

Být člověkem (The Universal Human Condition)

Based on: Emoce a interkulturalita

Přehled lekce

- I. Co znamená být člověkem?
- II. Emoce, základní principy
- III. Klasifikace emocí
- IV. Teorie emocí
- V. Výzkumy emocí
- VI. Emoce x kultura x univerzálnost lidského bytí

Býti člověkem...

- Jean Paul Sartre: Condition Humaina – být vržen do světa a být smrtelný
- Co převažuje společné nebo rozdílné
- EMOCE:
- - VŠICHNI JE MAJÍ
- ALE: jsou stejné nebo odlišné

Emoce – popsat proces své emoce:

1. Popište okolnosti, situaci...

2. Co se stalo? Jaký byl spouštěč emoce?

3. Co se přitom dělo s Vámi uvnitř? Popište to...

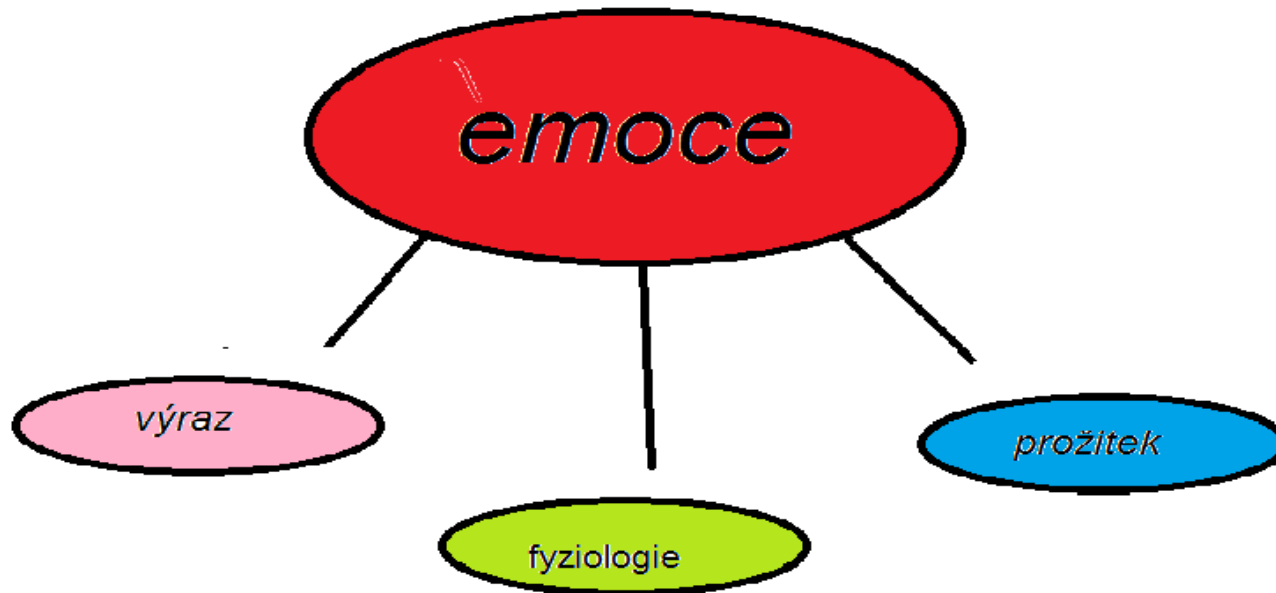
4. Co mohli vidět svědci – co se dělo navenek...

5. Jak vše dopadlo? Co se stalo? Jak emoční stav skončil?

Proces emoce:

Popište okolnosti, situaci...	Okolnosti vzniku emocí skrývají individuální faktory emoce, které ostatní nemohou vidět, znát.
Co se stalo? Jaký byl spouštěč emoce?	Podnět, vyvolávající emoci, tzv. emociogenní , někdy ji zjevný podnět vyvolává jen zdánlivě
Co se přitom dělo s Vámi uvnitř? Popište to...	Vnitřní prožitek , fenomén emoce, pocit. Uvnitř probíhající fyziologické stavy, taktéž ovlivňují co, cítíme.
Co mohli vidět svědci – co se dělo navenek...	Navenek je vidět vaše mimika, eventuálně gestika, spontánní chování, které emoci doprovází – výrazová stránka emoce. Některé fyziologické projevy, jako pocení, jsou též pozorovatelné.
Jak vše skončilo? Co se stalo? Jak emoční stav skončil? Proč?	Vznik emoce je často provázen nějakým chováním/reakcí , kterou emoce vyvolala. Někdy ale emoce prostě vyvane, opadne sama po nějakém čase. Konec emoce může být urychlen sebeopanováním osoby, která získá kognitivní a volní kontrolu nad situací.

Emoce jsou když...



Fyziologie emocí

- 1) **Periferní projevy:** Připravenost, pohotovost a aktivita v důsledku emociogenního podnětu a relace autonomního nervového systému na něj se pak projevuje v rámci tělesných změn: zrychlený srdeční tep a dýchání, sucho v ústech, zvýšené svalové napětí, pocení, chvění končetin a stažení žaludku



Detektor lži

2) Mozkové koreláty:

- Americký neurolog Joseph LeDoux: označení limbického systému mozku za „Emocionální mozek“.
- Talamus odesílá informace o vnějších podnětech současně dvěma nervovými dráhami: **kratší cestou** do amygdaly a **delší cestou** do sensorických center v mozkové kůře. První mechanismus je sice rychlý, ale nepřesný a „hrubý“, - vyvolává falešné poplachy.
- V mozkové kůře mezitím probíhá preciznější analýza a vyhodnocování významu smyslových podnětů: v případě, že poplach byl falešný, poplachová reakce se zastaví. Tzv. **prekognitivní emoce**, vznikají bez vědomých poznávacích procesů.
- Emocionální centra v nižším mozku (amygdala, talamus...) fungují nezávisle na mozkové kůře, zprostředkovávají relativně primitivní „pudové reakce“.
- **Amygdala** tvoří nevědomé „záznamy“ citových zážitků, ty ovlivňují naše emoční reakce (**přenos**, na různé osoby přemísťujeme pocity a myšlenky, které patřily dřívějším důležitým postavám našeho života, viz. Sigmund Freud).

Kterou složku nejlépe ovlivním?



Klasifikace emocí – Robert Plutchik

Plutchikovy základní emoce				
Podnět	Poznatek	Cit	Chování	Efekt
hrozba	„nebezpečí“	strach, hrůza	útěk	ochrana
překážka	„nepřítel“	hněv, vztek	útok	destrukce
možný partner	„mít ho“	radost, extáze	námluvy, páření	reprodukce
ztráta ceněné osoby	„izolace“	smutek, žal	volání o pomoc	reintegrace
člen skupiny	„přítel“	přijetí, důvěra	družnost, sdílení	afiliace
nechutný objekt	„jed“	odpor, hnus	zvracení, odstranění objektu	rejekce
nové teritorium	„co je tam?“	očekávání	přezkoumávání, mapování	explorace
nečekaný nový objekt	„co to je?“	překvapení	zastavení se, ostražitost	orientace

Teorie emocií

James Lange, Cannon Bard, Ellis (Schachter)

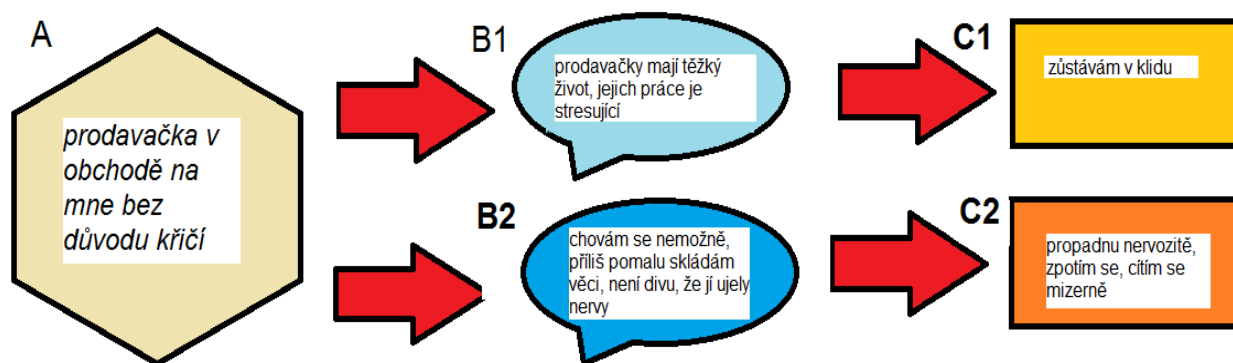
Základní teorie emocí

Americký psycholog **William James** v roce 1884 a dánský fyziolog **Carl Lange**:

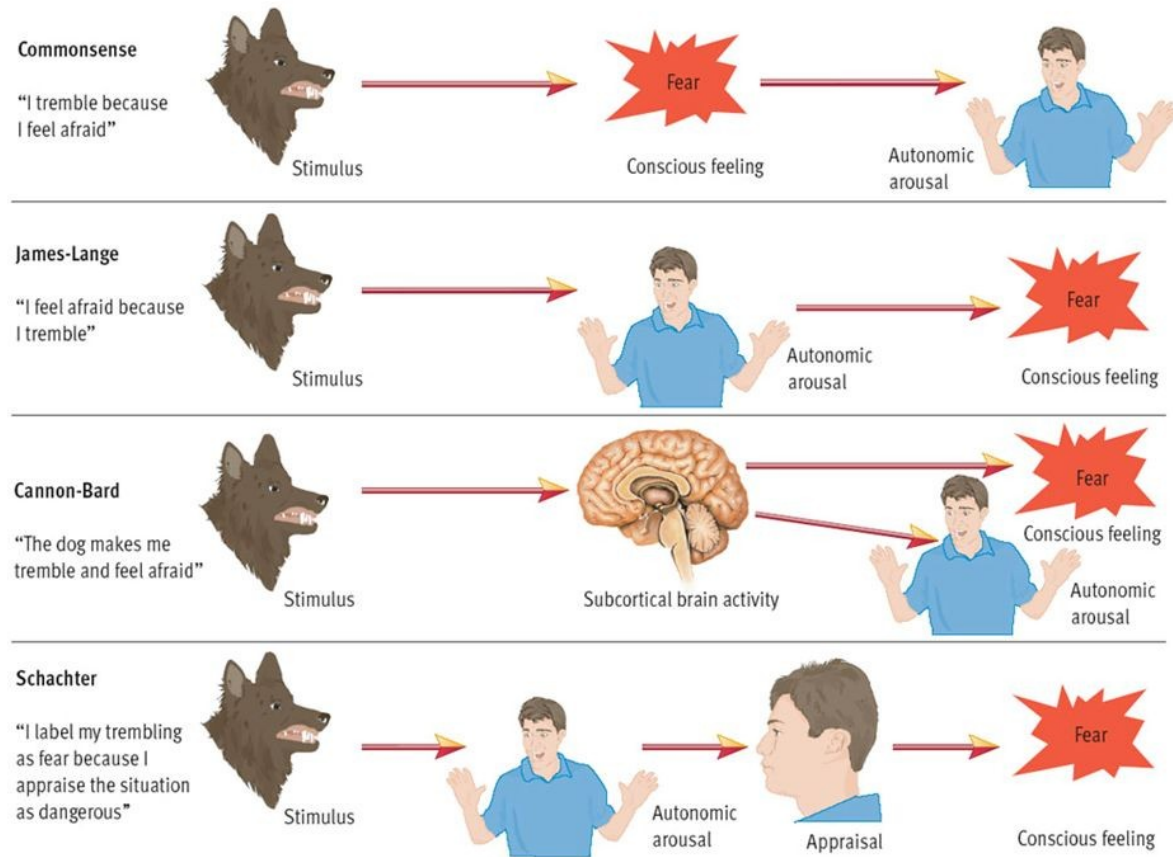
- *Tělesné změny bezprostředně navazují na vnímání vzrušujících událostí a ... naše pociťování výskytu těchto tělesných změn je emoce. Zdravý rozum říká, že nemáme-li štěstí, jsme smutní a pláčeme, potkáme-li medvěda, bojíme se a utíkáme...Hypotéza, kterou tady obhajují, říká, že toto pořadí je nesprávné...Mnohem rozumnější je tvrzení, že cítíme lítost, protože pláčeme, zlobíme se, protože do něčeho bušíme a bojíme se, protože se třeseme“.*
- *Canno Bardova teorie emocí.... Zaplula do zapomnění*
- **Teorie obličejové zpětné vazby** (mozek přijímá signály z obličejových svalů)
radikální verze: lidé mohou měnit své emoce změnou výrazu obličeje x méně radikální :emoce tím můžeme pouze zesílit, ne přímo vyvolat.

Moderní teorie emocí

- ABC teorie Albert Eliis (acitvaiton, belief, consequence)



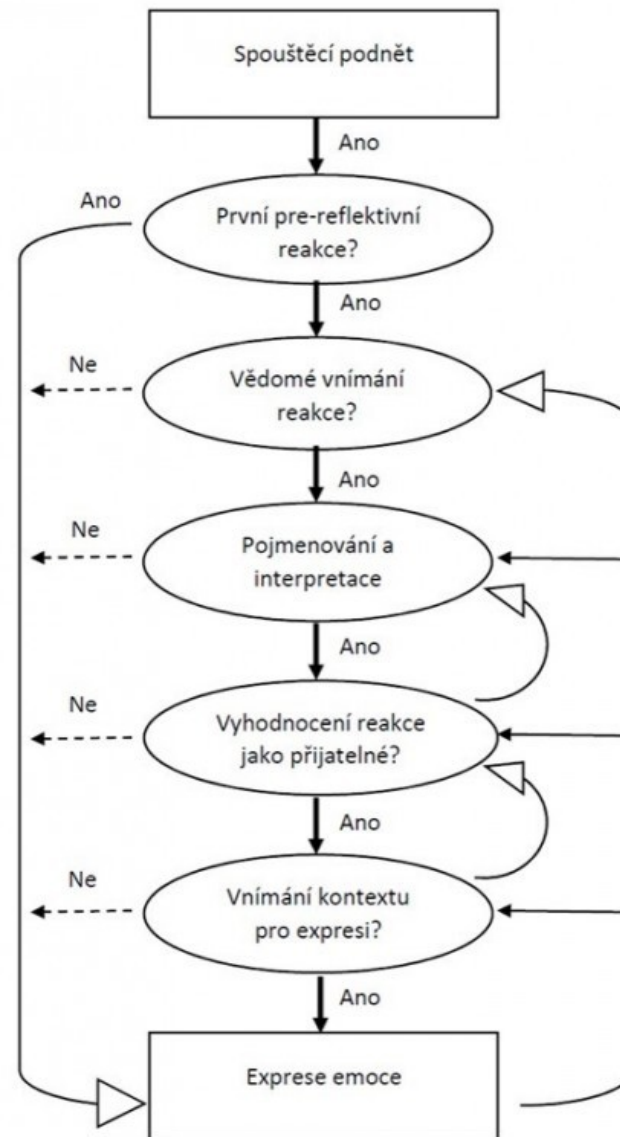
Srovnání teorií



Fyziologické koreláty teorií praví...

- Na základě výzkumu mozku: platí částečně všechny tři
- Le Doux: dlouhý a krátký okruh (Papez, Mc Lean)
- **Podnět – limbický systém – reakce (výraz, fyziologie, prožitek)**
- **Podnět – limbický systém – frontální lobus - reakce – (zhodnocení: regulace emoce)**

Anebo tak...



V. Emoce v interkulturním kontextu

Základní úvaha: Emoce jsou...

- **Univerzální?**
- **Kulturně specifické?**

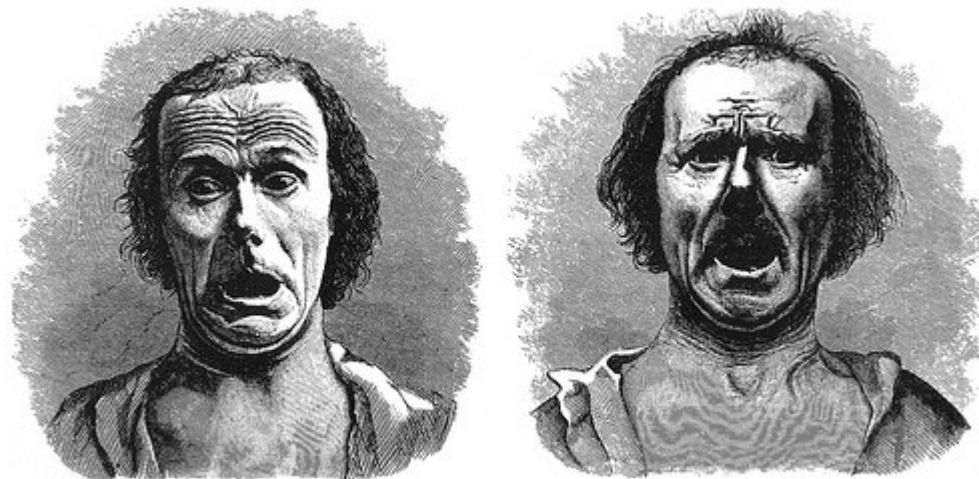
!!! Zásadní rozdělení na

a) **primární, vrozené, jednoduché emoce** (společné se zvířaty, vývojově staré)

b) **sekundární emoce** (kognitivní složka - zhodnocení, delší okruh, vznikají ve vývoji později)

Charles Darwin a evoluce

- **Charles Darwin** (autor pojmu primární emoce) v knize „Výraz emocí u člověka a zvířat“ (*The expression of emotions in man and animals*) z roku 1872:
- Teorii emocí, podle které má lidský výraz emocí podobné evoluční kořeny jako výrazové chování vyšších živočichů.
- **Darwin považuje emoce za vrozené vzorce chování, které usnadňuje vnitrodruhovou komunikaci.**



Interkulturní výzkumy a teorie: Ekman

- **Paul Ekman** provedl v roce 1969 významný mezikulturní výzkum: členů kmene Fori z nové Guineje předkládal stručný popis typických podnětových situací a poté jim nabídl fotky příslušníků západní civilizace – měli vybrat, který výraz tváře odpovídá emoci, která se váže k historce, kterou slyšeli. Protože v 77 a 90 procentech případů ukázali na přiléhavý výraz. Pak naopak ukázali fotky kmene Fori studentům nejen v Americe, ale i v Brazílii či v Japonsku. Velká shoda (přestože ne 100 procentní) ve spojování fotek se správnou emoci ukázala podle badatelů na univerzální propojenost výrazů se základními emocemi.
- Tím se potvrdilo:
- **A) že příslušníci různých kultur se mohou poměrně snadno dorozumět pomocí výrazu emoce**
- **B) ale i Darwinův předpoklad o původnosti výrazů jako pradávných signálů umožňujících přežití člověka.**

Poznejte emoce:



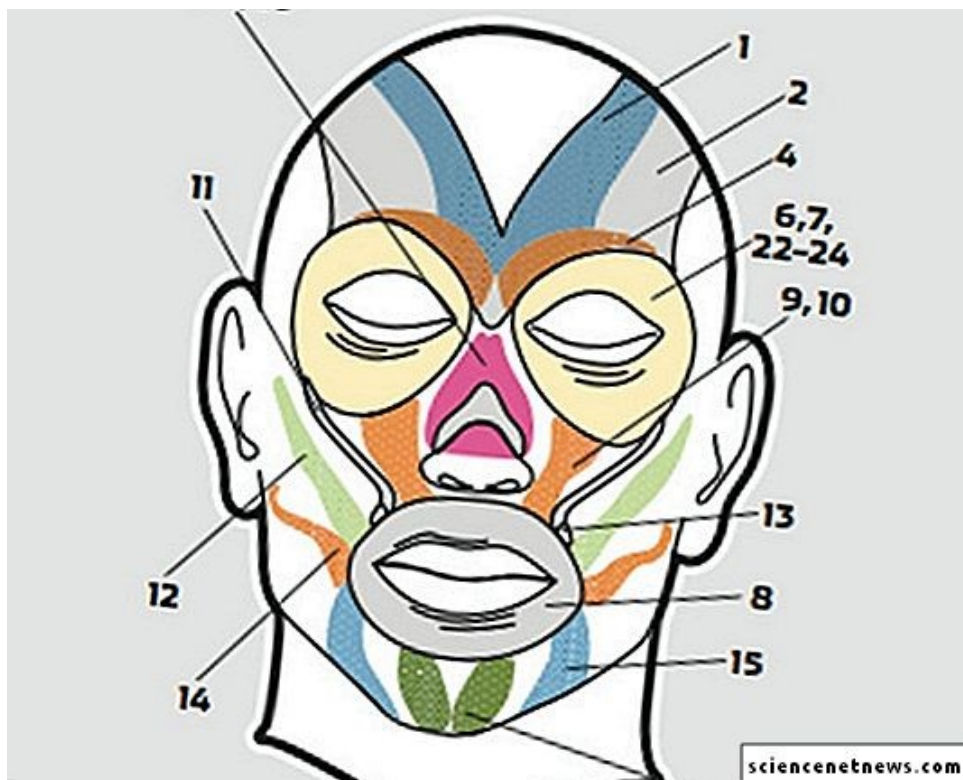
Paul Ekman : šest základních emocí

- Rozponávání a přiřazování výrazu na základě historek s emoční podtextem (těžkosti s překladem):

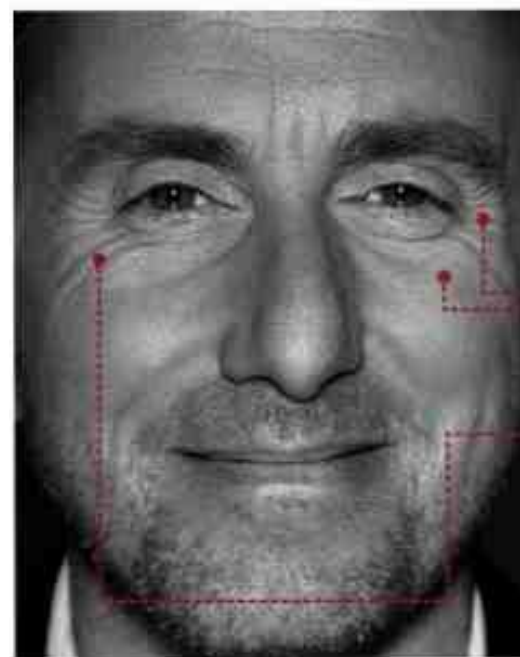


Eckman: FaCS - mikroexprese

Kódování výrazu (mimiky)



Mikroexprese štěstí



Felicidad

Una sonrisa real siempre incluye:

- ① Arrugas en las patas de gallo
- ② Mejillas elevadas
- ③ Actividad en el músculo que rodea el ojo

Počítačové kódování emocí...

- Výzkumy MIT – učící se stroje:
- https://www.idnes.cz/technet/veda/mereni-emoce-umela-intelligence-mit-software.A180820_124915_veda_hege

Může počítač hodnotit emoce?



JÁ? JÁ JSEM SE VÁM VŮBEC NESMÁL. JEN JSEM MĚL TAKOVOU MIMICKOU REAKCI ÚSMĚVU.

Význam a kontext emoce

Problém s rozpoznáním složitějších emocí – sekundární emoce, vyšší emoce:

Jsou reakcí na myšlenky a pocity.

Získáváme je věkem a zkušenostmi.

Na rozdíl od primárních emocí nejsou vrozené, **ale založené na zkušenosti** (Novorozenec vykazuje po narození nejprve pocity libosti a nelibosti, ke kterým se později přidává pocit strachu a vzteku. Sekundární emoce se u člověka rozvíjí až několik měsíců po narození. Vznikají pomaleji, jsou vytvářeny především volným zhodnocením situace.

Sekundární emoce vznikají pomaleji a jsou vytvářeny především volným zhodnocením situace. Můžeme je tedy do značné míry ovlivňovat **myšlením**.

Mc Dougall, Plutchik: Sekundární emoce jsou odvozovány z primárních **míšením**, což se děje zejména v situaci, která je neurčitá (v takovém případě se ostatně hovoří o „smíšených pocitech“, jako jsou např. rozpaky).

Na vytváření těchto emocí má vliv prostředí, ve kterém jedinec vyrůstá.

Např. lítost, hrdost, vina a stud, obdiv, úctu, pohrdání, závist.

Příklady:

Kmen lovců lebek („liget x beya“)

Japonsko – „amae“

Česko – „lítost“ (Kundera)

Univerzalita lidského prožívání?

- Dřív tendence zdůrazňovat rozdílné, nyní společné
- **Kulturně rozdílné:**

Primární x sekundární a vyšší (lidské) emoce

Regulace emocí: „co mám cítit“ x „společné „co opravdu cítím“ – normy („display rules“)

Výraz – téměř univerzální u základních (primárních emocí), nespolehlivý u ostatních (složitě emoce)

- problém: hraní výrazu, intenzita výrazu (ovládnutí se – jak měřit?)

Význam – komplexní složité emoce, závislé na kontextu, kultuře...

Zhodnocení emocí: Američané x Čínani: cítí totéž, zažívají totéž, ale informují o tom jinak? (konvence)

Moc emocí

- **Emoce** jsou nástrojem subjektivního hodnocení. **Poukazují tedy i na naše hodnoty**; na způsob, jakým hodnotíme to, co se nám a s námi děje.
- **Otevřenost** vůči vlastnímu/cizímu prožívání nás vede i ke změně přístupu k našim/CIZÍM hodnotám.
- **Dokážeme-li více reflektovat svoje pocity**, dokážeme být mnohem více v kontaktu se svými autentickými hodnotami a odlišovat hodnoty introjektované. Jsme méně tím, kým bychom (podle těch kolem nás) měli být, a získáváme větší odvahu být sami sebou. Můžeme vnímat i ty druhé.
- **Poznání sama sebe, základní a sekundární emoce (jak fungují) a znalost kontextu a kultury** = klíč ke komunikaci s cizinci a jejich pochopení

Jazyk a emoce...

Výzku emocí a úkol

Sapir-Whorfova hypotéza

„Kdyby byl Aristoteles z kmene Dakotů, jeho logika by nabyla zcela odlišné podoby“ Fritz Mauthner

- Jazyk jako **mould x cloak** (matrice x kabát)

!!!! Základní Sapir-Whorfova hypotéza - způsob myšlení lidí ovlivněn jazykem (je jako program, který udává způsob myšlení). Lidé nemají konstrukt/pojem na to, co v jazyce není, **konkrétně**:

- člověk není ve světě ani ve společnosti „sám za sebe“, ale je do značné míry odkázán na milost svému jazyku
 - je nesmyslná představa, že člověk se vztahuje ke světu bez použití jazyka, a že jazyk je jen náhodným prostředkem k řešení konkrétních problémů v komunikaci
 - „reálný svět“ je z velké části nevědomě budován na jazykových konvencích dané skupiny mluvčích
 - žádné dva jazyky si nejsou natolik podobné, abychom mohli předpokládat, že reprezentují stejnou sociální realitu
 - světy, v kterých různé společnosti žijí, jsou odlišné, nejsou to stejné světy pouze s odlišnými nálepkami
 - vidíme, slyšíme a vnímáme zážitky skrz jazykové zvyklosti naší společnosti, které nás uzpůsobují k jistým typům interpretace
- **Příklady:**
 - Eskymáci – 50 výrazů pro sníh??? (*igluksaq*)
 - **Kmen Hopi** – naše minulost, přítomnost a budoucnost x objektivita a subjektivita

EMOČNÍ Sapir- Whorfova hypotéza (Gutfreund)

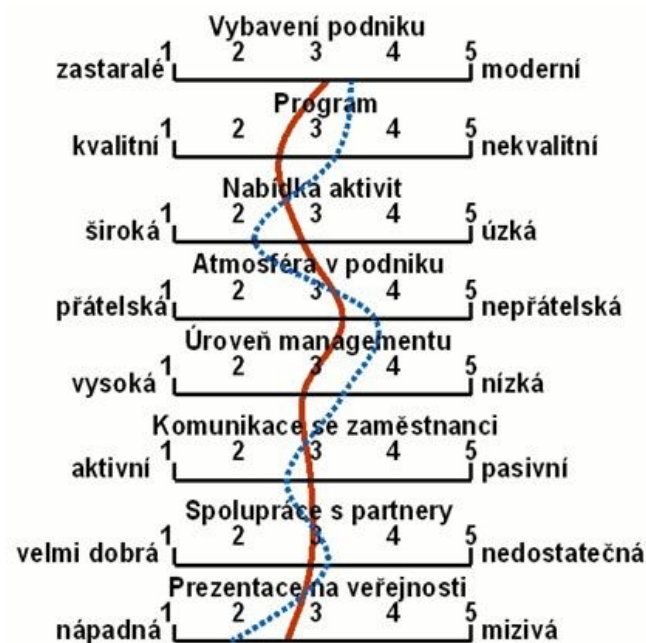
- Gutfreund (1995), Perlovsky (2009) – vliv emoční stránky jazyka
- každý jazyk způsobuje jiné emoce, jinou intenzitu
- Výzkum: Angličtina x španělština: respondenti reagovali emočněji, ať už jsou rodilí mluvčí kteréhokoliv z daných dvou jazyků

Výzkumy významu emocí: sémantický diferenciál

- Vlastnost emocí: kontinuita, polarita -----**význam daný kontextem**
- **Jazyk a význam:**
- **Denotát** (denotativní význam) → jde o určitý reálný objekt, třídu objektů či obsah pojmů, které daným slovem označujeme
- **Konotát** (konotativní význam) → zahrnuje individuální, zejména emocionálně zabarvené asociace, které jsou se slovem, respektive jeho denotátem spjaty (jsou často osobní a značně ovlivněny situačním kontextem)
- Výzkumem konotativního významu slov se zabýval zejména **Charles Osgood**, který při své práci využíval sémantického diferenciálu. Tato metoda je založena na tom, že jedinec vyhodnocuje pomocí bipolárních adjektiv (hezký x škaredý, velký x malý) slova, jež mohou mít velice subjektivní význam.
- 3 dimenze:
- **Aktivita**
- **Potence – síla**
- **Hodnocení**

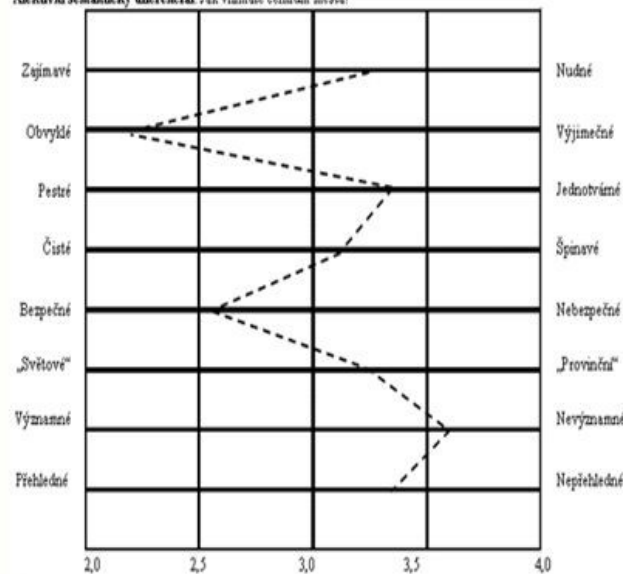
Sémantický diferenciál- příklady

Příklady sémantických diferenciálů



- 1. skupina respondentů
- 2. skupina respondentů

Afektivní sémantický diferenciál: Jak vnímáte centrum města?



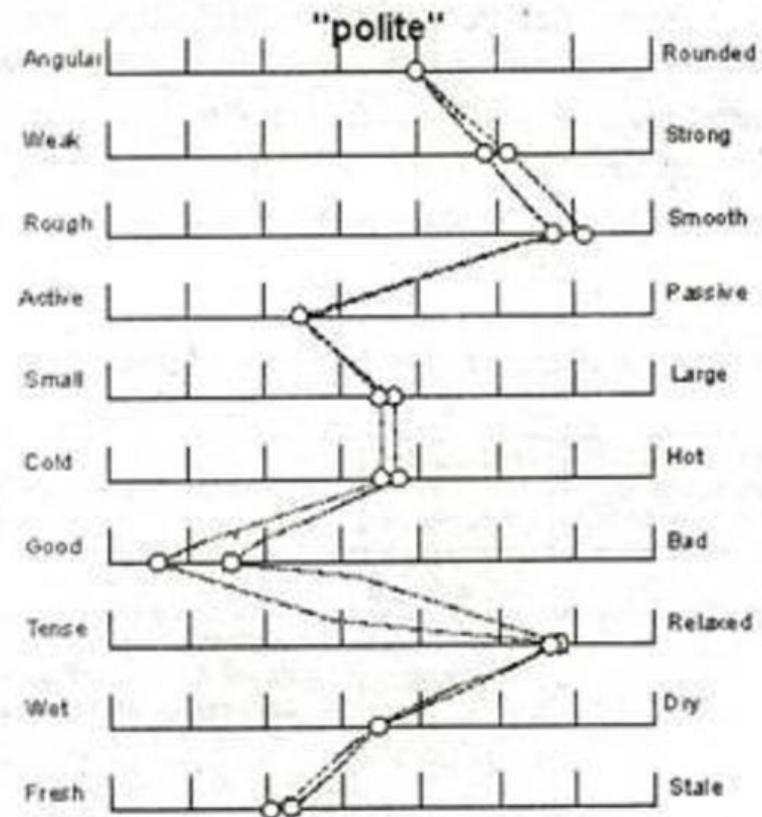
Sémantický diferenciál emocí

PODOBNOSTI V PROŽÍVÁNÍ EMOCÍ

Subjektivní význam emocí:

- Sémantický diferenciál
- Osgood

FIGURE 6.10: SEMANTIC DIFFERENTIAL



Osgood: úkol

- https://www.google.com/search?q=semantick%C3%BD+diferenci%C3%A1l+osgood&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwjFu7TQtIxmAhVBh1wKHc2eCA4Q_AUoAXoECAwQAw&biw=1650&bih=922#imgrc=Md_0mEMMUbrW8M:
- https://encyklopedie.soc.cas.cz/w/Diferenci%C3%A1l_s%C3%A9mantick%C3%BD
- [file:///C:/Users/Denglerova/Downloads/277-Text%20%C4%8DI%C3%A1nku-2028-1-10-20160721%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Denglerova/Downloads/277-Text%20%C4%8DI%C3%A1nku-2028-1-10-20160721%20(1).pdf)

Everyone wears a mask.



See what lies beneath.

PaulKmanGroup

