

Možganska poškodba in čustvene težave

Psihologi, ki so skušali definirati pojem čustva (emocije), so imeli s tem kar nekaj težav, zato enotne definicije sploh ni. Russell (1991) je v šali povedal »vsak ve kaj je emocija, dokler je ni treba definirati«

Frijda (1986) o emocijah pravi naslednje:

- emocije so povezane z ocenjevanjem dogajanja, ki je relevantno za nek namen (cilj),
- jedro emocij je pripravljenost delovati,
- emocije doživljamo na specifičen način, drugače od drugih mentalnih stanj (npr. zaznav, misli, motivov...).

Osnovni namen emocij je torej (Musek, 2004):

- spodbudijo aktivnost,
- omogočajo izbiro (odločanje), prilagojeno potrebam in situaciji,
- regulirajo jakost in trajanje obnašanja,
- vplivajo na spomin in učenje takega obnašanja.

Možganska poškodba pa ima za pogosto posledico t.i. *čustveno labilnost*. Oseba, ki je utrpela poškodbo možganov, se nemalokrat razjoka, ko pripoveduje npr. kako prijazen je nekdo do njega, dve minuti kasneje pa se ta oseba ob isti razlagi spet smeje.

Čustvena labilnost pomeni, da je človek izgubil nadzor nad čustvi (Powell, 2007). Kaže se kot prekratko trajanje emocije, ki jo hitro zamenja druga (lahko nasprotna). Ta motnja je lahko v povezavi s *čustveno inkontinentnostjo* (Milčinski, 1978). Oseba nekemu čustvu prehitro podleže, ga izrazi in se po njem ravna. Primer za to bi bil, ko se oseba (po poškodbi možganov) razjoče, ko razlaga, da je zmanjkalo kruha v trgovini.

Kako razumeti čustveno labilnost (po Powell, 2007):

- gre za hitra in pogosta nihanja razpoloženja, ki so za okolico zelo utrujajoča,
- čustvena reakcija se sicer pokaže hitreje, a čustva zato niso zdaj močnejša kot pred poškodbo,
- izrazov čustev oseba ne zmore zadržati in/ali jih omejiti na pravi kraj in čas (to je neposredna posledica poškodbe možganov, zlasti tistih predelov, ki upravljajo nagone in čustva).

Kako obravnavati čustveno labilnost (po Powell, 2007)?

- ✓ osebe naj se ne kritizira, ker lahko to izzove pretirano reakcijo,
- ✓ kadar oseba dobro obvladuje čustva, je zelo dobrodošla iskrena pohvala,
- ✓ okolica (družina, prijatelji...) naj sama daje zgled mirnega vedenja,
- ✓ okolje naj stremi k temu, da bo prisotnih čim manj nepotrebni dražljajev, ki povečujejo psihološko napetost.

Literatura

Frijda, N.H. (1986). *The emotions*. Cambridge: Cambridge University Press.

Milčinski, L. (1978). Znamenja duševne abnormnosti. V: L. Milčinski (ur.). *Psihijatrija*. Ljubljana: DDU Univerzum, str. 67-133.

Musek, J. (2004). *Motivacija in emocije (predavanje 8: Emocije)*. *Interno gradivo za 1. Letnik psihologije*. Ljubljana: Filozofska fakulteta, Oddelek za psihologijo. Dostopno na: <http://musek.si/Kurikuli/> (sneto 27.11.2010).

Powell, T. (2007). *Poškodbe glave: praktični vodnik*. Ljubljana: Društvo Vita za pomoč po nezgodni poškodbi možganov.

Russell, J.A. (1991). In defense of a prototype approach to emotion concepts. *Journal of Personality and Social Psychology*, 60, 37-47.