kompetenco (Eisenberg et al., 1998: 260-263).

Vzgojno delo je povezano z doživljanjem in izražanjem pozitivnih čustev, saj so čustva pomembna pri vzpostavljanju in vzdrževanju odnosov z drugimi. Rahločutnost do čustvovanja drugih ljudi in čustvena izraznost sta sposobnosti, ki izboljšata vzgojiteljevo učinkovitost in sta še posebej učinkoviti pri delu z otroci, slabotnimi in starejšimi ljudmi, ki ne morejo sami skrbeti zase. Za zahodne družbe je značilno, da ta dela večinoma opravljajo ženske, saj ne glede na to ali so zaposlene ali ne, opravijo večino gospodinjskega dela in se ukvarjajo z vzgojo otrok. Poleg tega za starejše osebe še vedno skrbijo predvsem ženske, bodisi žene, hčere ali snahe. Socializacija žensk in pretekle izkušnje z družbenimi vlogami po vsej verjetnosti ženskam vcepijo subjektivna čustva in zunanje čustveno odzive, ki lajšajo delo vzgajanja in oskrbovanja. Osebam z nižjim statusom pogosto ravno izražanje pozitivnih čustev omogoči vzpostavljanje čustvenih vezi z osebami z višjim statusom, s čimer pokažejo svojo pozitivno motivacijo za podpiranje ciljev oseb z višjim statusom (Alexander in Wood, 2002: 191).

#### **4.1. DRUŽINA IN ČUSTVENO KOMUNICIRANJE**

Družine se med seboj izrazito razlikujejo v načinu čustvenega komuniciranja in prav ta različnost se odraža v načinu obravnavanja čustev pri otrocih, kar posledično vpliva na njihovo razumevanje čustev. Učinkovito delujoče družine pošiljajo razumljiva sporočila, jasno prenesena na izbrani cilj. Jasna in neposredna komunikacija velja za najbolj učinkovito, saj družinskim članom omogoča sprejemanje povratnih informacij, vključno z informacijami o čustvenem komuniciranju. Otroci znanje o čustvenih stanjih uporabljajo pri vplivanju na medosebne odnose, bodisi s tolaženjem drugih, bodisi s spreminjanjem situacije v svojo korist. Otroci, ki so vzgojeni v družinah, kjer izražanje čustev ni odkrito, so pri pripisovanju smisla lastnim in tujim čustvenim izkušnjam prepuščeni sami sebi (Saarni in Buckley. 2002: 229-230).

#### **4.1.1. Čustvena dovzetnost**

Čustvena dovzetnost se nanaša na zmožnost ustreznega čustvenega odzivanja družinskih članov na nek dogodek, ki izvablja določeno čustvo. Odzivnost se kaže v smislu, ali je izraženo čustvo primerno dani situaciji, ali družinski člani znajo izkoristiti celoten nabor morebitnih čustvenih odzivov in intenzivnosti čustvenega odziva. Učinkovito delujoče družine imajo na voljo določen nabor čustvenih odzivov, ki jih primerno uporabljajo ter se odzivajo s primerno čustveno intenzivnostjo. Dimenzija čustvene dovzetnosti je globoko povezana z otrokovim razumevanjem in vrednotenjem čustev drugih ljudi, t.j. njihovo zmožnostjo empatije. Razvoj in izpopolnitev otrokovih medosebnih odnosov sta močno povezani z empatičnim razumevanjem čustev, zanimanj in potreb drugih. Posledica pomanjkanja možnosti za oblikovanje varnih vezi pri otrocih je razvoj pomanjkljivega razumevanja lastnih čustev in čustev drugih, kar vpliva na njihovo (ne)spodobnost doživljanja empatije do drugih (Saarni in Buckley, 2002: 230-232).

#### **4.1.2. Čustvena udeležba**

Čustvena udeležba se nanaša na stopnjo in kakovost vlaganja družinskih članov v blaginjo drug drugega, giblje pa se med pomanjkanjem udeležbe in simbiotsko udeležbo. Empatično udeleženi starši se z otroci ne ukvarjajo zaradi lastne koristi, temveč zaradi pristnega razumevanja potreb svojih otrok. Takšni starši potrjujejo čustva svojih otrok, kar slednjim omogoča ustrezno obvladovanje in prevzemanje odgovornosti za lastna čustva, to pa pospešuje tudi njihov proces osamosvajanja (Saarni in Buckley, 2002: 232-233).

#### **4.1.3. Vloge**

Družinski člani prevzamejo vloge, ki se nanašajo na družinske funkcije, oporo in oskrbovanje družinskih članov. Za "zdravo" družinsko delovanje je pomembno, da so te vloge dodeljene posameznikom tako, da izpolnjujejo s svojo vlogo povezane obveznosti; mehanizmi pa morajo biti urejeni tako, da dovoljujejo nadzor nad tem, v kolikšni meri so naloge izpolnjene (Epstein et. al. v Saarni in Buckley, 2002: 233).

Prakse spolne socializacije prikazujejo, kako vloge znotraj družinskega sistema vplivajo na razvoj otrokovega razumevanja čustev. Dečki so v naših družinah socializirani tako, da pretrgajo stike, da bi razvili lastnosti, ki pristojijo moškemu spolu, kot so samostojnost,

samozadostno spopadanje s težavami in čustvena samokontrola (Saarni in Buckley, 2002: 233).

#### **4.1.4. Reševanje problemov**

Družine se morajo učinkovito soočiti z ovirami, s katerimi se družina in njeni člani srečujejo. Poleg običajnih reševanj problemov, kot so zagotavljanje hrane in strehe nad glavo, se morajo družine v zadostni meri ukvarjati tudi s čustvenimi izzivi. V družinah, ki se soočajo z zlorabo alkohola, se otroci npr. naučijo določenih vlog, ki jim omogočajo funkcionirati znotraj napetega in kaotičnega sistema alkoholizma, te pa lahko vključujejo prevzemanje odgovornosti tako za instrumentalno kot čustveno reševanje problemov. V takšnih primerih otrok lahko postane tisti, ki svojim staršem nudi čustveno tolažbo (Saarni in Buckley, 2002: 234).

S čustvi povezani pogovori v družini ne samo, da izražajo oporo, ampak tudi izostrijo otrokovo zavedanje čustvenih stanj in pospešijo razvoj s čustvi povezanih konceptualnih sistemov. Otroci, ki odraščajo z odraslimi, ki spodbujajo razprave o čustvenih izkušnjah, utegnejo biti uspešnejši pri izražanju svojih čustev, prav tako pa so uspešnejši tudi pri razumevanju čustev drugih ljudi. Ti otroci imajo posledično razmeroma visoko stopnjo socialne in čustvene kompetence. Otroci, ki odraščajo v družinah, kjer izražanje (predvsem negativnih) čustev ni prosto, so prikrajšani za informacije o čustvih in njihovem uravnavanju, iz česar utegnejo sklepati, da se (teh) čustev ne sme izražati. Otroci, ki neovirano izražajo svoja čustva in imajo visoko razvito razumevanje čustev, so razmeroma spretni pri obvladovanju negativnega vzburjenja v mučnih situacijah. Zato učenje staršev pospešuje otrokovo sposobnost zadrževanja negativnih učinkov, samo-pomirjanja, preusmerjanja pozornosti in uravnavanja lastnih čustev. Pri tem se je pomembno vprašati, ali starši čustveni jezik uporabljajo za pojasnjevanje in učenje otrok o čustvih, ali skušajo s tem spreminjati otrokovo neprimerno vedenje (Eisenberg et al., 1998: 254-256).

## **5. RAZLIKE V ČUSTVOVANJU MED MOŠKIMI IN ŽENSKAMI**

### **5.1. ČUSTVA IN SPOL**

V preteklem desetletju se ni dramatično povečalo samo število študij o čustvih, temveč tudi zanimanje za raziskovanje, kako sta spol in čustva povezana (Shields, 2000: 4). Zahodne družbe so polne stereotipnih prepričanj o ženski kot čustvenem bitju in moškem kot racionalnim bitjem. Takšni stereotipi so se razširili predvsem po zaslugi povečanja spolne segregacije na področju javnega in zasebnega, kar je potekalo vzporedno s procesom industrializacije v zahodnih družbah od sredine 19. stoletja naprej (Fischer in Manstead, 2002: 71).

Tradicionalna veda psihologije se je ukvarjala zgolj s proučevanjem čustvovanja moških, kar pomeni, da je bila praktično polovica človeštva izvzeta iz raziskav. Z raziskavami o čustvovanju žensk so se raziskovalci začeli ukvarjati šele s pojavom feministične kritike moške pristranskosti v psihologiji. Tedaj so se začele tudi resne raziskave o identiteti moškosti in moškem načinu čustvovanja, pred tem so moške namreč obravnavali kot predstavnike človeške rase, kot da bi obstajal samo en spol (Jansz, 2002: 166).

Razcep med razumskim moškim in čustveno žensko, ki so ga ideološko utrjevali različni filozofski sistemi v evropski tradiciji, se je torej poglobil na prehodu od renesanse k moderni kapitalistični ureditvi. Tako so moški vstopali v instrumentalno sfero produkcije in instrumentalne tržne odnose, kjer so delovali po načelih formalne racionalnosti, pragmatičnosti, preračunljivosti in koristnosti. Po drugi strani je urejanje čustev kot delo žensk potekalo tako, da so v sebi in drugih družinskih članih razvijale ustrezna čustva in predelovale negativna čustva in razpoloženja. Iz tega je razvidno, da je stereotipno povezovanje žensk s čustvenostjo in moških s čustveno hladnostjo zgodovinsko vezano s povezovanjem žensk z zasebnostjo in moških z javnostjo (Šadl, 1999: 205-208). Glede na tradicionalno delitev vlog se je od žensk pričakovalo, da razvijajo "ženske lastnosti": kooperativnost in pripravljenost ustreči drugim. Pri moških pa je odprto izražanje čustev (z izjemo jeze ali ponosa, zmage) postalo znak pomanjkljive moškosti. Medtem ko so lahko v notranjosti pogosto občutili čustva strahu, bojazni, zaskrbljenosti, negotovosti in razočaranja, so jih "navzven" zanižali, da bi ustvarili vtis moškosti (Šadl, 1999: 208).

C. Lutz (v Madden et al., 2002: 280) trdi, da dvojni standardi glede stereotipov o čustvenosti služijo kot funkcija ohranjanja družbene hierarhije. Pravi namreč, da žensko



čustveno izražanje pomaga ohranjati takšno družbeno hierarhijo, kjer so ženske obravnavane kot neracionalne, zmedene, neobvladane in posledično nevarne. Moške, po drugi strani, povezujemo z bolj cenjenimi procesi kot je racionalno, nadzorovano mišljenje. Prepričanje, da so ženske bolj čustvene, služi kot socialna funkcija legitimiziranja podrejenega družbenega položaja žensk v hierarhiji moči.

V družbeni sedanosti se še vedno soočamo s stereotipom, da je čustvenost, predvsem čustvena izraznost, bistvo razlik med spoloma. Med spoloma obstajajo razlike glede čustvovanja, vendar to niso razlike v čustvovanju. Ženske so npr. v primerjavi z moškimi bolj pripravljene priznati in govoriti o svojih (in tujih) čustvenih stanjih, prav tako čustvom namenjajo več pozornosti in v večji meri kot moški urejajo svoja lastna in čustva drugih. Ženskost in ženske družbene vloge povezujemo s sposobnostjo doživljanja, izražanja in sporočanja čustev ter z zmožnostjo vživljanja v čustva drugih ljudi. Po drugi strani so moškost in moške družbene vloge definirane kot sposobnost potlačevanja in nadzora nad lastnimi čustvi. Ženske naj bi bile tako bolj kot moški nagnjene k doživljanju in izražanju prodružbenih čustev (empatija, veselje, navdušenje) ter čustvom, ki jih povezujemo z nemočjo ali ranljivostjo (strah, žalost in sramežljivost). Ravno slednja čustva predstavljajo grožnjo zahodnim predstavam moškosti, saj naj bi bila oseba, ki doživlja ta čustva šibka, nemočna in neobvladana. V nasprotju s tem se moškost v zahodnih družbah še vedno povezuje s t.i. močnimi čustvi (jeza, ponos in prezir), saj naj bi ta pomagala krepiti moč in status posameznika (Fischer in Manstead, 2002: 71-72).

Zahodna družba čustva dojema kot človeku notranja, bodisi v smislu "imeti čustva" kot občuteno doživetje ali v smislu "biti čustven" kot nagnjenje k čutenju. Enačenje čustev z občutki prinaša niz predpostavk o obvladovanju, racionalnosti in izražanju tega občutka. Tako obstaja globoka povezanost med prepričanji o spolu in čustvih ter vzdrževanjem obstoječih struktur družbene moči. Motiv spola in čustev, predvsem razlik med spoloma, je opazen tudi pri pravnih in družbenih ureditvah v sodobni ameriški družbi. Prepričanja o čustvih so celo tako urejena, da se lahko ohranja status quo, kadarkoli pride do tega, da so meje med spoloma ogrožene (Shields, 2000: 3, 4).

Kulturni model posameznika je najlažje pojasniti s pomočjo ljudi, ki se pojavljajo v javnosti. Primere, kakšni moški so, oz. kakšni bi morali biti, najdemo med znanimi poslovneži, političnimi voditelji ter med moškimi, ki se pojavljajo kot gosti v pogovornih oddajah. Ti predstavljajo vir za oblikovanje določenega modela moškosti. Navkljub različnosti v moških stilih in vlogah, je sodobnemu moškemu mogoče pripisati nekatere značilne lastnosti, ki veljajo za bele zahodne moške srednjega razreda (Jansz, 2002: 166).

V sodobni zahodni družbi je dominantni model moškosti opredeljen s štirimi lastnostmi: neodvisnost (moški se s težavami spopada sam, življenjske stiske prenaša s "stisnjenimi zobmi", svoje odvisnosti ne priznava nikomur); uspeh (moški je uspešen pri delu in pri igri, s čimer zagotavlja hrano za svoje ljubljene); napadalnost (moški je žilav, v danih okoliščinah se obnaša tudi napadalno); stoičnost (moški ne razkriva svoje bolečine, ne žaluje javno, izogiba se močnim, odvisnim in toplim občutkom). Navkljub odstopanjem moški svojo identiteto še vedno oblikujejo znotraj meja takšnega modela moškosti. Življenje na podlagi takšnega tradicionalnega modela moškosti je za številne moške vzrok stresa, saj jih pestijo skrbi, da ne bi dosegli družbenega standarda uspešnosti, prav tako so stalno v skrbeh zaradi morebitnih fizičnih pomanjkljivosti pri športnih dejavnostih ali zaradi občutkov intelektualne manjvrednosti. Moški, ki se pri doseganju družbenih standardov uspešnosti soočajo s težavami, občutke karierističnega neuspeha pogosto nadomeščajo z napadalnim vedenjem (Jansz, 2002: 168-169).

Izražanje žalosti, depresije, strahu in zadrege oz. sramežljivosti je v sodobni (zahodni) družbi še vedno obravnavano kot "ne-moško". Moški, ki taka čustva izražajo, niso deležni samo več negativnih odzivov kot ženske, temveč so tudi redkeje kot ženske deležni tolažbe. Po drugi strani je izražanje jeze ali agresije za moške sprejemljivo, ne pa tudi za ženske. Agresivne dečke namreč ocenjujemo kot bolj priljubljene in družbeno sprejemljive kot neagresivne. V nasprotju s tem so agresivne deklice običajno obravnavane kot manj priljubljene od neagresivnih, poleg tega se soočajo tudi z različnimi težavami v medvrstniških odnosih (Brody, 2002: 25).

Zadrževanje čustvenega izražanja je pogosto povezano tudi s srčno-žilnimi težavami. Raziskave so pokazale, da so te težave pri moških pogosto posledica stresa zaradi poskusov, da bi dosegli sodobni standard moškosti. Moške, ki se trdno držijo tradicionalnih idealov moškosti, situacije, ki bi utegnile ogroziti njihovo identiteto, bolj pogosto čustveno močno razburijo kot moške, ki se ne oklepajo tradicionalnih idealov moškosti. Poleg zdravstvenih težav, ki jih povzroča zadrževanje čustev, se težave kažejo tudi v oslabljenih družbenih odnosih. Zadrževanje čustev je povezano s težavami pri komuniciranju, s katerim se sooča veliko moških, saj pri prepoznavanju občutkov iz neverbalnih obraznih, telesnih in glasovnih namigov niso tako uspešni kot ženske (Jansz, 2002: 174-175).

Raziskava K. Dindie in M. Allena (v Jansz, 2002: 171) je pokazala, da moški manj pogosto izražajo čustva kot ženske, vendar te razlike niso bile tako velike kot bi bilo mogoče sklepati iz stereotipov o "racionalnem moškem" in "čustveni ženski". Razlike med moškimi in ženskami so bile še največje v primeru interakcije z osebo istega spola, pogovori med

moškimi so namreč manj intimni kot pogovori med ženskami. Kadar moški govori z žensko, ji razkrije manj kot ženska, ki govori z drugo žensko. Zanimivo je, da ženske, ki so v pogovorih običajno bolj intimne, moškim o sebi razkrijejo ravno tako malo kot moški. Moški v pogovorih ne razkrijejo veliko o sebi, saj se raje pogovarjajo o razmeroma neosebni zadevah, kot so služba, skupne aktivnosti, šport in politika, medtem ko se ženske raje pogovarjajo o zasebnih stvareh. Razlog, da moški neradi delijo intimne občutke, se skriva v tem, da izražanje občutkov nežnosti razkriva ranljivost, ki je običajno znak šibkosti. S tem, da ne izražajo teh občutkov, torej skušajo zaščititi svojo identiteto.

V zahodnih družbah neekspresivne ženske pogosto še vedno veljajo za "neprave", medtem ko se "pravi" moški konstituira z zanikanjem in potlačitvijo čustev. Družbena pričakovanja o primernem čustvovanju, še posebno glede na spol, so še vedno močna, tako da igra čustvena odklonskost pomembno vlogo v razpoznavanju in označevanju psihičnih motenj. Ženske niso preprosto (po naravi) bolj čustvene od moških in čustva moških niso manj intenzivna od čustev žensk. Človeška zmožnost čustvovanja, izražanja in nadzorovanja čustev je biološko določena in zato univerzalna. Moški in ženska sta enaki (potencialni) čustveni bitji, oba tudi izvajata emocionalno delo. Pod vplivom kulturnih zahtev, pričakovanj, spodbud in nenazadnje tudi sankcij, vpetih že v zgodnjo emocionalno socializacijo, so moški in ženske razvili različne sloge čustvovanja. Ženske so razvile vzorec, po katerem v primerjavi z moškimi več pozornosti namenjajo čustvom in razpoloženjem drugih, se verjetno bolj zavedajo čustev, imajo večje (naučene) zmožnosti prepoznavanja, poimenovanja, izražanja in interpretiranja lastnih in tujih čustev, čustva izražajo bolj odkrito, afektivnim vidikom življenja pripisujejo večji pomen in visoko vrednotijo intimne in čustvene odnose z drugimi, več in bolj osebno komunicirajo (Šadl, 1999: 208-210).

Razlike v čustvovanju ne obstajajo zgolj med spoloma, temveč tudi med različnimi kulturami. Ena izmed razlag o razlikah v razširjenosti in moči pravil izražanja med različnimi kulturami izhaja iz predpostavke o nasprotju med kolektivističnimi in individualističnimi vrednotami. V individualističnih družbah so vezi med posamezniki ohlapne, velik poudarek je namenjen neodvisnosti in samostojnosti; v kolektivističnih družbah pa imajo posamezniki dolgotrajne in močne vezi z družbeno skupino. V individualističnih družbah se torej poudarja neodvisnost, zanašanje nase in individualno izražanje, relativno manjši pa je poudarek na kolektivnih pravilih v zvezi z vedenjem in interpretiranjem situacij. Posameznikovo izražanje čustev velja za primerno, ne glede na to, ali gre za negativna ali pozitivna čustva, pomembno je le, da so ti občutki pristni in izraz posameznikovega notranjega stanja in motivov. Kulturno pravilo, ki vodi čustveno vedenje, je potemtakem v bistvu povsem individualistično in ga

lahko opišemo z besedami "bodi, kar si." V kolektivističnih družbah je večji poudarek namenjen posameznikovemu odnosu do skupine. Posameznikovo vedenje je zato manj določeno z njegovimi lastnimi motivi in prepričanji kot s skupnimi pravili in normami. Takšna kolektivna pravila temeljijo na spoštovanju do drugih in pomembnosti danega konteksta kot vodilnega načela posameznikovega vedenja. V kolektivističnih družbah so splošne kulturne norme pomembnejše od spolnih norm (Fischer in Manstead, 2002: 77-78).

Raziskava A. Fischer in A. Mansteada (2002: 88-91) je pokazala, da ženske tako v kolektivističnih kot individualističnih družbah intenzivneje doživljajo čustva in jih tudi bolj odprto izražajo kot moški. Izkazalo se je, da so razlike med spoloma v individualističnih družbah običajno večje kot v kolektivističnih. Moški, ki odraščajo v individualističnih državah, se v procesu socializacije spolnih vlog naučijo, kako se izogibati situacijam, ki bi utegnile prebuditi čustva in predstavljajo grožnjo njihovemu statusu samostojnega moškega, ki ima (oz. bi moral imeti) situacijo pod nadzorom. Navkljub domnevno bolj liberalnim spolnim vlogam v individualističnih družbah, se ženske v teh družbah naučijo, da je zanje bolj sprejemljivo ali celo pričakovano, da jih "premagajo" čustva. Naučijo se tudi, da drugi ljudje od njih pričakujejo izražanje predvsem pozitivnih čustev. Moški se v teh družbah naučijo, da če se že soočijo z občutki nemoči, izražanju le-teh ne sledi nagrada. Regulativna pravila, ki prevladujejo v individualističnih družbah so običajno tista, ki ženskam svetujejo, kako pomembno je čustveno izražanje. Prevladujoča konstitutivna pravila v teh družbah moškim svetujejo naj preučijo situacije, ki bi jih morebiti lahko prikazale v luči šibkosti, kot take, ki se jih ne tičejo ali ne presegajo njihovih sposobnosti obvladovanja situacij. Dejstvo, da se moški naučijo svoja življenja obvladovati tako, da čustvovanje doživljajo manj intenzivno kot ženske, pomeni, da so ženske tiste, ki z bolj odprtim izražanjem čustev nadomeščajo ta primanjkljaj čustvenosti v družbenem življenju.

## **5.2. ČUSTVENO KOMUNICIRANJE IN RAZLIKE MED SPOLOMA**

V vsakdanjem življenju se ljudje med seboj sporazumevamo na zelo različne načine. Seveda ima vsak posameznik lasten slog izražanja, obstajajo pa neke skupne točke izražanja žensk in moških. Ljudje se med seboj sporazumevajo verbalno in neverbalno. Čustveno komuniciranje se odvija tako na verbalni kot neverbalni ravni, vendar je s strani raziskovanja bolj zanimivo raziskovanje slednjega, saj je pogosto bolj spontano, torej manj regulirano s strani posameznika. Z neverbalnim izražanjem sta povezani tudi izraznost in izrazna

natančnost. Izraznost se nanaša na obrazno mimiko in telesno gibanje. Izrazna natančnost nam pove, če izrazni gibi občinstvu natančno sporočajo čustveno informacijo. Pri izrazni natančnosti ločimo dve podvrsti: spontano in narejeno ("posed"). Oseba, ki izraža čustva, ima visoko spontano izrazno natančnost, če opazovalec lahko na podlagi njenega/njegovega neverbalnega vedenja sklepa, katera čustva izraža, čeprav ta teh ne izraža premišljeno. Oseba, ki izraža čustva, ima visoko narejeno izrazno natančnost, če premišljeno skuša prenesti čustvena sporočila preko neverbalnih namigov in ji/mu to tudi uspe. Pri tem se postavlja vprašanje, ali obstajajo razlike med spoloma v izrazni natančnosti glede na to, katero čustvo je izraženo. Na podlagi tega, da nekatera čustva veljajo za "ženska" (sreča, žalost, strah), druga pa za moška (jeza, prezir, gnus), je mogoče predvidevati, da v skladu s tem obstajajo razlike v izrazni natančnosti. Uspešnost pri ocenjevanju neverbalnega vedenja vključuje nekakšno mešanico znanja in napora (Hall, Carter in Horgan, 2002: 107-112).

Pri neverbalnem komuniciranju gre za določene oblike vedenja, kot je npr. smejanje ali strmenje, pri čemer je pomembna tudi jasnost neverbalnega komuniciranja. Opozoriti moramo, da pri neverbalnem komuniciranju ne gre vedno tudi za čustveno izražanje. Ni namreč nujno, da vsi neverbalni izrazi nosijo tudi čustvene pomene. Poleg tega je v primeru čustvenega izražanja pogosto težko točno ugotoviti za katero čustvo gre, saj za razliko od pomenov pri verbalnem komuniciranju, neverbalno komuniciranje nima nekkih fiksnih "slovarskih" pomenov. Še en problem, ki ga srečujemo pri proučevanju neverbalnega komuniciranja, je negotovost o pristnosti izraženega čustva. Ljudje smo se namreč skozi proces čustvene socializacije med drugim naučili nadzirati tudi svoje neverbalno vedenje (predvsem obrazno izražanje), to pa pomeni, da si lahko nadenemo napačne izraze, določena čustva izrazimo z drugačno intenzivnostjo kot jih čutimo ali pa svoja prava čustva zamaskiramo z nevtralnimi. To so nekatere izmed dvoumnosti, zaradi katerih je težko natančno razložiti razlike med spoloma, prav tako pa predstavljajo ovire pri oblikovanju trdnih povezav med neverbalnim vedenjem, čustvi in spolom (Hall, Carter in Horgan, 2002: 97-98).

Čustveno-ekspresivno ("emotional-expressive") vedenje pri komuniciranju z drugimi spada med pomembnejše načine komuniciranja. Kulturno pogojeni pomeni in domneve o tem, kaj določeni primeri čustveno-ekspresivnega vedenja vsebujejo, spadajo v t.i. področje metakomuniciranja, ki se ukvarja s sporočili o sporočilih. Kadar smo v nekem medosebnem odnosu, imajo naše verbalne izmenjave določeno leksikalno vsebino, neverbalno vedenje pa je tisto, ki prenaša naše metakomunikativne cilje. Vzporedno z metakomunikacijo obstaja tudi t.i. metapercepcija, ki se nanaša na to, kako mi mislimo, da nas drugi dojemajo. Kadar torej

skrbno nadzorujemo in uravnavamo vtis, ki ga skušamo napraviti na drugo osebo, pozorno opazujemo, kako nas sogovornik/ca utegne ocenjevati. Ravno ta izrazna, pogosto s čustvi nabita, neverbalna vedenja obojestransko uravnavajo medosebna posredovanja. Šele, ko na verbalno in neverbalno izražanje čustev gledamo kot na skupno delujoč sistem čustvenega komuniciranja, lahko vidimo, kako eno izrazno komponento, npr. neverbalno izrazno vedenje, lahko uporabimo pri določanju ali dajanju poudarkov drugi – v tem primeru – komponenti lingvističnega izražanja – in obratno (Saarni in Buckley, 2002: 214-215).

Čustveno komuniciranje se bo spremenilo le s spremembami v organizaciji družinskega življenja. To pomeni tedaj, ko si bosta partnerja dejansko enakomerno delila breme vzgoje in skrb za otroke, in ko bodo očetje bolj intimno vključeni v življenje svojih otrok kot so sedaj. Posledica nove delitve dela, kjer očetje v primerjavi s tradicionalno delitvijo dela več časa namenijo vzgajanju je, da dečki izražajo manj jeze in več strahu (Jansz, 2002: 180).

### **5.3. ANALIZA RAZLIK V ČUSTVENEM IZRAŽANJU MED SPOLOMA PO POSAMEZNIH ČUSTVIH**

Med spoloma je mogoče najti nekatere razlike v doživljanju in izražanju čustev. Pri tem se soočamo s težavo ločevanja spola od ostalih spremenljivk. Eden izmed najbolj trdovratnih metodoloških problemov je namreč ravno ločevanje spola od vseh ostalih dejavnikov, s katerimi je ta v naših družbah povezan. Število spremenljivk, s katerimi je povezan spol, je pogosto najbolj razširjen problem pri raziskovanju spola. Te povezave najpogosteje vodijo k zmedi, kjer sta učinka dveh ali več spremenljivk pomešana, zaradi česar se je težko odločiti, katera povzroča učinek. Ker je spol povezan s številnimi razlikami v družbenem okolju in statusu, raziskovalci redko z gotovostjo vedo, ali so moški in ženski vzorci med seboj primerljivi (Crawford, 1995: 6).

V naslednjih poglavjih so prikazane nekatere izmed razlik med spoloma v primeru nekaterih najpogosteje občutenih čustvih.

#### **5.3.1. Smehljanje in razlike v izražanju med spoloma**

Zanimivi so rezultati meta-analize o smehljanju ("smile") in razliki med spoloma, ki sta jo izvedla M. Lafrance in M. Hecht (2002). Smehljanje naj bi bilo med najenostavnejšimi in najmanj dvoumnimi čustvenimi izrazi, izkazalo pa se je, da gre za izredno spremenljive in

kompleksne obrazne izraze. Raziskovalci so stoletja proučevali pomen smehljanja. Najdoslednejše ugotovitve so pokazale, da smehljanje najpogosteje izraža pozitivna čustva, po drugi strani pa se je izkazalo tudi, da se ljudje smehljajo tudi, kadar so v zadregi, nesrečni in zaskrbljeni. Poleg tega smehljanje včasih deluje kot družbeni signal, ki ne predstavlja nujno tudi čustvenega izkustva. Pri smehljanju gre najpogosteje za pristne in spontane odzive, je pa smehljaj eden izmed najbolj premišljenih obraznih izrazov, saj se dozdeva, da služi različnim družbenim funkcijam v različnih družbenih kontekstih (LaFrance in Hecht, 2002:119-120).

Pojasniti razlike med spoloma, kar zadeva smehljanje, je izredno težko, še posebno, ker ne vemo, če je ta razlika povezana s čustvi. Dejavniki, ki vplivajo na žensko smehljanje, so čustveni, kognitivni in motivacijski. Pri tem se postavlja vprašanje, koliko se ženska želi prilagajati pričakovanjem drugih. Že večkrat je bilo omenjeno, da razlog za razlike v verbalnem in neverbalnem vedenju leži v dejstvu, da ženskam pripada nižji družbeni status kot moškim. Žensko vedenje se od moškega razlikuje na enak način kot se vedenje šibkih, podložnih in podrejenih ljudi razlikuje od vedenja močnih, vzvišenih in dominantnih ljudi. Če za ženske velja, da se podrejajo določenim spolnim vlogam, isto do neke mere velja tudi za moške. Značilnosti kot so naravnost k storilnosti, tekmovalnost in izžarevanje moči namreč do neke mere moškim prepovedujejo smehljanje zaradi stereotipnega povezovanja smehljanja s šibkostjo ali pa preprosto zaradi tega, ker naj smehljanje ne bi bilo funkcionalno ustrezno pri doseganju omenjenih ciljev (Hall, Carter in Horgan, 2002: 100-106).

### **5.3.2. Jok in razlike v izražanju med spoloma**

Jok je eden izmed najbolj tipičnih oblik človekovega čustvenega izražanja. Pogosto smo priča izrazom kot sta "jokal/a je od sreče" ali "jokal/a je od žalosti". Jok je po naravi odziv na nek čustveni dogodek, na določene spomine ali zgolj odsev čustvenih dogodkov. Jok kot čustveni izraz ima dve funkciji: sprostitvev napetosti ali katarza in komuniciranje (oseba, ki joče, da drugim vedeti, da se počuti nemočno in potrebuje pomoč ter oporo). Kljub temu, da naj bi jok sprostil napetost in izvabil čustveno oporo, je včasih uporabljen tudi kot sredstvo manipuliranja, ki se v tem primeru spremeni v strategijo obvladovanja problemov (Vingerhoets in Scheirs, 2002: 143-144).

Na splošno so odrasle ženske bolj nagnjene k jokanju in tudi dejansko jočejo pogosteje kot moški. Pomembno vlogo pri tem igra socializacija. Proces socializacije ni nujno omejen samo na učenje dečkov, kako zadrževati solze, in učenje deklic, kako pustiti solzam prosto pot, ampak je povezan tudi z izpostavljenostjo različnim situacijam, ki bi utegnile sprožiti

jokanje, ter neenakim procesom ocenjevanja (Vingerhoets in Scheirs, 2002: 160). Raziskava A. Fischer in sodelavcev (v Vingerhoets in Scheirs, 2002: 152) o spolnih razlikah v ocenjevanju situacije in joku je pokazala, da ženske nemoči in negativni samopodobi pripisujejo večji pomen kot moški. Ženske stresne dogodke običajno ocenijo na način, ki ima večji vpliv na njihovo nadaljnje življenje kot moški, poleg tega potrebujejo več časa za okrevanje po stresnem dogodku.

Četudi obstajajo izjeme, je na splošno mogoče reči, da so ženske bolj nagnjene k čustvenemu načinu obvladovanja ("emotion-focused coping strategy") in iskanju čustvene opore kot moški, ki pogosteje uporabljajo strategijo obvladovanja problemov ("problem-focused coping strategy"). Ženske se tudi pogosteje počutijo nemočne, sploh kadar so jezne. Jok se zato pogosto zdi kot funkcija obvladovanja, ki jo ženske nemalokrat uporabijo in ji pripisujejo visoko vrednost. J. Ptacek in sodelavci (v Vingerhoets in Scheirs, 2002: 149) so omenjali dve hipotezi v povezavi z razlikami med spoloma v obvladovanju situacij. Ena je socializacijska druga pa strukturalna hipoteza. Prva predpostavlja, da so dečki in deklice na drugačen način socializirani za obvladovanje stresnih situacij. Zaradi pričakovanih spolnih vlog se dečki naučijo obvladovanja na instrumentalen način, medtem ko se deklice spodbuja, da svoja čustva izražajo in poiščejo družbeno oporo. Strukturalna hipoteza pa predvideva, da je razlike v načinu obvladovanja stresnih situacij mogoče pripisati razlikam v oblikah stresnih situacij, s katerimi se moški in ženske običajno srečujejo. Moški in ženske se v življenju soočajo z različnimi situacijami, ki iz njih izvabljajo čustvene odzive. Pri tem obstajajo dokazi, da ženske doživljajo drugačne stresorje kot moški. Pomembno pri tem je, da to velja tudi za dogodke, ki izvabljajo jok. Smiselno je domnevati, da dogodke kot je smrt bližnjega, moški in ženske doživljajo podobno. Mogoče je trditi, da imajo ženske bolj izrazito sposobnost empatije in bolj intimne odnose z drugimi ženskami, zaradi česar so bolj nagnjene k joku v primeru travmatičnih dogodkov, ki se pripetijo njihovim bližnjim ali celo ne tako bližnjim ljudem. Moški in ženske se torej med seboj razlikujejo v vrstah situacij, ki so jim pasivno izpostavljeni in vrstah situacij, ki jih namerno iščejo oz. se jim izogibajo (Vingerhoets in Scheirs, 2002: 151-152).

B. Gillespie in R. Eisler (v Vingerhoets in Scheirs, 2002: 152) sta identificirala nekaj stresorjev, ki jih ženske dojemajo kot bolj stresne kot moški. Ti vključujejo strah pred nečustvenimi odnosi, strah pred neprivlačnostjo, strah pred viktimizacijo, strah pred preveč samozavestnim vedenjem in strah pred neizpolnjevanjem vloge skrbnice. Po drugi strani za moške največje stresorje predstavljajo fizične pomanjkljivosti, čustvena izraznost, podrejenost ženskam, intelektualna manjvrednost ter profesionalni neuspeh. Teh razlik med moškimi in



ženskami še ni mogoče najti pri novorojenčkih in pri otrocih do dveh let, saj se razvijajo šele v kasnejšem razvojnem obdobju (Vingerhoets in Scheirs, 2002: 152, 156).

### **5.3.3. Jeza in razlike v izražanju med spoloma**

Eno izmed čustev, pri katerem naj bi med moškimi in ženskami obstajale precejšnje razlike v doživljanju in izražanju, je jeza. Gre za zelo vsakdanje doživeta in izražena čustva in v nasprotju z obstoječimi stereotipi se v določenih situacijah razjezijo tako moški kot ženske. C. Tavis (v Kring, 2002: 224) ugotavlja, da stereotipi o jezi več povedo o razlikah v statusu kot o razlikah med spoloma, saj je ženskam zgodovinsko pripadal nižji status v družbi. Tako moški kot ženske se namreč soočajo s težavami pri izražanju jeze v odnosu do nosilcev višjega družbenega statusa, kot mu pripadajo sami.

Jeza po večini meril spada med neprijetna oz. negativna čustva. Običajno se pojavi kot odgovor na dejansko ali domnevno grožnjo, prekinitev nekega početja ali kot odgovor na opaženo namerno ali neopravičljivo škodo ali malomarnost. Jeza spada med družbena čustva, saj se najpogosteje pojavi kot odgovor na dejanja in besede drugih, poleg tega je pogosto usmerjena na druge, posledice doživljanja in izražanja jeze pa so pogosto medosebne. Motivacija pri doživljanju jeze pogosto vključuje maščevanje ali kaznovanje in je običajno usmerjena na drugega posameznika (Kring, 2002: 212).

Pri izražanju jeze se je izkazalo, da se razlogi za pojav jeze v primeru tesnih odnosov med moškimi in ženskami razlikujejo. Tako se ženske pogosteje jezijo zaradi neprimerne vedenja moških, moški pa se pogosteje jezijo zaradi ženskih negativnih čustvenih odzivov in vase usmerjenega vedenja ("self-focused behaviour"). Raziskava D. Bussa (v Kring, 2002: 214) je pokazala, da so ženske bolj jezne in razburjene od moških v primeru pokroviteljskega odnosa, lahkomiselnega, zanemarjajočega ali odbijajočega vedenja, zlorabe alkohola in partnerjeve čustvene utesnjenosti. Razloge za moško jezo in razburjenje pa najdemo v "ženski muhavosti" in "zatopljenosti samih vase" (Kring, 2002: 214). Na splošno so raziskave pokazale, da v medosebnih situacijah ženske bolj občutijo jezo kot moški, kadar pa je jeza odraz krivice do neke druge osebe, moški in ženske jezo občutijo v enaki meri (Kring, 2002: 216). Kar se tiče izražanja jeze, so raziskave pokazale, da razlike obstajajo samo v obliki izražanja jeze, ne pa tudi v pogostosti. Moški so tako poročali, da v primeru jeze fizično in/ali verbalno napadejo objekte ali ljudi, medtem ko ženske v primeru jeze pogosteje jočejo.

#### 5.3.4. Žalost, depresija in zaskrbljenost (anxiety) ter razlike v izražanju med spoloma

Čustvo, ki se mu v življenju zagotovo ne moremo izogniti, je žalost. Tako moški kot ženske se v življenju včasih soočijo z žalostjo. Se pa nanjo različno odzivajo; kadar so žalostne, ženske pogosteje kot moški poiščejo pomoč nekoga, s komer lahko delijo ta čustva. Ženske ne samo, da v primeru žalosti pogosteje iščejo pomoč, so tudi osebe, h katerim se drugi pogosteje obračajo za pomoč, posledica česar je ne zgolj pogostejše poslušanje o žalosti, temveč tudi bolj empatično odzivanje nanjo v primerjavi z moškimi. Za ženske, zlasti belke srednjega razreda iz zahodne kulture, je žalost razmeroma pogosto občuteno in tudi izpovedano čustvo. Pogovor žensk o žalosti je sprejemljiva in pomembna oblika družbene interakcije; s pogovorom žalost postane samo-pojasnljiv ("self-defining") vidik ženske izkušnje, v manjši meri pa tudi moške. Žalost pogosto povezuje ljudi v omrežja medsebojne povezanosti, kar je pozitiven vidik ženske identitete. V nasprotju z ženskami se moški naučijo, da žalost ni primerna tema pogovorov. Pogovori o žalostnih dogodkih so običajno kratki, čustvo žalosti pa je redko jasno izraženo. Ker moški o žalostnih izkustvih običajno ne govorijo veliko, in ker je njihova samopodoba določena z ločenostjo od drugih, so bolj nagnjeni k osamljenosti, kar utegne voditi k agresivnim reakcijam kot sta odvisniško in nasilno vedenje. Žalost običajno vključuje izgubo nečesa; za ženske pomeni izgubo sebe v nekem odnosu ("self-in-relation"), medtem ko za moške pomeni izgubo nadzora nad sabo ("self-in-control") (Fivush in Buckner, 2002: 248-250).

Žalost spada med univerzalna človeška čustva. Vsi se soočamo z izgubo bližnjih, končanja pomembnih odnosov ter povsem vsakdanjimi izgubami in razočaranji v vsakdanjem življenju. Moški in ženske čustvene izkušnje razumejo in v svoja življenja integrirajo na različne načine, kar je rezultat sodelovanja v spolno diferenciranih dejavnostih in interakcijah. Medspolne razlike v primeru žalosti so še posebej pomembne zaradi ogromnih medspolnih razlik v depresiji. Ženske pogosteje poročajo o depresiji, poleg tega imajo tudi pogosteje postavljeno diagnozo simptomov depresije, saj žalost izražajo bolj intenzivno kot moški (Fivush in Buckner, 2002: 232). Izkustva žalosti ne gre enačiti z izkustvom klinične depresije. Žalost ali razočaranje kot odziv na nek dogodek ali okoliščino ni niti tako intenziven niti tako patološki kot depresija, čeprav žalost utegne voditi k izražanju simptomov depresije (Fivush in Buckner, 2002: 235).

Medtem ko je pri medspolnih razlikah potrebno upoštevati tudi biološko dejavnike, je primarne vzroke za razlike v doživljanju depresije med spoloma vseeno najti med družbenimi dejavniki. Ženske se bolj posvečajo čustvenemu izkustvu, prav tako pogosteje priznavajo in

se pogovarjajo o čustvenih izkustvih; o žalosti razglabljajo pogosteje kot moški, kar vodi k večjemu nagnjenju k takšnim čustveno pogojenim motnjam kot je depresija. Pri tem se pojavi zanimiv paradoks. Ženske pogosteje obolevajo za depresijo kot moški, ker so bolj pripravljene izražati in razpravljati o žalostnih dogodkih. Po drugi strani imajo ženske močna omrežja socialne opore; možnost razpravljati o osebnih izkušnjah in občutkih z drugimi osebami tako varuje pred depresijo. Ženske imajo tudi večja in intimnejša socialna omrežja kot moški. Če sprejmemo, da je glavni dejavnik pojava depresije pomanjkanje socialne opore, zakaj so potem ženske, ki imajo večja omrežja socialne opore kot moški, istočasno izpostavljene večjemu tveganju pojava depresije? Odgovor utegnemo najti v kakovosti ženskih omrežij socialne opore (Fivush in Buckner, 2002: 236). Glavni dejavnik depresije pa se verjetno skriva druge, in sicer v konkretnih okoliščinah življenja žensk (neravnovesje med družino, poklicem oz. službo in prostim časom).

W. Snell in sodelavci (v Fivush in Buckner, 2002: 237) so v raziskavah ugotovili, da moški in ženske v svojih socialnih omrežjih o nečustvenih temah govorijo enako pogosto, razlike pa postanejo večje, ko pogovor nanese na čustvene teme, kjer se izkaže, da ženske razkrijejo precej več čustev kot moški. Ženske s prijatelji/cami izrazito pogosteje govorijo o negativnih čustvih, kot so depresija, zaskrbljenost in strah, kot moški. Iz tega je mogoče sklepati, da ženske pogosteje kot moški razpravljajo o žalostnih ali depresivnih dogodkih. Moški o žalosti in depresiji po vsej verjetnosti razpravlja z žensko, kar pomeni, da ženske ne samo da pogosteje razkrivajo svoja čustva, ampak tudi pogosteje poslušajo razpravljanje o negativnih čustvih drugih ljudi, kot moški. Ženske svoja čustvena izkustva običajno postavijo v kontekst medosebnih odnosov, saj se bistveno pogosteje kot moški pogovarjajo o čustvenih izkustvih z drugimi ljudmi in o njih, ti učinki pa so še posebej izraziti pri doživljanju in izražanju žalosti. Iz tega je mogoče potegniti dva zaključka o tem, zakaj med spoloma obstajajo razlike glede žalosti in depresije. Ženske se prijateljevanju posvečajo bolj čustveno kot moški, zato se pri obvladovanju čustvenih izkustev zanašajo na to socialno oporo, druge ljudi pa v veliki meri obravnavajo kot integralni del samopredstave. Zaradi tega utegnejo biti motnje v socialnih omrežjih bolj razdiralne in boleče za ženske kot za moške, kar vodi k večji nagnjenosti k depresiji. Do medspolnih razlik v prijateljskih vzorcih in čustveni ekspresivnosti pride že v najzgodnejšem otroštvu. Že v predšolskih letih je igra deklet bolj prisrčna in skupinsko orientirana, medtem ko je igra dečkov bolj agresivna in tekmovalna. Ti vzorci postanejo še bolj poudarjeni v osnovnošolskem obdobju, ko si deklice najdejo tesne in intimne "najboljše prijatelje/ice", s katerimi se zapletajo v medsebojne igre, kjer se pod pojmom "igra" pogosto skriva zgolj pogovor. Po drugi strani se dečki bolj posvečajo

skupinskim dejavnostim, ki poudarja moštveno pripadnost, podrejanje pravilom in le malo medsebojne pogovorne interakcije. Že pri osmih letih se dečki s svojimi najboljšimi prijatelji pogovarjajo o športu in televiziji, medtem ko se isto stare deklice s svojimi najboljšimi prijateljicami pogovarjajo o težavah in čustvih. Takšne teme, ki deklice povezujejo, dečke pa ločujejo, je mogoče opaziti tudi pri otrokovem govoru o svoji preteklosti. Dečki in deklice poročajo o različnih metodah izražanja čustev. Deklice žalost izrazijo verbalno in z jokom, medtem ko dečki negativna čustva, predvsem jezo, a tudi žalost, izražajo s pomočjo agresivnosti. Pri tem je zanimivo, da deklice za razliko od dečkov verjamejo, da bi ljudje vedno morali izražati svoje občutke, zlasti v primeru bolečine in žalosti (Fivush in Buckner, 2002: 237-240).

Z depresijo je mogoče povezati tudi zaskrbljenost. Obe stanji je mogoče opisati kot čustveni stanji ali klinična sindroma. Tukaj bomo govorili o teh dveh pojmih kot o čustvenih stanjih. V tem smislu je zaskrbljenost definirana kot subjektivno izkustvo, ki sestoji iz občutkov neopisljive in neprijetne slutnje, zaznavanja telesnih odzivov (npr. potenje in trepetanje) in vedenj, povezanih z bežanjem in izogibanjem. Zaskrbljenost lahko definiramo tudi kot nerazrešen strah, zato literatura strah in zaskrbljenost pogosto obravnava skupaj. Za obe čustvi lahko rečemo, da sta med seboj povezani na podoben način kot žalost in depresija (Madden et al., 2002: 279).

Dokazi (v Madden et al., 2002: 278) kažejo, da ženske strah izražajo (tako verbalno kot neverbalno) izraziteje kot moški, čustvo strahu se jim pogosteje izriše na obrazih, poleg tega ob doživljanju le-tega pogosteje jočejo in otpnejo. Tudi prevladujoči stereotipi govorijo v prid zgoraj omenjenim dokazom, pravijo namreč, da so ženske pri izražanju občutkov zaskrbljenosti in žalosti bolj ekspresivne kot moški. Poleg tega zagotavljajo neko osnovo pri socializiranju primerne čustvenega vedenja dečkov in deklic. Razlike v zgodnjem učenju zgodb ("history") lahko vodijo h kasnejšim medspolnim razlikam v izražanju čustev kot sta strah in žalost. Povezava med stereotipi in socializacijskimi praksami je pomembna za pojasnjevanje, kako se razlike pri izražanju zaskrbljenosti in depresije razvijejo in ohranjajo (Madden et al., 2002: 278-280).

Moški in ženske se v izražanju čustev strahu in žalosti razlikujejo tudi zaradi razlike v stopnji družbene moči. Zelo verjetno je, da ženske zasedajo položaje z manjšo močjo in nižjim statusom kot moški. Ravno izražanje strahu in žalosti je pogosto obravnavano kot izraz ranljivosti in nemoči. Izražanje teh dveh čustev ne sporoča samo nemoči in nižjega družbenega statusa, ampak ženskam omogoča tudi način, kako biti dejavne v družbenih odnosih, ne da bi kršile pravila ženskih družbenih vlog. Z izražanjem strahu in žalosti ženske

izvablajo odzive, kar jim posredno lahko omogoči vzpostaviti medosebni vpliv. Bolj neposredne oblike vpliva za ženske običajno niso družbeno zaželeno, saj se od njih pričakuje, da so manj dejavne kot moški, poleg tega pa bolj družbeno usmerjene. Omejitve družbenih vlog ženskam omogočajo bolj ustvarjalne in iznajdljive načine medsebojnega vplivanja, kar omogoča takšno uveljavljanje moči v medosebnih odnosih, ki je v skladu z njihovim relativnim družbenim statusom in močjo (Madden et al., 2002: 282).

Ženske zaskrbljenost in depresijo izražajo pogosteje kot moški, ni pa jasno ali ju tudi doživljajo pogosteje in bolj intenzivno. Dokazi, ki zadevajo medspolne razlike v doživljanju zaskrbljenosti in depresije, so precej mešani. Ena izmed možnih razlag medspolnih razlik leži v teoriji kognitivnega ocenjevanja ("cognitive appraisal") zaskrbljenosti in depresije. Po tej teoriji sta zaskrbljenost in depresija povezani z vzorci ocenjevanja nemoči, brezupa in pomanjkanja nadzora. Ker ženske v povprečju zasedajo položaje nižjega družbenega statusa in moči, so bolj nagnjene k ustvarjanju takšnih ocen, kar bi lahko pojasnilo njihovo povečano občutljivost do zaskrbljenosti in depresije. Druga možna razlaga je vloga kulture pri doživljanju in izražanju zaskrbljenosti in depresije. V zahodnih kulturah so družbeni pomeni zaskrbljenosti in depresije povezani s koncepti nemoči in brezupa, kar pa ne pomeni, da je tako v vseh kulturah. Tudi vloga, ki jo kultura igra pri doživljanju zaskrbljenosti in depresije, ni popolnoma jasna. Bolj pomembno kot to, ali obstajajo dosledne razlike med spoloma pri doživljanju in/ali izražanju teh dveh čustev, je vprašanje, ali ti dve čustvi v vseh kulturah pomenita isto in služita isti funkciji. Reči je mogoče eno – naši lastni stereotipi in prepričanja glede moških in ženskih čustev oblikujejo naše razumevanje dokazov (Madden et al., 2002: 288-292).

### **5.3.5. Sram in krivda ter razlike v izražanju med spoloma**

Občutek sramu je osredotočen na posameznikovo idejo celotnega sebstva – kdo sem, in kdo nočem biti – vzrok česar je njegova/njena neželena identiteta. Oseba, soočena z občutkom sramu, se počuti izpostavljeno, neznatno, pasivno in nemočno, saj je osredotočena na lastno ali na (domnevno) oceno drugih, da je podrejeno in nepopolno bitje. Krivda se pojavi zaradi posameznikovega mišljenja, da njegovo vedenje nekako škoduje nekemu, ki ga spoštuje. Občutek krivde se pri nekaterih ljudeh pojavi v primeru nemoralnih dejanj. Veliko dogodkov, ki v ljudeh vzbujajo občutke krivde, pa ni nujno povezanih z neetičnim vedenjem (npr. prekositi svojega najboljšega prijatelja na izpitu, ali dobiti povabilo na zabavo, kamor prijatelj ni povabljen). Posameznikovo dojemanje, da lahko stori nekaj, kar bi preprečilo oškodovanje

drugih, je zelo pomemben vidik pojava občutka krivde. V nasprotju z občutkom sramu pri občutku krivde posameznikovo mnenje o sebi kot o sposobnem posamezniku ostane razmeroma neomadeževano. V skladu s spolnimi vlogami in stereotipi se pričakuje, da bodo ženske izražale tako sramežljivost kot krivdo. Zaradi njihove večje usmerjenosti v skupnost obstaja večja verjetnost, da same sebe vidijo kot osebe, ki nenamerno škodujejo drugim. Občutek žensk o lastni podrejenosti se še dodatno poveča zaradi nenehne izključenosti iz položajev ekonomske moči. Zaradi družbenega vcepljanja občutkov pasivnosti in nemoči v njihovo samopodobo ter zanašanja na druge, ženske pogosteje kot moški poročajo o občutkih sramu. Škodovanje drugim je za moške družbeno bolj sprejemljivo in celo opravičljivo. Njihov višji status in moč v medosebnih odnosih in večjih ekonomskih skupnostih jim zagotavlja le malo razlogov, zaradi katerih bi se počutili osramočene v primeru neželene identitete (Ferguson in Eyre, 2002: 254-256).

Občutka krivde in sramote sta med seboj zaradi skupne osnove v negativnem čustvovanju ter zaradi nekaterih skupnih situacijskih vzrokov močno povezana. Če je škodovanje drugim (ki je primarni vir občutka krivde) tudi primer neželene identitete (izvor sramote), potem je zelo verjetno, da istočasno pride do obeh odzivov (Ferguson in Eyre, 2002: 267). Ne obstaja neizpodbiten dokaz, kako moški v primerjavi z ženskami doživljajo ti dve čustvi, prav tako je malo poznanega o spolno povezanih razlikah glede situacijskih vzrokov, ki spodbudijo pojav teh dveh čustev. Obstajajo samo posredni dokazi, ki se nanašajo na razlike o medspolnih razlikah v vrednotenju situacij. Raziskava T. Ferguson in H. Eyre (2002: 258-269) je pokazala samo eno pomembnejšo razliko v vrednotenju situacije med moškimi in ženskami. Ženske so pogosteje kot moški dojemale druge ljudi kot osebe, ki jim želijo vzbujati občutke krivde, kar nakazuje, da ženske krivdo subjektivno doživljajo kot bolj normativno in kot njim lažje vsiljeno. Dokazi, ki se nanašajo na razlike med spoloma glede občutkov krivde so mešani. Ženske same sebe vidijo kot bolj dovzetne za doživljanje občutkov krivde kot moški, razlogi za to pa ležijo v vedenju, ki nasprotuje ženskim družbenim vlogam (npr. jeza, nasilje, ali brezobzirnost do drugih ljudi). Iz tega ni mogoče preprosto skleniti, da so ženske na splošno bolj nagnjene k doživljanju občutkov krivde kot moški, za slednje se je namreč izkazalo, da večje občutke krivde doživljajo v povezavi s homoseksualnostjo, nepomočjo, nepoštenostjo in povzročitvijo resne škode. Zaradi različnih razlogov se ženske lahko celo izognejo zadregi, zaradi katere bi občutile sramoto ali krivdo. To bi bil lahko vzrok za relativno malo poročanj žensk o teh dveh čustvih. V nasprotju z njimi moški o teh dveh občutkih malo poročajo zaradi manj primernih doživljanj (vključno z večjo neobčutljivostjo na negativne dogodke), manjše verjetnosti negativnega odziva na njihove prestopke ali neuspehe iz okolice, ter večje

nagnjenosti k prenašanju krivde na zunanje okoliščine. Na osnovi dosedanjih raziskav ni mogoče zaključiti, da so ženske bolj nagnjene k doživljanju krivde in sramote kot moški.

## 6. ZAKLJUČEK

Čustva predstavljajo pomembno sestavino pri posameznikovem dojetju sveta. Ker niso subjektivna notranja stanja, ampak pojavi, ki so neločljivo povezani z zunanjim svetom, predstavljajo pomembno vez med posameznikom in družbo. Zahodna intelektualna tradicija je skozi celotno zgodovino preferirala racionalno razmišljanje, čustva pa potiskala na rob, zaradi česar so bila slednja konsistentnejše obravnave deležna šele v drugi polovici 20. stoletja. Takšna obravnava čustev in čustvenega izkustva je izhajala iz družbene realnosti, ki je racionalnost povezovala z moškostjo, čustvenost pa z ženskostjo. Ta način obravnave čustev je ohranjal status quo – primat moških na vseh področjih javne sfere. Nasprotje med racionalnostjo in čustvenostjo je še vedno prisotno v zahodnih družbah navkljub ženski emancipaciji in pojavu feminističnih gibanj v drugi polovici 20. stoletja. Posledica teh gibanj je pojav novega zanimanja za čustva in redefiniranje pomembnosti čustev za posameznika/ico. Rezultate teh gibanj je mogoče videti v vse večji prisotnosti čustev v družbeni (javni) sferi, doživljanje le-teh pa ni več strogo vezano na zasebno sfero, kar je bil družbeni konsenz v preteklosti. Čustvenost tudi ni več tako strogo povezana z ženskami, racionalnost pa z moškimi, saj danes ni več nenavadno videti moškega jokati in ženske jeziti se v javnosti. Ne moremo zanikati dejstva, da imajo vzvode družbenih sprememb še vedno v rokah moški, kar pomeni, da bo na enakovredno obravnavo čustev in racionalnosti v javni sferi potrebno čakati še nekaj časa, kljub temu pa smo na dobri poti k temu.

K razvoju družbeno kompetentne osebe v dani kulturi veliko prispeva ustrezna čustvena socializacija. Gre za kompleksen proces, ki se začne v najzgodnejšem otroštvu in traja celo življenje, nanj pa vplivajo nadvse različni dejavniki, od značaja posameznika do načina vzgoje. Vseh dejavnikov v diplomsko delo nisem vključila, saj jih je preveč, posledica česar bi lahko bila preobsežna naloga. V procesu socializacije se posameznik/ca nauči, kakšen je primeren (na podlagi družbeno sprejetih pravil) način doživljanja in izražanja čustev. Proces učenja seveda ni preprost, saj od nosilca socializacije zahteva eksplicitno in implicitno znanje. Ker ne obstaja neko univerzalno znanje o čustvenem učenju, je od vsakega posameznika oz. staršev (ki jih najpogosteje enačimo z nosilci socializacije, kljub temu da mednje spadajo tudi učitelji/ce, vrstniki/ce, bratje/sestre in mediji) odvisno, kako bodo svoje znanje prenesli na otroka. Kot sem že omenila, sta učinkovitost in ustreznost čustvene socializacije razvidni v družbeni in čustveni kompetentnosti članov dane kulture. Glede na to, da veljajo različne družbene vloge za moške in za ženske, je tudi čustvena socializacija zanje različna. Takšen



način socializacije je v veliki meri nezaveden, je pa globoko vtkan v vedenjske in socializacijske vzorce ljudi in se prenaša (seveda ni imun na spremembe) iz generacije na generacijo.

Ženske in moški smo med seboj različni. Fizično različnost jemljemo kot neizpodbitno in samoumevno, drugače pa je, ko se začnemo spraševati o psihološki in sociološki različnosti med spoloma. Razlike so tudi v tem primeru očitne, vendar niso tako nespremenljive kot v primeru fizične različnosti. Čustvena socializacija je torej spolno specifična, iz česar je mogoče sklepati, da moški in ženske čustva doživljajo in izražajo različno. Rezultati raziskav so pokazali, da to večinoma drži, vendar ne v takšni meri kot bi bilo mogoče sklepati iz globoko usidranih stereotipih o ženski in moški čustvenosti. Izkazalo se je, da se doživljanje čustev moških in žensk najpogosteje ne razlikuje v takšni meri kot izražanje čustev. Iz tega je mogoče sklepati, da čustvena socializacija vpliva predvsem na čustveno izražanje, ne pa na samo doživljanje čustev. Razen smehljanja, je analiza po posameznih čustvih pokazala, da ženske čustva izražajo precej pogosteje kot moški. Prav tako se je pokazalo, da se pri ženskah in moških razlikujejo razlogi za pojav določenega čustva. V diplomskem delu sem poskusila tudi pokazati, da čustvena socializacija v družinskem okolju poteka različno za dečke in deklice, posledica česar je tudi različno doživljanje in izražanje čustev pri odraslih ljudeh.

Za konec še misel o nečem, kar bi bilo zanimivo raziskovati v prihodnosti. Sodoben način življenja v informacijski družbi je v človekovo življenje prinesel obilo izboljšav, ne pa tudi več časa. Namesto sproščene pogovora je tako vedno več ljudi prepuščenih samim sebi, zato iščejo stike v virtualnem svetu svetovnega spleta. Glede na to, da so današnji otroci praktično od najzgodnejšega otroštva vajeni ravnanja z računalniki in pogosto preživijo več časa za računalnikom (na internetu) kot s starši, bi se bilo smiselno vprašati, kakšne posledice ima to na čustveno življenje teh otrok. Internet je v veliki meri spremenil klasične vzorce medsebojnega komuniciranja in s tem tudi čustvenega izražanja, zato bi bilo v prihodnosti zanimivo raziskati, kako poteka takšna čustvena socializacija in kakšne so razlike v čustvovanju med moškimi in ženskami.

## 7. LITERATURA

- Alexander, G. Michele in Wood, Wendy. 2002. *Women, men, and positive emotions: A social role interpretation* v Fischer H. Agneta (ur.) Gender and emotion: social psychological perspectives, 189-210, New York, Cambridge University Press
- Bayrakdar Garside, Rula in Klimes-Dougan Bonnie. 2002. *Socialization of discrete negative emotions: gender differences and links with psychological distress*. Sex Roles, 47, 3-4, 115-128
- Brody, Leslie R. 2002. *The socialization of gender differences in emotional expression: Display rules, infant temperament, and differentiation* v Fischer H. Agneta (ur.) Gender and emotion: social psychological perspectives, 24-47, New York, Cambridge University Press
- Crawford, Mary. 1995. *Talking difference: On gender and language*. London. Sage
- Cummings, E. Mark, Goeke-Morey, Marcie C., Papp, Lauren M., 2002. *A family-wide model for the role of emotion in family functioning* v Richard A. Fabes (ur.) Emotions and the Family. 13-34, New York, The Haworth Press, Inc.
- Eisenberg, Nancy, Cumberland, Amanda in Spinrad, Tracy L. 1998. *Parental Socialization of Emotion*. Psychological Inquiry, 9, 4, 241-273.
- Fabes, Richard A., Valiente, Carlos in Leonard A. Stacie. 2002. *Introduction* v Richard A. Fabes (ur.) Emotions and the Family. 3-12, New York, The Haworth Press, Inc.
- Ferguson, Tamara J., in Eyre, Heidi L. 2002. *Engendering gender differences in shame and guilt: Stereotypes, socialization, and situational pressure* v Fischer H. Agneta (ur.) Gender and emotion: social psychological perspectives, 254-276, New York, Cambridge University Press
- Fischer, Agneta H. in Manstead S.R. Antony. 2002. *The relation between gender and emotions in different cultures* v Fischer H. Agneta (ur.) Gender and emotion: social psychological perspectives, 71-94, New York, Cambridge University Press
- Fivush, Robyn in Buckner, Janine P. 2002. *Gender, sadness, and depression: The development of emotional focus through gendered discourse* v Fischer H. Agneta (ur.) Gender and emotion: social psychological perspectives, 232-253, New York, Cambridge University Press

- Gordon L., Steven. 1985. *Micro-Sociological Theories of Emotion* v H.J. Helle (ur.) in S.N. Eisenstadt (ur.) *Micro-Sociological theory: Perspectives on Sociological Theory*, 133-147, London, SAGE
- Hall A. Judith, Carter D. Jason in Horgan G. Terrence. 2002. *Gender differences in nonverbal communication of emotion* v Fischer H. Agneta (ur.) *Gender and emotion: social psychological perspectives*, 97-117, New York, Cambridge University Press
- Harold, Gordon T., Shelton, Katherine S., Goeke-Morey, Marcie C., in Cummings, E. Mark, 2004. *Marital Conflict, Child Emotional Security about Family Relationships and Child Adjustment*, *Social Development*, 13, 3, 350-376.
- Jansz, Jeroen. 2002. *Masculine identity and restrictive emotionality* v Fischer H. Agneta (ur.) *Gender and emotion: social psychological perspectives*, 166-186, New York, Cambridge University Press
- Kafetsios, Konstantinos. 2003. *Cognition and emotion: Influences of classic thought on a modern debate*.  
[http://www.soc.uoc.gr/psycho/kafetsios/Docs/IDISIEEP\\_Talk\\_27.pdf](http://www.soc.uoc.gr/psycho/kafetsios/Docs/IDISIEEP_Talk_27.pdf) (3.4.2005)
- Kring, M. Ann. 2002. *Gender and anger* v Fischer H. Agneta (ur.) *Gender and emotion: social psychological perspectives*, 211-231, New York, Cambridge University Press
- Lewis, Michael in Michalson Linda. 1982. *The measurement of emotional state* v Carroll E. Izard (ur.) *Measuring emotions in infants and children*. 178-207, London, Cambridge University Press
- Madden, Tracey E., Feldman Barrett, Lisa in Pietromonaco, Paula R. 2002. *Sex difference in anxiety and depression: Empirical evidence and methodological questions* v Fischer H. Agneta (ur.) *Gender and emotion: social psychological perspectives*, 277-298, New York, Cambridge University Press
- Musek, Janek in Pečjak, Vid. 2001. *Psihologija*. Ljubljana, Educy
- Pollak, Lauren Harte in Thoits, Peggy A. 1989. *Processes in emotional socialization*. *Social Psychology Quarterly*. 52, 1, 22-34.
- Ratner, Carl. 1989. *A Social Constructionist Critique of Naturalistic Theories of Emotion*. *Journal of Mind and Behavior*. Vol. 10. 211-230  
<http://www.humboldt1.com/~cr2/emotions.htm> (2.5.2005)
- Renzetti, Claire M. in Curran, Daniel J. 1995. *Women, men, and society*. Boston. Allyn and Bacon

- Saarni Carolyn in Buckley Maureen. 2002. *Children's Understanding of Emotion in Families* v Richard A. Fabes (ur.) *Emotions and the Family*. 213-242, New York, The Haworth Press, Inc.
- Salovey, Peter, Kokkonen, Marja, Lopes, Paulo N. in Mayer, John D. 2004. *Emotional Intelligence: What do we know?* v Antony S.R. Manstead, Nico Frijda in Agneta Fischer (ur.) *Feelings and emotions*. 321-340. Cambridge, Cambridge University Press
- Shields A., Stephanie. 2002. *Thinking about gender, thinking about theory: Gender and emotional experience* v Fischer H. Agneta (ur.) *Gender and emotion: social psychological perspectives*, 3-23, New York, Cambridge University Press
- Šadl, Zdenka. 1999. *Usoda čustev v zahodni civilizaciji*. Ljubljana, Znanstveno in publicistično središče
- Šadl, Zdenka. 2002. *Emocionalno delo in intimni odnosi v pozni modernosti*. Družboslovne razprave, XVII, 39, 59-71
- Vingerhoets, Ad in Scheirs, Jan. 2002. *Sex differences in crying: Empirical findings and possible explanations* v Fischer H. Agneta (ur.) *Gender and emotion: social psychological perspectives*, 143-165, New York, Cambridge University Press
- Zammumer, L. Vanda. 2002. *Men's and women's lay theories emotion* v Fischer H. Agneta (ur.) *Gender and emotion: social psychological perspectives*, 48-70, New York, Cambridge University Press

Ostali internetni viri:

- <http://eqi.org/history.htm> (19.8.2005)
- <http://www.roxbury.net/eftchap1.pdf> (14.8.2005)
- <http://uregina.ca/%7Egingrich/n25f99.htm> (18.8.2005)
- <http://encyclopedia.laborlawtalk.com/Emotion> (5.12.2004)
- [http://www.findarticles.com/p/articles/mi\\_g2699/is\\_0001/ai\\_2699000113](http://www.findarticles.com/p/articles/mi_g2699/is_0001/ai_2699000113) (4.11.2004)