

Univerzita Karlova v Praze

Filozofická fakulta

Katedra psychologie



Bakalářská práce

Marcela Ševčíková

Sociokulturní podmíněnost emocí

Sociocultural conditionality of emotions

Vedoucí práce:

V Praze 13.05.2013 doc. PhDr. Ilona Gillernová, CSc.

Na tomto mieste by som chcela poďakovať vedúcej bakalárskej práce doc. PhDr. Ilone Gillernovej, CSc. za ochotu a odbornú pomoc. Poďakovanie patrí i zadávateľovi práce PhDr. Ivanovi Slaměnkovi, CSc. za inšpiráciu. V neposlednom rade ďakujem najbližším, ktorí trpezlivo prijímali moje emócie v dobe písania práce.

Prehlasujem, že som bakalársku prácu vypracovala samostatne, že som citovala všetky použité pramene a literatúru a že práca nebola využitá v rámci iného vysokoškolského štúdia či k získaniu iného alebo rovnakého titulu.

V Prahe 13.05.2013

Marcela Ševčíková

Názov práce: Sociokultúrní podmínenost emocií

Autor: Marcela Ševčíková

Katedra: Katedra psychologie

Vedúci bakalárskej práce: doc. PhDr. Ilona Gillernová, CSc.

Abstrakt:

Cieľom bakalárskej práce je objasniť problematiku emócií so zreteľom na ich sociokultúrnu podmienenosť.

Práca je rozdelená na dve základné časti. V teoretickej časti sú priblížené významné koncepcie vysvetľujúce emócie z neurofyziologického, kognitívneho a evolucionistického hľadiska. Zvláštna pozornosť je venovaná procesu regulácie emócií, zdôraznená je pritom úloha kultúry v tomto zložitom procese. Samostatná kapitola je venovaná emočnej expresii (vyjadrovaniu), a to neverbálnou i verbálnou formou.

Empirická časť predstavuje návrh výskumného projektu, cieľom ktorého je možnosť overiť niektoré poznatky uvedené v teoretickej časti práce. Výskum sa zameriava na pantomimický výraz emócií a jeho sociokultúrnu podmienenosť. Realizácia výskumu je ponechaná budúcnosti.

Kľúčové slová: emócie, kultúra, univerzálnosť, vyjadrovanie emócií, pantomimika

Abstract:

The purpose of this bachelor thesis is to explain the concept of emotions with the focus on their sociocultural conditionality.

The thesis is divided into two basic sections. In the theoretical part important conceptions of emotions (neurophysiological, cognitivist and evolutionary) are explained. Attention is paid to the proces of emotion regulation, in which the culture plays important role. Special chapter analysis the process of emotion expression showing both of its forms : verbal and nonverbal.

Empirical part of the thesis presents a proposal of a research project, which purpose is to confirm some of the knowledges shown in the theoretical part. The research focuses on a pantomimic expression of emotions and its sociocultural conditionality.

Keywords: emotions, culture, universality, expression of emotions, body language, facial expression

Obsah

Úvod	1
Teoretická časť	2
1 Emócie	2
1.1 Teórie emócií	3
1.2 Tradičné prístupy k emóciám	3
1.3 Súčasné prístupy k emóciám	5
2 Funkcia emócií	9
2.1 Sociálna funkcia emócií	9
3 Regulácia emócií	13
3.1 Kultúra a regulácia emócií	14
4 Vyjadrovanie emócií	19
4.1 Neverbálne vyjadrovanie emócií	20
4.2 Verbálne vyjadrovanie emócií	23
Empirická časť	28
5 Návrh výskumu	28
5.1 Teoretické zázemie	28
5.2 Výskumný projekt	31
5.2.1 Ciele a hypotézy	31
5.2.2 Súbor respondentov a jeho popis	32
5.2.3 Metódy výskumu	33
5.2.4 Postup a prevedenie výskumu	34
5.3 Diskusia a záver	35
Záver	38
Literatúra	39
Prílohy	43

Úvod

Predložená bakalárska práca si kladie za cieľ objasniť problematiku emócií, a to predovšetkým s dôrazom na ich sociokultúrnu podmienenosť.

Na emócie býva i v rámci laickej verejnosti nahliadané z množstva rozličných uhlov. Komplexné uchopenie tejto problematiky je úloha nesmierne náročná a zdá sa, že v mnohých ohľadoch dokonca nesplniteľná.

Vyzná sa v tejto téme citlivý básnik, ktorý dôverne líči svoje vnútorné pocity viac než vedec, snažiaci sa o podanie vyčerpávajúcej definície emócií? Odpoveď na túto otázku v práci nepodávame. Nepochybujeme však o tom, že k úplnému poznaniu emócií je dôležitá teória i prax. Našu prácu preto členíme na dve základné časti : teoretickú a empirickú.

V teoretickej časti sa zmieňujeme o významných koncepciách popisujúcich emócie z neurofyziologického, kognitívneho i evolucionistického hľadiska (Kap. 1). Na emócie nahliadame predovšetkým optikou sociálnej psychológie a vyzdvihneme ich funkciu v interpersonálnych vzťahoch (Kap 2.).

Samostatnú kapitolu (Kap. 3) venujeme regulácii emócií, zdôrazňujeme pritom úlohu kultúry v tomto zložitom procese.

Napokon v poslednej kapitole (Kap. 4) teoretickej časti práce, podrobnejšie popisujeme neodmysliteľnú súčasť emócií, ktorou je ich expresia (vyjadrovanie).

Spomíname neverbálnu i verbálnu formu expresie a plynule predchádzame k empirickej časti našej práce, ktorá je venovaná sociokultúrnej podmienenosti pantomimického výrazu emócií (Kap. 5).

Realizácia výskumu, ktorý navrhujeme, je ponechaná budúcnosti.

Práca je celkovo graficky upravená tak, aby bola pre čitateľa prehľadným materiálom.

Teoretická časť

1 Emócie

*„Everybody knows what an emotion is,
until asked to give a definition.
Then it seems no one knows.“
Fehr & Russell, 1984, s. 464*

V oblasti psychológie emócií bola venovaná veľká pozornosť otázke W. Jamesa (1884), ktorý svojou esejou s názvom *What is an emotion?* rozprúdil debaty odborníkov na viac než 130 rokov.

Podat' uspokojujúcu odpoveď na otázku *čo je to emócia?* je zložité najmä preto, že emócie sú veľmi komplexné javy, ktoré je nutné chápať ako integrálny celok. Charakteristickým rysom emócií je ich veľká citlivosť, jedinečnosť, premenlivosť a subjektivita (Stuchlíková, 2007).

Napriek ťažkej uchopiteľnosti ústredného pojmu tejto bakalárskej práce, uvádzame jednu z množstva definícií emócií, ktorú pokladáme za východiskovú pre našu prácu.

Slaměník (2011, s.12) emócie vymedzuje ako „*uvědomované pocity různého ladění, které vyjadřují vztah člověka k relevantním událostem vnějšího prostředí i k sobě samému a které jsou spojeny s různou mírou fyziologické aktivace, jejíž funkcí je navodit stav připravenosti k jednání. Intenzita emocí koresponduje s úrovní významnosti situace či události pro jedince. Vnitřní prožitky mohou být provázeny vnějšně pozorovatelným výrazem (mimika, gestika, hlasové změny aj.). Emoce mají – jak zdůrazňují mnohé koncepce – podstatnou roli v sociálních vztazích.*“

Uvedená definícia vychádza zo súčasných prístupov, podáva ucelený pohľad na emócie a kladie dôraz na ich sociokultúrnu podmienenosť. Z týchto dôvodov ju považujeme za kľúčovú pre našu prácu.

1.1 Teórie emócií

V súlade s N. Frijdom sa domnievame, že uspokojujúca definícia emócií je jedine produktom určitej teórie (Frijda, 1986).

V tejto kapitole čitateľovi predkladáme najdôležitejšie koncepcie, ktoré vznikli behom pomerne dlhej histórie skúmania emócií. Viacero českých autorov zaoberajúcich sa psychológiou emócií (Slaměník, 2011; Stuchlíková, 2007; Nakonečný, 2012) považuje za chybu opomenúť krátky pohľad do minulosti a sústrediť sa len na súčasné teórie bez využitia poznatkov, ktoré zhromaždili tradičné prístupy. Preto by sme sa radi v stručnosti zmienili o starších teóriách emócií (Kap. 2.1.1), väčšiu pozornosť následne venujeme historicky mladším prístupom (Kap. 2.1.2).

1.2 Tradičné prístupy k emóciám

Prvé vedecké skúmanie emócií zrealizoval britský prírodovedec Ch. Darwin v roku 1872. Vo svojom spise s názvom *The Expression of the Emotions in Man and Animals* Darwin popisuje a vysvetľuje výrazy prejavované človekom pri prežívaní rozmanitých duševných stavov. Emócie chápe ako univerzálne, primitívne, iracionálne konštrukty, ako dedičstvo, ktoré človek získal od svojich zvieracích predkov v dlhotrvajúcom procese evolúcie.

Darwin sa v práci zameriava predovšetkým na fyziologické prejavy vnútorne prežívaného, nemožno však opomenúť ani jeho dôraz na sociálny aspekt a komunikačnú funkciu emócií (Darwin, 1964).

Za autorov prvej vedeckej teórie emócií sú považovaní W. James a C. Lange, ktorí nezávisle na sebe vyvrátili dlho uznávanú domnienku, že subjektívne vnímanie situácie v nás spúšťa emóciu a tá následne vyvoláva telesné vzrušenie. Americký psychológ W. James (1884, s.190) tvrdí, že *emócia je vlastne prežívanie toho, čo prebieha v našom tele*. S podobnou teóriou prišiel i dánsky fyziológ C. Lange v roku 1885.

Ich spoločný názor, že emócie sú percepciou telesných zmien, býva obvykle označovaný ako James-Langeova teória emócií. Spomínaní predstavitelia fyziologického prístupu sa zhodli na tom, že telesné zmeny (napr. chvenie, búšenie srdca, svalové napätie, zmena krvného tlaku) nie sú dôsledkom, ale naopak príčinou emócií (Slaměník, 2011).

Nakonečný (2012) píše, že základnú námietku proti James-Langeovej teórii vzniesol W. B. Cannon, ktorý nesúhlasil predovšetkým s umiestnením zdroja emócií do periférie. Podľa neho je to sám mozog, špeciálne thalamus, ktorý kontroluje emocionálne prežívanie.

Cannon predpokladal, že aktivácia tejto štruktúry produkuje nielen zážitok emócie, ale i somatické zmeny s emóciami úzko spojené.

Cannonove tvrdenia neskôr doplnil P. Bard na základe výsledkov svojich experimentov s pokusnými zvieratami. Zistil, že mozgovej kôry zbavené (dekortikované) zvieratá vykazovali intenzívnejšie prejavy hnevu, ktoré však po odstránení thalamu celkom odznegli (Nakonečný, 2012).

Cannon-Bardova teória, nasledovaná početnými výskumami neurológov, sa stala hlavným podkladom pre viscerálnu teóriu emócií, o ktorej sa bližšie zmieta LeDoux a Phelpsová (2000).

Autorom viscerálnej teórie je J. W. Papez, ktorý v roku 1937 objavil kruhový systém mozgu zahrňujúci štyri štruktúry, a to hypothalamus, predný thalamus, gyrus cinguli a hipokamus. Jeho asistent MacLean neskôr pridal k Papezovmu systému ďalšie oblasti (amygdala, orbitofrontálny kortex a časti bazálnych ganglií) a súhrnne ich nazval limbickým systémom (LeDoux, Phelpsová in Lewis, Haviland-Jonesová, 2000).

Myšlienka, že emočné prežívanie má svoje sídlo práve v limbickom systéme, bola veľmi vplyvná a zdalo sa, že problém umiestnenia zdroja emócií do štruktúr mozgu je úspešne vyriešený.

Zmenu v chápaní emócií priniesla práca novátorov M. B. Arnoldovej a J. A. Gassona z roku 1954. Dovolíme si voľne prebrať výklad ich teórie od Slaměníka (2011). Ten píše, že autori odvodzovali vznik emócie zo subjektívneho ohodnotenia udalosti, teda vyjadrením vzťahu „ja“ k objektu. Očakávali, že ľudia pociťujú tendenciu príťažlivosti k objektu posudzovanému ako príjemný a tendenciu vyhnuť sa objektu posudzovanému ako nepríjemný. Autori tvrdili, že tieto pocity sú sprevádzané telesnými zmenami podľa druhu emócie a môžu byť vedomé i nevedomé (Slaměník, 2011).

Teória Arnoldovej a Gassona sa stala priekopníckou najmä pre svoje prepojenie emócií s kognitívnou činnosťou a položila tak základy ďalším, v súčasnosti uznávaným teóriám.

1.3 Súčasné prístupy k emóciám

V nasledujúcom texte naznačíme, do akej podoby vyústili spomínané tradičné prístupy k emóciám.

V prvej podkapitole uvedieme niektoré výsledky neuropsychologického skúmania, ktoré plynule nadviazalo na vyššie uvedené myšlienky tradičných autorov (Jamesa a Langeho, Cannon a Barda, Papeza a McCleana).

Pozornosť v druhej podkapitole venujeme kognitívnym teóriám vychádzajúcim z bádania Arnoldovej a Gassona. Tie vysvetľujú, ako sami rozumieme vlastnému emočnému rozpoloženiu a tiež to, nakoľko sú naše myšlienky podmienené vonkajšími (sociokultúrnymi) vplyvmi.

Tretia podkapitola je venovaná výrazu emócií a autorom, ktorí oprášili Darwinovu otázku primárnych emócií.

Fyziologické teórie emócií

Ako sme už spomenuli vyššie, MacLeanova domnienka, že emócie majú svoje sídlo v limbickom systéme, pretrvávala vo vedeckých kruhoch dlhé desaťročia. Začiatkom osemdesiatych rokov 20. storočia bol však tento koncept napadnutý. Výskumy overujúce platnosť teórie Papeza a MacLeana vedú totiž k pozmenenému predpokladu, a to, že naznačenú úlohu limbického systému v skutočnosti plní iba jedna jeho malá časť – amygdala.

Tento emočný počítač, ako amygdalu nazýva J. LeDoux, vyhodnocuje senzoryckú stimuláciu z hľadiska emočnej významnosti a vykonáva tak funkciu akéhosi primárneho hodnotiteľa. Navodzovaním situácií vyvolávajúcich strach u krýs LeDoux zistil, že na tieto nepríjemné podnety si zvieratá rýchlo vytvorili trvalú a ťažko zmeniteľnú reakciu. Navyše vypožoroval, že emočné učenie prebieha i vtedy, ak je krysám odstránený kortex a zachovaná amygdala a thalamus.

Na základe uvedeného LeDoux usudzuje, že niektoré informácie dostáva amygdala priamo z thalamu, teda nespracované kôrou. To je zvlášť výhodné vtedy, keď rýchlosť reakcie rozhoduje o prežití jedinca (LeDoux, Phelpsová in Lewis, Haviland-Jonesová, 2000).

Teórie postavené na nálezoch v mozgu predstavujú podľa Stuchlíkovej (2007) pre psychológiu emócií veľký príslub. Pre naše účely sú však omnoho zásadnejšie

prístupy, ktoré uvádzame v druhej a tretej podkapitole.

Kognitívne teórie emócií

V 60. rokoch minulého storočia sa na vedeckej scéne objavili kognitívne teórie vyzdvihujúce úlohu poznania pri vzniku a udržiavaní emočných stavov.

Významnými zástancami tejto myšlienky sú autori tzv. dvojfaktorovej teórie emócií S. Schachter a J. Singer (1962). Na základe kritiky fyziologických prístupov (James-Langeova a Cannon-Bardova teória) títo vyslovili domnienku, že fyziologická aktivácia nie je postačujúca na vznik emócie, nutné je kognitívne označenie situácie. Svoju hypotézu psychológovia overovali injekčným podaním adrenalínu dobrovoľníkom. Nasledovala činnosť v spoločnosti ďalšieho študenta (spojenca), ktorý predstieral vopred dohodnuté a nacvičené emócie. Polovica dobrovoľníkov, ktorá netušila o účinkoch adrenalínu, kopírovala správanie a prežívanie študenta. Druhá polovica oboznámených dobrovoľníkov podobné reakcie neprejavovala. Podľa autorov bolo dôvodom to, že druhá skupina mala pre svoje pocity adekvátne kognitívne vysvetlenie.

Schachter a Singer teda uzatvárajú, že pokiaľ si ľudia nedokážu vysvetliť dôvod svojej fyziologickej excitácie, snažia sa svoje emócie identifikovať pozorovaním situácie a následne im prikladajú význam (Schachter, Singer, 1962).

V priebehu dvadsiatich rokov psychológovia v tejto oblasti previedli množstvo experimentov. Niektoré z nich Schachterovu-Singerovu teóriu oslabovali, ale väčšina ju potvrdzovala a rozširovala (Hunt, 2000).

Za kľúčového autora kognitívneho prístupu k emóciám býva považovaný R. Lazarus (1966), ktorý vo svojej práci o vzniku stresu a možnostiach jeho zvládania, pripisuje podstatnú úlohu ohodnoteniu udalosti. Emócie chápe ako element, ktorý prerušuje prebiehajúcu aktivitu a následne mobilizuje procesy zvládania záťaže (anglicky coping).

Podľa Lazarusa má človek v nepríjemnej situácii na výber z dvoch stratégií copingu. Môže prehodnotiť vlastné pocity v danej chvíli (autor používa pojem moderation, teda zmierňovanie) alebo aktívne zmeniť samotnú situáciu (Lazarus, 1966).

Pokračovateľom línie kognitívnych teórií je N. Frijda, ktorý v súhrnnom diele *The Emotions* (1986, s. 193) píše: „*Emocionálny zážitok je, predovšetkým, zážitkom situácie.*“

Frijda tvrdí, že emócie sú určené významovou štruktúrou situácie presne determinovaným spôsobom. To, ako sa subjektu situácia javí, záleží nielen na okolnostiach, ale i na subjekte samom. Platí, že udalosti, ktoré sú pre jedinca dôležité a uspokojujú jeho individuálne ciele, v ňom vyvolávajú kladné emócie. Naopak, udalosti ohrozujúce jedincove ciele a záujmy, vedú obvykle k prežívaniu záporných emócií. Frijda ďalej zdôrazňuje, že so zmenou významu pripisovanému situácii, dochádza i k zmene prežívanej emócie (Frijda, 1986).

Vyššie prezentované kognitívne teórie emócií predstavujú rozhodujúcu základňu pre štúdium regulácie emócií, teda pre tému, ktorej sa podrobne venujeme v kapitole 3.1.

Teórie zamerané na výraz a prejavy správania

K prístupom zameraným na emočný výraz radíme evolučné teórie nadväzujúce na praotca vedeckého skúmania emócií Ch. Darwina a jeho myšlienku vrodenej, univerzálnej a adaptačnej funkcie emócií. Ďalej do tejto skupiny patria teoretici skúmajúci behaviorálne charakteristiky emócií, konkrétne výraz tváre, vokálny prejav či pantomimický prejav.

Jedným z pokračovateľov línie evolučných prístupov je S. Tomkins, autor známej teórie afektu. Dôležitým bodom jeho teórie je podľa Slaměníka (2011) vymenovanie šiestich základných a troch pomocných emócií (autor používa pojem „*affect*“, pričom každej emócií Tomkins prideluje určitú intenzitu na škále od slabej až po silnú úroveň prežívania).

Autor navyše ku každej emócií podáva presný popis zmien výrazu tváre a sprievodných telesných prejavov.

Tomkins vo svojej práci rozlišuje dve pozitívne emócie (potešenie - radosť; záujem - vzrušenie), jednu neutrálnu (prekvapenie - úľak) a tri negatívne (strach - zdesenie; hnev - zúrivosť; distress - trýzeň). Okrem týchto spomína tri doplnkové, všetky negatívne emócie (hanba - poníženie; reakcia na zápach („*dissmell*“) a znechutenie). Posledné dve emócie nie sú vymedzené kontinuálne (Tomkins,

1962, podľa Slaměník, 2011).

Tomkinsove zmienky o súvislosti výrazu tváre a prežívania základných emócií výrazne ovplyvnili dvoch teoretikov, P. Ekmana a C. Izarda, ktorí odštartovali v súčasnosti veľmi bohatý výskum kultúrnej podmienenosti emócií.

Obaja bádatelia vychádzajú z Darwinovej tézy o dedičnosti a univerzálnosti výrazu tváre. Pokračujú však v rozvíjaní tejto myšlienky a predpokladajú, že tvárové prejavy základných emócií sú všade na svete uniformné a dekodovateľné jedincami zo všetkých kultúr.

P. Ekman, patriaci medzi stovku najcitovanejších psychológov dvadsiateho storočia, vydal s kolegom W. V. Friesenom začiatkom 70. rokov sprievodcu na rozoznávanie emócií z výrazu tváre s názvom *Unmasking the face*. Predmetom knihy je šesť emócií : šťastie, smútok, prekvapenie, strach, zlosť a znechutenie. Tieto boli autormi opakovane experimentálne overované a následne označené za univerzálne.

Ekman a Friesen (2003) uvádzajú, že emočný výraz tváre človeka sa riadi tzv. zobrazovacími pravidlami, ktoré sú jednotné všade vo svete. Svoje tvrdenie dokladajú jednoduchým experimentom s vysokoškolskými študentmi z Japonska a Ameriky. Každému respondentovi bol prezentovaný krátky stresujúci film. Prvú polovicu času sledovali Japonci i Američania film osamote a druhú polovicu v prítomnosti výskumníka. Ukázalo sa, že keď jedinci z týchto odlišných kultúr pozorovali film v súkromí, ich výrazy tváre boli takmer identické. V prítomnosti výskumníka však maskovali nepríjemné emócie a používali pri tom rozdielne techniky dané kultúrou, takže výrazy Japoncov a Američanov sa významne líšili (Ekman, Friesen, 2003).

Ekman a Friesen vo svojej práci spomínajú kolegu Izarda, ktorý v rovnakom čase, nezávisle na ich bádání, previedol obdobný experiment s osobami ôsmych národností. Výsledky jeho výskumu boli približne rovnaké a posilnili tak tézu Ekmana a Friesena o univerzálnosti zobrazovacích pravidiel (Ekman, Friesen, 2003).

Na uvedené teórie nadviazali mnohí výskumníci s úmyslom potvrdiť či vyvrátiť univerzálnosť tvárových prejavov. Ich pokusy a výsledky čitateľovi predkladáme v kapitole 5.1.

2 Funkcia emócií

*„Emotions are themselves social,
and the phenomena of social psychology
are themselves often emotional.“*

Parrott, 2001, s. 1

Stuchlíková (2007) uvádza, že pozornosť autorov zaoberajúcich sa psychológiou emócií sa v poslednej dobe obracia od otázky „čo sú emócie?“ k otázke „k čomu a ako emócie slúžia?“. Viacerí autori, českí i zahraniční, sa zhodujú na primárnej funkcii emócií, ktorou je zaručovať fyzické a sociálne prežitie jedinca (napr. Stuchlíková, 2007; Nakonečný, 2012; Frijda, 1986).

Vzhľadom na ráz našej práce približujeme v nasledujúcej podkapitole funkciu emócií v sociálnom živote človeka.

2.1 Sociálna funkcia emócií

Z historického náčrtu teórií emócií, ktorý sme podali v prvej kapitole, je zrejmé, že psychológovia dlhú dobu chápali emócie ako jav, ktorého podstatu skúma všeobecná psychológia. Vnímali predovšetkým biologickú a pocitovú stránku emócií. Až pod vplyvom kultúrnej antropológie a sociológie sa vnieslo do tejto témy nové hľadisko. Obe vedné disciplíny totiž smerujú k tomu, že emócie sú akýmsi srdcom oživujúcim sociálne vzťahy.

Lutzová a White vo svojej práci *The Anthropology of Emotions* (1986) vyčítajú spoločenským vedám, že človeka často prezentujú ako naprogramovaného robota. Zmienení antropológovia vychádzajú z presvedčenia, že ľudia sú prirodzene spoločenský, a preto vo výklade emócií nemožno opomenúť ich sociálnu a kultúrnu podmienenosť (Lutzová, White, 1986).

Podobne Stuchlíková (2007) tvrdí, že ľudia, ako sociálni tvorovia, od nepamäti riešili problémy prežitia navzájom prepojení rôznymi vzťahmi. Emócie koordinujú sociálne interakcie a pomáhajú ľuďom nadviazať, udržať a využívať rozličné sociálne vzťahy tak, aby z nich získali úžitok.

Keltner a Haidt (1999) hovoria o štyroch úrovniach analýzy sociálnej funkcie emócií. V našom texte ich uvádzame, po vzore autorov, v nasledovnom poradí :

- (1) individuálna úroveň,
- (2) dyadická úroveň,
- (3) skupinová úroveň a
- (4) kultúrna úroveň analýzy.

V závere tejto kapitoly načrtujeme jednotlivé úrovne analýzy sociálnej funkcie emócií podľa Keltnera a Haidta. S ohľadom na problematiku našej práce sa zameriavame predovšetkým na kultúrnu úroveň.

(1) Individuálna úroveň analýzy

Na tejto úrovni sa výskumníci zaoberajú vzorcami zmien intraindividuálnych komponentov emócií. Záujem je venovaný zmenám v endokrinnom, autonómnom a centrálnom nervovom systéme, ale tiež procesu posudzovania, pamäti a vnímania v súvislosti s emóciami (Keltner, Haidt, 1999).

Autorom, ktorí emócie analyzujú na individuálnej úrovni, sme sa dostatočne venovali v predchádzajúcich podkapitolách o fyziologických a kognitívnych teóriách emócií. Pozornosť čitateľa by sme radi upriamili na nasledujúce tri úrovne analýzy, ktoré považujeme za kľúčové pre našu prácu.

(2) Dyadická úroveň analýzy

Na dyadickej úrovni analýzy výskumníci hľadajú odpoveď na otázku, ako emócie organizujú interakcie jedincov do zmysluplných vzťahov.

Emócie umožňujú človeku vyjadrovať vlastné presvedčenia a zámery a zároveň mu pomáhajú rozpoznávať presvedčenia a zámery druhého. Tým prispievajú ľudstvu k jasnejšiemu usporiadaniu sociálneho sveta. Komunikácia emócií okrem toho vzbudzuje doplnkové a recipročné emócie v druhom človeku a tým pomáha jedincom reagovať na významné sociálne udalosti (Keltner, Haidt, 1999).

Stuchlíková (2007) v tejto súvislosti uvádza experimentálne podložené príklady emočnej komunikácie medzi odosielateľom vyjadrujúcim emóciu a prijímateľom, ktorý disponuje schopnosťou emóciu „prečítať“. Výraz hnevu vzbudzujúci u prijímateľa reakcie strachu je podľa Stuchlíkovej príkladom doplnkovej reakcie. Je tiež dokázané, že pri pozorovaní strachu nejakého človeka voči určitému objektu (zväčša neznámemu) má pozorovateľ tohto správania tendenciu vytvárať si voči objektu podobnú reakciu strachu. V tomto prípade hovoríme o vzbudení recipročnej emócie (Stuchlíková, 2007).

Slaměník na margo emočného zdieľania píše : *„Je takřka nemožné ignorovat emoci jiného, nutně vyvoláva nějakou odezvu. Je to dáno tím, že lidem, ať už zcela blízkým či zcela neznámým, v situaci ohrožení či štěstí, přijímání i odmítání, přičítáme – díky tomu, že jsme sociální bytosti – specifický význam“* (Slaměník, 2011, s. 81, 82).

(3) Skupinová úroveň analýzy

Keltner a Haidt (1999) uvádzajú, že výskumníci sa na tejto úrovni zaoberajú predovšetkým tým, ako emócie pomáhajú jednotlivcovi zoskupovať sa s ďalšími, jemu podobnými ľuďmi. Emócie teda prispievajú k identifikácii členov skupiny a k definovaniu toho, kto „k nám“ patrí a kto nie. Pocit skupinovej identity môže byť vyvolaný emóciami ako kolektívna extáza či úcta. Strach, nenávisť a znechutenie voči nečlenom skupiny zase napomáha k vymedzovaniu skupinových hraníc. Tento názor dokladajú autori experimentálnymi štúdiami strachu zo smrti, výsledkom ktorých bolo zvýšenie vnútroskupinovej solidarity a výraznejšie odmietanie nečlenov skupiny (Keltner, Haidt, 1999).

Slaměník (2011) v tejto súvislosti podáva jednoduchý príklad zo života. Po športovom stretnutí sa priaznivci víťazného tímu radujú, zatiaľ čo priaznivci porazeného tímu sú smutní. Podľa Slaměníka odkazuje toto odlišné prežívanie rovnakej udalosti na odlišnú skupinovú príslušnosť. Autor ďalej uvádza, že čím viac sa jediniec identifikuje so skupinou, tým intenzívnejšie udalosť prežíva (Slaměník, 2011).

Parkinson, Fischer, Manstead (2005) definujú skupinové emócie ako emócie, ktoré ovplyvňujú a sú ovplyvňované členstvom jedinca v sociálnej skupine. Zmienení autori ďalej tvrdia, že prežívanie pozitívnych skupinových emócií podporuje

skupinovú kohéziu, vedie ku kooperácii a znižuje konflikty v prostredí skupiny. Negatívne emócie bývajú podľa autorov spojené s opačnými dôsledkami (Parkinson, Fischer, Manstead, 2005).

(4) Kultúrna úroveň analýzy

Pre jednoduchšiu orientáciu v problematike je potrebné uviesť, ako v predloženej práci chápeme pojem kultúra.

Psychologický slovník definuje kultúru ako „*systém informácií, kt. zakládajú spôsoby, jimiž lidé v urč. skupině komunikují se svým soc. okolím a materiálním prostředím; zahrnuje soubory principů, pravidel, mravů a způsobů interakce uvnitř skupiny*“ (Hartl, Hartlová, 2000, s. 282).

Dôležitým dodatkom k uvedenej definícii je spôsob šírenia kultúry medzi jej členmi. Predávanie je výhradne negenetické, ide teda o proces učenia (Hartl, Hartlová, 2000).

Autori rozsiahleho medzikultúrneho výskumu regulácie emočného výrazu Matsumoto, Yoo a Fontaine (2008) definujú kultúru ako významový a informačný systém, ktorý sa prenáša z generácie na generáciu. Funkciou kultúry je predchádzať chaosu a udržiavať sociálny poriadok, a to, mimo iného, i prostredníctvom noriem. Normy vzťahujúce sa k emóciám určujú, hlavne v sociálnych situáciách, vhodnú mieru prežívania a vyjadrovania emócií (Matsumoto, Yoo, Fontaine, 2008).

Na kultúrnej úrovni analýzy je u emócií zdôrazňovaná predovšetkým ich úloha v procesoch, ktorými jedinci získavajú a zhodnocujú vlastnú kultúrnu identitu. Keltner a Haidt (1999) uvádzajú, že emócie sú súčasťou socializačných praktík a pomáhajú deťom naučiť sa normy a hodnoty ich kultúry.

V ohnisku záujmu výskumníkov na tejto úrovni analýzy často stojí i otázka, ako kultúra vplývaním na jedinca formuje jeho emócie (Mesquita, Albert, 2007). Autori sa ďalej venujú kategorizácii emócií (Slaměník, Hurychová, 2006), či vyhodnocovaniu tvárových (Ko et al., 2011) a vokálnych (Bryant & Barrett, 2008) prejavov emócií v kontexte rôznych kultúr.

Spomínané výskumy čitateľovi približujeme v nasledujúcich kapitolách o regulácii a vyjadrovaní emócií.

3 Regulácia emócií

„Emoce vystupujú tam, kde náš život dostáva určitý význam a kde naše zkušenosti a zážitky dostávajú určitý barevný akcent.“

Nakonečný, 2012, s. 13

Súčasný výskum emócií a ich regulácie korení v štúdiu obranných mechanizmov S. Freuda (napr. 1926), skúmaní stresu a jeho zvládania (Lazarus, 1966) a napokon v teóriách emócií (Frijda, 1986), o ktorých sa bližšie zmienujeme v kapitole 1.1.

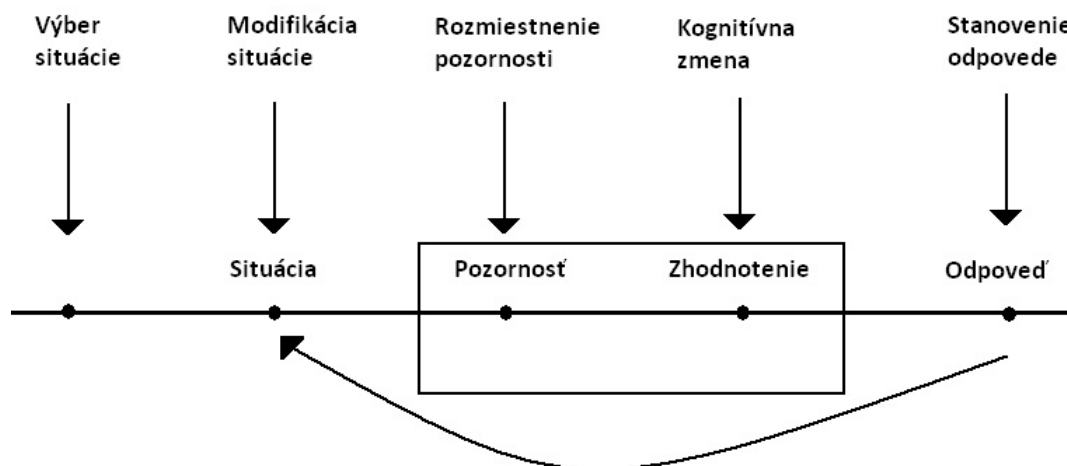
Gross a Thompson (2007) chápu reguláciu emócií ako súhrn psychologických, behaviorálnych a kognitívnych procesov umožňujúcich jedincovi modulovať a vyjadrovať vnútorné prežívanie emócií. Autori tvrdia, že proces emočnej regulácie môže byť automatický alebo riadený, vedomý alebo nevedomý a môže sa vzťahovať k jednej alebo viacerým emočným zložkám.

Stuchlíková (2007) upozorňuje na základe syntézy definícií emočnej regulácie rôznych autorov na 5 aspektov (voľne podľa Stuchlíková, 2007, s. 175):

- emočná regulácia predstavuje zvyšovanie, udržiavanie alebo znižovanie intenzity emočných stavov;
- v emočnej regulácii jednotlivých, konkrétnych emócií môžu byť významné rozdiely;
- emočná regulácia je predovšetkým vnútornou reguláciou, hoci niektoré prístupy zahŕňujú i pokusy ovplyvňovať emócie iných ľudí;
- emočná regulácia môže byť vedomá i nevedomá;
- nie je možné jednoznačne uzavrieť, či je emočná regulácia v zmysle užitočnosti dobrá alebo zlá.

Gross a Thompson (2007, s.7) predkladajú päť skupín emočne regulačných procesov (Obr. 3.1), pričom rozlišujú procesy zamerané na antecedenty (tzn. to, čo predchádzalo vzniku emócie), kde zaraďujú prvé štyri skupiny. Piatu skupinu tvorí regulácia zameraná na odpoveď (tzn. to, čo nasleduje po vzniku emócie). Po vzore autorov predkladáme delenie regulačných procesov i s krátkym vysvetlením:

Obr. 1: Rozdelenie emočne regulačných procesov podľa Grossa a Thompsona (2007, s.7)



- 1, **Výber situácie** – vyhľadávanie alebo vyhýbanie sa určitým situáciám, ľuďom, miestam, objektom.
- 2, **Modifikácia situácie** – správanie zamerané na zvládanie problémov, aktívna zmena situácie.
- 3, **Rozmiestnenie pozornosti** – venovanie väčšej pozornosti príťažlivým objektom; vnímanie celého kontextu situácie vs. sústredenie sa na detail.
- 4, **Kognitívna zmena** – prehodnotenie či reinterpretácia udalosti, sociálne porovnávanie smerom dolu (s menej šťastnou osobou).
- 5, **Stanovenie odpovede** – priama odpoveď na situáciu vo forme cvičenia, relaxácie, jedla, užívania alkoholu či drog (Gross & Thompson, 2007).

Rozdelenie emočne regulačných procesov podľa Grossa a Thompsona (2007) je pre nás zaujímavé, pretože sa dá priamo aplikovať na reguláciu emócií kultúrou. Tejto otázke sa venujeme v nasledujúcej podkapitole.

3.1 Kultúra a regulácia emócií

Ako sme už spomenuli vyššie, regulácia emócií je v odbornej literatúre chápaná ako intraindividuálny i sociálny proces.

Mesquita (2003) uvádza, že emočná regulácia prebieha v kontexte sociálnych

vzťahov a je podmienená kultúrou vytvorenými pravidlami. Tie môžu podľa autora medzi jednotlivými kultúrami výrazne variovať (Mesquita, 2003).

Nakonečný (2012) v tejto súvislosti píše : „*Pravdepodobne by bolo lépe hovoriť o kulturních determinantách citů, neboť kultura determinuje především vývoj nových obsahů (modalit) citění a fyziologickým složkám emocí vyhrazuje spíše jen podmínky jejich projevů (např. kdy je vhodný a kdy nevhodný smích, kdy muži smí plakat apod.). Kultura vytvořila nejen nové city, ale staré emoce také nově interpretovala, přičemž v různých kulturách tomu bylo různě, stejně jako v téže kultuře v různých dobách.*“ (Nakonečný, 2012, s. 135).

Ako príklad uvádza Nakonečný pocit zahanbenia (český výraz „stud“) a vzťahuje ho k obnažovaniu intímnych častí tela na verejnosti. Porovnáva takmer úplnú nahotu žien afrického kmeňa Krovákov a zahaľovanie celého tela u ortodoxných moslimov v Iráne a arabských zemiach. Tieto zvyklosti a emócie s nimi spojené pripisuje autor kultúre (Nakonečný, 2012).

Mesquita a Albert (2007) sa domnievajú, že kultúra prispieva k regulácii jedincových emócií tým, že mu častejšie poskytuje situácie vyvolávajúce emócie, ktoré sú v zhode s kultúrnymi modelmi a obmedzuje situácie, ktoré sú s nimi v rozpore (Mesquita & Albert, in Gross, 2007).

Príkladom podporujúcim uvedenú teóriu môže byť sledovanie odlišnej kultúry v jej domácom prostredí antropologičkou Briggsovou. Autorka strávila sedemnást mesiacov na vzdialenom brehu Arktídy ako adoptívna dcéra rodiny Eskimákov. Pod vplyvom tejto životnej skúsenosti vydala v sedemdesiatych rokoch knihu s názvom *Never in Anger*. V nej autorka popisuje mierumilovné správanie dospelých príslušníkov kmeňa Inuitov, ktorí v interpersonálnych vzťahoch takmer vôbec neprejavovali hnev či agresiu. Občas však hrubo zaobchádzali so svojimi psami a v prípade, že antropologička vedome narušila domorodý princíp harmónie, reagovali agresívne a nahnevane. Z toho možno usudzovať, že potenciál pre prežívanie negatívnych emócií Inuiti majú. Pre život v náročných podmienkach, v chladnom a neľútostivom prostredí bez technickej infraštruktúry, je však nesmierne dôležité dosiahnuť sociálnu harmóniu. Zrejme preto sa príslušníci tohto kmeňa aktívne vyhýbajú situáciám, ktoré by v nich mohli vyvolať frustráciu, hnev alebo agresiu (Briggsová, 1970).

V súlade s Mesquitom (2003) si dovoľíme tvrdiť, že zatiaľ čo potenciál pre prežívanie emócií je univerzálny a všetkým jedincom daný, existujú určité rozdiely v skutočnom prežívaní emócií. Tie sú významne ovplyvnené kultúrou a môžu byť vysvetlené ideálmi, ktoré daná kultúra vyznáva. Čitateľovi na tomto mieste predkladáme medzikultúrne výskumy podporujúce uvedené tvrdenie.

Kitayama, Mesquita a Karasawa (2006) skúmali frekvenciu a intenzitu rôznych druhov emócií použitím retrospektívnej sebaopisovacej škály na súbore vysokoškolských študentov z USA a Japonska. Emócie vyčleňujúce jedinca zo sociálneho sveta (autori používajú výraz „*socially disengaging emotions*“), ako je napríklad pýcha, hnev alebo podráždenie, sa častejšie a výraznejšie objavovali u Američanov, zatiaľ čo emócie sociálne začleňujúce („*socially engaging emotions*“), ako sú pocity priateľstva, blízkosti, zahanbenia či viny, dominovali medzi Japonskými študentmi. Autori ďalej zistili, že jedinca prežívajúci emócie v súlade s kultúrnymi modelmi vykazovali vysokú mieru subjektívneho well-beingu (Kitayama et al., 2006).

Americká kultúra, svojim preferovaním samostatnosti, sebadôvery a voľnejších zväzkov medzi jedincami, patrí medzi individualistické kultúry. Američania častejšie vyhľadávajú situácie, v ktorých môžu prejsť svoju autonómiu, overiť vlastné schopnosti, dosiahnuť ocenenie a úspech, a potvrdiť tak vlastnú sebadôveru. V prípade úspešného zvládnutia takejto situácie pociťujú Američania radosť. Oproti tomu, v kolektivistických kultúrach, medzi ktoré patrí i japonská kultúra, je zdôrazňovaná hlavne príslušnosť ku skupine, konformita a dodržiavanie spoločenských noriem. Japonci prežívajú pocit radosti, ak svojim správaním prispievajú k blahu skupiny.

O analogické porovnanie kultúr sa pokúsili Crowe a kolegovia (2012). V medzinárodnom výskume zisťovali rozdiely a podobnosti v prežívaní emócií u študentov z Indie a USA. Výsledok štúdie nebol pre jej autorov prekvapujúci. V porovnaní s Indmi, prejavovali americkí respondenti častejšie a intenzívnejšie emócie zamerané na samého seba („*self-focused emotions*“). V prípade regulácie emócií boli Američania motivovaní prevažne vlastným pohodlím, zatiaľ čo Indovia uvádzali častejšie vzťahové motívy zamerané na well-being druhých (Crowe, Raval, Trivedi, Daga, 2012).

Uvedené výskumy naznačujú, že kultúra významne reguluje emócie jedinca tým, že ho prirodzene uvádza do určitých situácií.

Podľa modelu Grossa a Thompsona (2007), ktorý sme uvideli vyššie, by sa dalo hovoriť o regulačnom procese „výberu situácie“. Možno sa domnievať, že kultúra hrá rolu i v ďalších procesoch spomenutých v tomto modeli. V rámci interkultúrnych štúdií sa výskumníci sústredili aj na regulačný proces „rozmiestnenia pozornosti“.

Ich závery vyplývajúce z experimentov uvádzame v nasledujúcom texte.

Masuda a kolegovia (2008) sa zamerali na vplyv kontextu pri rozpoznávaní emócie z výrazu tváre. Autori navrhli jednoduchú metódu zisťujúcu mieru rozmiestnenia pozornosti jedinca pri „čítaní“ emócie. Predkladali respondentom z USA a Japonska obrázky, na ktorých boli znázornené tváre s určitým, nie vždy jednotným, emočným výrazom. Úlohou opýtaných bolo interpretovať emóciu dominantnej osoby uprostred. Výskumníci zistili, že Japonci boli pri posudzovaní emócie ovplyvnení pozadím výraznejšie než Američania, vykazovali väčšiu tendenciu vnímať obrázok holisticky a svoju pozornosť častejšie rozmiestňovali medzi všetky zobrazené tváre (Masuda, Ellsworth, Mesquita, Leu, Veerdonk, 2008).

Na tento výskum nadviazali Ko a kolegovia (2011), ktorí použitím obdobnej metódy dospeli k približne rovnakému záveru. Ich výskumnú vzorku tvorili Kórejci a Američania rôzneho veku. Tvár uprostred obrázku bola zasadená do emočne podfarbenej fotografie zvieratá (agresívny had, roztomilé šteniatka, neutrálny kôň, atd.). Mladí Kórejci boli pri identifikácii emócie ovplyvnení pozadím viac než mladí Američania, u dospelých respondentov sa súvislosť neprejavila (Ko, Lee, Yoon, Kwon a Mather, 2011).

Ďalším významným regulačným procesom z modelu Grossa a Thompsona (2007), ktorý uvádzame v súvislosti s kultúrou, je proces prehodnotenia alebo „kognitívnej zmeny“.

Mesquita a Albert (2007) píšú, že ľudia prikladajú emocionálnym situáciám význam s ohľadom na kultúrne normy a pravidlá. Autori zdôrazňujú súvislosť ohodnotenia situácie a kultúry a tvrdia, že ak pôvodná interpretácia situácie nie je v zhode s jedincovými (kultúrou stanovenými) cieľmi, často u neho dochádza k následnému prehodnoteniu danej situácie.

Proces ohodnotenia situácie je teda závislý na normách a hodnotách danej kultúry.

Z toho možno predpokladať, že v rôznych kultúrach budú ich predstavitelia posudzovať a prežívať rovnakú situáciu odlišne.

Slaměník (2011, s 45) uvádza : „*Stejný druh situace může mít mezikulturně různou důležitost.*“ Toto tvrdenie objasňuje citovaný autor príkladom odlišného posudzovania samoty u Eskimákov a austrálskych aboriginov. V prípade osamotení, prežívajú pôvodní obyvatelia Austrálie radosť a pocity oslobodení, pretože nemusia byť medzi príslušníkmi svojho kmeňa a vyjadrovať úctu jedincom stojacim na vyšších pozíciách sociálnej hierarchie (Slaměník, 2011). Oproti tomu Briggsová (1970) pri svojom pobyte s Eskimákmi zistila, že samota vyvoláva v jedincoch silné pocity smútku.

Schimmack, Oishi a Diener (2002) v rozsiahlej multinárodnej štúdií uvádzajú, že kultúra významne vplýva na vzťah medzi prežívaním príjemných a nepríjemných emóciami.

V západných kultúrach sú tieto pocity posudzované ako protichodné, tzn. človek je buď šťastný alebo smutný, avšak nie oboje naraz. Oproti tomu Aziati, predovšetkým stúpení filozofie dialektiky, vnímajú emócie s opačným nábojom ako kompatibilné a dokázu prežívať šťastie i smútok v jednom okamihu. Závěry uvedenej štúdie vychádzajú z porovnania 40 krajín, ktoré autori členia na ázijské a neázijské kolektivistické kultúry a západné individualistické kultúry. Zrejme z dôvodu filozofického (dialektické myslenie) a náboženského (Buddhizmus) nebýva šťastie v niektorých ázijských kultúrach chápané v jednoznačne pozitívnom zmysle. Prežívanie pravého šťastia podľa Buddhu vedie buď k utrpeniu, či už v súčasnom alebo budúcom živote, alebo je celkom nemožné ho dosiahnuť, pretože neexistuje (Schimmack, Oishi, Diener, 2002).

V závere tejto kapitoly by sme radi zhrnuli uvedené poznatky a pripomenuli, že hoci u všetkých ľudí existujú emócie s rovnakým biologickým základom (vychádzajú z Darwina, 1872), každý z nás disponuje navyše emóciami, ktorých vznik a priebeh je spojený s interpersonálnymi vzťahmi. Slaměník (2011) sa domnieva, že na tieto sociálne emócie (vina, žiarlivosť, rozpaky, závisť, atď.) má kultúra rozhodujúci vplyv, a to najmä z hľadiska regulácie.

4 Vyjadrovanie emócií

„Every painful experience tears up. But what makes it unbearable is that the one who suffers it feels set apart from the world. Shared, it ceases at least to be an exile.“

De Beauvoir (1972, s. 169)

Emócie sú tradične chápané ako komplexný fenomén skladajúci sa z dvoch základných komponentov. Jednou zložkou celku je vnútorné prežívanie, zážitok, subjektívny pocit. Druhú zložku emócií tvorí navonok pozorovateľné vyjadrenie, expresia tohto pocitu (Frijda, 1986).

V anglicky písanej literatúre¹ býva emočná expresia popisovaná ako pozorovateľné verbálne a neverbálne správanie, ktoré komunikuje a symbolizuje emocionálny zážitok (Kennedy-Mooreová, Watson, 1999). Českí odborníci (Stuchlíková, 2007; Slaměnk, 2011; Nakonečný, 2012) používajú v tejto súvislosti spojenie „výraz emocií“ a z definície vynímajú expresiu verbálnou cestou.

Nakonečný (2012, s. 195) píše : „V psychologii se výrazem rozumí především mimika, tj. výraz obličejového svalstva, případně i pantomimika, tj. výraz držení těla jako celku. ... Nověji se emociogenní výraz těla a jeho pohyby označují jako kinetika nebo populárně jako „řeč těla“. Výraz emocií byl zkoumán především jako mimika.“

Šolcová (2005) hovorí o emočnej expresii a vymedzuje ju ako mieru, ktorou ľudia navonok vyjadrujú svoje emócie, a to verbálnou, neverbálnou alebo fyziologickou formou. Definícia Šolcovej je najkomplexnejšia, budeme ju preto považovať za východiskovú pre našu prácu.

Z dôvodu komplexnosti témy delíme nasledujúcu kapitolu na dve časti. V prvej podkapitole popisujeme neverbálne vyjadrovanie emócií, predovšetkým výraz tváre, ktorému bola v rámci medzikultúrnych štúdií venovaná najväčšia pozornosť. Druhá podkapitola sa zaoberá verbálnou expresiou, teda rozdielmi v jazyku a reči jednotlivých kultúr.

¹V anglicky písaných odborných textoch sa v súvislosti s vyjadrovaním emócií používajú tieto konštrukty (výber): expression of emotions, emotional openness, emotional self-disclosure, social sharing of emotions, conversation/talk about emotions.

4.1 Neverbálne vyjadrovanie emócií

Slovo emócia, pochádzajúce z latinčiny, znamená pohnutie a možno ho voľne interpretovať ako pohyb z vnútra smerom von. Slaměník (2011) na margo výrazu emócií uvádza : „*Emoce mají skutečně tendenci projevit se navenek v několika pozorovatelných ukazatelích a změnách: svalovými pohyby v obličejí, jeho zblednutím či zrudnutím, pohyby končetín i celého těla, pocením, změnami hlasového projevu (sila, výška, intonace, plynulost, rychlost)*“ (Slaměník, 2011, s. 58).

Citovaný autor ďalej upozorňuje na dôležitosť odlišovania spontánných prejavov emócií od zámerných gest a výrazu tváre, ktoré sú podľa autora viac či menej podmienené kultúrou (Slaměník, 2011).

Ako sme už uviedli vyššie, zo všetkých neverbálnych prejavov emócií bola najväčšia pozornosť výskumníkov venovaná výrazu tváre. Počínajúc Darwinom, cez Tomkinsa a jeho nasledovníkov Ekmana a Izarda sa bádatelia sústredili na zmeny v mimickom výraze a chápali ich ako objektívne meradlo vnútorne prežívaného.

Darwinovu myšlienku vrodenej výrazu základných emócií podporil Nemeč Eibl-Eibesfeldt, ktorého prácu popisuje Slaměník (2011). Podľa Slaměníka skúmal zmienený etológ výrazy emócií u piatich detí od narodenia hluchých a slepých a jedného chlapca, ktorý ohluchol a oslepol v prvom roku života. Napriek poškodeniam mozgu, ktoré boli u novorodencov časté, vypozeroval Eibl-Eibesfeldt u všetkých detí bežne identifikovateľné výrazy emócií (úsmev, plač, špúlenie pier, mračenie sa, atd.) (Eibl-Eibesfeldt 1973, podľa Slaměník 2011).

Proti myšlienke prepojenia výrazu tváre s emóciami sa postavili viacerí autori, medzi mnohými napr. Goffman presvedčený o tom, že človek hrá v sociálnom svete divadlo. Autor chápe výraz tváre ako pohyblivý a meniaci sa znakový prostriedok slúžiaci človeku k presvedčivému zahraniu vlastnej role na sociálnej „scéne“ (Goffman, 1999).

Ku kritikom myšlienky univerzálnosti výrazu tváre u základných emócií sa jednoznačne radí i J. Russell. Ten modifikoval výskumy s predkladaním fotografií ľudského výrazu (Ekman, Friesen, 2003; atd.) tým, že k uvedenej tvári zámerne ponúkol respondentovi nesprávnu emóciu (slovo). Russell (1994) prostredníctvom

metódy nútenej voľby v spomínaných experimentoch zdôrazňuje úlohu kontextu pri posudzovaní emócie.

Podľa Russella je nutné rozlišovať medzi výrazom tváre ako takým, jeho reprezentáciou emócie a ohodnotením významu emócie pozorovateľom.

Autor dospieva k názoru, že výraz emócií a jeho atribúcia jedincom sú zrejme vo vzájomnom vzťahu, avšak miera tejto asociácie sa líši v rôznych kultúrach, preto ju nemožno pokladať za smerodajnú (Russell, 1994).

Štúdium výrazu emócií nezostalo len pri tvári a mimickom prejave. Za dôležitý komunikačný kanál je tradične považovaná i reč tela (pantomimika), ktorá prezrádza informácie o vnútornom stave človeka na väčšiu vzdialenosť než tvár. Pantomimickému výrazu sa podrobnejšie venujeme v praktickej časti tejto práce (Kap. 5), kde uvádzame výsledky skúmania významných autorov a návrh vlastného výskumu.

V predchádzajúcej kapitole bolo naším cieľom priblížiť čitateľovi problematiku emočnej regulácie uvedením medzikultúrnych výskumov využívajúcich fenomén rôznorodosti emočnej expresie (vyjadrovania). Pre pochopenie problematiky je nutné poznanie, že téma regulácie je v úzkom prepojení s témou expresie a len ťažko o nich hovoriť oddelene.

Podľa Rimého je expresia silnou vonkajšou formou emočnej regulácie (Rimé, in Gross, 2007).

Šolcová (2005) v tejto súvislosti uvádza, že regulácia emócií ma rôzne aspekty. Výskumníci sa podľa autorky najčastejšie zameriavajú na aspekt vyjadrovania (expresie) a v rámci neho na dve spojité témy – emočnú expresiu a emočnú inhibíciu.

Problém je však v tom, že prejavená emócia nemusí vždy korešpondovať s vnútorným stavom jedinca. Na túto skutočnosť upozorňujú Gross et al. (2007) v rozsiahlej práci venovanej emočnej regulácii. V českých odborných kruhoch sa kontrole výrazu emócií venuje predovšetkým Boukalová a jej študentka Myňaříková (2010). V rámci forénznej psychológie sa autorky zameriavajú na odhaľovanie lži použitím rôznych metód (psychofyziologické, verbálne nástroje, pozorovanie správania či moderné alternatívne nástroje ako sú detekcia pomocou písma alebo kresby).

Ku kľúčovému zisteniu dospeli organizátori rozsiahleho medzikultúrneho výskumu regulácie emočnej expresie - autori Matsumoto, Yoo a Fontaine (2008). Ich výskumu sa zúčastnilo celkom 32 krajín zahŕňajúc viac než 5000 respondentov, z toho 100 Čechov (dáta za Českú republiku zozbierala a spracovala I. Poláčková Šolcová). Výskumníci použili Ekmanom zavedený pojem „*display rules*“ (zobrazovacie pravidlá) a vytvorili dotazník so 7 základnými emóciami (hnev, opovrhnutie, znechutenie, strach, šťastie, smútok, prekvapenie) v 21 interakciách (napr. osamote, v prítomnosti otca, matky, staršieho i mladšieho brata či sestry, spolužiaka, profesora, atd.) a 2 prostrediach (na verejnosti a v súkromí).

Autori skúmali vzťah regulácie emočného vyjadrovania jedinca a dimenzie individualizmu či kolektivismu, ktorú pokladali za dôležitú charakteristiku kultúry. Respondenti mali pri každej otázke (emócia, interakcia, prostredie) na výber zo šiestich odpovedí:

- prejavím viac, než cítim
- prejavím to, čo cítim
- prejavím emóciu, ale zároveň sa usmievam
- prejavím menej, než cítim
- skrývam svoje pocity úsmevom
- neprejavím nič.

Ich záver bol jednoznačný : emočná expresivita i u základných emócií podlieha kultúrnym pravidlám. Jednotlivé krajiny sa pritom viac či menej líšia v expresívnych štýloch, ktoré používajú. Autori ďalej potvrdili svoju domnienku, že v individualistických kultúrach (napr. Zimbabwe, Kanada, USA) je vo všeobecnosti vyššia expresivita, najmä u pozitívnych emócií, zároveň sa však v týchto kultúrach viac pripúšťa vyjadrovanie nepríjemných emócií v blízkych vzťahoch (napr. pred otcom, matkou, súrodencom).

Šolcová (2005), ako jedna z asistentiek organizátorov výskumu, zistila, že českí vysokoškolskí študenti zväčša prejavujú emócie v zoslabenej forme (prejavím menej, než cítim). Najčastejšie sú neutralizované (neprejavím nič) emócie pohrdania, strachu a znechutenia. Pozitívne emócie (šťastie a prekvapenie) sú vyjadrované v adekvátnej forme. Skupinou, voči ktorej študenti najviac neutralizujú svoje prejavy emócií sú profesori. Otvoriť sa naopak dokážu blízkym osobám (rodinní

príslušníci a blízki priatelia).

Autorka dokladá, že mapa krajín sveta z hľadiska emočnej regulácie kopíruje mapu zemepisnú. Geografické umiestnenie Českej republiky v „srdci“Európy teda odpovedá výsledkom medzikultúrneho bádania, v ktorom sa Česi umiestnili takmer uprostred (Šolcová, 2005).

4.2 Verbálne vyjadrovanie emócií

V predchádzajúcom texte sme sa opakovane zmienili o dôležitosti emócií v interpersonálnych vzťahoch. Murphy (1998) sa domnieva, že hlavným prostriedkom sociálneho života, médiom, prostredníctvom ktorého si navzájom odovzdávame správy, otázky, znalosti a hodnoty, je jazyk. Je dôležitý pre všetky spoločnosti a vývoj kultúry a okrem iného, slúži tiež k označeniu toho, kto sme a čo prežívame.

Na otázku sociokultúrnej podmienenosti emócií nahliadli viacerí autori cez jazyk a verbálne vyjadrovanie. Jedným z využívaných prístupov sú slovníkové štúdie, postavené na analýze a porovnávaní slovnej zásoby jednotlivých národov. Tie sa týkajú jednak samotného pojmu „emócie“a jeho výkladu, ale tiež slov vyjadrujúcich jednotlivé konkrétne emócie.

Významnou osobnosťou, ktorá svojim bádáním prispela k objasneniu sociokultúrnej podmienenosti emócií, je poľská lingvistka A. Wierzbicka. Vo svojej práci Wierzbicka (1999) poukazuje na existenciu viacerých poľských slov, ktoré vyjadrujú konkrétne emócie a nemajú svoj ekvivalent v angličtine (napr. „tęsknota“, náš preklad „clivota“). V českom jazyku sa bežne používajú výrazy „lítost“(náš preklad „lútost“) a „dojetí“(„dojatie“), ktoré v iných rečiach nemajú rovnocenný pojem (Slaměník, Hurychová, 2006).

Podobné komparácie uvádza Russell (1991), vyjadruje sa napríklad k nemeckým výrazom „Schadenfreude“(„škodoradosť“) a „Angst“(„strach“) alebo k bengálskemu slovu „obhiman“, ktoré vyjadruje zármutok spôsobený nezáujmom milovanej osoby. Tieto výrazy nemajú podľa Russella svoj ekvivalent v angličtine.

K otázke, či absencia pojmu v danom jazyku značí ochudobnenie v emočnom prejave rodeného hovoriaceho (resp. nemám slovo, nepoznám pocit), sa výskumníci stavajú rôzne.

Průcha (2004) sa zmieňuje v tejto súvislosti o tzv. teórii jazykového relativiz-

mu, nazývanej podľa jej tvorcov tiež Sapirova-Whorfova hypotéza. Ústrednou myšlienkou antropológa E. Sapira a lingvistu B. L. Whorfa je to, že myslenie ľudí a ich pohľad na svet je určený charakterom jazyka, ktorým hovoria. Ďalej sa spomínaní teoretici domnievajú, že rozdiely medzi jazykmi sa zákonite musia odrážať v odlišnostiach videnia sveta ich používateľov.

Průcha k tomuto názoru uvádza príklad toho, ako jednotlivé jazyky vyjadrujú slova zdobnené alebo citovo zafarbené. Podľa neho je české slovné spojenie „malinkaté červeňoučké jablíčko“ v porovnaní s anglickým ekvivalentom „a very small red apple“ ukázkou toho, že slovanské jazyky so svojou schopnosťou vyjadrovať emocionalitu sú dôsledkom charakteru etník žijúcich na tomto území. Oproti tomu Briti či Američania majú skôr realistický pohľad a pragmatický národný charakter (Průcha, 2004).

Wierzbicka (1999) zastáva názor, že kultúra, ktorá má pre daný pocit zavedený názov zrejme zažila túto emóciu vo väčšej miere alebo kolektívne. Podľa autorky teda nemusí platiť vyššie uvedené „nemám slovo, nepoznám pocit“. Wierzbicka svoju tézu dokladá na spomenutom slove „tesknota“, ktoré vysvetľuje ako smútok spôsobený separáciou a odkazuje sa na historický jav „Veľkej emigrácie“ Poliakov koncom 18. storočia (Wierzbicka, 1999).

Parkinson, Fischer, Manstead (2005) sa zamerali na kvantitatívne porovnávanie slovníkov, ktoré previedli ich kolegovia. Uvádzajú, že angličtina obsahuje okolo 2000 slov vyjadrujúcich emócie, holandština približne 1500, malajština 230 a jazyk Chewongov, malého kmeňa aboriginov žijúcom v centre Malajzie, iba 7 slov vyjadrujúcich emócie.

Na základe uvedeného je možno tvrdiť, že jazyky odrážajú kultúru a prostredie tých, ktorí nimi hovoria. Murphy (1998) tvrdí, že jazyky flexibilne reagujú a prispôbujú sa potrebám kultúry. Ľudia v dôsledku globalizácie okrem iného preberajú alebo prekladajú existujúce pojmy iných národov a kultúr, aby boli schopní pomenovať to, s čím prichádzajú do kontaktu. Podľa Murphyho sú jazyky symbolické systémy, ktoré vytvárajú sieť významov a tým napomáhajú človeku k jednoznačnejšiemu porozumeniu okolitého sveta. Svoju interpretáciu vnímaného upevňujeme v každodenných rozhovoroch s ostatnými ľuďmi. Týmto spôsobom posilňujeme naše spoločne zdieľané hodnoty, predsudky, záľuby a nenávisť a získavame tak pocit stability v inak chaotickom svete (Murphy, 1998).

Z podobnej myšlienky vzišiel prototypický prístup ku skúmaniu emócií. V rámci ústredného pojmu tejto práce došlo k mnohým nezhodám odborníkov v definovaní, vymedzení a určení univerzálnosti emócií. Ako jeden z prijateľných spôsobov skúmania emócií sa javí zmieneny prístup prototypov, ktorého autoritou je E. Roschová. Podstatou tohto prístupu spočíva v tom, že existujú pojmy definovateľné len prostredníctvom ich „prototypov“, teda akýchsi jasne identifikovateľných príkladov alebo zástupcov danej kategórie (Roschová, 1973, podľa Slaměník, 2011).

Roschová zistila, že hoci ľudia nie sú schopní definovať mnohé bežne používané pojmy, disponujú pomerne kvalitným kognitívne organizovaným výkladom ich zástupcov. Je nutné dodať, že v každodennom živote ľudia obyčajne nepoužívajú kategórie vymedzené konečným počtom zástupcov, ale najpriliehavším a najvyššitížnejším príkladom (prototypom) danej kategórie (Slaměník, 2011).

Sympatizantom zmieneneného prístupu je český odborník I. Slaměník, ktorý sa v spolupráci so Z. Hurychovou zaujímal o jazykovo a kultúrne podmienené špecifiká emócií v českej populácii.

Autori navrhli výskum prebiehajúci v dvoch fázach, ktorého sa zúčastnilo 165 participantov (väčšinou študentov vysokých škôl s výnimkou oboru psychológie). V prvej etape sa snažili získať od laickej verejnosti zoznam slov označujúcich emócie. Výsledkom bol dlhý zoznam slov a slovných spojení (celkom 421) obsahujúci všetky synonymá a pojmy podradené pod autormi vytvorené kategórie. Kvalitatívnou analýzou dospeli autori k zisteniu, že laická verejnosť zaraďuje medzi emócie i vonkajšie prejavy či dôsledky emócií (napr. nežnosť, krik, skákať šťastím, rev), situácie vyvolávajúce emócie (napr. škola, hudba, hádky v parlamente) a osobnostné vlastnosti (napr. krutosť, márnivosť, narcizmus, pannačnosť, súťaživosť, ctižiadostivosť, tvrdohlavosť, atd.). Najčastejšie boli uvádzané tieto príklady emócií : radosť, strach, láska, smútok, hnev, úzkosť.

Cieľom druhej etapy bolo získať od respondentov najtypickejšie príklady emócií na základe posúdenia slov označujúcich emócie na prototypickej škále.

Redukciou obsiahleho zoznamu získaného v prvej fáze výskumu, autori zostavili škálu obsahujúcu 74 slov. Druhej etapy sa zúčastnili iné osoby, ich demografické údaje však boli obdobné s respondentmi v prvej etape. Úlohou opýtaných bo-

lo posúdiť, nakoľko je uvedený pojem podľa nich typickým príkladom emócie a zároveň pripojiť názor, či považujú konkrétnu emóciu za pozitívnu alebo negatívnu (príp. neviem sa rozhodnúť). Ako najtypickejšie príklady v priloženom zozname označovali študenti dojatie, radosť, naštvanie (česky vztek), hnev, vášeň. Autorov prekvapili najmä pojmy : dojatie, vášeň, vzrušenie, eufória, nadšenie, zúfalstvo, ľútosť, ktoré sa v bežných učebnicových výpisoch nevyskytujú (Slaměník, Hurychová, 2006).

Nami uvedené delenie emočnej expresie na neverbálnu a verbálnu formu by nebolo kompletne, ak by sme na tomto mieste opomenuli vokálny prejav emócií. Hoci sa v tejto oblasti angažovalo pomerne málo výskumníkov, zistenia, ktoré z ich bádání vzišli, sú pre našu prácu významným prínosom.

Kolegovia Bryant a Barrett (2008) navrhli a zrealizovali vôbec prvý medzikultúrny experiment zameraný na rozpoznávanie emócií vyjadrených vokálne. Výskumu sa zúčastnili Američania hovoriaci po anglicky a príslušníci kmeňa Shuar žijúci v Ekvádore, ktorí používajú jazyk svojho kmeňa a ovládajú navyše Španielčinu. Dvaja Američania, muž a žena, boli požiadaní, aby nahovorili na záznam 10 emočne neutrálnych viet (napr. „Pes je v dome.“) a skúsili sa pritom vcítiť do človeka s konkrétnym výrazom emócie (hnev, strach, šťastie, znechutenie, smútok), ktorého tvár videli na obrázku (celkom 5 fotografií tváří s emočným výrazom). Tieto nahrávky boli neskôr pustené dvadsiatim trom Ekvádorčanom a dvadsiatim ôsmim Američanom. Tí mali rovnakú možnosť priradiť fotografiu výrazu tváre k nahrávke hlasu. Výsledky potvrdili hypotézu autorov o tom, že vokálna expresia základných emócií sa štatisticky významne nelíši ani v uvedených, podľa autorov výrazne odlišných, kultúrach (Bryant, Barrett, 2008).

V závere tejto kapitoly by sme chceli poukázať na ďalekosiahlosť a prevratnosť myšlienok jedného z najznámejších prírodovedcov Ch. Darwina, ktorý pred viac než 140 rokmi zverejnil svoje myšlienky o univerzálnosti expresie emócií u človeka a u zvierat.

Vo svojom spise hovorí hlavne o výraze tváre a postoji tela jedinca prežívajúceho emóciu, zmieňuje sa tiež o vokálnom prejave (výkriky, stonanie, chichotavé zvuky, chrochtanie z uspokojenia, atd.) a zvukoch vytvorených inými prostriedkami než hlasivkami (napríklad dupot končatín, klopanie zobákov u vtákov, cvrkot hmyzu, atd.) (Darwin, 1964).

Darwinove myšlienky ovplyvnili prácu mnohých autorov. Nás inšpirovali v po-
jatí empirickej časti predloženej bakalárskej práce, ktorá sa zaoberá sociokultúrnou
podmienenosťou vyjadrovania emócií telom.

V súvislosti s rečou tela sa používajú dva odborné pojmy, a síce kinezi-
ka (telesné pohyby človeka, ktoré plnia komunikačnú funkciu) a pantomimika
(obor zaoberajúci sa neverbálnou komunikáciou, vyjadrovanou telesnými postoj-
mi, pózami a držaním tela) (Hartl, Hartlová, 2000). O ich aplikácii v sociálnej
a interkultúrnej psychológii sa zmiňujeme v nasledujúcej empirickej časti pred-
loženej bakalárskej práce.

Empirická časť

5 Návrh výskumu

Téma:

Sociokultúrna podmienenosť pantomimického výrazu emócií

5.1 Teoretické zázemie

Výskum emočnej expresie sa v súčasnosti sústreďuje predovšetkým na tvárové a vokálne vyjadrovanie a zvyšnú časť tela necháva relatívne nepovšimnutú. Pohybový aparát človeka je pritom nesmierne všestranný a komplexný komunikačný prostriedok. Tento fakt ilustruje i počet disciplín, ktoré pokladajú telo a jeho výraz za predmet svojho štúdia – cez literárne či divadelné umenie a tanec až k medicíne a neurovedám.

Význam reči tela v súvislosti s vyjadrovaním emócií potvrdzujú i vedecké výskumy. Je vedecky dokázané, že existujú špecifické emócie (napr. pýcha), ktoré sú ľahšie pozorovateľné a identifikovateľné z pantomímy než z mimiky (Tracy, Robin, 2004 podľa Dael, Mortillaro, Scherer, 2012).

V nasledujúcom texte by sme chceli poukázať na dôležitosť telesného prejavu emócií ako dávnej, ale dlho obchádzanej a ignorovanej témy v obore psychológie.

Jedným z významných priekopníkov v tejto oblasti je Ch. Darwin, ktorého prínos v predloženej práci opakovane vyzdvihujeme.

Darwin (1964) sa vo svojom diele venoval jednak všeobecným princípom výrazu, kde zmieňoval dôležitosť dedičnosti a vrodenej, reflexnú činnosť a tiež zvyk a naučené prejavy správania.

Okrem toho však veľmi podrobne popisoval zmeny v pantomíme počas prežívania konkrétnej emócie. Podľa pozorovateľných prejavov správania rozlišoval Darwin budivé (vzruchové) a tlmivé emócie. Hnev, radosť a zlosť sa podľa neho manifestujú energickými pohybmi (pobiehanie po miestnosti, výrazná gestikulácia, neschopnosť stáť bez pohybu, atd.), patria teda medzi budivé emócie. Naopak utrpenie, smútok, strach (tlmivé emócie) sú sprevádzané ochabnutým postojom bez pohnutia, respektíve miernym pokyvovaním hlavy či trupu. Tieto telesné

zmeny Darwin úzko spájal s dýchaním a nervovou činnosťou (Darwin, 1964).

Darwinovi nasledovníci sa sústredili predovšetkým na jeho popis tvárových výrazov. Predpokladali, že pohyby tela poskytujú iba povrchnú a nedokonalú informáciu o základnom vnútornom stave človeka (napr. prejav pozitívnej či negatívnej emócie). Názor, že z reči tela možno vyčítať intenzitu prežívanej emócie sa objavil v odborných kruhoch až vďaka P. Ekmanovi v 60. rokoch minulého storočia (Dael, Mortillaro, Scherer, 2012).

Následne výskum v tejto oblasti na niekoľko rokov opäť ustúpil. Až začiatkom dvadsiateho storočia oprášili odborníci tému telesného výrazu v pozorovaní tanca, posunkovej reči a postoja tela. Jedincov emočný stav a jeho prejav v dynamike a statike celého tela ako jeden z prvých skúmal anglický psychológ A. P. Atkinson s kolegami.

Atkinson, Dittrich, Gemmell a Young (2004) s pomocou profesionálnych hercov, ktorí predvádzali 5 základných emócií (hnev, znechutenie, strach, šťastie a smútok) vytvorili digitálny záznam a z neho vyňali korešpondujúce statické obrázky s „najčistejším“ telesným výrazom hranej emócie. Tieto následne predložili respondentom na posúdenie prežívanej emócie. K maximalizovaniu kontroly interferujúcich premenných použili autori metódu bodových svetiel pripevnených na telo herca. Zistili, že základné emócie sú identifikovateľné z telesných pohybov, a to dokonca v statickej forme, hoci s menšou spoľahlivosťou. Zveličovanie a prehnaná teatrálnosť hercov všeobecne prispievala k jednoduchšiemu rozpoznaní prežívanej emócie (s výnimkou smútku).

Cieľom autorov bolo prispieť k bádaniu v oblasti prežívania a vyjadrovania emócií klinických pacientov (Atkinson, Dittrich, Gemmell, Young, 2004).

Spomenutá metóda bodových svetiel je široko využívaná vo výskumoch pohybu predmetov, zvierat a ľudí. Existujú však i ďalšie metódy, ktoré autori využívajú na popis a kódovanie telesných pohybov.

Dael, Mortillaro a Scherer (2012) v teoretickej štúdií podrobili rozboru metódu GEMEP (The GENEVA Multimodal Emotion Portrayals). Ide o zbierku audio a video nahrávok desiatich hercov, ktorí predvádzajú 18 rozličných afektívnych stavov s rôznym slovným sprievodom a spôsobom vyjadrenia. Túto metódu autori

analyzovali prostredníctvom kódovacieho systému BAP (Body Action and Posture) a zistili, že uvedené emócie sú veľmi variabilné a navzájom sa líšia vo svojich prejavoch. Cieľom autorov bolo vyvinúť spoľahlivú metódu, ktorou by bolo možné kódovať pantomímu človeka (Dael, Mortillaro, Scherer, 2012).

Zaujímavými a pre našu prácu dôležitými poznatkami prispel holandský sociológ G. H. Hofstade svojim rozdelením kultúr.

Průcha (2004) zmieňuje Hofstedeho konštrukt individualizmu a kolektivismu a dokladá i jeho rozdelenie kultúr podľa indexu individualizmu. Za výrazne individualistické sú považované tieto krajiny : USA, Austrália, Veľká Británia, Kanada a Holandsko. Na druhom konci kontinua leží Guatemala, Panama, Pakistan, Južná Kórea a Thajsko, ako výrazne kolektivistické krajiny. Jednou z ďalších dimenzií, ktoré Hofstede uvádza, je dimenzia „maskulinity vs. femininity“. Ide o zastúpenie a vplyv tzv. mužského prvku (priebojnosť, súťaživosť) v hodnotách spoločnosti a odráža napr. rovnoprávnosť v postavení žien v zamestnaní. Výrazne maskulinné krajiny sú : Japonsko, Rakúsko, Taliansko, Švajčiarsko, Mexiko. Ako feminné sa ukázali krajiny : Švédsko, Nórsko, Dánsko, Fínsko, Holandsko (Hofstede, 1999 podľa Průchy, 2004).

Niektorí odborníci na základe svojich výskumov skonštruovali obdobné taxonómie s poradím krajín podľa kultúrnych dimenzií. Průcha (2004) sa zmieňuje napríklad o dimenzii „neutrálnosť vs. emocionálnosť“, ktorá je pozorovateľná v prejave a regulácii emócií vo vzájomnej interakcii ľudí. Napríklad Taliani sa vyznačujú veľkým rozsahom emočného správania sa, zatiaľ čo Nemci či Japonci inklinujú skôr k potlačovaniu a neutralizácii prežívaného (Průcha, 2004).

Zdá sa, že skúmaniu vyjadrovania emócií prostredníctvom reči tela svitá na lepšie časy. Aktuálnosť tejto otázky sa zvyšuje zasadením do sociokultúrneho kontextu, a to najmä z dôvodu globalizácie dnešnej spoločnosti. V súčasnosti si nie sme vedomí toho, že by sa pred nami odborníci zaoberali sociokultúrnou podmienenosťou pantomimického výrazu emócií.

5.2 Výskumný projekt

5.2.1 Ciele a hypotézy

Cieľom nášho experimentu je zmapovať spôsob vyjadrovania emócií prostredníctvom pantomímy u jedincov z rozličných kultúr.

Z dôvodu chudobného teoretického zázemia v nami skúmanej oblasti je ťažké stanoviť hypotézy. Preto vychádzame z overených hypotéz autorov, ktorí sa sústredili na tvárové prejavy emócií (napr. Ekman, Friesen, 2003). Opierame sa tiež o Hofstedeho delenie kultúr, ktoré uvádzame podľa Průchy (2004).

Stanovujeme tieto hypotézy :

Hypotéza predvýskumu:

H0₁: Bude možné pozorovať zmenu v pantomimickom výraze respondenta sledujúceho video.

HA₁: Nebude možné pozorovať zmenu v pantomimickom výraze respondenta sledujúceho video.

Hypotézy výskumu:

H0₂: Pantomimický výraz emócií sa v rôznych kultúrach nebude významne líšiť.

HA₂: Pantomimický výraz emócií sa v rôznych kultúrach bude významne líšiť.

H0₃: Pantomimický výraz emócií sa nebude významne líšiť v *individualistických* a *kolektivistických* kultúrach.

HA₃: Pantomimický výraz emócií sa bude významne líšiť v *individualistických* a *kolektivistických* kultúrach.

H0₄: Pantomimický výraz emócií sa nebude významne líšiť v *maskulinných* a *feminných* kultúrach.

HA₄: Pantomimický výraz emócií sa bude významne líšiť v *maskulinných* a *feminných* kultúrach.

H0₅: Pantomimický výraz emócií sa nebude významne líšiť v kultúrach s prevládajúcou dimenziou *neutrálnosť* a v kultúrach s prevládajúcou dimenziou *emocionálnosť*.

HA₅: Pantomimický výraz emócií sa bude významne líšiť v kultúrach s prevládajúcou dimenziou *neutrálnosť* a v kultúrach s prevládajúcou dimenziou *emocionálnosť*.

Prvú hypotézu stanovujeme pre účely predvýskumu, v ktorom zmapujeme, či sa jedinec bude pri sledovaní emočne ladených videí pantomimicky vyjadrovať. V ňom oslovíme 10 náhodne vybraných respondentov z Českej republiky (resp. Slovenska). Ich demografické charakteristiky budú totožné s charakteristikami výskumného súboru nášho experimentu.

Predvýskum bude okrem toho slúžiť i k eliminácii nežiaducich premenných a testovaniu technického zariadenia.

V prípade, že H₀₁ bude v predvýskume zamietnutá, prijmemo HA₁ a vo výskume nemá zmysel ďalej pokračovať.

5.2.2 Súbor respondentov a jeho popis

Krajiny zúčastnené v experimente nie sú vyberané náhodne ani na základe jednoduchej dostupnosti. Zastúpenie krajín je podmienené kľúčovými charakteristikami kultúry. Určujúca je napríklad prevládajúca kultúrna dimenzia (individualizmus vs. kolektivismus), ktorá podľa mnohých odborníkov (Kitayama et. al 2006; Crowe et. al, 2012; Schimmack et. al, 2002) významne súvisí s emočnou expresiou.

Výber krajín, ktoré sa zúčastnia nášho výskumu, vychádza zo zmiených teoretických poznatkov. Zahrnuté sú tieto krajiny : Austrália, Česká republika, Dánsko, Egypt, Fínsko, Guatemala, Japonsko, Južná Kórea, Kanada, Holandsko, Nemecko, Nový Zéland, Nórsko, Pakistan, Panama, Slovenská republika, Španielsko, Taliansko, Thajsko, Turecko, USA, Veľká Británia, prípadne ďalšie.

Výskumný súbor bude zostavený z minimálne 30 respondentov z každej zeme. Budeme dbať na tom, aby demografická charakteristika súboru bola rovnaká naprieč krajinami. Dôležitý je vek participantov, ktorý by mal byť v rozmedzí 25 až 45 rokov, teda v strednom veku dospelosti. Gendrové rozdelenie by malo byť vyvážené. Na dosiahnutom vzdelaní respondentov v našom experimente nezáleží.

Respondenti budú vybraní náhodne, tzv. viacstupňovým výberom. Vždy neplánovane vyberieme kino v hlavnom meste krajiny, kde náhodne oslovíme niekoľko respondentov, až kým ich počet nebude dostatočný. Účasť na výskume bude

odmenená dvomi vstupenkami na ľubovoľný film.

Prostredie kina sme zvolili z technických dôvodov. Náš experiment bude prebiehať v miestnosti s projektorom a veľkou obrazovkou, resp. plátnom. Zároveň sa domnievame, že v tomto prostredí sa vyskytujú pre nás zaujímaví respondenti. Predpokladáme, že záľuba sledovať filmy v kine významne nesúvisí s pantomimickým vyjadrovaním emócií.

5.2.3 Metódy výskumu

Vo výskume budú použité dve metódy. Prvou, pre našu prácu kľúčovou, metódou je experiment. V ňom overujeme stanovené hypotézy. Zaujímá nás, či:

- je premietaný videozáznam príčinou pantomimického výrazu respondenta.
- je respondentova kultúrna príslušnosť príčinou jeho špecifického pantomimického výrazu.

Na prevedenie kvalitatívnych dát, akými sú pohyby a postoj, do kvantitatívnych (merateľných) údajov použijeme kódovací systém BAP (Body Action and Posture), ktorý veľmi podrobne popisujú autori Dael, Mortillaro a Scherer (2012).

Ďalej použijeme metódu korelačného výskumu na to, aby sme zistili, či:

- existuje vzťah medzi nami pozorovaným výrazom respondenta a jeho odpoveďami v dotazníku.

Po zhliadnutí každého videa bude respondent požiadaný, aby vyplnil krátky dotazník o jeho pocitoch. Dotazník zaradíme do výskumu z etických dôvodov, aby sme si boli istí, že respondent neutrpel ujmu na psychickom zdraví. Jeho hlavná funkcia je však metodologická. Bude nás zaujímať, či existuje vzťah medzi nami pozorovaným výrazom respondenta a jeho odpoveďami v dotazníku (tzn. či emócia, ktorú pozorujeme a rozkódujeme, zodpovedá tomu, čo respondent v dotazníku označil ako prežívaný pocit).

Na tomto mieste sa odvolávame na Schachterovu a Singerovu dvojfaktorovú teóriu emócií zmienenú v prvej kapitole teoretickej časti.

Návrh dotazníku je uvedený v prílohe bakalárskej práce.

Získané dáta vyhodnotíme pomocou štandardných štatistických metód v programe STATISTICA 10. Tie, spolu s tabuľkami, príp. grafmi, následne uvedieme v

kapitole s názvom **Výsledky**.

5.2.4 Postup a prevedenie výskumu

Náš projekt je inšpirovaný experimentom Ekmana a Friesena (2003), ktorí prezentovali vysokoškolským študentom z USA a Japonska krátky stresujúci film. Autori pritom sledovali mimický výraz zúčastnených. Podobne i my budeme púšťať respondentom krátke videozáznamy zobrazujúce emočne podfarbené situácie. Predpokladáme, že tieto cca 3 minúty trvajúce filmy vyvolajú v respondentoch postupne šesť, podľa Ekmana, základných emócií (hnev, znechutenie, strach, prekvapenie, šťastie a smútok). Budeme pritom sledovať vonkajší telesný prejav (pantomimiku) respondentov.

Videá budú zámerne nahrané tak, aby vyvolávali v respondentovi konkrétnu emóciu. Pôjde predovšetkým o záznam interpersonálnej komunikácie dvoch (resp. viacerých) ľudí. Jazyk aktérov bude vymyslený, respondenti nebudú mať možnosť porozumieť hovorenému. Cieľom videí bude privediť respondentovi pocit empatie, tzn. spôsobiť, aby sa respondent čo možno najviac stotožnil s „hlavnou postavou“ interakcie.

Každý účastník výskumu sám zhliadne videá (celkom 6) v kinosále. Tie budú radené za sebou v náhodnom poradí s krátkymi, aspoň dvojminútovými, prestávkami.

Považujeme za dôležité, aby respondent neodchádzal z experimentu s nepríjemným pocitom (strachom, znechutením či hnevom). Našu obavu ošetríme krátkou príjemnou činnosťou, ktorá bude nasledovať po zhliadnutí videí (napr. kolektívna športová aktivita, spoločenská hra, počítačová hra). Rovnako bude respondentovi k dispozícii psychológ v prípade, že by si chcel pohovoriť o pocitoch vyvolaných nahrávkou.

Pri sledovaní videí bude respondent stáť na vopred určenom, krížikom označenom mieste.

Jeho reakcie budú po celý čas nahrávané na dve kamery : jedna umiestnená pred respondentom, druhá z boku.

Pred vstupom do sály dostane každý účastník experimentu nasledovné inštrukcie:

„V najbližších 30 minútach vzhliadnete päť krátkych emočne ladených videí. Medzi jednotlivými videami bude krátka prestávka na to, aby ste vyplnili jednoduchý dotazník. Každý z piatich dotazníkov, ktoré sú položené na stole, obsahuje štyri otázky zamerané na Váš subjektívny pocit z konkrétneho videa. Dotazníky, prosím, vyplňuje postupne až po skončení každého z videí.

Po vstupe do miestnosti sa postavte, prosím, na krížikom označený bod uprostred sály tvárou smerom k plátnu. V miestnosti budete sami, budeme Vás však nahrávať na videokameru. Získaná nahrávka bude použitá iba na výskumné účely. Máte možnosť zo sály kedykoľvek odísť a ukončiť tak experiment. Využite ju, prosím, len v najnutnejšom prípade. Ďakujeme za Vašu účasť.“

Inštrukcie a dotazník budú predložené respondentovi v jeho rodnom jazyku. Použijeme metódu dvojite-spätného prekladu.

5.3 Diskusia a záver

Náš dizajn má mnoho nedostatkov, ktoré môžu zásadne ovplyvniť výsledky výskumu. Pri práci s rozličnými kultúrami často dochádza k nesprávnej interpretácii hlavných skutočností a informácii. To môže byť spôsobené jednak rozdielmi v jazyku, ale tiež kultúrou a jej normami či pravidlami.

Práve sociokultúrna podmienenosť je ťažiskom nášho výskumu, a preto sme si vedomí, že túto veličinu nemožno eliminovať. Kontrolu tejto ťažko uchopiteľnej premennej zabezpečíme jednak dvojite-spätným prekladom všetkých textov a inštrukcií. Zároveň každému asistentovi, ktorý bude výskum v danej krajine zadávať, pošleme presné pokyny, ako postupovať pri práci. Tým čiastočne zabezpečíme jednotnosť inštrukcií a priebehu experimentu.

Uvedomujeme si, že jednotlivé čiastkové experimenty budú prebiehať v rôznych krajinách, kinosály v mestách sa budú rozhodne významne líšiť. Je takmer nemožné túto nežiaducu premennú skonštantniť, použijeme preto aspoň jednotné technické zariadenie.

Výsledky môžu byť skreslené i z dôvodu individuálnych charakteristík respondentov. Dôležitú úlohu zohráva motivácia. Dve voľné vstupenky do kina za účasť na výskume nemusia byť respondentmi z rôznych kultúr ohodnotené rovnako. Nemožno odhadnúť ani mieru empatie daného respondenta, ktorá je v našom výskume dôležitou charakteristikou.

Taktiež fyzická i psychická únava účastníka počas experimentu môže naše výsledky ovplyvniť. Medzi jednotlivé videá, ktoré budú radené v náhodnom poradí, sme vsunuli krátku pauzu. Tým sme chceli eliminovať únavu a preťaženie respondenta a predísť tomu, aby bola emócia z jedného videa prenesená do nasledujúcich videí.

Sme si tiež vedomí toho, že respondent môže počas výskumu vyjadrovanie prežívaných emócií z rôznych dôvodov regulovať. Na tento fakt upozornili mnohí autori pred nami, mimo iných tiež Ekman a Friesen (2003), ktorých výskum emočnej regulácie uvádzame v 2.1.2. teoretickej časti tejto práce. Zakrývanie a potlačovanie emócií najčastejšie prebieha v sociálnom kontexte, najmä vtedy, ak jedinec vie, že je pozorovaný. V našom výskume bude respondent v miestnosti sám. Dostane však informáciu o tom, že jeho správanie bude nakrúcané na videokameru. Je možné, že pod vplyvom tejto skutočnosti bude respondent potláčať vlastné emócie a ich prejavy.

Napokon by sme radi uviedli, že metóda kódovania BAP, ktorú vo výskume použijeme, je približne rok stará a je stále v štádiu testovania. Základné vlastnosti metódy (validita, reliabilita) nám zatiaľ nie sú známe. Napriek tomu metódu BAP považujeme pre naše účely za najlepšiu dostupnú metódu.

Počas prevedenia celého výskumu sa budeme snažiť o to, aby boli dodržané základné princípy Etického kódexu psychologickéj činnosti. Sme si vedomí citlivosti nášho projektu, ktorý v respondentoch vzbudzuje nepríjemné emócie. Tie môžu v extrémnych prípadoch spôsobiť hlbšie a trvalejšie negatívne pocity. Respondent bude v priebehu experimentu informovaný o svojich právach:

- právo kedykoľvek ukončiť experiment
- právo využiť prestávku medzi videami na regeneráciu a oddych
- právo zúčastniť sa vybranej príjemnej aktivity po skončení experimentu
- právo pohovoriť si o pocitoch s psychológom, a to jednak bezprostredne po ukončení experimentu a tiež kedykoľvek v budúcnosti (po dobu dvoch mesiacov).

V závere prehľadne zhrnieme nálezy a výsledky výskumu. Tie majú podľa nášho názoru široké pole aplikácie. Poznanky o pantomimickom

výraz emócií, jeho regulácii a identifikácii, môžu byť veľkým prínosom pre obchodníkov a zástupcov firiem. V medzinárodných jednaniach, najmä pri komunikácii s kolegom z inej kultúry, sa obe strany pantomimicky vyjadrujú. To, či ide o podobné (resp. odlišné) prejavy emócií sa ukáže práve v našom výskume.

Získané výsledky možno aplikovať nielen v pracovnej oblasti, ale tiež pri od-dychu na zahraničnej dovolenke. Rovnako v prípade migrácie sa jedinec často stretáva s odlišnosťami v správaní, ktorým mnohokrát pripisuje nesprávny význam. K týmto rozdielom môže patriť i pantomimický výraz emócií. Vo všeobecnosti sa dá povedať, že poznatky nášho výskumu možno využiť pri akomkoľvek stretnutí dvoch odlišných kultúr.

V prípade, že sa pantomimický výraz ukáže ako univerzálny, jednotný všade vo svete, pole aplikácie našich nálezov sa významne rozšíri. Najmä v oblasti klinickej psychológie, u neurotických či psychotických pacientov, hrá pantomimický výraz veľkú úlohu, a to predovšetkým v procese diagnostiky. Naša práca si kladie za cieľ preskúmať vyjadrovanie emócií u zdravých jedincov. Klinickí pacienti a ich pantomimický výraz emócií však môžu byť predmetom skúmania budúcich prác.

Záver

I napriek tomu, že emócie boli v psychológii dlhú dobu zavrňované a ponímané ako „škodca“ medzi vstupmi a výstupmi v behavioristickom modeli čiernej skrinky, nikdy z oboru celkom nevymizli. V poslednej dobe sú emócie stále diskutovanejšou témou.

V tejto práci sme načrtli historicky staršie, avšak stále vplyvné teórie emócií. Z jednej z nich, konkrétne z Darwinovej, sa zrodil i návrh nášho výskumu, ktorý sa venuje pantomimickému výrazu emócií a otázke sociokultúrnej podmienenosti. Myšlienky o výraze emócií a ich univerzálnosti boli podporované a rozvíjané mnohými autormi (Ekman, Izard, Tomkins). Len málo z nich sa však venovalo telesnému prejavu, téme našej empirickej časti. Samozrejme, našli sa i kritici univerzálnosti, ktorí svojimi výskumami poukazujú na silný vplyv kultúry na prežívanie a expresiu emócií. Ich názory a výsledky sme sa snažili čitateľovi prehľadne podať v kapitolách o regulácii a vyjadrovaní emócií.

Vzhľadom na to, že naša empirická časť obsahuje len návrh výskumu bez realizácie, je pre nás náročné určiť, či je pantomimický výraz emócií univerzálny alebo kultúrne podmienený. V práci sme sa snažili predložiť dostatok podkladov pre obe možnosti.

Na tomto mieste sa obraciame do budúcnosti a veríme, že výskum v oblasti sociokultúrnej podmienenosti emócií a ich pantomimického výrazu nezostane dlho pasívny.

Literatúra

- Atkinson, A. P., Dittrich, W. H., Gemmell, A. J. & Young, A. W. (2004). Emotion perception from dynamic and static body expressions in point-light and full-light displays. *Perception* 33(6), 717-746.
- Briggsová, J. L. (1970). *Never in anger: Portrait of an Eskimo family*. Cambridge: Harvard University Press.
- Bryant, G.A., Barrett, H.C. (2008). Vocal Emotion Recognition Across Disparate Cultures. *Journal of Cognition and Culture*, 8, 135-148.
- Crowe, M., Raval, V. V., Triverdi, S. S., Daga, S. S., Raval, P. H. (2012). Processes of Emotion Communication and Control. In *Social Psychology*, 43(4), 205-214.
- Dael, N., Mortillaro, M., Scherer, K. R. (2012) Emotion expression in body action and posture. *Emotion* 12(5), 1085-1101
- Darwin, Ch. (1872). *The expression of the emotions in man and animals*. London: John Murray. čes. Výraz emocí u člověka a u zvířat. Praha: Academia 1964.
- De Beauvoir, S. (1972). *The Second Sex* (trans. H.M. Parshley). New York: Penguin.
- Ekman, P., Friesen, W. V. (2003). *Unmasking the face. A guide to recognizing emotions from facial clues*. Cambridge, MA: Malor Books.
- Fehr, B. & Russell, J. A. (1984). Concept of emotion viewed from a prototype perspective. *Journal of Experimental Psychology*, 113, 464-486.
- Frijda, N. H. (1986). *The emotions*. New York: Cambridge University Press.
- Goffman, E. (1999). *Všichni hrajeme divadlo*. Praha: Nakladatelství Studia Ypsilon.
- Gross, J. J., Thomson, R. A. (2007). Emotion regulation. Conceptual foundations. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation (3-24)*. New York: Guilford Press.
- Hartl, P., Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Hunt, M. (2000). *Dějiny psychologie*. Praha: Portál.

-
- James, W. (1884). What is an emotion? *Mind*, 9, 188-205.
- Keltner, D., Haidt, J. (1999). Social functions of emotions at four levels of analysis. *Cognition and Emotion*, 13, 505-521.
- Kennedy-Mooreová, E., Watson, J.C. (1999). *Expressing Emotion: Myths, Realities, and Therapeutic Strategies*. New York, Guilford Press.
- Kitayama S., Mesquita, B., Karasawa, M. (2006). Cultural Affordances and Emotional Experience: Socially Engaging and Disengaging Emotions in Japan and the United States. In *Journal of Personality and Social Psychology*, 91, 890-903.
- Ko, S. G., Lee, T. H., Yoon, H. Y., Kwon, J. H., & Mather, M. (2011). How does context affect assessments of facial emotion? The role of culture and age. *Psychology and Aging*, 26, 48-59.
- Lazarus, R. S. (1991). *Emotion and adaptation*. New York: Oxford University Press.
- Lazarus, R. S. (1966). *Psychological stress and the coping process*. New York: McGraw-Hill.
- LeDoux, J. E., Phelpsová, E. A. (2000). Emotional networks in the brain. In M. Lewis, J. M. Haviland-Jonesová (Eds.), *Handbook of emotion* (157-172). New York: Guilford.
- Lutzová, C., White G. M. (1986). The anthropology of emotions. *Annual review of Anthropology*, 15, 405-436.
- Masuda, T., Ellsworth, P. C., Mesquita, B., Leu, J., Tanida, S., & van de Veer-donk, E. (2008). Placing the face in context: Cultural differences in the perception of facial emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 94, 365-381.
- Matsumoto, D., Yoo, S. H., Fontaine, J. R. (2008). Mapping expressive around the world: The relationship between emotional display rules and individualism versus collectivism. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 39, 55-74.
- Mesquita, B. (2003). Emotion as dynamic cultural phenomena. In R. Davidson, H. Goldsmith, K. R. Scherer (Eds.), *The handbook of affective sciences* (871-890). New York: Oxford University Press.
- Mesquita, B., Albert, D. (2007). The cultural regulation of emotion. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation* (486-520). New York: Guilford Press.

- Murphy, R. F. (2004): *Úvod do kulturní a sociální antropologie*. Praha: Sociologické nakladatelství (Slon).
- Mynaříková, L. (2010). *Problematika detekce lži ve forenzní psychologii* (diplomová práce). Praha: UK.
- Nakonečný, M. (2012). *Emoce*. Praha: Triton.
- Parkinson, B., Fischer, A. H., Manstead, A.S. R. (2005). *Emotion in social relations. Cultural, group, and interpersonal processes*. New York: Psychology Press.
- Parrott, W. (2001). *Emotions in Social Psychology*. Philadelphia: Psychology Press.
- Průcha, J. (2004). *Interkulturní psychologie*. Praha: Portál
- Rimé, B. (2007). Interpersonal emotion regulation. In J. J. Gross (Ed.), *Handbook of emotion regulation*(466-485). New York: The Guilford Press.
- Russell, J.A. (1991). Culture and the Categorization of Emotions. *Psychological Bulletin*, 110, 426-250.
- Russell, J.A. (1994). Is there universal recognition of emotion from facial expression? *Psychological Bulletin*, 115, 102-141.
- Schachter, S., Singer, J. E. (1962). Cognitive, social and physiological determinants of emotional state. *Psychological Review*, 69, 372-399.
- Schimmack, U., Oishi, S., & Diener, E. (2002). Cultural influences on the relation between pleasant emotions and unpleasant emotions: Asian dialectic philosophies or individualism-collectivism? In *Cognition and Emotion*, 16 (6), 705-719.
- Slaměník, I. (2011). *Emoce a interpersonální vztahy*. Praha: Grada.
- Slaměník, I., Hurychová, Z. (2006). Prototypický přístup k emocím: česká populace. *Československá psychologie*, 50, 431-445.
- Stuchlíková, I. (2007). *Základy psychologie emocí*. Praha: Portál.
- Šolcová, I. (2005). *Emoce a jejich regulace. Pravidla projevu primárních emocí v sociálních interakcích – česká a mezikulturní perspektiva* (rigorózní práce). Praha: UK.
- Wierzbicka, A. (1999). *Emotions Across Languages and Cultures: Diversity and*

Universals. Cambridge: Cambridge University Press.

Prílohy

Dotazník

1, Počas sledovania videa číslo 1/2,3,4,5,6/ som sa cítil/a:

a, príjemne

b, nepríjemne

c, neutrálne

2, Prežíval/a som tieto konkrétne emócie:

3, Momentálne (po zhliadnutí videa číslo 1/2,3,4,5,6/) sa cítim:

a, príjemne

b, nepríjemne

c, neutrálne

4, Prežívam tieto konkrétne emócie: