

NAUCZANIE JĘZYKÓW NIERODZIMYCH A EMOCJE

BARBARA SKOWRONEK

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

ORCID: 0000 0003 4302 7206

Abstrakt: Komunikacja międzyludzka polega na międzyludzkich relacjach nadawczo-odbiorczych w otoczeniu. Podstawowym narzędziem komunikacji jest język naturalny jako reprezentant kultury w przekazywaniu wiedzy, przekonań, doświadczeń. Znaczący wpływ na komunikację mają czynniki psychiczne, np. emocje. Rodzajem komunikacji jest nauczanie i uczenie się języków nierodzimych, które także jest zdeterminowane emocjami.

Abstract: Interpersonal communication involves interpersonal sender-receiver relationships in the environment. The primary tool of communication is natural language as a representative of culture in the transmission of knowledge, beliefs, experiences. Psychological factors, such as emotions, have a significant impact on communication. A type of communication is language teaching and learning, which is also determined by emotions.

Słowa kluczowe: komunikacja międzyludzka, emocje, nauczanie języków nierodzimych

Key words: interpersonal communication, emotions, learning a foreign language

1. Komunikacja jest wyrazem relacji między nadawcą a odbiorcą, jest ludzkim zapotrzebowaniem na kontaktowanie się, czyli nawiązywanie relacji z innymi w otoczeniu, celem dostosowania się do otoczenia lub wpływania na otoczenie i przekształcania go. Człowiek jest zaopatrzony w zdolność do komunikacji, by móc istnieć we wspólnocie z innymi ludźmi, z którymi wchodzi w relacje: kontaktuje się z innymi celem orientacji w otoczeniu, by rozumieć i być rozumianym.

Grucza (2012) wskazuje na dwa rodzaje potencjału wiedzy, w którą zaopatrzony jest człowiek: wiedzę genetyczną, która stanowi wrodzony potencjał poznawczy człowieka (Erkenntnispotential) i wiedzę rozwojową (Entwicklungspotential). Potencjał poznawczy służy człowiekowi do zachowania i rozwijania jego funkcji gatunkowych w otoczeniu: zachowania gatunku, trwania w otoczeniu i dostosowania się do otoczenia; dzięki temu człowiek jest zdolny do poznawania, odkrywania otoczenia. To dokonuje się zwłaszcza za pomocą zmysłów.

Człowiek posiada także komunikacyjną zdolność do rozwijania wiedzy i umiejętności celem wpływania na otoczenie, także zmieniając, przekształcając

je. Dzięki temu człowiek może się uczyć (także języka). Tę zdolność każdy musi indywidualnie rozwijać, wypracowywać za pomocą rozumu, zmysłów i języka. Człowiek postrzega rzeczywistość najpierw zmysłami, zwłaszcza słuchem i wzrokiem i mową ciała, następnie wrażenia zmysłowe przekazywane są do mózgu, gdzie dokonuje się ich kognitywna obróbka na procesy myślowe aż do zapamiętywania (Roth, 2006). Utrwalone rezultaty tych procesów poznawczych tworzą doświadczenie ludzkie. Innymi słowy impulsy zmysłowe z otoczenia dobiegają do mózgu, gdzie podlegają analizie kognitywnej (Lewicka, 2007:153). Powstaje obraz rzeczywistości jako indywidualna konstrukcja poszczególnego człowieka w otoczeniu społecznym (Glaserfeld, 1987), a nie jako fotograficzne, dla wszystkich ludzi jednakowe odbicie, odzwierciedlenie rzeczywistości. Każdy człowiek indywidualnie postrzega i konstruuje to, co odbiera zmysłami jako wypadkową wiedzy i doświadczeń przeszłych i nowych, które wraz z językiem i procesami psychicznymi dają określoną jakość poznawczą. Różnorodność percepcji i obrazów rzeczywistości bierze się z różnorodności doświadczeń kulturowych poszczególnych ludzi, wrażliwości ich zmysłów, aktywności procesów myślowych i organizacji wiedzy w mózgu, a także z wielości reakcji emocjonalnych. To także powód dla różnorodnego rozumienia podstawowych (uniwersalnych) wartości kulturowych: dobro, prawda, piękno.

Podstawowym narzędziem komunikacji międzyludzkiej jest język naturalny; stanowi podstawowy składnik kultury w przekazywaniu wiedzy, doświadczeń, przekonań, systemu aksjologicznego. Wiedza powstająca za pomocą języka jest utrwalana i wyrażana za pomocą wszystkich modalności z trwałym zapisem (Puppel, 2022). Język jest zdolnością komunikacyjną typowo ludzką nabywaną w dzieciństwie jako mowa (słuchanie – mówienie), a następnie rozwijaną hybrydowo do końca życia (słuchanie – mówienie + czytanie – pisanie) (Puppel i Puppel, 2008). Człowiek rozwija język począwszy od wymowy poprzez dyskurs, teksty jako uporządkowane, zdeterminowane kulturowo środki wyrażania leksykalne, morfosyntaktyczne, semantyczne, podporządkowane określonym schematom, konwencjiom, regułom komunikacyjnym (Olpińska, 2009). Język musi być używany zgodnie z regułami formacyjnymi (wiedza fonemiczna i gramatyczna) oraz regułami funkcjonalnymi (wiedza semantyczna i pragmatyczna (Gucza, 1993:150). Dzięki językowi człowiek może porozumiewać się nie tylko w teraźniejszości, ale także przeszłościowo i przyszłościowo. Dzięki językowi człowiek rozwija się jako istota społeczna (*homo socius*) żyjąca w relacji z innymi, komunikująca się (*homo communicans*); jako użytkownik języka człowiek rozwinął się od istoty naturalnej (*homo naturalis*) do istoty kulturowej (*homo cultus*), od mowy do alfabetyzacji utrwalonego na piśmie języka, co w znacznej mierze pomaga mu przemieszczać się (*homo viator*), ostatnio bardzo często samolotem (*homo aviator*).

Umiejętność komunikacji za pomocą mówienia rozwija człowiek w pierwszych latach swego życia; to umożliwi mu wyrażanie potrzeb, wymianę doświadczeń, wiedzy, rozmowę, uczenie się, zdobywanie wiedzy i umiejętności. Niemowlęta dostosowują się do otoczenia odpowiadając całym ciałem próbując

relacji z otoczeniem. Reakcja otoczenia (pozytywna lub negatywna) uczy małe dzieci orientować się w otoczeniu za pomocą zmysłów, zwłaszcza słuchu, wzroku i ruchu: słuchają, obserwują, dostosowują się do otoczenia i wpływają na nie. Z czasem wraz z ogólnym rozwojem fizjologicznym, także aparatu artykulatoryjnego, nabywają mowę. Do mówienia jest dość długa droga, poprzez wymowę (artykulację wraz z prozodią); do pisania i czytania droga jest jeszcze dłuższa. Jednocześnie stopniowo wraz z mówieniem nabywają wiedzę. Dorosli z fascynacją oczekują pierwszych dźwięków noworodka, inspirują dziecko komunikacyjnie, nawiązując relacje komunikacyjne, z których powstają potem coraz składowe dźwięki, które z czasem przekształcają się w wypowiedzi. Po reakcji otoczenia małe dziecko zauważa swoją sprawczość, gdy otoczenie reaguje w sposób zrozumiały. Ale dziecko nie nauczyłoby się mówić, gdyby nie jego chęć dostosowania się do otoczenia i wrodzona ciekawość, która jeśli jest zbudowana na fundamencie poszukiwania i rozwoju – może stać się motorem napędowym działania, zwłaszcza w poszukiwaniu dobra i piękna. W przyszłości może doprowadzić do stosowanego odróżniania piękna od szarej sztamki, by nauczyć się pięknie wysławiać i pięknie pisać. Metodą prób i błędów dziecko uczy się od otoczenia aktywności komunikacyjnej, także myślenia i działania. Dlatego dobrze, gdy dziecko eksperymentuje, a nawet potyka się i podnosi, bo w ten sposób uczy się poznawać błędy swoje i swego otoczenia i naprawiać je. Małe dziecko pozbawione kontaktów z ludźmi nie nabeździe mowy, a w dalszym ciągu nie nauczy się języka. Brak kontaktów z ludźmi skutkuje nie tylko brakiem czy zubożeniem relacji społecznych, lecz także oznacza niemożność nauczenia się języka. A z kolei brak umiejętności językowych wyklucza człowieka ze wspólnoty komunikacyjnej (Verkehrsgemeinschaft, L. Zabrocki, 1966).

2. Jakość komunikacji zależy w dużej mierze od jakości relacji interpersonalnych. Umiejętności komunikacji interpersonalnej można (i trzeba) się nauczyć. Młodzież szkolna uczy się jej w wieku szkolnym, zatem dorośli powinni tę umiejętność posiadać i rozwijać. Myślenie, język i działanie nadawcy i odbiorcy powinny być zbieżne z celem komunikacji (co osiągnąć, co przemilczeć, co wyeksponować, co zataić itd.). Utrudnienia komunikacyjne (zwłaszcza brak aktywnego słuchania i brak woli zrozumienia) powodują, że relacje międzyludzkie stają się trudne. Dochodzi do nieporozumień, nawet agresji, a to powoduje brak efektywnego porozumienia. Konflikt relacyjny na pewno spowoduje konflikt komunikacyjny. Dobre relacje bazują na wzajemnym zaufaniu, prawdzie, uczciwości. Bez tego trudno o wzajemną akceptację, zrozumienie dla inności przekonań, działania, kultury, języka, także dla słabości, niedogodności komunikacyjnych. Rozbieżności między zamiarem nadawcy a interpretacją odbiorcy są powodem nieodmówień, niezrozumienia, nieporozumień. Krytyka (zwłaszcza konstruktywna) jest potrzebna; ale z zachowaniem kultury języka i kultury krytyki, czyli jako merytoryczna wymiana zdań, wiedzy, przekonań, przedstawiając argumenty, zwracając uwagę na pozytywne i negatywne, bez dążności do agresji. Różnica zdań

jest konieczna, bo poprzez kontrowersje dochodzi się do pozytywnego rozwoju. Ludzie różnią się sposobem komunikowania się: myślenia, działania, wykształcenia, systemem przekonań, wartości, dążności do osiągnięcia celów, używania języka. Ludzie myślą, reagują, odczuwają różnie; idealnie homogeniczne grupy ludzkie nie istnieją. Każdy ma inną wrażliwość sensoryczną i intelektualną, **różne doświadczenie życiowe, oczekiwania, potrzeby, także wrażliwość na nowości**, możliwość eksperymentowania. Można śmiało powiedzieć, że efektywność komunikacyjna jest wprost proporcjonalna do ilościowej i jakościowej zdolności komunikacyjnej człowieka.

Spółecznie efektywna komunikacja implikuje stosowanie środków językowych (język z całokształtem leksyki odpowiednio uporządkowanej) i niejęzykowych (parajęzykowe środki wyrażania jak odpowiednia artykulacja celem podkreślenia ważności wypowiedzi lub dyskredytacji; sensoryczne środki wyrażania + intuicja; ekstrawerbalne środki jak czas, miejsce, otoczenie i warunki komunikacji tam panujące). Wystarczy, że ktoś mówi za szybko, za głośno lub za cicho, niedbale wymawiając albo w pomieszczeniu jest za gorąco lub nieświeże powietrze – komunikacja może być utrudniona czy wręcz zaburzona. Bardzo ważną rolę odgrywają niejęzykowe środki komunikacji. Są to multisensoryczne reprezentacje wiedzy i umiejętności umożliwiające człowiekowi kontakt i relacje w otoczeniu: gestyka, mimika, kinetyka, proksemika, haptyka, olfaktoryka. Komunikuje się cały człowiek, zawsze, chcąc nie chcąc, świadomie czy nieświadomie. Człowiek stanowi integralną całość ciała, rozumu i psychiki – wszystko to razem wpływa na istnienie człowieka w otoczeniu społeczno-kulturowym. Stąd elementy psychiczne, emocje mają duży wpływ na przebieg i efektywność komunikacyjną, także na uczenie się.

Trudności emocjonalne jak strach, złość, brak dostatecznej motywacji do skutecznej komunikacji, brak świadomości własnego stylu komunikacji – wszystko to może zaburzać efektywną komunikację, sukces społeczny. Dlatego uczestnicy komunikacji powinni posiadać wiedzę o emocjach, by umiejętnie rozpoznawać emocje swoje i emocje innych – i współpracować z nimi, zamiast się wzajemnie zwalczać. Ostatnio obserwujemy nadmiar agresji w kontaktach społecznych (nawet w rodzinie), powodem jest brak dialogu społecznego, czyli brak chęci wzajemnego zrozumienia (przede wszystkim brak aktywnego i empatycznego słuchania). Zamiast tego wymyśla się, co i jak powiedzieć, by rozmówcę zabolalo, a więc zawstydzić, zignorować, zniszczyć itd. Takie zachowania komunikacyjne prowadzą oczywiście do zubożenia, a nawet zerwania relacji społecznych między komunikującymi się osobami.

3. Emocje są skomplikowanym, często niezrozumianym zjawiskiem psychicznym angażującym całego człowieka: ciało, psychikę, ale i rozum. Ponoć nawet w okresie prenatalnym obserwuje się niektóre grymasy emocji podstawowych,

a noworodki wykazują bardzo wyraźne odruchowe reakcje na doświadczane emocje: strach, złość, smutek, odrazę, zaciekawienie czy radość. Emocje są naturalną reakcją organizmu na różne sytuacje otoczenia. Mogą być wywołane przez zdarzenia zewnętrzne (np. spotkanie kogoś) czy wewnętrzne (myśli, wspomnienia, także sny). Emocje z natury są chwilowe, trwają od kilku sekund do kilku minut, odczuwane są jako stan umysłu, któremu towarzyszą akty ekspresji i działania, zmiany w ciele, jak rozszerzenie źrenic (w emocjach pozytywnych) lub zwężenie źrenic (w emocjach negatywnych). Jeśli emocja utrzymuje się co najmniej kilka dni, wtedy przeradza się w nastrój. Najbardziej podstawowe emocje są odruchową reakcją na wydarzenie, niezależną od rozumu i woli. Tak np. każde zagrożenie powoduje powstanie odruchu strachu, czyli walcz – uciekaj lub kompletny paraliż. Powodem nadmiernych reakcji emocjonalnych, czyli zaburzenia emocjonalnego może być także dyskomfort w reakcji na zachowanie innych ludzi, ale może to być także nasza niesprawność fizyczna, czyli zakłócona równowaga biochemiczna organizmu: niewyspanie, przemęczenie może powodować nadmierne odczuwanie gorąca, tłoku, pośpiechu, frustracji. W rezultacie człowiek zaczyna przeżywać niepokój, intensywny lęk, smutek, rozpacz, które nie mają wyraźnego źródła. Często uzupełnienie warunków fizycznych pomaga w złagodzeniu emocji, np. odpoczynek w ciszy, odsunięcie się od osoby nielubianej.

Ekman (2021) uważa, że emocje są uniwersalne, wspólne dla wszystkich ludzi, niezależnie od ich tła kulturowego i w podobny sposób wyrażane. Według Barrett (2018) emocje są konstruowane przez mózg człowieka według jego doświadczenia życiowego i kontekstu kulturowego.

W powstaniu emocji ma udział zarówno ciało (odzwierciedla emocje) jak i umysł (interpretuje, co się dzieje). Reakcja na dane zdarzenie może być pozytywna (duma matki z osiągnięcia dziecka) lub negatywna (wściekłość matki, że dziecko nie zrobiło tego, czego chce matka). Podstawowe emocje powstają szybko i często niezależnie od woli człowieka, jakby zniemacka. Ale to, co się z tą emocją będzie działo – zależy subiektywnie od woli i rozumu człowieka. Wydarzenie obojętne dla osiągnięcia celu nie wywołuje emocji, wydarzenia ważne dla osiągnięcia celu wywołują emocje pozytywne (radość, dumę, miłość) lub skrajnie negatywne (zazdrość, że komuś się powiodło, a mi się to nie udało, wywołuje agresję, nienawiść, czy wręcz zemstę; złość może być dla kogoś alarmowym sygnałem, że coś ważnego jest zagrożone). Lepiej regulować emocje rozumowo i wykorzystywać je ku dobru. Emocje pozytywne (radość, zadowolenie, wdzięczność, nadzieja, inspiracja, bezpieczeństwo, miłość) powstają w odpowiedzi na wydarzenia interpretowane jako szansa na przetrwanie (osobiste lub gatunku). Dlatego radość i przyjemność pomagają łatwiej postrzegać rzeczywistość, powodują sukcesy, wpływają pozytywnie na całego człowieka, na jego myślenie, odczuwanie, działanie, także na uczenie się. Ale: nadmierna radość bywa niewłaściwie rozumiana i interpretowana, bywa powodem nadmiernego rozleniwienia czy wręcz narcyzmu i braku motywacji do dalszego działania.

4. Kluczem do zrozumienia, jak działają emocje jest uświadomienie sobie celu działania: co jest dla nas ważne, by móc lepiej zarządzać emocjami, czyli kierować nimi w sposób zgodny z naszymi oczekiwaniami i wartościami. Zamiast unikać emocji, należałoby nauczyć się je rozpoznawać, zrozumieć i odpowiednio na nie reagować.

Oto kilka przykładów emocji:

Złość jest naturalna, każdy jej potrzebuje jako wentylu skumulowanych napięć; przefiltrowana rozumowo powoduje, że człowiek nie popada w nadmiar agresji. **Złość, gniew jest zdrową reakcją emocjonalną na frustrację, urazę, zagrożenie**, poczucie niesprawiedliwości, sygnalizuje jedynie, że coś trzeba naprawić, np. dopuścić krótkie kłótnie rozładowujące emocje.

Strach, lęk przeżywamy w obliczu konkretnego zagrożenia, które obciąża człowieka, ale i mobilizuje do konkretnego działania. Podstawową strategią radzenia sobie z gniewem, złością i strachem jest uświadomienie sobie powodu tych emocji w aspekcie naszych oczekiwań i oddalić się w ciche i bezpieczne środowisko, by zatrzymać lawinę negatywnych myśli. Lęk jest naturalnym elementem naszej psychiki, spełnia kluczową rolę ostrzegając przed potencjalnym niebezpieczeństwem, instynktownie wywołuje gotowość alarmową. Powstaje albo jako automatyczna nieświadoma odruchowa reakcja na zagrożenia albo niespodziewanie np. pod wpływem myśli. Znane są lęki społeczne (przed innymi ludźmi, przed tłumem), lęk wysokości i zamkniętej przestrzeni (lęk przed jazdą windą), lęki zawodowe, przed starzeniem się, przed zachorowaniem itd. Lęk może prowadzić do przesadnej reakcji obronnej lub paraliżować uniemożliwiając człowiekowi działanie w sytuacjach kryzysowych, aż do chorobliwej depresji.

Powodem lęków jest nierzadko ucieczka przed błędem w kierunku doskonałości. Dążność do perfekcji może być pozytywna w określonych fazach życia, gdy człowiek rozsądnie stawia sobie ambitne cele, podejmuje wyzwania, poszukuje dobrych rozwiązań eksperymentując, akceptując błędy i porażki, ucząc się z nich. Takie postępowanie stymuluje do dalszego działania. Jednak nie może być celem samym w sobie, bo wtedy staje się toksyczna. Nadmiernie wysokie wymagania, bez tolerancji dla własnych niedoskonałości i błędów powoduje życie w stanie ciągłego krytycyzmu wobec siebie i otoczenia. Wtedy dążność do doskonałości i sukcesu hamuje człowieka, wręcz zniewala, każda porażka jest piętnowana, niewybaczalna, powoduje niemoc, rozpacz, bo brak przyzwolenia na słabość powoduje dyskomfort przegrania. Być może powodem tego jest zbyt wysoka samokrytyka i nadmiar odpowiedzialności za innych, a może tylko egoistyczna dążność do bycia najlepszym. Wprawdzie dziś błędy dyskwalifikują, panuje społeczny brak przyzwolenia na błąd, słabość, porażkę, dlatego dąży się do perfekcjonizmu, do idealnego życia zawodowego i osobistego, bez okazywania słabości. Byłoby jednak lepiej, gdyby lęki, podobnie jak błędy, były

akceptowane jako normalny etap rozwojowy, przejaw eksperymentowania, ćwiczenia kreatywności, dążności do opanowania nowości, często jakby pierwszy stopień w uczeniu się. Swoje błędy i słabości należy znać, bo z błędów można się wiele nauczyć, także ich unikania. Kto jest świadom swoich błędów, dopuszcza błędy innych ludzi. Kto nie akceptuje błędów swoich, nie akceptuje błędów innych ludzi. Ale przecież tylko ten nie robi źle, kto nic nie robi.

Ponieważ emocje w sposób naturalny determinują ludzkie myślenie i działanie, dlatego należy nauczyć się radzenia sobie z nimi, by komunikować się efektywnie, czyli osiągać sukces komunikacyjny. Uczenie się rozpoznawania emocji i wsłuchiwanie się w swoje niepokoje (zanim przerodzą się w lęki) i korzystanie z nich, zamiast ignorowania, to klucz do rozwoju inteligencji emocjonalnej. Uczą się tego intensywnie dzieci i nastolatki; dorośli powinni (teoretycznie) mieć sztukę rozpoznawania emocji opanowaną, ale nie zawsze tak jest. Inteligencja emocjonalna służy właściwej reakcji na emocje (nie tylko) w sytuacjach konfliktowych celem użycie rozumu do rozładowania emocji negatywnych. Jest to zdolność do rozpoznawania, zrozumienia i zarządzania emocjami naszymi i emocjami innych osób (Goleman, 1995). Często nie radzimy sobie z umiejętnością trafnego rozpoznania swego stanu emocjonalnego ani samoregulacji. Szczególnie trudne jest rozpoznanie swoich emocji w zdenerwowaniu, czyli gdy przeżywamy emocję tak silną, że przestajemy nad sobą panować rozumem. Akceptacja naszych emocji pozytywnych i negatywnych jest kluczowa dla zdrowego radzenia sobie z nimi. Dobrze jest uznać, że uczucia (gdy emocje trwają dłużej) są normalną i ważną częścią naszego doświadczenia. Tak uczymy się, jak wartościować otoczenie i relacje z otoczeniem, jaki jest cel naszego myślenia i działania, ponieważ strach sygnalizuje zagrożenie, złość pokazuje, że granice naszej wytrzymałości zostały przekroczone, a radość daje poczucie bezpieczeństwa i sukcesu i pokazuje, co naprawdę cenimy. Nieumiejętność uświadomienia sobie emocji i nazwania ich niesie za sobą zagrożenia: osoba nieświadoma swoich emocji staje się bezradna i bardziej podatna na manipulację. Poza tym nieumiejętne wyrażanie emocji może prowadzić do konfliktów, zwłaszcza w sytuacjach wymagających negocjacji – co powoduje, że narasta niezrozumienie, konflikt rozwija się i pogłębia. Niewłaściwe relacje międzyludzkie powodują zakłócenia komunikacyjne.

Emocje wpływają znacząco na relacje komunikacyjne: emocje negatywne obciążają człowieka i zaburzają komunikację, emocje pozytywne uskrzydłają człowieka i poprawiają efektywność komunikacyjną. Osoby o generalnie pogodnym, optymistycznym nastawieniu do życia doświadczają częściej emocji pozytywnych jak radość, nadzieja, zadowolenie; osoby o nastawieniu pesymistycznym doświadczają częściej emocji negatywnych jak gniew, smutek, lęki, przygnębienie. Celem panowania nad emocjami jest nie ich tłumienie, ale osiągnięcie równowagi, czyli nie tyle unikanie nieprzyjemnych uczuć, ile za pomocą rozumu niepozwalanie na ich eskalację i utrwalanie. Mamy niewielką kontrolę nad tym, kiedy i jaka emocja nas ogarnie, lecz dzięki rozumowi mamy wpływ na to, jak długo się utrzymuje. By relacje komunikacyjne były efektywne społecznie

należy oczywiście stosować się do maksym konwersacji Grice'a (1975) i aksjomatów komunikacji Watzlawicka (1969).

Przykładem niewłaściwej gospodarki emocjami negatywnymi są dzisiaj relacje między politykami: emocjonalne dyskutowanie stało się (niestety) normalnością. Emocje używane są jako narzędzie społecznego wpływania na wyborców. Między politykami więcej jest nienawistnego zwalczania się niż solidnego przekazu informacji. Powiększa się granica tabu, poszerza się zakres emocji negatywnych, dobre maniere ustępują agresji, złościwościom, przekleństwom. Skutkiem tego ludziom trudno się porozumieć, zamiast zrozumienia następuje świadome, sterowane niezrozumienie. Uczestnicy komunikacji stają się rywalami, przeciwnikami czy wręcz wrogami. A przecież dyskusja, dialog oznacza dialogować, nie monologować, także w dyskusji emocjonalnej nie tylko słuchać, ale i dać się innym wypowiedzieć się. Poza tym należy respektować przekonania i pomysły innych, nawet jeśli się ich nie akceptuje; także w aspekcie potencjalnych relacji przyszłych.

5. Proces kształcenia obejmuje zakres kognitywny, związany z uczeniem rozumowym, umysłowym oraz zakres afektywny, związany z emocjami. Celem uczenia się powinien być przyrost wiedzy i umiejętności językowo-kulturowych do komunikacji w nowym otoczeniu. Uczenie się przebiega różnie, w zależności od wieku, doświadczenia życiowego, wrażliwości zmysłów, aktywności umysłowej mózgu, zatem także od wiedzy i umiejętności danego ucznia. Uczenie może przebiegać naturalnie, instynktownie, nieświadomie, intuicyjnie, przypadkowo poprzez próby i błędy; może też być mniej lub więcej sterowane, przebiegać świadomie, według określonych metod, zasad, najczęściej w warunkach szkolnych dążąc do określonych celów komunikacyjnych: rozumieć i być rozumianym budując relacje z innymi w nowej rzeczywistości kulturowo-językowej. Świadome uczenie się polega na indywidualnym badaniu, odkrywaniu rzeczywistości, poszukiwaniu (nowych) rozwiązań i ocenie tego, czego człowiek się nauczył, eksperymentowaniu; w uczeniu się języka stosowane są np. procedury semantyzacji, memoryzacji, kontekstualizacji, konstrukcji, rekonstrukcji, dekonstrukcji rzeczywistości (Myczko, 2008). Dorośli posiadają określone doświadczenie życiowe: wiedzę i umiejętności, na bazie tego douczają się systematycznie na miarę swoich możliwości i potrzeb. Oznacza to, że nie uczymy się w pustce.

Uczenie się i nauczanie języków obcych to proces relacji komunikacyjnych między nauczycielem a uczniami w zmieniającej się ciągle funkcji nadawczo-odbiorczej. Służy przygotowaniu ucznia do przyszłego budowania kontaktów z otoczeniem o innej kulturze i języku, co polega na wymianie myśli, przekonań, wiedzy, zachowań. W tym procesie ujawniają się także stany psychiczne, emocje między nadawcą a odbiorcą. Także cały człowiek uczy się języka (drugiego czy kolejnego) komunikując się, czyli nie tylko językowo ale i niejęzykowo, przy czym wpływ emocji bywa bardzo duży, i to zarówno w relacji nauczyciel – uczeń, jak i potem w prawdziwym otoczeniu obcojęzycznym. Uczeń przygnębiony emocjami negatywnymi powodującymi nienawiść, zazdrość, lęki,

strach itd. popada w przygnębienie, brak bezpieczeństwa będzie miał trudności z uczeniem się, potrzebuje pomocy, akceptacji, bycia respektowanym, ewentualnie zmiany otoczenia. Emocje pozytywne jak radość, poczucie bezpieczeństwa przydają pewności siebie, wzmagają motywację do nauki i otwartość na poszczególne procedury nauczania. Dlatego przekazuje się na początku nauczania języka nierodzimego zwłaszcza zachowania rutynowe, nawykowe, które ułatwiają życie, pomagają antycypować zdarzenia i zachowania innych i się do tego przygotować. Reagowanie na to, co znane ułatwia życie, daje uczniowi samodzielność, wolność wykonania zadania, niezależność od innych; bezpieczniej jest reagować w sytuacjach znanych, przeciwuczonych. Pragnienie zatrzymania się na etapie standardu jest normalne, bo łatwe, ale nierozwojowe. Potrzebujemy nie tylko szablonowego reagowania w sytuacjach znanych, standardowych, także sprawdzenia się w sytuacjach nowych, wymagających odwagi, improwizacji, kreatywności do rozwiązywania zadań trudnych – na tym polega uczenie się. Wiele zdarzeń jest nieprzewidywalnych, przypadkowych, spontanicznych, wręcz kryzysowych, które mobilizują ucznia do nagłego poszukiwania rozwiązania nowego, poprzedzonego chaosem intelektualnym i burzą mózgu. Trzeba dawać uczniowi możliwość eksperymentowania, czyli także potykania się i podnoszenia się, dostrzegania błędów swoich i innych ludzi, a także naprawiania swoich błędów. Najlepiej, gdy nauczanie jest autonomiczne: uczeń autonomiczny jest aktywnym podmiotem (chce się uczyć), a nie biernym przedmiotem nauczania (być nauczonym) (Wilczyńska, 1999), co wydatnie wzmacnia jego motywację do nauki. Uczeń zmotywowany chce się uczyć, jest gotowy na eksperymentowanie, poszukiwanie rozwiązań, poznawanie nowych treści i zachowań komunikacyjnych; uczeń pasywny – nie; woli pozostać na poziomie zachowań rutynowych.

6. Podsumowanie: Wszelkie uczenie i nauczanie obejmuje całego człowieka w funkcji nadawcy i odbiorcy, czyli nie tylko czynniki rozumowe ale i psychiczne, m.in. emocje. Dlatego nie tylko nauczyciele ale i uczniowie powinni mieć choć podstawową wiedzę o emocjach i inteligencji emocjonalnej, by praktyczne stosowanie tej wiedzy wydatnie wspomogło poprawną komunikację w trakcie procesu uczenia się i nauczania oraz w przyszłych relacjach komunikacyjnych w środowisku nowej kultury i nowego języka.

Bibliografia

- Barrett, L. (2018). *Jak powstają emocje. Sekretne życie mózgu*. Warszawa: CeDeWu.
- Ekman, P. (2021). *Emocje ujawnione*. Warszawa: Sensus Helion.
- Glaserfeld, E. von. (1987). *Wissen, Sprache und Wirklichkeit. Arbeiten zum radikalen Konstruktivismus*. Braunschweig/Wiesbaden.
- Goleman, D. (1999). *Inteligencja emocjonalna w praktyce*. Poznań: Media Rodzina.
- Grice, H.P. (1975). „Logic and Conversation“. W: Cole, P. i J.M. Morgan (red.) *Speech acts, syntax and semantics*. 41 – 58. New York: Academic Press.

- Grucza, F. (1993). „Zagadnienia ontologii lingwistycznej: O językach ludzkich i ich (rzeczywistym) istnieniu”. W: Bartmiński, J. (red.) *Opuscula Logopedica in honorem Leonis Kaczmarek*. 25 – 47. Lublin: UMCS.
- Grucza, F. (2012). „Zum Gegenstand und zu den Aufgaben der Anthropozentrischen Linguistik, Kulturologie und Kommunikologie sowie zur gegenseitigen Vernetzung dieser Erkenntnisbereiche“. *Kwartalnik Neofilologiczny* LIX.(2), 27 – 344.
- Lewicka, G. (2007). *Glottodydaktyczne aspekty akwizycji języka drugiego a konstruktywistyczna teoria uczenia się*. Wrocław: ATUT.
- Lieberman, M.D. (2013). *Social: why our brains are wired to connect*. New York: Crown Publishers.
- Myczko, K. (2008). „Instruktion und Konstruktion in der Fremdsprachendidaktik“. W: Mikołajczyk B. i M. Kotin (red.) *Terra Grammatica. Ideen – Methoden – Modelle*. 287 -299. Frankfurt am Main: Peter Lang.
- Olpińska, M. (2009). *Nauczanie dwujęzyczne w świetle badań i koncepcji glottodydaktycznych*. Warszawa: Euro-Edukacja.
- Popiel, B. (2015) *Zrobię to dzisiaj! Jak skończyć z odwlekaniem spraw i uwolnić swój prawdziwy potencjał*. Złote myśli.
- Puppel, S. i Puppel, J. (2008) „Gestosfera jako istotny składnik przestrzeni publicznej”. *Oikeios Logos* 4, 1 – 8.
- Puppel, S. (2022). *Habent sua fata lingue (czyli szkic o tym, że wszyscy mamy język, że mieszkamy w nim i co się z nim dzieje)*. Scripta de Communicatione Posnaniensis. Poznań: UAM.
- Roth, G. (2006). „Warum sind Lernen und Lehren so schwierig?“. W: Hermann V. (red.) *Neurodidaktik*. 49 – 59. Neuwied Beltz.
- Watzlawick, P., J.H. Beavin, i Don D. Jackson. (1969). *Menschliche Kommunikation. Formen, Störungen, Paradoxien*. Bern, Stuttgart, Toronto.
- Wilczyńska, W. (1999). *Uczyć się czy być nauczonym. O autonomii w przyswajaniu języka obcego*. Warszawa: PWN.
- Zabrocki, L. (1966). *Wspólnoty komunikatywne w genezie i rozwoju języka niemieckiego*. Wrocław: PWN.