

Συναισθηματικά πλαίσια και κοινωνικές επιδράσεις στα συναισθήματα

Από την κοινωνία στη δυάδα
και αντίστροφα

Διάκριση από τον deRivera

- Συναισθηματική ατμόσφαιρα
- Συναισθηματικό κλίμα (και συναισθηματικό «καθεστώς»)
- Συναισθηματική κουλτούρα

Η συναισθηματική ατμόσφαιρα μιας ομάδας αφορά τα συναισθήματα που γεννιούνται όταν ορισμένα μέλη της ομάδας επικεντρώνονται σε ένα σχετικά πρόσκαιρο **εξωτερικό** συμβάν που επηρεάζει ολόκληρη την ομάδα.

Στο επίπεδο της κοινωνίας, το συμβάν μπορεί να είναι μια παγκόσμια πολιτική μετατροπή που εκλαμβάνεται ως απειλή ή ερμηνεύεται έτσι στο δημόσιο λόγο (μ.μ.ε., πολιτεία, πολιτικοί) ώστε να επηρεάζει τη συναισθηματική ατμόσφαιρα ολόκληρης της κοινωνίας.

Στο επίπεδο της οικογένειας, το συμβάν μπορεί να αφορά πιο μικρά καθημερινά πράγματα (π.χ. κάποιος συγγενής κέρδισε ένα λαχείο από το οποίο ίσως όλοι οι οικείοι ωφεληθούν).

Η συναισθηματική ατμόσφαιρα περιβάλλει και μεταδίδεται στα υπόλοιπα μέλη της μεγάλης ή μικρής ομάδας ως ατμόσφαιρα φόβου, χαράς, λύπης κ.ο.κ.

Το συναισθηματικό κλίμα αφορά τα συναισθήματα που επικρατούν στις σχέσεις **μεταξύ των μελών** μιας ομάδας στη διάρκεια ενός δεδομένου χρόνου. Τα συναισθήματα αυτά εξαρτώνται από τη δυναμική που αναπτύσσεται μεταξύ των μελών της ομάδας, από κοινούς στόχους και δραστηριότητες, από το ύφος του συντονιστή και άλλες παραμέτρους που αφορούν τη ομάδα.

Έχει μια σχετική σταθερότητα, αλλά επηρεάζεται σε μεγάλο βαθμό από την ατομική συναισθηματική διάθεση και από τις σχέσεις μεταξύ των ανθρώπων που απαρτίζουν την ομάδα. Έτσι, σε μια οικογένεια π.χ. με γενικώς χαρωπό συναισθηματικό κλίμα, μια σύγκρουση που ξεσπά ανάμεσα σε δύο μέλη της μπορεί να μετατρέψει πρόσκαιρα το κλίμα σε εχθρικό.

Η συναισθηματική κουλτούρα αφορά σχετικώς **σταθερά** συναισθηματικά χαρακτηριστικά μιας κοινωνίας ή μιας ομάδας ανθρώπων. (Βλ. Triandis και συν.): Σταθερά πολιτισμικά χαρακτηριστικά στον άξονα συλλογικότητας-ατομικισμού επηρεάζουν τις σχέσεις των ανθρώπων και τα συναισθήματα που τις διέπουν, έτσι ώστε να ευνοούνται αναλόγως, λιγότερες αλλά βαθύτερες φιλίες ή πολλές αλλά πιο επιφανειακές. Ή αντιστοίχως, τάσεις προς απόκρυψη της διαπροσωπικής σύγκρουσης ή ανοιχτή διαπροσωπική αναμέτρηση, μεγαλύτερη ή μικρότερη αυταπάρνηση στις σχέσεις, ντροπή ή ενοχή, λιγότερη ή περισσότερη μοναχικότητα κ.ο.κ.

Η συναισθηματική κουλτούρα δεν αναφέρεται μόνον στο επίπεδο των πολιτισμών, αλλά αφορά και τις μικρο-κουλτούρες που χαρακτηρίζουν μικρότερες ομάδες ανθρώπων και επηρεάζουν τις σχέσεις τους.

Μια μικρή ομάδα εργαζόμενων, π.χ., που είναι υποχρεωμένη να λειτουργήσει με ανταγωνιστικούς όρους υπό το συντονισμό ενός αυταρχικού προϊσταμένου είναι πιθανό να διέπεται από μια συναισθηματική κουλτούρα όπου κυριαρχούν ο θυμός και ο φόβος .

Αναφορικά με την οικογένεια → **εκπεφρασμένο συναίσθημα**

Πολιτισμικές επιδράσεις στα συναισθήματα και τις σχέσεις

Παράδειγμα 1^ο

Πολιτισμικές διαφορές στη διαχείριση του θυμού:

Συλλογική vs. ατομικιστική κοινωνία

«Εμείς-εαυτός» vs. «Εγώ-εαυτός»

(Markus & Kitayama, 1991)

Παράδειγμα 2^ο

Αμερικανική κουλτούρα

- Απαξιώνει την αμοιβαία εξάρτηση
- Ευνοεί την ανεξαρτησία και την στροφή και έκφραση του εαυτού και της μοναδικότητας του ανθρώπου
- Παράδειγμα συναισθήματος: *Συνάλληλος έρωτας*: Οι εμπλεκόμενοι είναι αμοιβαία εξαρτώμενοι, αλλά η κοινή κατεύθυνση προς την οποία κινούνται, δεν απαξιώνει ούτε ακυρώνει τη μοναχική πλεύση του καθενός. Η σχέση είναι «αμιγής», δηλαδή, συνάπτεται χωρίς εξωτερική αιτιολόγηση, παρά μόνο γι' αυτά που μπορεί να αντλήσει ο καθένας από τον άλλο στο πλαίσιο μιας υφιστάμενης συναναστροφής και συνεχίζεται μόνο στο βαθμό που και τα δύο μέρη θεωρούν πως αντλούν αρκετή ικανοποίηση με το να βρίσκονται εντός της (Giddens)

Ασιατικές κουλτούρες

- Έμφαση στην αμοιβαία εξάρτηση
- Έμφαση στη βίωση της κοινής εμπειρίας και στην έκφραση της συλλογικότητας
- Παράδειγμα συναισθήματος: *Αμαέ*: Σύνθετο συναίσθημα αλληλεξάρτησης, το οποίο αναπτύσσεται μέσα σε μια «συμβιωτικού» τύπου σχέση και συμβολιζόταν αρχικά με το ιδεόγραμμα ενός μαστού τον οποίο θηλάζει ένα βρέφος. Ύψιστο συναίσθημα αμοιβαίας και ασφαλούς ολοκληρωτικής παραίτησης στον άλλο. Στο πλαίσιο της δυτικής κοινωνίας θεωρείται παλινδρόμηση στη σύμμειξη με τη μητέρα, δηλαδή, μια ανώριμη για έναν ενήλικο ψυχική κατάσταση

Κοινωνικο-ιστορικές επιδράσεις στα συναισθήματα και τις σχέσεις

(Wouters, 1992, έκφραση της σεξουαλικότητας και της επιθετικότητας)

19ος αι.:

- Περιορισμός του **σώματος**: Οι κοινωνικοί περιορισμοί και ο εξωτερικός έλεγχος της έκφρασης των συναισθημάτων απαγόρευαν την ανοικτή εκδήλωση της επιθετικότητας προς τους ανωτέρους ή της σεξουαλικότητας προς το άλλο φύλο
- Στην επιστήμη επικρατεί η αναζήτηση των βιολογικών παραμέτρων της συγκίνησης, των πτυχών της δηλαδή που αξιολογούνται από σωματικές αντιδράσεις
- Στο κοινωνικό πεδίο, οι συγκινήσεις ελέγχονται (αναστέλλονται) με εξωτερικές παρεμβάσεις στο σώμα (ξυλοδαρμούς, εκτελέσεις, σωματικές θεραπείες της ψυχικής ασθένειας κ.λπ.)

Αρχές 20ου αι.:

- Μετατόπιση του ενδιαφέροντος από το σώμα στο **περιβάλλον**. Έλεγχος της συμπεριφοράς μέσω του κατάλληλου συνδυασμού περιβαλλοντικών ερεθισμάτων και αποκρίσεων.
- Στην επιστήμη τα συναισθήματα δεν ονοματίζονται, αλλά η έρευνα με στόχο την κατανόηση της δράσης τους και τον έλεγχο της εκδήλωσής τους μετατοπίζεται από το σώμα και τη βιολογία στις *εξωτερικές* συνθήκες που επηρεάζουν τη συμπεριφορά, ακολουθώντας τις συμπεριφοριστικές αρχές ανταμοιβής/τιμωρίας.
- Στο κοινωνικό πεδίο, η σωματική τιμωρία της επιθετικότητας και της σεξουαλικότητας δίνει τη θέση της στον έλεγχο της συμπεριφοράς και στον αυτοέλεγχο (άμβλυνση των διαφορών ιεραρχίας ή φύλων, αντιστοίχως, και εξατομίκευση). Η επιθετικότητα και η σεξουαλικότητα εξυπηρετούν την προσωπική ανέλιξη, εφόσον επιτρέπεται μεγαλύτερη και πιο αυθεντική έκφραση, αλλά ταυτοχρόνως επιβάλλεται η αυτοσυγκράτηση.

Μέσον 20 αι.:

- Οι έρευνες του Kinsey (1948, 1953) περί σεξουαλικότητας συμβάλουν στη σεξουαλική επανάσταση της δεκαετίας του 1960.
- Ευνοείται η υπερβολή της απελευθέρωσης και η αποδοχή ακόμη και των καταστροφικών συγκινήσεων (βία).
- Αυτή η υπερβολή απαιτεί έλεγχο και οι έρευνες περί συγκίνησης εξακολούθησαν να υπαγορεύονται από τους συμπεριφοριστικούς κανόνες μελέτης και ελέγχου της συμπεριφοράς.
- Στο κοινωνικό πεδίο, η κατάσταση «απορυθμίζεται» (κινήματα δεκαετίας 1960)

Τέλη 20 αι.:

- Η απελευθέρωση τιθασεύεται ξανά κοντά στις αρχές τις δεκαετίας του 1980, όταν η γνωστική προσέγγιση βρίσκεται στο αποκορύφωμά της.
- Εξορθολογισμός της παραγωγής και «εξορθολογισμός» του συναισθήματος.
- Η αποτελεσματικότητα και η παραγωγικότητα κυριαρχούν ως αξίες και δίνουν έμφαση στη «**διαχείριση**» της συγκίνησης και των συναισθημάτων (emotional management) με τρόπους ορθολογικούς και με στόχο την προσωπική «ανάπτυξη» (στο πεδίο των σχέσεων, του επαγγέλματος κλπ.).

Σήμερα:

- Τα περισσότερα συναισθήματα αναγνωρίζονται και είναι αποδεκτές ως προς τη βιωματική τους διάσταση, αλλά όχι ως προς την ελεύθερη και αυθόρμητη έκφρασή τους.
- Ο άνθρωπος καλείται να τα διεργαστεί, ώστε να μην παραμονεύει συνεχώς η απορυθμίζουσα εκφόρτισή τους.
- Η εκτόνωση της συγκίνησης και των συναισθημάτων κατευθύνεται προς όλο και πιο προγραμματισμένους και οριοθετημένους τρόπους, π.χ. μέσα από δομημένες δραστηριότητες ψυχαγωγίας, άθλησης και επαφής με τη φύση.