

THE HUMANISTIC CURRICULUM

By JOHN D. MCNEIL

Chapter 1 of Contemporary Curriculum in Thought and Action
Los Angeles: John Wiley & Son Inc. 2006

Makalah

dipresentasikan dalam Perkuliahan Model-Model Pengembangan
Kurikulum Dosen Pengampu Mata Kuliah:
Prof. Dr. H. Ishak Abdulhak, M.Pd.



Oleh:
Endis Firdaus
NIM: 0908039

UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
SEKOLAH PASCA SARJANA
2009

Pendahuluan: Latar belakang

Dalam memberikan penilaian angka rata-rata akademis secara internasional boleh jadi dimiliki para siswa Jepang dan Singapura. Mereka menduduki nilai tertinggi di dunia khususnya untuk Sains dan Matematika. Namun dalam hal penguasaan siswa terhadap inovasi dan kreativitas ditempati siswa-siswa Amerika. Walaupun kurikulum untuk siswa masih merujuk pada ujian dengan penilaian tertinggi ini dengan ujian pilihan ganda. Akan tetapi orang Amerika tertarik mempertahankan keunggulannya dalam kreativitas, keterampilan memecahkan masalah, dan inovasi.

Kurikulum Humanistik menekankan peran penting pada aktivitas-aktivitas yang berupa eksploratori, puzzeling, dan tumbuh alami (*spontanitas*). Semua kegiatan inilah yang polok dalam inovasi dan pembaharuan sendiri (*self-renewal*). Orang-orang Amerika menggelar pengembangan siswa dengan kurikulum yang dapat memastikan masa depan yang tidak pasti. Pada apa kemungkinan dan potensial itu tidak pada apa yang hanya dapat dipakai atau menyediakan siswa terpaksa tertawan oleh penderitaan pada apa yang sudah mereka ketahui. Kurikulum juga memberikan jalan menuju pemecahan masalah pokok: banyak yang dipikirkan itu tidak dipelajari dan banyak dijelaskan dan dirasakan tetapi tidak dipakai. Kritikan-kritik yang dipikirkan tentang pembelajaran terbesar diperoleh dengan memberikan fakta-fakta kepada otak siswa selalu salah. Para pembaharu mencoba untuk mengubah standar kurikulum dengan kekakuan-kekakuan program akademik menemukan kegagalan. Program-program baru sering terlalu jauh berubah dari latarbelakang siswa dengan gurunya dan tidak mengambil kebijakan bagaimana para siswa dapat membangun makna. Hal ini harus ditafsirkan bahwa mata pelajaran haruslah mudah. Meskipun harus dibawa ke dalam kehidupan, diajarkan dalam sebuah jalan yang demonstratif sesuai untuk dipelajari. Kurikulum Humanistik menutup sebuah alternatif pilihan untuk menumpulkan pelajaran dan *depersonalization*. Banyak tersebar luas ketidakpuasan pada kurikulum sekarang dibuktikan dengan tingginya tingkat angka *dropout*, vandalisme, dan problem-problem disiplin di tengah kejenuhan, ketidaksenangan, dan memarahan. Problem tersebut tidak hanya sebuah motivasi siswa untuk memperoleh materi akademik. Perhatian terbesar pada penentuan nasib pendidikan yang tepat dalam merespons siswa yang tidak punya harapan hidup – siswa-siswa yang kurang memiliki tujuan hidup, hubungan pribadi yang baik, dan

harga diri. Kurikulum Humanistik ini mengarahkan pada kebutuhan-kebutuhan masalah ini.

Aliran ini lebih memberikan kesempatan utama kepada para peserta didik. Bertolak dari asumsi bahwa peserta didik adalah pusat kegiatan pendidikan. Mereka adalah subjek yang menjadi potensi, punya kemampuan, dan kekuatan untuk berkembang. Para pendidik humanis berpegang pada konsep Gestalt, bahwa individu atau anak merupakan satu kesatuan yang menyeluruh. Pendidikan diarahkan kepada membina manusia yang utuh bukan saja segi fisik dan intelektual, akan tetapi juga segi sosial dan afektif (emosi, sikap, perasaan, nilai, dan lainnya). Pandangan mereka berkembang sebagai reaksi terhadap pendidikan yang lebih menekankan segi intelektual dengan peran utama dipegang oleh guru. Pendidikan humanistic menekankan peran siswa. Pendidikan merupakan suatu upaya untuk menciptakan situasi yang permisif, rileks, akrab. Berkat situasi tersebut anak mengembangkan segala potensi yang dimilikinya. Menurut McNeil "*The new Humanists are self actualizers who see curriculum as a liberating process that can meet the need for growth and personal integrity*". Tugas guru adalah menciptakan situasi yang permisif dan mendorong siswa untuk mencari dan mengembangkan pemecahan masalah sendiri.

Ketentuan Kurikulum Humanistik

Dua bentuk umum kurikulum humanistik yaitu: *Confluent* dan *Consciousness*.

Walaupun pendidikan konfluen definisinya berbeda satu sama lain dengan *consciousness*, namun ada kesamaan umum dalam memasukan pengaruh pada isi kurikulum tersebut. Pendidikan Konfluen menekankan pada keberadaan materi pokok kurikulum (*subject matter curriculum*), banyak aplikasi sebagaimana " sebuah pemusatan kurikulum" yang membuat para siswa menjadi *subject matter* dan emosi, perasaannya, serta pemikiran yang berbasis pada *inquiry* dan belajar. Sedang Kurikulum *Consciousness* mengikatkan pada spiritualitas dan transenden—yang dalam pengalaman kami secara pribadi dalam ketidaksadaran subyektif diri sendiri, seperti pada perasaan yang tidak ada hubungannya dengan dunia di sekitar kita. Barangkali memerlukan intuisi, kemisteriusan, dan mistis siswa yang mencari makna dan tujuan dalam kerja dan hidupnya. Ada sebuah penyadaran dalam kepercayaan adalah: jalan

terbaik untuk kehidupan dunia, ungkapan perasaan, dan banyak lagi yang hanya hubungan dengan yang lain.

Beberapa aspek dalam kurikulum sudah digantikan, kerja mereka dengan orientasi kurikulum yang lain. Orientasi para akademis dan rekonstruksionis sosial sedang memperkenalkan faktor-faktor humanistik. Para akademisi memulai untuk merealisasikan kualitas emosi dalam kurikulum humanistik, seperti sebuah kebiasaan dalam mengembangkan hasil yang kompleks. Para rekonstruksionis sosial yang akan mengambil lebih lanjut keberhasilan para humanis dalam mengembangkan kekuatan pribadi siswa dan sentivitas perasaan (*conscious of self*) yang dibangun di atas kesadaran diri untuk mengembangkan corak-corak kesadaran kritik (*critical awareness*) dalam masyarakat.

Pendidikan mereka lebih menekankan bagaimana mengajar siswa (mendorong mereka), dan bagaimana merasakan atau bersikap terhadap sesuatu. Tujuan pengajaran adalah memperluas kesadaran diri sendiri dan beberapa aliran yang termasuk dalam pendidikan humanistik yaitu pendidikan. **Konfluen, Kritikisme Radikal, dan Mistikisme Modern.**

Pendidikan Konfluen menekankan keutuhan pribadi, individu harus merespon secara utuh (baik segi pikiran, perasaan, maupun tindakan), terhadap kesatuan yang menyeluruh dari lingkungan.

Krikikisme Radikal bersumber dari aliran Naturalisme atau Romantisme Rousseau. Mereka memandang pendidikan sebagai upaya untuk membantu anak menemukan dan mengembangkan sendiri segala potensi yang dimilikinya. Pendidikan merupakan upaya untuk menciptakan situasi yang memungkinkan anak berkembang optimal. Pendidikan ibarat petani yang berusaha menciptakan tanah yang gembur., air, dan udara yang penuh dengan berbagai potensi. Dalam pendidikan tidak ada pemaksaan, yang ada adalah dorongan dan rangsangan untuk berkembang.

Mistikisme Modern adalah aliran yang menekankan latihan dan pengembangan kepekaan perasaan, kehalusan budi pekerti, melalui *sensitivity training*, yoga, meditasi, dan sebagainya.

Kurikulum konfluen

Esensi Kurikulum konfluen ini dikembangkan oleh para ahli pendidikan konfluen, adalah menyatukan ranah afektif (sikap, perasaan, nilai) dengan ranah kognitif (kemampuan intelektual). Pendidikan konfluen kurang menekankan pengetahuan yang

mengandung segi afektif. Menurut mereka kurikulum tidak menyiapkan pendidikan tentang sikap, perasaan, dan nilai yang harus dimiliki anak-anak. Kurikulum hendaknya mempersiapkan berbagai alternatif yang dapat dipilih murid-murid dalam proses bersikap, berperasaan, dan memberi pertimbangan nilai. Siswa-siswa hendaknya diajak menyatakan pilihan dan pertanggungjawaban sikap-sikap, perasaan-perasaan, dan pertimbangan-pertimbangan nilai yang telah dipilihnya.

Kurikulum ini adalah sebuah kurikulum tambahan, di mana dimensi-dimensi emosional ditambahkan kepada materi pelajaran konvensional sehingga memberikan makna personal atas apa yang dipelajarinya. Para pengembang kurikulum ini tidak menekankan pengetahuan umum, seperti informasi pengetahuan, dalam mendukung pengetahuan subjektif atau intuitif (seperti yang langsung dan mendadak). Salah satu contoh, guru pengembang bahasa Inggris mengembangkan latihan-latihan afektif pada hubungan-hubungan paragraph, organisasi, dan bentuk-bentuk argumentatif dan penyimpangan lain dalam menulis. Dimulai dari imajinasi dan respon emosional serta kerja pribadi siswa, para pengembang membantu para pelajar untuk memperoleh keterampilan bahasa dan menemukan dirinya sendiri.

Para pengembang kurikulum tidak meyakini bahwa kurikulum akan mengajar siswa apa yang ia rasakan atau sikap yang mereka miliki. Tujuan mereka itu untuk mengembangkan siswa dengan banyak formula alternatif pilihan dalam tahapan-tahapan kehidupan dirinya sendiri, untuk mengambil tanggungjawab dalam memberikan nilai kemungkinan pilihan dan merealisasikan apa yang mereka tambahkan dalam menentukan pilihannya.

Ciri-ciri Kurikulum Konfluen

Shapiro dan lainnya telah menganalisis pengembangan beberapa contoh dan yang bukan contoh pengembangan, termasuk kurikulum konfluen yang mempunyai beberapa ciri utama yaitu:

- a. **Partisipasi**, Kurikulum ini menekankan partisipasi siswa dalam belajar. Kegiatan belajar bersama, melalui berbagai bentuk aktivitas kelompok. Melalui partisipasi dalam kegiatan bersama, siswa-siswa dapat mengadakan perundingan, persetujuan, pertukaran kemampuan, bertanggung jawab bersama, dan lain-lain. Ini menunjukkan ciri yang non-otoriter dari pendidikan konfluen.

- b. **Integrasi**, Melalui partisipasi dalam berbagai kegiatan kelompok terjadi interaksi, interpenetrasi, dan integrasi dari pemikiran, perasaan dan juga tindakan.
- c. **Relevansi**. Isi pendidikan relevan dengan kebutuhan, minat dan kehidupan siswa karena diambil dari dunia siswa oleh siswa itu sendiri. Hal demikian sudah tentu akan lebih berarti bagi siswa baik secara intelektual maupun emosional.
- d. **Pribadi anak**, Pendidikan ini memberi tempat utama pada pribadi anak. Pendidikan adalah pengembangan pribadi, pengaktualisasian segala potensi pribadi anak secara utuh.
- e. **Tujuan**, Pendidikan ini bertujuan mengembangkan pribadi yang utuh yang serasi baik dalam dirinya maupun dengan lingkungan secara menyeluruh.

Dasar dari kurikulum konfluen adalah Psikologi Gestalt yang menekankan keutuhan, kesatuan, keseluruhan. Teori yang mendukung pandangan ini adalah Eksistensialisme yang memusatkan perhatiannya pada apa yang terjadi sekarang di tempat ini. Apa yang menjadi isi kurikulum diukur oleh apakah hal itu bermanfaat bagi kita sekarang? Apakah hal itu memperbaiki kehidupan kita sekarang.

Prinsip pengajarannya menerapkan prinsip terapi Gestalt, yang menekankan keterbukaan, kesadaran, keunikan, dan tanggung jawab pribadi. Hal-hal di atas sangat esensial dalam perkembangan individu yang sehat, yang matang. Pengajaran lebih menekankan kepada tanggungjawab pribadi daripada kompetisi. Tidak ada jawaban yang salah atau benar dalam pengajaran konfluen. Melalui latihan kesadaran/kepekaan perkembangan yang sehat akan tercapai, karena dengan cara itu ia lebih sadar akan eksistensinya dan kemungkinannya untuk berkembang.

Kurikulum konfluen menyatukan pengetahuan objektif dan subjektif, berhubungan dengan kehidupan siswa dan bermanfaat baik bagi individu maupun masyarakat. Hal itu sesuai dengan konsep Gestalt bahwa sesuatu itu dikatakan berarti dan penting apabila bermanfaat bagi keseluruhan. Pendidikan konfluen sangat mengutamakan kesatuan dan keseluruhan.

Metode Belajar Konfluen

Para Pengembang kurikulum konfluen telah menyusun kurikulum untuk berbagai bidang pengajaran. Kurikulum tersebut mencakup tujuan, topik-topik yang dipelajari, alat-alat pelajaran, dan buku teks. Pengajaran konfluen juga telah

tersusun dalam bentuk rencana-rencana pelajaran, unit-unit pelajaran yang telah diujicobakan. Kebanyakan bahan tersebut diajarkan dengan teknik afektif. George Issac Brown telah memberikan sekitar 40 macam teknik pengajaran konfluen, diantaranya: *dyads* yang merupakan latihan komunikasi afektif antara dua orang, *fantasy nody trips* merupakan pemahaman tentang badan dari individu, *rituals* yaitu suatu kegiatan untuk menciptakan kebiasaan, kegiatan, atau ritual baru.

Berbeda dengan pengembangan kurikulum yang lain, para penyusun kurikulum konfluen tidak menuntut para guru melaksanakan pengajaran seperti yang mereka kerjakan. Mereka mengharapkan setiap guru mengembangkan kreasi sendiri. Dalam menciptakan kreasi ini, yang terpenting mereka memahami tujuan dan kegunaan kegiatan yang mereka ciptakan.

Dalam memilih kegiatan belajar beberapa cara dapat ditempuh:

Pertama, mengidentifikasi tema-tema atau topik-topik yang mengandung *self judgment*. Untuk setiap tema atau topic hendaknya dipilih prosedur atau bentuk-bentuk kegiatan atau teknik yang sesuai.

Kedua, Materi disajikan dalam bentuk yang belum selesai (*open ended*), tema atau isu-isu diharapkan muncul secara spontan dari prosedur serta perlengkapan pengajaran yang ada. Cara yang kedua ini menuntut keterbukaan dari siswa tetapi juga guru perlu mengusahakan kerahasiaan.

Pengajaran humanistik memfokuskan proses aktualisasi diri (*self actualization*). Setiap orang mempunyai *self* (aku=diri) yang tidak selalu disadari, tersembunyi atau tertutup. Aku atau diri ini perlu dibuka, atau dingunkan melalui pendidikan.

Kurikulum perlu merencanakan program untuk membantu para siswa menemukan dan menampakkan dirinya. Kurikulum Humanistik dapat membantu mereka memperlancar proses aktualisasi diri ini. Melalui berbagai kegiatan pengajaran model humanistik para siswa dapat menyatakan diri, berekspresi, bereksperimen, berbuat, memperoleh umpan balik dan menemukan dirinya. Menurut Abraham Maslow (1968:685-6) kita dapat belajar lebih banyak tentang diri kita melalui pengujian respon-respon menuju puncak pengalaman (*peak experiences*). Puncak pengalaman adalah pengalaman-pengalaman yang mengembangkan rasa sayang, benci, cemas, duka, senang dan sebagainya. Menurut Maslow puncak pengalaman ini merupakan awal dan juga akhir dari pendidikan.

Menurut Philip H. Phenix (1971:271-283) kurikulum harus dapat mengembangkan kesadaran dan mendorong kreativitas siswa-siswa. Bagi Phenix kesadaran merupakan kunci perkembangan diri dalam membina hubungan dan penyesuaian diri dengan orang lain, kelompok, budaya, dan lain-lain.

Karakteristik Kurikulum Humanistik

Kurikulum ini memiliki beberapa karakteristik berkenaan dengan tujuan, metode, organisasi ini, dan evaluasi. Menurut pada humanis, kurikulum berfungsi menyediakan pengalaman (berharga untuk membantu memperlancar perkembangan pribadi siswa. Bagi mereka tujuan pendidikan pendidikan adalah proses perkembangan pribadi yang dinamis yang diarahkan pada pertumbuhan, integritas, dan otonomi kepribadian, sikap yang sehat terhadap diri sendiri, orang lain, dan belajar. Semua ini merupakan bagian dari cita-cita perkembangan manusia yang teraktualisasi (*self actualizing person*). Seseorang yang sudah mampu mengaktualisasikan diri adalah orang yang telah mencapai keseimbangan (harmoni) perkembangan seluruh aspek pribadinya, baik aspek kognitif, estetika, maupun moral. Seorang dapat bekerja dengan baik bila memiliki karakter yang baik pula.

Peranan Guru

Kurikulum humanistik menuntut hubungan emosional yang baik antara guru dan siswa. Guru selain harus mampu menciptakan hubungan yang hangat dengan siswa, juga mampu menjadi sumber. Ia memberikan materi yang menarik dan mampu menciptakan situasi yang memperlancar proses belajar. Guru harus memberikan dorongan kepada siswa atas dasar saling percaya. Peran mengajar bukan saja dilakukan oleh guru tetapi juga oleh siswa. Guru tidak memaksakan sesuatu yang tidak disenangi siswa.

Sesuai dengan prinsip yang dianut, kurikulum humanistik menemankan keseluruhan. Kurikulum harus mampu memberikan pengalaman yang menyeluruh, bukan pengalaman yang terpenggal-penggal. Kurikulum ini kurang menekankan sekuens, karena dengan sekuens siswa-siswa kurang mempunyai kesempatan untuk memperluas dan memperdalam aspek-aspek perkembangannya. Penyusunan sekuens dalam pengajaran yang sifatnya afektif, dilakukan oleh Shiflett (1975:121-39) dengan langkah-langkah sebagai berikut:

- a. Menyusun kegiatan yang dapat memunculkan sikap, minat atau perhatian tertentu.
- b. Memperkenalkan bahan-bahan yang akan dibahas dalam setiap kegiatan. Di dalamnya mencakup topik-topik, bahan ajar, serta kegiatan belajar yang akan membantu siswa dalam merumuskan apa yang ingin mereka pelajari. Kegiatan yang diutamakan adalah yang akan membangkitkan rasi ingin tahu dari pemahaman.
- c. Pelaksanaan kegiatan, para siswa diberi pengalaman yang menyenangkan baik yang berupa gerakan-gerakan maupun penghayatan.
- d. Penyempurnaan, pembahasan hasil-hasil yang telah dicapai, penyempurnaan hasil serta tindak lanjutnya.

Dalam evaluasi, kurikulum humanistik berbeda dengan yang biasa. Model lebih mengutamakan proses daripada hasil. Kalau kurikulum yang biasa terutama subjek akademis mempunyai kriteria pencapaian, maka dalam kurikulum humanistik tidak ada kriteria pencapaian, maka dalam kurikulum humanistik tidak ada kriteria. Sasaran mereka adalah perkembangan anak supaya menjadi manusia yang lebih terbuka, lebih berdiri sendiri. Kegiatan yang mereka lakukan hendaknya bermanfaat bagi siswa. Kegiatan belajar yang baik adalah yang memberikan pengalaman yang akan membantu para siswa memperluas kesadaran akan dirinya dan orang lain dan dapat mengembangkan potensi-potensi yang dimilikinya. Penilaiannya bersifat subjektif baik dari guru maupun para siswa.

Guru mengembangkan kehangatan dan emosi yang alami saat melanjutkan fungsinya sebagai sumber dan fasilitator pembelajaran. Guru harus menunjukkan materi-materi yang imajinatif dan tantangan bagi situasi-situasi kreatif. Guru Humanistik memotivasi siswa-siswanya melalui saling percaya (mutual trust). Mereka mendorong hubungan positif guru-siswa dengan mengajar di luar minat dan komitmen mereka sendiri sambil membiarkan kepercayaan yang dapat dipelajari siswa. Dengan asumsi ada peran kepemimpinan dalam pendekatan afektif untuk belajar dalam pengajaran guru untuk dirinya sendiri dan para siswanya. Menurut Albert Einstein tindakan utama guru adalah membangkitkan kesenangan dalam mengungkapkan kreativitas dan pengetahuannya. Berkomentarnya: "The Supreme

act of the teacher is to awaken joy in creative expression and knowledge," . Terdapat tiga pokok gambaran bagi guru humanistik sebagaimana yang dilihat siswa sebagai berikut:

- Secara komprehensif mendengarkan pendapat nyata siswa. (Dia peduli pada perasaan dan mengerti akan apa yang saya mau bicarakan, walaupun saya sulit mengungkapkannya.)
- Menghormati siswa (Dia menggunakan ide-ku dalam mempelajari masalah).
- Alami dan asli, tidak melampaui penampilan (Dia membiarkan kami tahu apa yang dia rasakan dan dia pikirkan serta tidak takut mengungkapkan keraguan dan ketidakamanannya).

***Consciousness* (kesadaran) dan Transendensi**

Mistikisme, Walaupun para ahli psikologi humanistik bercirikan menekankan pada ranah-ranah afektif dan kognitif, banyak para humanis tertarik pada penilaian ranah-ranah tertinggi dari *consciousness* secara baik. Sesuai dengan pengembangan kurikulum yang tidak hanya pada model kognitif *consciousness* semata, akan tetapi menerima juga model intuisi—bimbingan fantasi dan bentuk-bentuk variasi meditasi. Contohnya: *transcendental meditation* (TM), memusatkan perhatian pada alternatif keadaan pikiran dan perasaan *consciousness*, mengontrol pemikiran dan perasaan dari dalam, dan pertumbuhan dibalik ego. Hal ini sudah diujicobakan sebagai bagian dari kurikulum SMA, sebab tampaknya merupakan jalan untuk mengurangi penggunaan obat-obatan terlarang yang melanda para siswa. Pokok utamanya, TM adalah sebuah teknik sederhana untuk memusatkan perhatian,

Transpersonal Techniques. Cara mengontrol perasaan diri sendiri (*biofeedback*), untuk mengontrol gelombang akal, *deep hypnosis*, yoga, dan menggunakan mimpi-mimpi, yang merupakan tambahan teknik transpersonal yang harus memiliki implikasi pada kurikulum. Contohnya dalam Bahasa Inggris, mimpi-mimpi mesti dapat digunakan sebagai basis menulis kreatif karena hal itu terdiri dari dampak emosi dari pesan-pesan yang tidak disadari. Pendidikan Fisika juga dapat menggunakan aspek-aspek teknik transpersonal dalam belajar mengontrol kesehatan optimal salah satu anggota badan dan kebugaran fisik melalui *biofeedback* dan yoga.

Penggunaan teknik-teknik tersebut sebagai relaksasi dan pengembaraan imajinasi yang kadang-kadang digunakan dalam pelajaran akademis.

Sehubungan dengan pandangan ulang teknik pengembangan diri ratusan siswa yang digelar oleh *National Research Council* (NRC) menyimpulkan bahwa teknik konvensional sebagai pembelajaran tidur (*sleep learning*) dan khayalan mental (*mental imagery*) dapat mengembangkan kemampuan-kemampuan siswa dan teknik-teknik lain seperti kemampuan untuk mengetahui tanpa bantuan pancaindra (*extrasensory*) dan *psychokinesis* (otak di luar materi) yang hanya ada dalam berbagai otak dan kepercayaan. Mental khayalan dan mental latihan kembali (*rehearsal*) membantu seseorang untuk keterampilan-keterampilan penampilan lebih baik yang dituntut penuh pengertian, pendekatan sistematis. Beberapa teknik mirip *biofeedback* dan koheisi (proses dilakukan oleh anggota-anggota kelompok yang masing-masing memiliki komitmen dan tujuan bersama) memiliki aplikasi yang tidak dapat mengembangkan kemampuan-kemampuan pribadinya. *Biofeedback* dapat meredakan tegangan otot sampai mengendurkan ketegangan pikiran yang dihasilkan dari ketidakterdugaan menjadi penampilan yang lebih baik.

Emosi juga dapat mengubah aktivitas intelektual sebaik kesehatan mental dan fisiknya. Membebaskan orang menuju yang alami, dalam bentuk berkebudayaan atau pandangan alami yang lain, dapat mengendurkan tekanan darah, ritme nadi, menurunkan aktivitas otak yang mengontrol suasana hati dan meningkatnya perasaan. Emosi-emosi positif diatur dengan proses level tertinggi sebagaimana refleksi dan penyelesaian masalah yang menjadikan emosi-emosi negatif. Sama halnya dengan perasaan emosi penuh dapat ditransformasikan dengan menggunakan music dan suara. Latihan music yang mengaktifkan bersama berbagai memori dengan mencintai seseorang dan merefleksikan aura kenyamanan dan kepercayaan di dunia dapat membangkitkan suasana hati yang nyaman, nikmat, terhibur, dan cinta.

Penutup

Beberapa kritik utama ditujukan pada penilaian metode, teknik, dan percobaan sebagai pengganti penilaian mereka pada terma-terma sebagai konsekuensi pada para siswa. Para Humanis, seperti yang mereka katakan sudah lalai dalam melihat akibat dari program-programnya. Kalau mereka menilai sistem yang lebih seksama para humanis dapat melihat bahwa mereka menggunakan praktek emosi yang salah seperti pada pelatihan sensitivitas dan kelompok-kelompok pertemuan yang dapat menjadikan keakraban psikologis dan emosi kepada para siswa. Kasadaran sendiri yang mereka

dorong itu tidak selalu berubah lebih baik. Mereka menggunakan teknik humanistik sebagai latihan dalam pernafasan yang menyerang kedua orangtua sebagai praktek keagamaan "*new age*".