

Terri Apter

MOČ POHVALE IN GRAJE

*Presojanje in obsojanje
v vsakdanjem življenju*

Terri Apter

MOČ POHVALE IN GRAJE

*Presojanje in obsojanje
v vsakdanjem življenju*



Prevedel Andrej E. Skubic



UMco

Ljubljana 2020

Terri Apter
MOČ POHVALE IN GRAJE
Presojanje in obsojanje v vsakdanjem življenju

PASSING JUDGMENT
Praise and Blame in Everyday Life

Copyright © 2018 by Terri Apter. All rights reserved.

© za Slovenijo UMco, d. d., 2020. Vse pravice pridržane.

Prevod: Andrej E. Skubic

Izdajatelj in založnik: UMco, d. d.
Zbirka Preobrazba

Urednik: Samo Rugelj

Knjigo uredila: Renate Rugelj

Oblikovanje ovitka in postavitev: Aleš Cimprič

Številčenje kazala: Aljaž Krivec

Slika na naslovnici: Depositphotos

Tisk: Primitus d. o. o.

Naklada: 400 izvodov, 1. natis
Ljubljana 2020

Brez pisnega dovoljenja založbe je prepovedano reproduciranje, distribuiranje, javna priobčitev, predelava ali druga uporaba tega avtorskega dela ali njegovih delov v kakršnem koli obsegu ali postopku, skupaj s fotokopiranjem, tiskanjem ali shranitvijo v elektronski obliki, v okviru določil Zakona o avtorski in sorodnih pravicah.

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Narodna in univerzitetna knjižnica, Ljubljana

161.225.23

APTER, Terri

Moč pohvale in graje : presojanje in obsojanje v vsakdanjem življenju / Terri Apter ; prevedel Andrej E. Skubic. - 1. natis. - Ljubljana : UMco, 2020. - (Zbirka Preobrazba)

Prevod dela: Passing judgment
ISBN 978-961-7050-62-2
COBISS.SI-ID 304249600

UMco, d. d., Leskoškova 12, 1000 Ljubljana
tel.: 01/ 520 18 39, e-pošta: bukla-urednistvo@umco.si, www.bukla.si

Za Davida

Imena in nekatere prepoznavne značilnosti posameznikov,
ki nastopajo v knjigi, so bile spremenjene.

Vsebina

Uvod	9
1. ZAČETKI ČLOVEŠKEGA PRESOJANJA	23
2. KEMIJA, EKONOMIJA IN PSIHOLOGIJA POHVALE	45
3. GRAJA: NUJNOST IN RAZDIRALNOST KRIVDE IN SRAMU	73
4. DRUŽINSKE SODBE, DRUŽINSKI SISTEMI	109
5. SAMO PRIJATELJI: POHVALA IN GRAJA MED VRSTNIKI	139
6. INTIMNE SODBE: POHVALA IN GRAJA PRI PARIH	175
7. POKLICNE OBVEZNOSTI: MOČ POHVALE IN GRAJE NA DELOVNEM MESTU	213
8. DRUŽABNI MEDIJI IN NOVI IZZIVI ZA NAŠO PRESOJEVALNO TEHTNICO	259
9. DOSMRTNE SODBE	291
ZAHVALE	309
IMENSKO IN STVARNO KAZALO	311

Uvod

VSACA ČLOVEŠKA INTERAKCIJA – med starši in otroki, med partnerjema v paru, med prijatelji in kolegi v službi – je prežeta s hvalo in grajo. Pohvala nam lahko povrne moči bolj kot hrana. Graja nas lahko rani in poniža, nas oropa dostojanstva, ponosa in veselja. Naša občutljivost za hvalo in grajo sega daleč onkraj izrecnih komplimentov ali pritožb; pozitivno ali negativno, z odobravanjem ali neodobravanjem se odzivamo že na izraze na obrazu, očesne gibe, tihe, neartikulirane glasove in telesne kretnje. Ne da bi se tega sploh dobro zavedali, se v vsaki osebni interakciji spopadamo s hvalo ali grajo.

V prvih milisekundah, ko kaj opazimo, ne obdelamo avtomatično le informacije, kaj to je, temveč si o tem ustvarimo tudi mnenje, pozitivno ali negativno.¹ Z zavestnimi mislimi smo morda povsem drugod – premišljujemo o jutrišnjem dnevu ali nalogi, ki nas čaka – a nekje v ozadju je samodejna presojevalna tehnična, dediščina temeljnih človeških preživetvenih reakcij, ki nas pripravi, da osebo pred seboj precenimo, ali se ji je bolje približati ali izogniti. Je prijatelj ali sovražnik? Ji lahko zaupamo, ali je njen

1 John Bargh, »First Second: The Preconscious in Social Interactions«, *Unconscious Opinion*. Predstavljeno na srečanju Ameriškega psihološkega društva, Washington, DC, junij 1994.

prijateljski videz zavajajoč? Ta odziv je tako pomemben, da neki nevroznanstvenik celo trdi: »Sleherno čustvo, ki ga občutimo, vsaj v neki meri sodi v eno ali drugo kategorijo ... Približati se ali izogniti se, to je temeljna psihološka odločitev, ki jo vsak organizem ves čas sprejema v odnosu do svojega okolja.«²

Ščasoma, ko so družbe postajale vse kompleksnejše, so človeški možgani razvili zmožnost bolj subtilnih, odprtih in raznolikih presoj. Še naprej nas zanima, ali je oseba pred nami nevarna ali vredna zaupanja, zanimajo pa nas tudi zapletenejša družabna vprašanja: bo razumela naše križe in težave, smo z njo na isti valovni dolžni, bi bilo z njo prijetno obedovati, se pogovarjati, šaliti, razpravljati, se bo pozitivno odzivala na nas? A tudi pri tem naše misli, čustva in vedenje vodita dve presojevalni težnji – približati se ali izogniti se, odobravati ali ne odobravati.³

2 Richard J. Davidson and Sharon Begley, *The Emotional Life of Your Brain: How Its Unique Patterns Affect the Way You Think, Feel, and Live—and How You Can Change Them* (New York: Plume, 2012), 39.

3 Shelly L. Gable, Harry T. Reis in Andrew J. Elliot, »Evidence for Bivariate Systems: An Empirical Test of Appetition and Aversion Across Domains«, *Journal of Research in Personality* 37, št. 5 (2003): 349–72; Shelly L. Gable in Amy Strachman, »Approaching Social Rewards and Avoiding Social Punishments: Appetitive and Aversive Social Motivation«, v *Handbook of Motivation Science*, ur. James Y. Shah in Wendi L. Gardner (New York: Guilford Press, 2008), 561–75; Charles S. Carver in Michael F. Scheier, »Feedback Processes in the Simultaneous Regulation of Action and Affect«, v *Handbook of Motivation Science*, ur. James Y. Shah in Wendi L. Gardner (New York: Guilford Press, 2008), 308–24; Ronnie Janoff-Bulman, Sana Sheikh in Sebastian Hepp, »Proscriptive Versus Prescriptive Morality: Two Faces of Moral Regulation«, *Journal of Personality and Social Psychology* 98, št. 3 (2009): 521–37.

VSAKO JUTRO se začne z ugotavljanjem, kaj je na ljudeh okrog nas pozitivnega in kaj negativnega. Mož se tiho povzpne po stopnicah in mi brez besed poda skodelico kadeče se kave. Ravno sem premišljevala o svojem prvem jutranjem sestanku, o vremenu in opremi za dež, ki jo bom potrebovala – a vse to odplavi nenaden val hvaležnosti. »Čudovit je,« pomislim, on pa mojo neizrečeno sodbo pospremi z bežnim nasmeškom. Topla skodelica, ki jo objemam z dlanmi; pričakovanje prvega poživljajočega požirka; moja že siceršnja naklonjenost do moža; tolažba, ker je pomislil na moj stresni urnik; hrepenenje po kofeinu; vse to sproži v meni kopico odzivov, ki jih je mogoče prevesti v hvalo. Toda ko gumb na radiu obrne na glasneje, me oblije več kot razdraženost. Vzkipim od obsojanja: »Vedeti bi moral, kako neprijetno mi je to.« Za trenutek se vsa zategnem in obtožba – »Kakšna brezobzirnost!« – mi zalebdi na obrobju zavesti. Gotovo se izrazi tudi v črtah okrog mojih ust in oči, kajti mož privzdigne obrvi. Obraz mu spreleti neizrečeno vprašanje s prizvokom humorja in samoobrambne drže: »S čim sem ga pa zdaj polomil?« Potem s komaj opazno zategnitvijo ustnic spet utiša radio. Moja razdraženost izpuhti.

Po stopnicah se spustim v kuhinjo in prevzamem vlogo paznic svojih najstniških hčera. V bližini deklet me preplavi utrip ugodja: »Kako sta čudoviti,« pomislim; vendar se eterični sij, ki obdaja njuna domačna obraza, telesi, kretnje in vonje kmalu umakne drugim čustvom. »Kako sta nemarni, kakšna packarija,« pomislim, ko zagledam kuhinjsko mizo, nastlano s knjigami in vrečkami, raztresenimi kosmiči, odprtimi kozarčki marmelade in lepljivim potočkom pomarančnega soka, ki se plazi proti mojim papirjem. Še preden mi ju uspe okregati, trinajstletna že odloži svojo

skledico v kuhinjsko korito in moja perspektiva se spremeni. Pomislim, ali je sploh kaj zares pojedla. Srečava se s pogledi in vidim, da jo preplavlja nekakšna tesnoba. »Kaj pa je?« vprašam. Skušam govoriti nevtralnno, ker vem, kako hitro jo zmoti pretirana materinska skrb. S piskajočim, cmeravim glasom se spusti v jeremijado, ki ji ne morem čisto slediti, toda osnovna poanta je v neuskladljivih pričakovanjih njenih različnih prijateljic in v strahu, da jo bo katera od njih obtožila, da je »slaba frendica«. Trudim se nekako omiliti njeno skrb glede take negativne sodbe (»Pa saj nisi resna! Kako bi ti lahko očitale kaj takega?«), vendar samo udari nazaj s protiočitkom: »Še potrudiš se ne, da bi me razumela.« Potem se ji čelo zloži kot nagubana svila: jokaje se mi zakoplje v objem, ker ji je žal, ker je bila preostra do mene in jo skrbi, da ne bi v mojih očeh izpadla »grda«. Šestnajstletna to opazuje z igranim nezanimanjem: »Tipično,« oznani z demonstrativnim izrazom večvrednosti. Ko se pripravljamo, da zapustimo hišo, se obira pri iskanju čevljev in me zaprosi, ali lahko podpišem popackan in zelo dolg dokument, ki mi ga ni še nikoli pokazala. Poočitam ji, da je »raztresena«, in mrzlično preišlujem, če ni za nameček še potuhnjena. (Je na obrazcu kaj tako nenavadnega, da mi ni hotela dati časa, da bi ga v miru prebrala?) Za trenutek se ozračje zgosti od obtožb, dokler se nama pogleda ne stakneta v ljubezni, v kateri obe občutiva najbolj prvinsko obliko hvale.

ŽE VEČ KOT TRI desetletja me privlači človeška obsedenost s hvalo in grajo ter njun temeljni pomen za naše medsebojne odnose. To zanimanje se mi je prvič prebudilo, ko sem kot mlada raziskovalka snemala interakcije med dojenčki

in njihovimi mamicami.⁴ Ure in ure sem zbrano spremljala trzave ude novorojenčkov, pajkasto igro njihovih ročic, iščoče premike glavic in ustec. Sledila sem pogledom mamic in opazovala njihove odzive v napetosti roke, ki se je zategovala in dvigovala, sproščala in spuščala, ko so držale svojega dojenčka. Spremljala sem spremenljivi ton njihovega glasu, za katerega se je zdelo, kot da pravzaprav ves čas velja otroku, čeprav je klepetala s prijateljico na obisku. Tri mesece kasneje, v drugi fazi raziskave, je bil vrtajoči pogled dojenčka že poln pričakovanj. Občutil je potrebo, ki je presegala hrano in toploto, presegala celo golo ljubezen: bila je potreba po ljubezni, ki obenem oznanja: »Čudovit si in občudovanja vreden.« Dojenčkov obup, če mu ni uspelo osvojiti občudovanja, je bil neizmeren; jok je izražal prvinško grozo, kot pred zapuščenostjo ali nevarnostjo, čeprav je ves čas ždel na varnem v rokah starša.

Ta prvinska usodnost odobravanja in neodobravanja s strani drugih postopoma preraste v kompleksnejše razumevanje vzrokov in učinkov. Pri starosti treh let ima otrok že razvit občutek za posledice lastnega delovanja. Prijetnemu srhu občutka, da zmoreš nekaj »narediti sam« in si ob tem pohvaljen, stoji nasproti groza možnosti, da narediš »kaj grdega« in boš zaradi posledic grajan. Ko so me raziskave povedle do naslednjega desetletja otroškega razvoja, od petih do petnajstih let,⁵ sem spoznala, kako neznanske količine energije otroci posvečajo spremljanju

4 Ta konkretna študija, izvedena v bolnišnici Elizabeth Garrett Anderson v Londonu, ni bila nikoli objavljena, takrat pa je bila ena od številnih raziskav o časovnem poteku in naravi tistega, kar smo takrat modno imenovali *bonding* (»navezovanje«).

5 Terri Apter, *The Confident Child* (New York: W. W. Norton, 2006).

sodb drugih in prizadevanju, da bi jih obvladovali. Ko so otroci izpostavljeni povsem običajnim disciplinskim odzivom staršev in učiteljev, postaja možnost graje zaradi tega ali onega njihova vsakdanja skrb. Celó ko že osvojijo širši kontekst pojma, kaj je »grdo«, in se na primer zavedajo, da se »razbiti *nekaj*« razlikuje od »prizadeti *nekoga*« in da obstajajo različne mere povzročene škode, jim vsakršna graja zaradi česarkoli, čeprav le zaradi preglasnega govorenja ali zaradi »nadležnosti«, še zmeraj zbije razpoloženje in samospoštovanje. Že izjava, da »so se izkazali« ali da »so bili zelo pridni« – čeprav le zato, ker so sedeli pri miru ali pojedli celo kosilo – pa vzbudi občutek vesele nasičenosti in ugodja.

Prav v tistem času sta bili moji lastni hčerki zelo zaposleni z vzponi in padci prehoda iz poznega otroštva v puberteto. Skupaj smo šli skozi vrtoglavo dinamiko družinske hvale in graje. V enem trenutku sta bili najboljša otroka na vsem širnem svetu; že v naslednjem sem ju kregala, vse prepogosto z izrazi obtoževanja: »Pa malo bolj pazi!« in »Ali bi lahko bila malo bolj obzirna?« in »Kako si lahko tako nepremišljena?«

Kot mnogi drugi starši sem tudi jaz v zbranejših trenutkih ohranjala razlikovanje med »grdo se obnašati« in »biti grd«; v eksplozivnejših trenutkih pa se tako razlikovanje zlahka porazgubi.⁶ Vedela sem – tako iz toplega okolja lastne družine kot iz hladnorazumskih raziskav – kako je okregan otrok v trenutku pahnjen iz živahne udeleženiosti v dogajanju v ledeno osamo. Ustnice se stisnejo; debelo požiranje kaže na velik cmok v grlu; roke se prižamejo ob

6 Apter, *Confident Child*, 102–4.

telo, dokler naval čustev ne popusti. »Nisem grd(a),« sem slišala iz ust lastnih in številnih drugih otrok, ko so strmeli v starša čakajoč, ali bo njihova trditev sprejeta ali pa razstreljena na drobne koščke. Bili so trenutki, ko sem bila kot starš razklana med različne zahteve okolja in z omejeno zalogo potrpljenja, od otrok obtožena, da sem »nepravična«, celo »grozna«. Večkrat sem si očitala, ker nisem imela dovolj potrpljenja, ker sem bila okrutnejša, kot bi bilo nujno potrebno, ker sem bila brezobzirna ali sebična. Ugled v lastnih očeh se mi je povrnil šele, ko sta mi hčerki z nasmehi in objemi in zaupljivimi izjavami povedali, da sem čudovita mama.

Hvala in graja sta bili v ospredju tudi v moji študiji mladostnikov.⁷ Ko otroci vstopajo v obdobje najstništva, postanejo prijatelji tisti, ki oblikujejo in potrjujejo sodbe drug drugega, sodbe staršev pa so ves čas neusmiljeno na udaru. »Briga me, kaj ti misliš,« je ena najbolj omalovažujočih izjav, kar jih lahko kdo komu izreče, in v stotinah pogovorov med starši in najstniki, ki sem jim bila priča, sem jo slišala znova in znova. Na čigavo sodbo kaj damo, je ključni znak, koga občudujemo in kdo ima vpliv. Starši so pogosto izjavili: »Nič me tako ne prestraši kot tisto, ko zavrne mojo presojo,« in »Nikoli se ne počutim bolj nemočno kot takrat, ko ji je vseeno, kaj si mislim.«

A ko sem analizirala pogoste prepire med najstniki in starši,⁸ sem ugotovila, da je tem navidezno ravnodušnim

7 Terri Apter, *Altered Loves: Mothers and Daughters During Adolescence* (New York: Ballantine, 1991); Terri Apter, *You Don't Really Know Me: Why Mothers and Teenage Daughters Fight, and How Both Can Win* (New York: W. W. Norton, 2004).

8 Na primer Apter, *You Don't Really Know Me*, 66–73.

najstnikom še naprej kar precej mar za presojo njihovih staršev. Najstniki postavljajo »biti kritiziran« na sam vrhe svoje liste *stvari-ki-mi-grejo-na-živoce*, saj se skušajo distancirati od lastne obsedenosti s hvalo in grajo staršev. Takrat namreč odkrivajo in ustvarjajo lastno identiteto z ločevanjem svoje presoje od presoje staršev. A vendar hrepenijo po staršu, ki bo občudoval njihov na novo porajajoči se in samostojno presojujoči jaz. Ta ambivalenca do starševskega odobravanja in neodobravanja oblikuje razmerje med najstnikom in starši.⁹

Med prijatelji, med sodelavci in ob partnerju zažarimo ob pohvali in otrpnemo ob graji. Pojem brezpogojne ljubezni je tako privlačen – in tako nejasen – prav zato, ker nam obeta posebno pribežališče pred presojujočim in obsojajočim svetom. Toda celo v najtesnejših, najstrpnejših razmerjih, kjer je ljubezen sama po sebi morda brezpogojna, kjer je naša *predanost* trajna, vztraja vpliv človeškega presojanja. Malčka morda obožujemo, a to ga ne bo obvarovalo pred sramom, ko bo okregan kot poreden, pred strahom, ko nad njim povzdignemo glas, ali pred obupom neuspešnih poskusov, da bi pritegnil našo pozornost. Zaljubljeni par si lahko obljubi dosmrtno ljubezen in uživa v popolnem sprejemanju, a v zakonskem življenju bo vsak od partnerjev izpostavljen najrazličnejšim sodbam glede svoje obzirnosti, pozornosti, pravičnosti, celo glede iskrenosti svoje ljubezni.

9 Apter, *Confident Child*; Apter, *You Don't Really Know Me*; Terri Apter, *Difficult Mothers: Understanding and Overcoming Their Power* (New York: W. W. Norton, 2012); Terri Apter in Ruthellen Josselson, *Best Friends: The Pleasure and Peril of Girls' and Women's Friendships* (New York: Crown, 1998).

Ljudje pogosto pravijo, da je pri staranju posebno lepo to, da se osvobodiš skrbi, kaj bodo govorili ljudje okrog tebe. A ugotovila sem, da je v dosego take brezbriznosti in samozavesti treba vložiti kar precej truda. Ko sem proučevala tako imenovano krizo srednjih let, sem ugotovila, da to prelomnico v razvoju odraslega žene prav posebna človekova nuja po ponovni pridobitvi nadzora nad lastnim življenjem – po obvladovanju lastne občutljivosti za hvalo in grajo drugih in po večjem zaupanju v lastne sodbe.¹⁰

Moje dolgoletno zanimanje za sodbe v medčloveških razmerjih je dobilo dokončno obliko šele, ko sem naletela na nove, izjemno poučne raziskave o evoluciji naših presojevalnih možganov.¹¹ Človeške možgane so sto petdeset let raziskovali predvsem s stališča njihove zmožnosti za obdelavo faktografskih podatkov, za reševanje problemov, razpoznavanje in uporabo vzorcev ter za orientacijo in preživetje v okolju. Vladalo je prepričanje, da so se človeški, za žival izjemno veliki možgani razvili z namenom obvladovanja teh praktičnih veščin. A pred tridesetimi leti se je pojavila nova hipoteza, zakaj ljudje potrebujemo tako velike možgane.

Veliki možgani so z evolucijskega stališča draga investicija. Ta masivni organ porabi kar dvajset odstotkov našega skupnega vnosa energije. Povečuje tudi nevarnost za mater in otroka ob rojstvu, saj mora otrokova velika glava prečkati ozek porodni kanal. Da bi bila nevarnost kar najmanjša, se novorojenčki rodijo s še zmeraj nezrelimi in občutljivimi

10 Terri Apter, *Secret Paths: Women in the New Midlife* (New York: W. W. Norton, 1995).

11 Ti izčrpn viri bodo citirani v opombah skozi vsa poglavja, predvsem pa se tu opiram na dela Petra Fonagyja, Jamesa Gilligana, Robina Dunbarja, Brucea Hooda in Marthe Nussbaum.

možgani, čeprav je posledica te nezrelosti dolga faza odvisnosti od matere. Kot se pri evoluciji pogosto zgodi, pa prinese visoka cena tudi svoje prednosti: v tem dolgem obdobju odvisnosti se vzpostavijo tesne medosebne vezi, možgani pa pridobijo plastičnost, zmožnost prilagajanja različnim okoljem.

Ena od konstant pri našem krmarjenju skozi najrazličnejša človeška okolja je naša potreba, da smo sposobni živeti z drugimi. Danes vemo, da velikost človeških možganov odseva velikost te potrebe v smislu napornih zahtev, ki jih prinašajo predanost, sodelovanje, komunikacija in presojanje – kar so temelji človeške družabnosti. Drugače povedano, velikost naših možganov je posledica naše temeljne družbene opredeljenosti.

»Hipotezo o družbenih možganih«¹² podpirajo analogije z drugimi vrstami, pri katerih je sorazmerna velikost možganov odvisna od tega, ali so samotarske ali družabne. Tako so na primer možgani ptic, ki se združujejo v jate, večji od možganov samotarskih ptic.¹³ Dalje, velikost možganov pri vsakem bitju – celo pri kobilici – se spremeni, ko opusti samotarsko življenje in se vključi v roj: ko se pridruži drugim, začne spremljati, kaj drugi počnejo, in možganska področja, povezana z učenjem in spominom, se povečajo za tretjino.¹⁴ Pri vseh vrstah, od ptic prek kobilic do ljudi, so večji možgani povezani z večjo družabnostjo.

12 Robin Dunbar, »The Social Brain Hypothesis,« *Evolutionary Anthropology* 6, št. 5 (1998), 178.

13 Bruce Hood, *The Self Illusion: Why There Is No "You" Inside Your Head*. (London: Constable, 2012).

14 S. R. Ott in S. M. Rogers, »Gregarious Desert Locusts Have Substantially Larger Brains with Altered Proportions Compared with the Solitary Phase!,« *Proceedings of the Royal Society, B*, 277 (2010): 3087–96.

Drugi argument, ki podpira hipotezo o družbenih možganih, izvira iz proučevanja razvoja in delovanja povečane možganske mase. Ob rojstvu imajo naši možgani le četrtno mase odraslih možganov, čeprav imamo že (skorajda) popoln nabor nevronov oziroma možganskih celic. Tisto, česar ob rojstvu nimamo, se pa naglo razvija v interakciji z drugimi ljudmi, je obsežna komunikacijska mreža med nevroni.¹⁵ Ta komunikacijska mreža – katere dovršen del je namenjen razumevanju družbe – povzroči štirikratno povečanje možganske mase. Komunikacijska mreža je bistvenega pomena za tisto, kar Robin Dunbar, profesor evolucijske biologije na Univerzi Oxford, imenuje »preračunavajske zahteve življenja v velikih, kompleksnih družbah«.¹⁶ Preračunavati moramo verodostojnost, velikodušnost in prijaznost drugih ljudi. Izračunati moramo njihove namene. Izračunati moramo njihove odzive na nas: se jim zdimo zaupanja vredni in velikodušni? Bodo želeli

15 Vsak možganski nevron ima svoje dendrite oziroma odganjke, ki segajo do drugih možganskih nevronov, med katerimi se ustvarjajo stiki. Ti stiki, imenovani sinapse, prenašajo električne signale od ene možganske celice do druge. Kadar se posamezne sinapse vedno znova sprožijo na enak način, se razvijejo prehodnejše poti, ki omogočajo hitro in učinkovito prenašanje signalov. Te trdno vzpostavljene vzorce nevronskih povezav včasih imenujejo kar »ožičenje« možganov. Izraz »ožičenje« se včasih uporablja napačno v smislu, da so nekatere od teh poti prirojene, vendar pa so celo na videz trajne poti pručene. Za kratko razlago gl. *Intercultural Development Research Association Newsletter* (april 2001), http://www.idra.org/IDRA_Newsletter/April_2001_Self_Renewing_Schools_Early_Childhood/Brain_Development_and_Mastery_of_Language_in_the_Early_Childhood_Years/#sthash.QL-2TNqZR.dpuf.

16 Robin Dunbar in Susanne Shultz, »Evolution in the Social Brain«, *Science* 317, št. 5843 (2007): 1344–47.

postati naši prijatelji? Bomo deležni odobravanja, ki je potrebno za vključitev v skupino?

Nekatere bralce bo sprva morda zmotila ali jim vzbudila dvome moja teza, da smo ljudje v samem temelju presojevalna bitja in da presoje drugih ljudi tako globoko vplivajo na nas. Nekateri raje vztrajajo pri idealu, da drugih ne smemo soditi. Izraz *kritičnost* navadno razumemo negativno: pogosto ga enačimo s podajanjem negativnih sodb. Mnoga priljubljena rekla nas svarijo pred pretirano kritičnostjo: »Če nimaš povedati nič lepega, bodi raje tiho,« so me opozarjali učitelji; in ena od najznamenitejših zapovedi iz Nove zaveze se glasi: »Ne sodite, da ne boste sojeni.« Taka rekla izpostavljajo občutljivost človeške presoje za izkrivljanja in pristranskost ter nas opozarjajo, da smo tudi sami izpostavljeni negativnim sodbam drugih. Kljub temu pa še naprej presojamo in obsojamo, saj smo se v evoluciji razvili, da to počnemo.

Drugi ideal je: »Ni pomembno, kaj si kdo drug misli o tebi, pomembno je vedeti, kdo si,« torej ne glede na to, kaj si o nas kdorkoli misli. Kot bom pokazala, je samopresoja sicer izjemnega pomena, toda na to, kako vidimo sami sebe, vplivajo tudi presoje drugih. Samozavest in vera vase se razvijata v mreži razmerij z drugimi, nekaterih tesnih in intimnih, drugih bolj javnih in družabnih. Morda razmerje med dobrim mnenjem o sebi in občudovanjem v očeh drugih ni preprosto, vendar so se človeški možgani razvili, da bi upoštevali sodbe drugih ljudi, da bi občutili ponos, radost in ugodje ob pohvali ter žalost, bes in bolečino ob graji. Naše doživljanje pohvale in graje vpliva celo na to, kako dolgo bomo živeli.¹⁷

17 Michael Marmot, *The Status Syndrome: How Social Standing Affects Our Health and Longevity* (New York: Holt Reinhart, 2005).

UČENJE KRMARJENJA med kompleksnostmi in negotovostmi naše presojevalne tehtnice je zahtevno vseživljenjsko delo. Že sama hvala in graja sta zapletena presojevalna sistema. Noben od njiju ni vselej samodejno koristen ali škodljiv. Ne eno ne drugo ni vselej prijetno ali boleče. Oboje je nujno potrebno in po mojem mnenju neizogibno. Upam, da bo ta knjiga izboljšala razumevanje, kako se naše sodbe, zlasti tiste, ki jih v širšem smislu lahko označimo kot hvalo ali grajo, razvijajo znotraj celotnega spektra naših razmerij in vplivajo nanje – od najbolj intimnih in trajnih do najbolj površnih in bežnih. Zavedanje, kako iz dneva v dan živimo nenehno obdani z lastnimi sodbami, zavednimi in nezavednimi, pozitivnimi in negativnimi, in da nenehno pozorno spremljamo sodbe drugih, zlasti tiste, ki se tičejo nas, lahko neznansko izboljša našo zmožnost, da ukrotimo svoje predsodke, toleriramo stališča drugih in bolje razumemo lastne najsilovitejše in najbolj protislovne odzive na same sebe in druge.

Začetki človeškega presojanja

ČLOVEKOVA OBSEDENOST s hvalo in grajo se začne že kmalu po rojstvu. Ker smo popolnoma odvisni od drugih in občutimo vzgib za vzpostavljanje ljubeče predanega odnosa s tistimi, ki se odzivajo na nas, naglo spoznamo pomen sočlovekove pohvale. Priučimo pa se tudi strahu pred bolečimi posledicami krivde za napake.

Za to učenje je ključnega pomena *umski vid*, sposobnost dojemanja subjektivnih svetov drugih, ki so podobni našemu, a vendar drugačni.¹ Umski vid omogoča prepoznavanje smisla in namena dejanj drugih ter ugotavljanje njihovih občutkov, ciljev in želja.² Pomaga nam presoјati druge

1 Izraz »umski vid« je v poljudno psihologijo uvedel Dan Siegel. Gl. Dan Siegel, *The New Science of Personal Transformation* (New York: Bantam, 2010). Temelj umskega vida – sposobnosti pretehtavanja lastnega notranjega sveta in razumevanja drugih v luči njihovih notranjih svetov – se pogosto poimenuje tudi *mentalizacija*, kar je koncept, ki ga je razvil predvsem Peter Fonagy. Gl. Peter Fonagy in sod., *Affect Regulation, Mentalization, and the Development of the Self* (London: Karnac Books, 2003).

2 V drugih ljudeh moramo videti »delovalce z namenom«. Gl. na primer Michael Tomasello, »The Human Adaptation for Culture«, *Annual Review of Anthropology* 28 (1999): 509–29; in Bruce Hood, *The Domesticated Brain* (Gretna, LA: Pelican, 2014).

in razumeti, kako oni presojuje nas. Pionir na področju te vede, ameriški psiholog William James, je menil, da so te presoje nujne za človekovo preživetje: »Danes ne bi mogel biti [živ],« je zapisal, »če ne bi postal dovzeten za odobravo-joče ali neodobravajoče izraze na obrazih tistih, med katere je umeščeno moje življenje.«³ Dejansko velik del vsega, kar izvemo o presojah drugih, izvira iz te neverjetno učinkovite oglaševalske table – človeškega obraza.

Že v maternici, preden človeški plod sploh karkoli vidi, se njegovo oko pripravlja za bodoče delo na prepoznavanju obrazov in odzivanju nanje:⁴ Celice mrežnice pošiljajo spontane signale možganom in oko preplavljajo valovi dejavnosti. Že pred trenutkom, ko novorojenček prvič odpre oči, so njegovi možgani pripravljene na trud prepoznavanja obrazov in odzivanja nanje. Z refleksom, ki zagotavlja, da bo dojenček pogled usmeril proti osebi, ki ga drži, in pokazal posebno zanimanje za obraz, katerega oči so uperjene vanj,⁵ je že pripravljen za odzivanje na svoje skrbnike. Starš in dojenček skleneta pakt z vzajemnim gledanjem, oba sta prevzeta in zatopljena v obraz drug drugega.⁶

3 William James, Poglavlje X (»The Consciousness of Self«), v *The Principles of Psychology* (New York: Holt, 1890), 291–401. Jamesov dobesedni citat se glasi: »Danes ne bi bil tu.«

4 Carla Shatz, »MHC Class I: An Unexpected Role in Neuronal Plasticity«, *Neuron* 64, št.1 (2009): 40–45. Gl. tudi Anita Hendrickson, »Development of Retinal Layers in Prenatal Human Retina«, *American Journal of Ophthalmology* 161 (2016): 29–35.

5 Teresa Ferroni in sod., »Eye Contact Detection in Humans from Birth«, *Proceedings of the National Academy of Sciences* 99 (2002): 9602–5.

6 Dojenčki se telesno odzivajo tudi na petje: spomini na pesmi, ki so nam jih peli v zgodnjem otroštvu, ostajajo z nami vse življenje in ohranjajo izjemno tolažilno občutek človeške povezanosti. Gl. Jayne

Tej izmenjavi pogledov včasih pravimo »ljubezen na pogled«. Polna je oboževanja, presega vsak človeški jezik, prežeta je z dvorjenjem. Ljubezen na pogled dojenčka preplavi z enakimi hormoni, kakršni povzročajo vzhičenje ob erotični ljubezni. Te kemično nabite izmenjave, razlaga psihiater Daniel Stern, so naša prva izkušnja s pomembnostjo tega, kaj vidijo drugi in kako vidijo nas.⁷

Dojenčki se kmalu izurijo v spretnosti interpretacije izredno izraznega omrežja mišic od čela do brade. V običajnem ali vsaj »dovolj dobrem« okolju⁸ se naučijo pričakovati, da bo obraz v sredini njihovega vidnega polja izražal občudovanje; pri starosti dveh mesecev znajo vrniti nasmeh človeku, ki gleda neposredno vanje.⁹ To je mnogo več kot posnemanje: preden znajo dojenčki hoditi ali govoriti ali se vsaj plaziti, že znajo pričakovati, da bodo ustnice, ki se ukrivijo v nasmeh, pospremile gubice okrog oči, veselo

M. Standley in Clifford K. Madsen, »Comparison of Infant Preferences and Responses to Auditory Stimuli: Music, Mother, and Other Female Voice«, *Journal of Music Therapy* 27, št. 2 (1990): 54–97; in Eugenia Costa-Giomi, »Infants' Preferential Attention to Sung and Spoken Stimuli«, *Journal of Research in Music Education* 63, št. 2 (2014): 188–94.

7 Dan Stern, *The Present Moment* (New York: W. W. Norton, 2004), 107.

8 Donald Winnicott je uvedel izraz »dovolj dobra mama« kot nasprotje koncepta »popolne« mame, da bi poudaril pomen običajne prednosti matere razvoju otroka. Donald Winnicott, *Otrok, družina in svet zunaj*, prev. Branko Gradišnik (UMco, 2017). Kasnejše raziskave Eda Tronicka kažejo, da je je mogoče predvideti zdrav razvoj, kadar je starš posvečen signalom svojega dojenčka 30 odstotkov svojega časa. Ed Tronick, *The Neurobehavioral and Social-Emotional Development of Infants and Children* (New York: W. W. Norton, 2007), 20.

9 Sylvia M. J. Hains in Darwin W. Muir, »Effects of Stimulus Contingency in Infant-Adult Interactions«, *Infant Behavior and Development* 19 (1996): 49–61.

čebljanje in odobravajoče sporočilo.¹⁰ Otrok bo kmalu sposoben obdelati človeški obraz v borih 40 milisekundah, potem pa si v 100 milisekundah ustvariti sodbo, ali je oseba prijatelj ali sovražnik, prijazna ali surova, vredna poželenja ali odurna, sposobna ali nesposobna, vredna zaupanja ali nezanesljiva.¹¹

Pri starosti šestih mesecev se rastočemu besednjaku umskega vida pridružijo telesni gibi, zlasti kretnje rok in dlani.¹² Možgani poznajo obsežen zrcalni sistem, v katerem nevroni oziroma možganske celice zaznavajo kretnje drugih enako, kot zaznavajo naše lastne. Ta zrcalni sistem nam omogoča intuitivno dožemanje pomena gibov. Kadar vidimo drugega človeka, ki se zvija na stolu ali si grize ustnice ali napne ramena in se odmakne, vidimo, da je nestrpen ali živčen ali se mu nekaj gnusi. Nobeno zavestno sklepanje s povezovanjem lastnih izkušenj z njegovimi ni potrebno. Naši možgani to opravijo samodejno, saj je nevronska dejavnost, ki se sproži ob opazovanju druge osebe, podobna nevronske dejavnosti, ki steče, kadar sami naredimo kaj podobnega.¹³ Nekako tako, kot bi možgani izvedli pantomimo dejanj, ki jih opazujemo.¹⁴

10 Alison Gopnik, Andrew Meltzoff in Patricia Kuhl, *How Babies Think: the Science of Childhood* (London: Weidenfeld and Nicolson, 2001).

11 Susan T. Fiske, Amy J.C. Cuddy in Peter Glick, »Universal Dimensions of Social Cognition: Warmth and Competence«, *Trends in Cognitive Sciences* 11 (2007): 77–83.

12 Amanda L. Woodward, »Infants Selectively Encode the Goal Object of an Actor's Reach«, *Cognition* 69 (1998): 1–34.

13 Christian Keysers, *The Empathic Brain* (Los Gatos, CA: Smashwords, 2011).

14 Keysers, *The Empathic Brain*.

Praktično se ne zgodi, da bi naleteli na koga, ne da bi si o njem ustvarili kakšno sodbo.¹⁵ Na njegovem obrazu je na primer na obliki ust nekaj, kar v nas vzbudi zaupanje; zdi se, da mu oči žarijo prijateljsko. Kadar nas kdo pritegne, zanemarimo opozorilne signale nevarnosti. Sčasoma, če nas oseba razočara, nam začne iti na živce ali nas izda, se nam njen obraz zazdi drugačen. Njen nasmeh je zlohoten. Prej tople oči se nam zdijo srhljive. Podobno se nam obraz, ob katerem nam je bilo sprva nelagodno, začne zdeti priku-pen, ko osebo spoznamo v različnih kontekstih, odkrijemo njen humor in ugotovimo, da nam je v oporo in se nanjo lahko zanesemo. Naše izkušnje oblikujejo naše sodbe, in te se nenehno popravljajo.

Hkrati ko otroci razvijajo zmožnost kompleksnih sodb o drugih ljudeh, se začenjajo zavedati tudi, da drugi presoja-jo njih. Če kdo dvomi v občutljivost otroškega socialnega zavedanja, verjetno ni še nikoli videl dve- ali triletnika zar-deti. Obraz mu nehote in neobvladljivo nenadoma pordi, kot v odzivu na udarec ali klofuto. Tesnobo se sprašuje: »Katero pravilo sem zdaj prekršil?« ali »Čemu se vsi smeji-jo?« »V kaj zijajo?« Gre za občutek goreče muke in hrepenje, da bi izginil ali se nekam vdrl, samo da mu ne bi bilo treba več prenašati tega begajočega proučevanja. Charles Darwin je zardevanje opisal kot »najbolj specifičen in naj-bolj človeški izraz od vseh«;¹⁶ razvije se hkrati z našo skrbjo

15 Podobno kot očesni imajo tudi umski vid nekateri ljudje bolje razvit kot drugi. Nekateri ljudje so slepi za um drugih in ne morejo samodejno ali preprosto razbirati pomenov in namenov drugih ljudi z obraza, iz glasu in kretenj. Tej bolezni pravimo Aspergerjev sindrom.

16 Charles Darwin, 13. poglavje (»Self-Attention-Shame-Shyness-Modesty: Blushing«), v *The Expression of the Emotions in Man and*

za sodbo drugih. Le otrok, ki si lahko predstavlja, kakšen je videti v očeh drugih, in je zainteresiran za mnenje drugih, zmore zardeti.¹⁷ Toda v ozadju tega razkazovanja brezmejne zadrege se skriva družbena funkcija: zardevanje razorožuje neodobravanje, kajti pošilja sporočilo: »Ni mi vseeno, kako me presoimate; nelagodno mi je, ker sem bil neskladen z vašimi standardi; rad bi, da me sprejmete in odobravate.«¹⁸

Biti viden: pomembnost skupne pozornosti

Oči pesniško radi imenujemo tudi okna duše, in dejansko razkrivajo obilje subjektivnih informacij. Stanje naših zenic sporoča čustva: zenice se razširijo od ljubezni in skrčijo od prezira. Ključ do razkritja, ali je nasmeh pristen ali igran, se ne skriva v ustnicah, temveč v gubicah okrog oči, ki se naredijo le pri iskrenem nasmehu.¹⁹ Neposredno strmenje sogovorniku v oči je močan, intimen stik, saj naš pogled toliko razodeva.

Animals (London: John Murray, 1872), 325. Toda psiholog Dacher Keltner pa je odkril korenine tiste vrste zadrege, ki jo razkriva človeško zardevanje, tudi pri drugih primatih. Ti po spopadu pogosto pokažejo zadrego tako, da se ozirajo stran, sklanjajo glavo in se zgrbijjo, da bi bili videti manjši; to, trdi Keltner, kaže na njihovo pokoritev standardu odobravanja drugih. Gl. Dacher Keltner, *Born to Be Good* (New York: W. W. Norton, 2009), 76–97.

17 Darwin, *The Expression of the Emotions*.

18 Keltner, *Born to Be Good*.

19 To je značilno za »Duchennov« nasmeh, kot ga opisuje Paul Ekman. Gl. Paul Ekman, *What the Face Reveals* (New York: Oxford University Press, 1998).

Kadar otrok zakliče: »Poglej me!« izrazi temeljno človeško potrebo – potrebo po pozitivni pozornosti.²⁰ Neopažen otrok je zanemarjan otrok. Tak otrok ljubosumno opazuje, kaj je tisto, kar odvrta pozornost drugih od njega.²¹ Koga ljudje gledajo, in ali ga gledajo odobravalno ali neodobravalno?²² To vprašanje je pomembno za preživetje, in novorojenčki ga zelo kmalu dojamejo. Že pri starosti desetih tednov se bo dojenček nagnonko ozrl, kam gleda kdo drug.²³

Dojenčki svojo fascinacijo nad opazovanjem in opaženostjo utelešajo v najzgodnejši človeški igri, skrivalnicah. Odrasla oseba zakrije otrokove oči ali lastni obraz, potem pa zastor odmakne in zakliče: »Ku-ku!« Ko se otrok igre navadi, ob njej kar vrešči in grgra od veselja. Z rahlo dvignjenimi obrvmi in ustnicami, ki se zvijajo v nebogljenem posnemanju starševega klica »ku-ku«, otrok izraža predbedno različico zahteve: »Še! Še!«

Otrokova igra je način predelovanja doživetij, ki ga begajo in vznemirjajo. Igra skrivalnic posnema, kako nekdo »izgine« ali zapusti sobo, potem pa se spet vrne. Pretvarjanje »zdaj me vidiš, zdaj me ne,« se pogloblja v strahove, povezane z odsotnostjo staršev in veseljem ob vrnitvi njihove

20 Hood, *The Domesticated Brain*, 272.

21 Izjema bi bil otrok, ki je opustil upanje, da ga bodo drugi sploh opazili. Gl. John Bowlby, *Attachment and Loss*, vol. 1, *Attachment*, 2. izdaja. (New York: Basic Books, 1983).

22 György Gergely, Katalin Egyed in Ildikó Király, »On Pedagogy«, *Developmental Science* 10 (2007): 139–46.

23 Bruce Hood, Doug Willen in Jon Driver, »An Eye's Direction Detector Triggers Shifts of Visual Attention in Human Infants,« *Psychological Science* 9 (1998): 53–56.

pozornosti. Izginjanje in ponovno pojavljanje sta za novo-rojenčka čarobna skrivnost. Do starosti osmih mesecev otroci ne dojemajo, da stvari (ali ljudje) še zmeraj ostajajo tudi takrat, kadar jih ne vidijo. Ljudje se pojavljajo, izginjajo in znova pojavljajo brez očitne razlage. Skrivalnice so čarobna igra, v kateri ima otrok nekaj nadzora nad pojavljanji in izginjanji in v kateri lahko uživa ob vsakič novem doživetju pozornosti.

Kasneje, pri starosti dveh do treh let, se skrivalnice razvijajo v smešne variacije, v katerih se malčki »skrijejo« tako, da si z rokami preprosto zakrijejo ali celo le zaprejo oči. Pri tej igri je nenavadno to, da se otrok pri tej starosti sicer že dobro zaveda, da so stvari drugim vidne tudi takrat, kadar jih sam ne vidi. Otrok bo tudi v največji domišljijski zamaknjenosti v igro pripravljen priznati, da lahko odrasli vidijo njegove roke, noge, celo glavo; a vendar bo vztrajal v prepričanju, da je skrit.²⁴

To protislovje – »vem, da lahko vidiš moje telo, ampak nikakor ne moreš videti mene« – marsikoga nedolžno nasmeje, a psiholog James Russell se ob tem ni zgolj nasmejal. Ob tezi, da se v ozadju te »zmešnjave« z vidnostjo skriva določena resnica, je s kolegi na Oddelku za eksperimentalno psihologijo na Univerzi v Cambridgeu analiziral vrsto opazovanj. Najprej je ugotovil, da dve- do triletniki dejansko verjamejo, da se je povsem razumno skriti tako, da si zgolj zakrijejo ali zaprejo oči. Menili so celo, da je povsem razumno, da se tudi kdo *drug* skrije tako, da si zgolj zakrije ali zapre oči. V mnogih primerih so bili otroci prepričani,

24 John H. Flavell, Susan G. Shipstead in Karen Croft, »What Young Children Think You See When Their Eyes Are Closed«, *Cognition* 8 (1980): 369–87.

da celo odprte oči, kadar niso v stiku s tvojimi očmi, zagotavljajo nevidnost. V ozadju prepričanja je občutek: »Ne moreš me videti, če mi ne gledaš v oči in ne vidiš, da te gledam tudi jaz.«

S skrbnim zbiranjem podatkov se je Russell dokopal do pomenljivosti tega vzajemnega gledanja. Dveletnik si misli: »Lahko se skrijem pred tabo, če zaprem oči, kajti z zaprtimi ali zakritimi očmi nimam stika s tvojim pogledom name. Lahko se skrijem pred tabo, kajti celo če lahko vidiš moje telo, *ne vidiš mene*; šteje le to, da vidim, če me vidiš.«²⁵

Nazadnje se naša občutljivost za pogled drugega uglaši tako natančno, da »v morju obrazov najprej opazimo obraz, čigar oči so uprte naravnost v nas«.²⁶ Ta pogled lahko sporoča ljubeče prepoznanje ali občudovanje, in v nas temu primerno vzhičeno zabrni; lahko pa izraža tudi sumničavost, obtoževanje ali splošno nenaklonjenost. Pogled je nabit s sodbami, in hitro opazimo nihanja njegovih sporočil. Kadar se prilepi na nas in tam vztraja, sproži vznemirjenje v čustvenih središčih možganov.²⁷ Na različne vrste

25 James Russell, Brioney Gee in Christina Bullard, »Why Do Young Children Hide by Closing Their Eyes? Self-Visibility and the Developing Concept of the Self«, *Journal of Cognition and Development* 13, št. 4 (2012): 550–76. Druge, širše raziskave kažejo, da otroci do starosti (najmanj) štirih let verjamejo, da je uzrtje druge osebe ali zavest, da je nekdo zares tam, odvisno od tega, če vidijo, da komunikacija »poteka« dvosmerno. Gl. Henrike Moll in Allie Khalulyan, »Not See, Not Hear, Not Speak': Preschoolers Think They Cannot Perceive or Address Others Without Reciprocity«, *Journal of Cognition and Development* 18, št. 1 (2017): 152–62.

26 Michael von Grünau in Christina Anston, »The Detection of Gaze Direction: A Stare-in-the-Crowd Effect«, *Perception* 24 (1995): 1296–1313.

27 Reginald Adam in sod., »Effects of Gaze on Amygdala Sensitivity to Anger and Fear Faces«, *Science* 300 (2003): 1536.

pogledov se odzivamo na izredno različne načine. V primeru, ko je v očeh nekaj mračno vrtajočega, bodo prvinske sile v nas vzbudile odziv: »Ali vidiš v meni svoje kosilo?« ali »Ali vidiš v meni sovražnika?« V drugem primeru pa bo pogled kot božanje. V tem primeru signal: »Jaz bi te kar pojedel,« prenaša čisto drug pomen; želja po uporabi namiguje na zaščito, varnost in odobravanje.²⁸

Onkraj pogleda: presoja glasu

Pri večini ljudi ključno vlogo pri presojanju drugih odigra očesni vid, a vizualni svet ni edina pot do umskega vida. Dojenčka močno pritegne tudi glas staršev. Kadar se oglasi mama, se bo dojenček v skoraj sto odstotkih primerov obrnil proti njej. Drugo najzanimivejše bitje je oče: otrok se proti očetovemu glasu obrne v 85 odstotkih primerov.²⁹ Tudi slepi otroci se tako hitro vključijo v naš medosebni svet. Sčasoma pokažejo tudi povsem enako občutljivost za sodbe drugih kot otroci, ki vidijo.³⁰

28 Pogled ni edini način za izmenjavo pozornosti. Otrok, ki je od rojstva slep, razvija občutek za jaz in um drugih prek dotika: koža ob koži, celo v obliki zgolj držanja drugega za roko, ponuja takojšnjo dostopnost vzajemne navzočnosti, prepoznavanja in odzivanja. Toda za večino otrok je vzajemno gledanje najbolj prvinski stik z navzočnostjo ali odsotnostjo drugega.

29 Anthony DeCasper in William Fifer, »Of Human Bonding: Newborns Prefer their Mothers' Voices«, *Science* 208, št. 4448 (1980): 1174–76. Gl. tudi John Gottman in Julie Schwartz Gottman, *And Baby Makes Three* (New York: Crown, 2007), 31.

30 V preteklosti se je predpostavljalo, da se oseba, ki nima dostopa do ene od čutnih zaznav, navadi biti pozornejša za zaznave drugih,

Človeški glas je neznansko prilagodljiv in sporočilen; ponuja razpoznaven razpon tonov in zvokov z velikansko izrazno lestvico, ki omogoča kompleksno kreativnost. Philip Lieberman je več kot štirideset let izvajal raziskave, ki so razkrile osupljivo medigro v evoluciji človeškega glasu in možganskih zmogljivostih za razumevanje in presojanje drugih. Osnovni aparat, ki ga imamo skupnega s šimpanzi – ustnice, goltanec, grlo in pljuča – je sposoben opravljati vrsto funkcij, ki pa pri ljudeh daleč presegajo zmožnosti drugih primatov. Prožnejši jezik se je začel razvijati pred kakimi 100.000 leti, ko so človeška usta postala manjša in manj štrleča. V naslednjih 50.000 letih se je človeški vrat dovolj podaljšal, usta pa dovolj skrajšala, da je postala mogoča, kot pravi Lieberman, »glasovna telovadba, ki jo poznajo in vsak dan uporabljajo ljudje«. ³¹ Posledica so govorni organi, ki omogočajo ne le kruljenje v pozdrav ali svarilo, temveč vse mogoče, »od petja opernih arij do govorjenja po telefonu«.

Vse te zmožnosti pa imajo svojo ceno. Ko so se usta prilagodila govorjenju, je njihova nova struktura vplivala na opremljenost nosu, zato je bil oslavljen čut voaha. Taka

delujočih čutov. Tako so na primer slepi pozornejši na slušne zaznave, gluhi pa bolj na vid in dotik. Danes vemo, da ta kompenzacija poteka na še bolj spektakularne načine: možgani se spremenijo glede na doživetja, ki so jim dostopna, in se dejansko reorganizirajo tako, da druge čute izostrijo. Taka prilagodljivost je znana kot navzkrižna nevroplastičnost. Gl. Cristina Kairns, Mark Dow in Helen Neville, »Altered Cross-Modal Processing in the Primary Auditory Cortex of Congenitally Deaf Adults: A Visual-Somatosensory fMRI Study with the Double-Flash Illusion«, *Journal of Neuroscience* 32, št. 28 (2012): 9626–38.

31 Philip Lieberman, *Eve Spoke: Human Language and Human Evolution* (New York: W. W. Norton, 1998).