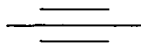


A pedagógushivatás gyakorlását kedvezőtlenül befolyásoló felsorolt tényezők felderítése az egyes iskolatípusokban hozzájárul a pedagógiai gyakorlat lényegének jobb megértéséhez, s egyben megmutatja a mindennapok pedagógiai gyakorlata minőségi javításának egyik irányát. E negatívan ható tényezők, mivel az azokat előidéző okok rendszerint objektív feltételekből adódnak, s a tanítót viszonylag tartósan befolyásolják, felszámolása vagy hatásuk mérséklése nem könnyű feladat. A pedagógiai gyakorlat minőségi javításának és humanista jellegének biztosítása érdekében halaszthatatlan feladatként áll előtűnk. A korszerű, kellően humanizált oktató-nevelő munka nem szerves tartozékaról, hanem az azt kísérő, de nem szükségszerű jelenségről van szó, ezért mint főleg ballasztot minél előbb el kellene tüntetni pedagógusaink és az iskoláink életéből. Erre, úgy tűnik, napjainkban egyre több esély mutatkozik.



DR. LÉGRÁDI LÁSZLÓ szaktanár  
Irányítástechnikai Szakközépiskola  
Fűzfőgyártelep

## Az érzelmek osztályozása, szerepe, vizsgálata és értékelése

Az érzelmeknek többféle *osztályozása* létezik. A legfontosabbak:

1. A *cselekvés jellege szerint* lehet *aktív és passzív, pozitív és negatív* érzelmi élmény. A kudarc kellemetlen, a siker kellemes érzést kelt. A kudarc érzelmi élménye a frusztráció állapota, melyet akkor élünk át, mikor célunk elérésénél akadályokba ütközünk. A félelem és szorongás bénítólag hat. A harag agresszív viselkedést vált ki. A harag rövidzárlatos cselekvéshez is vezethet, mely hirtelensége miatt nem ment át a megfontolás szűrőjén. Ha a méltánytalanság vált ki haragot, akkor a frusztráció következtében lehetséges az agresszív viselkedés választása.

2. A *cél elérésének mértéke szerint* van *feszítő és feloldó* érzés. A kritikus, várakozással telt időszak feszítő érzést hoz létre, például a vizsgadrukk. Feloldást eredményez a sikeres vizsga, szenvedés esetén pedig annak megszűnése. A hiányérzés megszűnése, a kár elhárítása örömmézzést kelt, mely a cselekvést aktiválja. Az emlékképek is kiválthatnak érzéseket. Beteges, ha egy negatív élméltől nem tudunk szabadulni, például halálesetnél.

3. Az érzelmeket osztályozhatjuk a *lelki jelenségekhez való kötődés szerint* is. Itt több alcsoport lehetséges: a) *értelmi vagy intellektuális* érzelmek a megismerés és a gondolkodás folyamatát kísérik, s az igazság felismerésével lehetnek kapcsolatban. Egy felfedezés örömet szerez, hasonlóképpen az igazság keresése és megtalálása, az összefüggések megtalálása. Egy eszme, amit igaznak fogadunk el, cselekvésünket az eszme szolgálatába állíthatja. b) *Az erkölcsi* érzelmek az erkölcsi normákhoz való viszonyt kísérik. Az erkölcsi normákat megismerjük, igaznak fogadjuk el, lelkesedünk értük és a gyakorlatban próbáljuk megvalósítani. Az erkölcsi értékítéletek tehát morális érzelmekkel társulnak. A köteleességérzet is ide tartozik. Az erkölcsi ítéletek érzelmekkel párosulva hatnak az ember magatartására. Nem elég ismerni az erkölcsi normákat, hanem azok szerint kell élni és cselekedni. Ehhez viszont a normákkal való érzelmi azonosulás szükséges. c) *Esztétikai* érzelmek a természet és a művészet hatására jönnek létre. Egyes műalkotások érzelmi hatást is kiváltanak, és cselekvésre is késztetnek. Kelthetnek negatív érzelmet, félelmet, borzongást vagy pozitív érzelmet, lelkesedést is. Az esztétikai érzelmek szoros kapcsolatban vannak az erkölcsi értékítélettel.

4. Az érzelmi állapotok *jellege és időtartama* szerint van: a) *indulat*, mely gyorsan tör ki, és aránylag rövid ideig tart. Az indulat robbanásszerű érzelmi megnyilvánulása kirobbanó cselekvéshez is vezethet. Indulatnál a kéreg alatti régiók aktiválódnak. Érzelmi túlfűtöttség állapota jellemzi. Az indulatos ember nem ura cselekvésének. Ennek az az oka, hogy csupán arra koncentrál, ami őt indulatba hozta, többnyire vélt vagy valós sérelmekre. Az indulat hatalmában a cselekvés kontroll nélkül megy végbe, és nem számol a cselekedet következményeivel. Ez ellen csak úgy lehet védekezni, hogy nem hagyjuk az indulatot betörni a cselekvésbe. Az indulat akaraterővel legyőzhető. Fontos ez a tanár számára. Az indulatos ember áthágja az erkölcsi normákat, ezért korlátozott beszámíthatóságot jelent. b) *A hangulat* tartósabb érzelmi állapot, mely összefüggésben van idegrendszerünk állapotával, és hatással van az egyén magatartására. Összefügg az ember egészségével és közérzetével is. Sokszor nem tudjuk, hogy miért van jó vagy rossz hangulatunk. Ha tudatosan a hangulat oka, akkor akarattal bizonyos mértékig befolyásolható. A hangulat függhet az időjárástól, a sikertől stb. A hangulatember kiszámíthatatlan. c) *A szenvedély* erős és tartós érzelem. Lehet pozitív, vagy negatív, aszerint, hogy helyes vagy helytelen erkölcsi elveken alapul. A szenvedélynek mély gyökerei vannak az emberben. Hatalmukban tartják az egyént, és befolyásolják gondolatait és cselekvését.

5. Az érzelmek *erősség, irány, mélység és tartóság* tekintetében egyénenként különbözőek. Az érzelmek erőssége az idegrendszer állapotától függ. Az egyik ember alig ijed meg attól, ami a másikban rémületet kelt. Az érzelmek erőssége és jellege kapcsolatban van azzal, amit az ember a múltban átélt. Az érzelmek magunkhoz (siker, kudarc, büntudat, szégyen, büszkeség) és másokhoz (szeretet, féltékenység, irigység, gyűlölet) kapcsolódnak.

Egy másik osztályozási mód szerint az érzéseket két nagy csoportba osztjuk. Az egyik csoportba tartoznak az *érzéstörténések*, melyek rövid ideig tartó érzések. A másik csoportba tartoznak az *érzésszopozíciók* (diszpozíció = indulat, hajlam), melyek időben tartós érzéseket, érzelmeket jelentenek. Ez a két főcsoport két alcsoportra oszlik, a *velünk született* és a *tanult érzésekre*. Az *érzéstörténések* velünk született vagy ösztönös érzései a belső inger hatására létrejövő *készletérzések* és a külső inger hatására keletkező affektusok (affect = hat, befolyásol). Az *érzéstörténések* tanult érzései az *orientációs érzések*, melyek orientálnak, vagyis irányítják cselekvéseinket. Az *érzésszopozíciók* velünk született érzései az *életérzés* és *karakterérzés*, míg tanult érzései az *emóciók* és az *ézelmek*, melyek lehetnek *orientációs* vagy *emocionális* ézelmek. Táblázatban mindez jobban áttekinthetővé válik:

#### *Az érzések felosztása*

#### I. *Érzéstörténések (rövid idejű érzések)*

1. Nem tanult, ösztönös, velünk született érzések:
  - a) *Készletérzés*, mely belső inger hatására jön létre.
  - b) *Affektus*, mely külső inger hatására jön létre.
2. Tanult érzések
  - a) *Orientációs érzések*.

#### II. *Érzésszopozíciók (időben tartós érzések, ézelmek)*

1. Nem tanult, velünk született érzések:
  - a) *karakterérzés*, b) *életérzés*.
2. Tanult érzések
  - a) *emóciók* (emotion = ézelem, indulat)
  - b) *ézelmek*: lehetnek emocionális és orientációs ézelmek.

Röviden tekintsük át az itt elhangzott fogalmakat. A *készletérzések* kényszerítő érzések, melyek szükségletet jeleznek. Ide tartoznak a testi fájdalom, fáradtság, álmosság, éhség, szomjúság és a szexuális készletérzés. A készletérzést drive (hajt, üz, kényszerít) ézésnek is nevezik. A birtoklási vágy kvázi-drive ézés.

Az érzések másik nagy csoportját alkotják az *affektusok*, melyek külső inger hatására létrejövő ösztönös érzések. Minden affektusnál van kiváltó inger, például düh, undor vagy szexuális affektus.

*Orientációs érzések* olyan érzések, melyeknek segítségével tájékozódunk, eligazodunk az életben (orientáció = tájékozódás, eligazodás). Ide tartozik az igenzés és nemérés, mely nem tévesztendő össze a jó és rossz érzéssel. Az igenzés a meggyőződést jelenti, amikor meg vagyunk győződve valamiről, hogy az úgy van. Az orientációs érzések rövid ideig tartó érzések, de vannak orientációs érzelmek is, melyek időben tartósak. Az orientációs érzéseket tapasztalat útján kell megtanulni. Bár tanult érzések, mégis bizonyos fokig ösztönösek, mert egy bizonyos helyzetben az érzéseink alapján cselekszünk általuk. Életünk fontos döntéseiben vezetnek bennünket.

A *karakterezés* többnyire a genetikai kóddal adott. Ide tartozik a *temperamentum* is. Az *élet-ézés* az egész életre vagy nagyobb éle szakaszra jellemző érzés, például optimizmus stb.

Az *emóciók* a megismerésre vonatkozó, egy adott helyzettel vagy állapottal kapcsolatos érzések. Míg a *készletérezések* és *affektusok* mindig létezni fognak, és ugyanolyanok maradnak, az *emóciók* változnak és megszűnnek. Az *emóciók* részben *érezéstörténekek*, részben *érezéssziszpozíciók*. *Érezéssziszpozíciók* például a meghatottság, áhítat, *érezéssziszpozíciók* például a bosszúvágy vagy tudásvágy.

### *Az érzelmek szerepe*

Az érzéseknek és érzelmeknek fontos szerepük van a *cselekvésben*. Az érzés *motiváció*, *cselekvéskiváltó*. A *motiváció* indít a *cselekvésre*. *Erkölcsei szempontból* a *motiváció* a *szándékot tisztázza*, *jogi szempontból* az *akaratlagságot*. A *motiváció* az *indíték*. Ha *tetteimben* nem az *ézés* *motivál*, hanem az *erkölcsei felfogás* vezet, akkor *cselekedetemnek* nem *motivuma* van, hanem *oka*.

A *cselekedetekben* az *ézés*, a *motiváció* *ellentétbe* kerülhet az *erkölcsei normákkal*. Például a *pihenés* *kellemes érzést* nyújt, de a *kötelességet* teljesíteni kell. Kérdés, hogy itt melyik *ézés* *tölt el*: inkább a *kötelességézés*, mely megfelel az *erkölcsei normának*, vagy a *pihenési vágy*, mely *esetünkben* *ellene* mond annak. Lehet, hogy a *pihenési vágy* sokkal erősebb, mint a *kötelességézés*. Mégis *dönthetünk úgy*, hogy *megtagadjuk* a *pihenési vágyat*, és azt *tesszük*, amit *kevésbé szeretünk*, a *kötelességet*. *Érdemünk* egy *választáskor* annál nagyobb, minél *eltöltöttebb érzéssel* szemben *választjuk* azt, amit *erkölcseileg jónak* *ítélünk*. Ez a *példa* is mutatja, hogy nem az *ézéseknél* kell *irányítani* *cselekedeteinket*.

Az *ézés informál*. Például a *fájdalomézés* arról *informál*, hogy *valami nincs* *rendben* a *szervezetben*. Ha *egészségesek* vagyunk, *lelkileg* is *rendben* vagyunk, akkor *jól érezzük* *magunkat*. Ilyenkor a *biológiai homeosztázis* (állandó állapot), mely a *hőmérséklet*, *vérnyomás*, *vércukor*, *sótartalom* stb. *állandó értéken* való *tartását* jelenti, és a *pszichikai homeosztázis*, mely a *lelki békeséget* jelenti, *rendben* van. A *homeosztázis felbomlásának* a *veszélyét* már *előre megérezzük*. Az *alkalmazkodás feladata*, hogy a *homeosztázist* *fenn tudjuk tartani* a *sokféle kísértés*, *támadás* és *ellentét* *közepette*. A *pozitív érzelmek*, például a *szeretet*, *elősegítik* a *pszichikai*, de a *biológiai homeosztázis fenntartását* is. A *negatív érzések* viszont, mint a *harag*, *türelmetlenség*, *gyűlölet* stb. a *homeosztázis felbomlásához* *vezethetnek*. Például a *türelmetlenség* *hosszú betegség* esetén a *pszichikai homeosztázist* is *felbomlással* *fenyegetheti*. Egy *másik példa*: a *düh ézése* *szűzültséget* hoz *létre*, ez egy *bizonyos ideig* *növekedik*, mely a *homeosztázist* *veszélyezteti*, míg a *düh* nem *oldódik* *dühkitörés* vagy *önuralom* *következtében*. De a *dühkitörés* is *veszélyes* lehet.

Az érzéseknek szerepük van a *megismerésben*, a *gondolkodásban* és a *problémamegoldásban* is. Mindezt *ézés nélkül* nem *lehetőséges*, mert az *énünknek* *kötődnie* kell a *cselekvéshez*. Az *ézésnek* *fontos szerepe* van a *memóriatárolásban* is. Az *agyban tárolható információk* *száma* *nagyon sok*, de mégis *véges*. Ha *nem tudnánk* *felejteni*, akkor *megtelne* a *memóriánk*, és *több ismeretet* már *nem tudna felvenni*. Csak a *számunkra* *jelentős információ* *vesszük fel*, a *kevésbé fontosat* *nem*. Ilyen *módon* a *memóriatároló szelektál*, mégpedig az *ézéseknél* alapján. Amihez *kötődünk* *ézéseink* alapján, azt *elraktározzuk*, amihez *nem kötődünk*, az a *tudattalanba* *kerül*.

Az érzések memóriátárolásban betöltött szerepére jó példa a *megszólás*. A megszólás azt jelenti, hogy mások hibáiról beszélgetünk. Ugyanis az egyén a saját hibáit elfelejti, de a másokét megjegyzi. Ennek alapja, hogy magunkat különbnek tartjuk, mint másokat. Ezért a saját hibáinkat jelentéktelennek gondoljuk a gög érzése következtében, és a másokét jelentősnek. De az az én, aki az erkölcsileg negatív tetteit elfelejti, nem a valódi én, hanem egy eltorzult jellemű én. A valódi én csak megértéssel jön elő, aki már a saját hibáit jegyzi meg, és a másokét felejt el.

### *Az érzelmek vizsgálata*

Az idegi működéseink két csoportba oszthatók. Az egyik a *szomatikus idegrendszer* hatásköre, mely akaratunktól függő, tudatos tevékenység során működik, például a munka folyamán. A másik a *vegetatív idegrendszer* hatásköre, mely nem akaratlagos és tudatosan nem irányítható. Ilyen például a szív, a tüdő és vese működése, a belső elválasztású mirigyek stb. működése. Az érzelmek testi tünetekkel járnak, és ezeket nem vagy csak kis mértékben tudjuk befolyásolni. Az érzelmek rendszerint azokat a testrészeket mozgatják meg, melyek a vegetatív idegrendszer fennhatósága alá tartoznak: a szív, tüdő, vese, gyomor, bél, belső elválasztású mirigyek, szemizom, nyál- és könny-mirigy. Az érzelmeket műszerrel is lehet vizsgálni. A bőr elektromos vezetőképessége összefügg a verejtékezés mértékével, és a vezetőképesség galvanométerrel mérhető. A bőr elektromos vezetőképessége nem minden bőrfelületen egyforma. Sőt a nap különböző szakaszaiban is különböző. Ez a tenyéren jelentkezik legjobban, de itt alvás közben leesik, és ébredéskor ismét megnő. Minden újszerű és erős inger kilendíti a galvanométer mutatóját. Például a szóinger is, vagyis bizonyos szavak hallása. A döntő különbség nem a kellemes és kellemetlen szavak hallása között mutatkozik. Az *ingerküszöb* az a pont, ahol az inger más izgalom kiváltására képes. A galvanométerrel leolvasható számok érzelmi feszültséget jeleznek. Elárulják, hogy valami felvillant a kísérleti személyben, ha akarta, ha nem. Ha egy olyan szót hallunk, mely mögött számunkra izgalmas élmény rejlik, akkor a verejtékmirigy működési szintje emelkedni fog, és ez a műszeren leolvasható. Ezen alapul a *hazugságvizsgáló készülék*. Ez a készülék a kihallgatott ember vegetatív működéseit regisztrálja folyamatosan. A hazugságot az így mért feszültségfokozódással próbálják kimutatni.

A hazugságvizsgálat egy másik módszere az un. *igazságszérum* által történik, mely egy rövid hatású altató, ezt a vénába adva egy rövid időre fellazítja a tudatos működést, és igyekszik elérni, hogy ilyenkor ne tudják, mikor és mit kell hazudni. Azonban egyik eljárás sem tökéletes, mind-egyiknek sok hibája van. Ha az emberek viselkedése nem hiteles, vagyis a verbális és nem verbális közlési szintek ellentmondanak egymásnak, akkor hazugságra lehet következtetni. Azonban a hazugságban komoly tréningre is lehet szert tenni. Ilyenkor az illető megtanulja a hitelesség látszatát kelteni. Vannak emberek, akik meggyőzően tudnak hazudni, és ezt a képességüket szélhámosságra használják fel. Ezek az un. *szélhámos pszichopaták*. Ezek leleplezése nehéz. Az ilyen bűnözők különbözőnek az átlag bűnözőktől, akik azért érnek el sikert, mert olyan áldozatot választanak, akit könnyű becsapni.

*Érzelmi rendellenességek:* A pszichoszomatikus betegségek létrejöttének feltétele a magas fokú organikus sérülékenység és a vele társult érzelmi rendellenesség. Egy fekélybeteg esetében például az érzelmi rendellenesség úgy jön létre, hogy az illetőben mély és tudatalatti vágy él a szeretet és a gondozás iránt. Ezt esetenként szegényen és büszkeségét bántja. A konfliktus elkerülésére különböző elhárításokkal próbálkozik, például elfojtás vagy túlkompenzálás formájában, de ezek éngyengeséget, álfüggetlenséget, fokozott ambíciózítást vagy énerő fitogtatást fejlesztenek ki. A nagy emócionális (érzelmi) megterhelést ugyanakkor az egyén nem tudja kivédeni. Az organikus sérülékenység a szervezet olyan állapotát jelenti, mely bizonyos szervrendszerekben viszonylag könnyű lehetőséget nyújt a kóros működésre. Bármely szerv veleszületetten vagy szerzetten különböző hatásokra sérülhet. Szervi működéseink szoros kapcsolatban állnak nemcsak a tudatos, hanem a tudat alatti érzelmi állapotainkkal is.

Érzelmi rendellenességnek számít az *agresszió* is, mely támadó, erőszakos fellépés más személlyel szemben. Az agresszív viselkedés fő meghatározója a frusztráció (meghiúsulás, bukás, elrontás). Ha a frusztráció befelé hat, akkor gátlást vált ki, ha kifelé irányul, akkor agresszivitást szül. A befelé mutató hatás szervkárosodást hozhat létre. A gyermekkori elutasítottság is eredményezhet agressziót.

### *Az érzések értékelése*

Érezni annyi, mint a világ elsajátítása az én fenntartása, illetve kiterjesztése szempontjából. De nem minden érzés alkalmas arra, hogy fenntartsuk és kiterjesszük önünket. Érzéseink csak akkor tudják betölteni funkciójukat, ha tartalmazzák önmagunk megítélését is. Az érzések ítéletek. Érzéseinket aszerint értékelhetjük, hogy szolgálják-e önünk kiterjesztését, fejlődését, vagy pedig szemben állnak azzal. Az ember személyiség egy saját világgal, és ez a saját világ az, amit az ember megőrizni és kiterjeszteni akar. Ezt a saját világot azonban meg kell ítélnünk. A saját világomban vannak jó és rossz dolgok, tulajdonságok, cselekedetek. Nyilvánvaló, hogy megőrizni és kiterjeszteni csak a jó dolgokat kell és szabad. Hasonlóképpen, amikor a világ elsajátításáról van szó az érzésekkel kapcsolatban, a világban levő jó dolgokat kell elsajátítani és nem a rosszakat.

De minek alapján értékelheti az ember az érzéseit? Vannak társadalmi érték kategóriák, például a *jó – rossz* primér értékelő pár és a *kellemes – kellemetlen, hasznos – káros, igaz – téves* szekundér értékelő párok. A világban az értékelés koronként és osztályonként változó. Például a bűnbánat a mai társadalomban már nem számít olyan jó és hasznos érzésnek, mint régen. Ezért értékelésünk alapja nem lehet a változó társadalom.

Az érzések fontossága elsősorban abban nyilvánul meg, hogy az érzések vezérlik az embert jó vagy rossz irányba. Ezért az érzéseket ugyanúgy lehet értékelni, mint a cselekedeteket. Az érzéseket is két csoportba oszthatjuk: bűnökre és erényekre. Például a gyűlölet bűnös érzés, mert bűnös cselekedetre vezet az embert. A bűnös cselekedet az, mely kárt okoz a másik embernek és az egész társadalomnak. De vizsgálhatjuk az érzéseket önmagunk oldaláról is. Egyes érzések, mint például a harag, gyűlölet, bosszú, felborítják az ember testi és lelki homeosztázisát, és testi betegséget is okozhatnak. Más érzések viszont, mint a szeretet, öröm, gyógyító hatásúak mind a testre, mind a lélekre. Ennek alapján tehát pozitív érzések azok, melyek az ember fejlődését szolgálják, jócselekedetre indítanak, szükségesek az ember egészségének a megőrzése szempontjából, illetve gyógyító hatásúak. Negatív érzések pedig azok, melyek az ember fejlődését gátolják, kárt okoznak önmagunknak, illetve olyan cselekedetre készítetnek, mely káros a másik emberre és a társadalomra.

1. *Az erkölcsös és erkölcstelen* kategória minden érzésre alkalmazható, de ehhez szükségesek fix erkölcsi törvények, melynek alapján az érzéseket értékelhetjük. Az érzés maga, ha abból nem lesz cselekedet, csak önmagunknak árt vagy használ. De ha cselekedet formájában is megnyilvánul, akkor már a másik embert is érinti és annak is árt vagy használ. Ilyen szempontból a gyűlölet már a másik ember ellen irányuló agresszió kiinduló pontja. Erkölcstelen az az érzés, mely az erkölcsi törvények megszegését eredményezi. Az erkölcstelen érzésnél meg kell azt is vizsgálnunk, hogy mi okozta, minek a hatására keletkezett bennünk. Már a kifejlődése is a helytelen alkalmazkodás következménye. Például a harag oka lehet egy félreértés is, amit ha tisztázunk, akkor a harag ki sem fejlődik.

2. *A jó és rossz kategória* szintén minden érzésre alkalmazható. Általában a társadalmi értékeléthez igazítva mondják egy érzésről, hogy az jó vagy rossz. Például a megbocsátás jó és a féltékenység rossz érzés. De lehet egy érzés jó is, meg rossz is. Például a lelkiismeretfurdalást erkölcsileg pozitívan értékeljük, de mint érzés nem jó annak, aki érzi, de a következményeket illetően annak is jó, aki érzi. Ez nem tévesztendő össze azzal az esettel, amikor vegyes érzelmekkel fogadunk valamit, vagyis ugyanarra a tárgyra vonatkozóan különböző érzéseink vannak.

A jó és rossz kategória alkalmazható az öröm és szomorúság érzésére. Az öröm jó érzés, a szomorúság rossz érzés. Azonban itt erkölcsileg értékelnünk kell azt is, hogy mi okozza az örömet,

és mi a szomorúságot. Általában az öröm három típusát szokták megnevezni: a kitűzött cél elérése, a vágy teljesülése és az akarat megvalósítása. Itt azonban a cél, a vágy és az akarat is lehet erkölcsös vagy erkölcstelen. Például erkölcstelen cél nem tudás alapján kerülni pozícióba, erkölcstelen vágy más feleségének az elcsábítása és erkölcstelen akarat másnak kárt okozva létre hozni valamit. Az erkölcstelen öröm is öröm, de nem az az öröm, mely gyógyítólághat a testre és lélekre. A betörő is örül, ha sikerül a betörése, és sok pénzt lophat el, de ez nem igazi öröm. Ugyanez vonatkozik a szomorúságra is. A betörő szomorkodhat azért, mert valaki megzavarja betörés közben, és mindent otthagynya kell menekülnie. Ez a szomorúság azonban javára válik. A pszichológia megfogalmazása szerint az öröm az az érzés, mely jelzi, hogy éneket kiterjesztetem a szomorúság pedig énem beszükülését jelenti. Az öröm és szomorúság reflektív (visszavert) érzések, következményei cselekedeteinknek.

3. *A kellemes – kellemetlen* kategória szekundér kategória. Itt énekek csak részlegesen van érdekelve. A legkülönbözőbb típusú érzések lehetnek kellemesek vagy kellemetlenek. Így például van kellemes és kellemetlen fáradtság. Ezt a kategóriát csak olyan érzésekre alkalmazzuk, melyekben a részleges érdekeltség lehetséges. Így a bosszúság lehet kellemetlen, de a kétségbeesés nem. Ilyenformán semmilyen szenvedélyről nem mondhatjuk azt, hogy kellemes vagy kellemetlen, mert a szenvedélyben az egész személyiség benne van.

4. *A szép – rút* szekundér kategóriát viszont inkább az esztétikai szférában használják, az érzéseknél viszont inkább erkölcsi orientációról van szó. Az irigységre mondható, hogy csúf és az együttérzésre, hogy szép és jó. Általában az érzés megnyilvánulási formáira használják ezt az értékelést. Például beszélhetünk csúnya féltékenységi jelenetről. A szép lélek elnevezés elsősorban az érzések megformálására vonatkozik. Esztétikai érzések a szép élvezése és befogadása esetén az érdekelvény emberben keletkeznek.

5. *Igaz – hamis (téves)* kategória az érzésekben az őszinteséget jelenti. Ez az értékelés teszi lehetővé a várható viselkedésre való előrejelzést. Például hazug a megbocsátás érzése annál, aki bosszúálló. Téves az eldöntés érzése.

6. *A helyes – helytelen, sikeres – sikertelen, hasznos – káros kategóriákat* elsősorban orientációs érzésekre szokták vonatkoztatni. Helyesnek akkor nevezhetjük az orientációs érzéseinket, ha valóban az igazsághoz vezetnek. Sok társadalomban a hasznos-káros, helyes-helytelen foglalja el a jó és rossz értékelés helyét, de az erkölcstan ez utóbbit használja. A két értékelés között szakadék van, és ez az egyes ember életében mint a személyiség meghasonlottsága jelentkezik.

7. *Eltöltöttség*: Minden érzés eltölthet vagy nem tölt el egy adott pillanatban. Az eltöltöttség független az érzés értékelésétől. Még a pozitív eltöltöttség sem jelent pozitív értékelést. Pozitív eltöltöttséget jelent az élvezet, de valaki élvezheti más ember kínzását is, mely szadizmus és negatív értékű. Itt a pozitív eltöltöttség még fokozza a negatív erkölcsi ítéletet. Pozitív eltöltöttség minden típusú érzésnél lehetséges, például gyönyörűséggel tölthetnek el Isten parancsai. Negatív eltöltöttség a boldogtalanság, iszony, szenvedés. A boldogtalanság negatív érzésekkel (szomorúság, bánat) való eltöltöttséget jelent. De a többi esetben különböző lehet az értékelés. Például iszonyodhatom aljas tettemtől, itt negatív eltöltöttség van, de pozitív értékelés. A kétségbeesés egy emóció negatív eltöltöttséggel.

## IRODALOM

1. Heller Ágnes: Az őszönök. Az érzelmek elmélete, Gondolat Kiadó, Budapest 1978.
2. Geréb György: Pszichológia, Tanárképző főiskolai tankönyv, Tankönyvkiadó, Budapest.
3. Eke Károly: Lélek és test, Medicina Kiadó, Budapest 1984.