

Sociální psychologie - Emoce

Jan Krása, Katedra psychologie, Pedagogická fakulta, MUNI

Dotaz na minulou přednášku

Co je to kategorizace?

Co je to sociální stereotyp?

Jak vzniká soc. stereotyp?

Co se dozvíte:

- Jakou roli v komunikaci emocí hraje lidská tvář.
- Co jsou to **základní emoce**.
- Jaká součást CNS je za prožitek emocí zodpovědná.
- K čemu nám lidem emoce jsou.
- A jak s projevem emocí dokážeme zacházet.

Role emocí v sociální komunikaci

Povinný text ve Studijních materiálech: o emocích z Hewstone, Stroebe (2006, 211-221), autorem textu je Klaus Scherer.

E= emoce

Východiska:

Je člověk je nejemotivnějším tvorem planety?

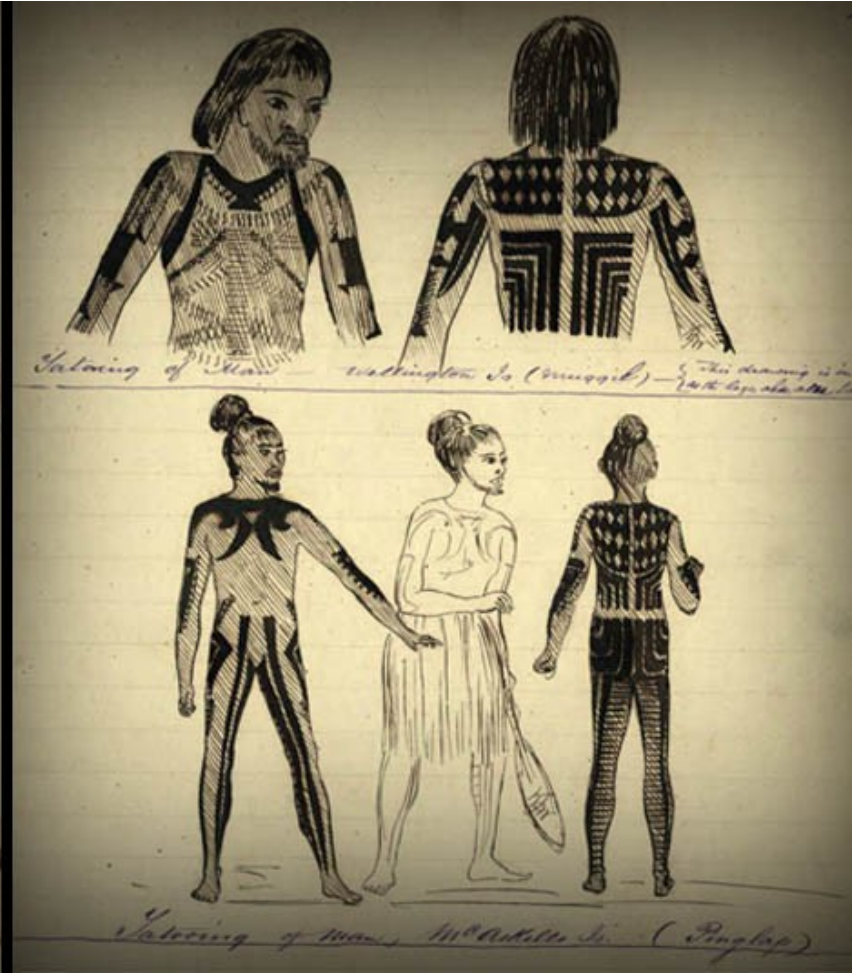
Mravenci a ještěrky nepláčou (srov. šimpanzi).

- Celý povrch lidského těla můžeme chápat jako médium komunikace. Tento povrch je od počátku také předmětem socializace: např. většina kultur zakrývá pohlaví, všechny kultury zdobí různými technikami povrch těla (malování, tetování, skarifikace, oděv, plastické operace). Viz Prezentace: **Rozvoj identity a Člověk, maska a zvíře.**
- Nejvýznamnějším komunikativním prostorem lidského těla je **lidská tvář.**

Skarifikace



Tatuáž

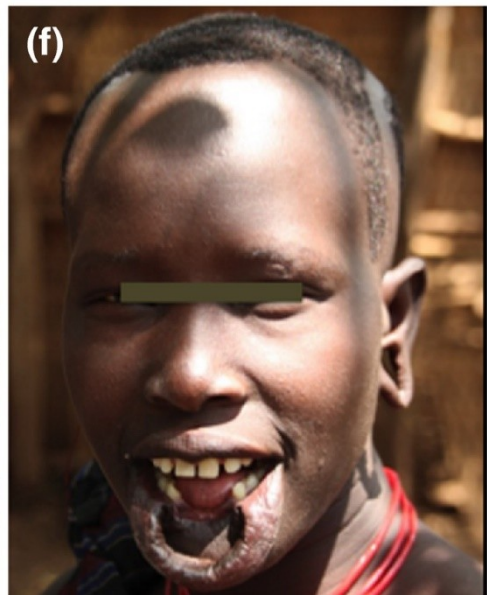


Tattooing of Man - Washington Is. (Muggil) - This drawing is in
[unclear]

Tattooing of Women, M^oAdelle Is. (Ponglap)

Jiné mutilace: broušení zubů





Paleolit, Sungir, před 30 tisíci lety



Lidská tvář

- Dříve než se začal člověk zdobit, komunikoval pomocí vrozených systémů – např. mimicky.
- Lidská tvář je jakýmsi displejem, kterým zcela automaticky (často nevědomě a někdy i proti naší vůli) komunikujeme sociálně relevantní signály.
- Lidská tvář je automaticky (viz níže) napojena jako výstup na náš **emoční systém**.
- Mimika je jednak automatická, jednak ji lze **vědomě ovládat** – máme na to vyvinuty patřičné schopnosti. Schopnost ovládat emoce je typicky lidská schopnost (srov. dále termín *display rules*).

Sociálnost – Lidská tvář a oči

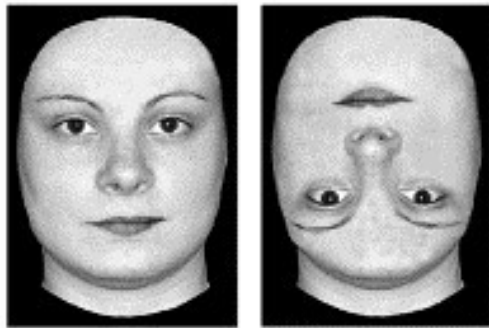
Místo tváře je v lidské kultuře centrální, protože tvář je nositelem lidské individuality: srov. foto tváře na průkazech totožnosti.

Místo tváře je centrální i v lidské biologii:

Dítě upřednostňuje lidské tváře spíš než jiné tvary či zamíchané tváře. (tzn. svět má lidskou tvář + lidský hlas)

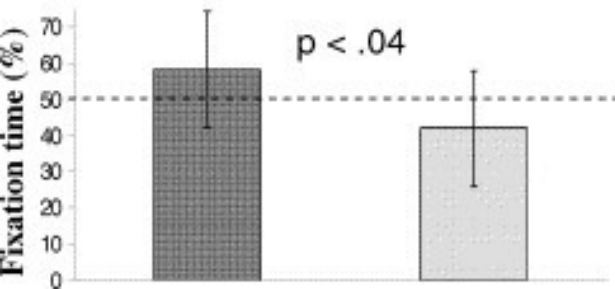
Vnímání tváře (Goren et al., 1975)

Pair 1

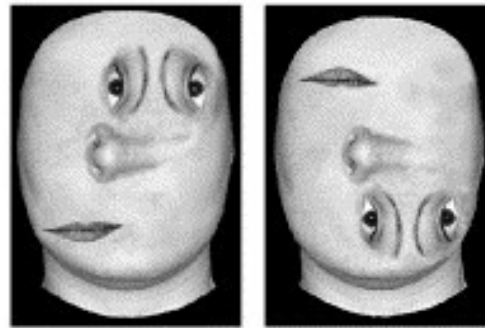


Upright face (UF)

Inverted face (IF)

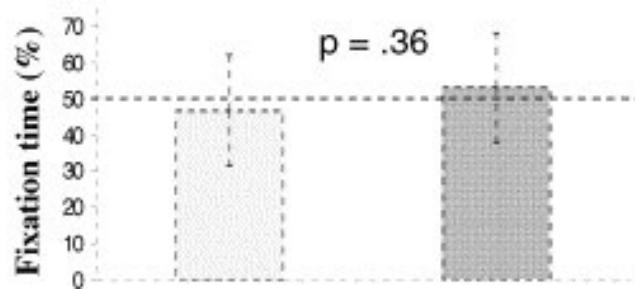


Pair 2

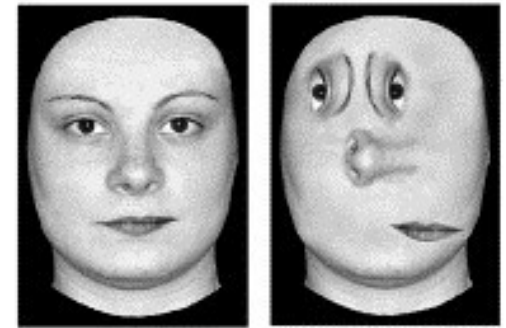


Scrambled Top-heavy (ST)

Scrambled Bottom-heavy (SB)

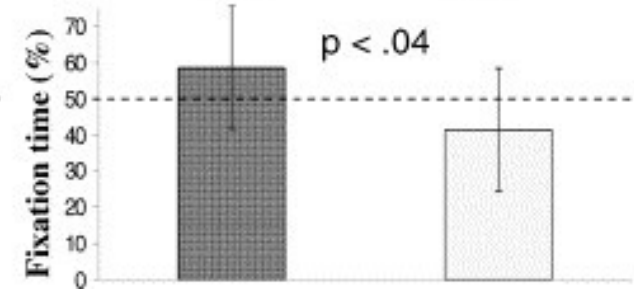


Pair 3



Upright face (UF)

Scrambled Top-heavy (ST)



Dítě oči fixuje jako první.

Zvláštnost lidských očí

Důvod tohoto designu (zcela jistě biologického)?

(credit: Johannes Burge)





Rozlišujeme pohled člověka, pohled zvířete. Dítě nikoli (vliv teorie mysli).

Pohybem očí a mimikou (vrozenou) začíná první aktivní komunikace dítěte s rodičem.

Oči (popř. vizika) hrají významnou roli:
+ láska na první pohled + dívání se do očí
+ ? studu (malé děti)
+ ? známého pohledu (před rodičem se dítě nestydí)
+ oční kontakt u osob s PAS

Oční kontakt u lidí a primátů

Udržovat oční kontakt mezi primáty je výzvou k souboji: buď ten druhý projeví submisi, nebo zaútočí.

Šimpanzi se na sebe dívají přátelsky, ale stejně se snaží vyhýbat upřenému zírání na druhé.

Pouze lidé si hledí do očí s láskou. A když si hledíme do očí, vyvolává to v nás úsměv.

Lidské děti dokonce mají tzv. novorozenecký úsměv (ve spánku i při bdění). Po 2-3 měsících je nahrazen tzv. **sociálním úsměvem**.

Novorozenecký úsměv byl zaznamenán také u šimpanzů (Mizuno et al., 2006) a později i u makaků (Ferrari, Paukner, Ruggiero, et al. 2009) a jiných opic. Avšak po pár dnech zaniká.

Úsměv tedy bude patrně adaptací velmi starou, rozvinutou však především u člověka. (Mitsuzawa, 2012)

- Shrnutí: Máme tu lidskou tvář jako displej, který komunikuje emoční stavy jedince. Přičemž tyto vnitřní stavy jedince jsou v sociální interakci **nejdůležitější** znaky.
- **Pomáhá to kooperaci ve skupině a při tvorbě složitých sociálních systémů.** Pravděpodobně právě proto máme systém *produkce* i *čtení* emocí vysoce zautomatizovaný.
- Jaké konkrétní emoce tedy cítíme a jaké emoce komunikujeme?

Definice emocí (dle Poláčková Šolcová & Trnka, 2015)

- Emoce jsou relativně krátké epizody vzájemně souvisejících koordinovaných změn v několika komponentách (neurofyzilogické aktivaci, behaviorálním projevu, subjektivním prožitku, v tendenci k jednání a kognitivních procesech), jako odpovědi na (převážně) vnější události, které mají pro jedince význam.

Definice emocí (dle Poláčková Šolcová & Trnka, 2015)

- Emoce jsou celistvou odpovědí jedince na osobně relevantní a motivačně významné události (Frijda, 1986; Levenson, 1999), jsou přechodnou (rozuměj netrvalou a časově relativně ohraničenou) bio-psycho-sociální reakcí na události, které mají vliv na naši celkovou pohodu a které potenciálně vyžadují okamžité jednání. Emoce jsou metaforou pro rychlé, bezprostřední, organizované, ekologické a ekonomické zpracovávání informací, které nám pomáhá okamžitě se rozhodovat a jednat bez dlouhého racionálního zvažování (Tooby, Cosmides, 2008). Emoce se vynořují jako odpověď na okamžité a souběžně probíhající zhodnocení aktuálních situací s ohledem na pozitivní nebo negativní implikace z hlediska zájmů či cílů člověka (e.g. Ortony, Clore, Collins, 1988; Smith, Ellsworth, 1985), mají relativně detekovatelný spouštěč, rychlý nástup a omezenou délku trvání. Emoce signalizují stav, na který je třeba odpovědět, nebo který dále nepotřebuje reakci (Frijda, 1988).

Výzkum základních emocí

S. Tomkins v 60. letech přišel s (nijak novým, srov. Darwina) názorem, že existuje omezený počet základních a **vrozených** emocí.

Základní emoce (Scherer, 2006, p.211-221) = vrozený nervově-motorický program. Tento program by měl určovat výraz tváře, modulovat hlas a vést ke změnám na fyziologické úrovni i v motorické činnosti. Tyto základní E by měly:

- být rozpoznatelné ve všech kulturách;
- mít podobné motorické vzorce;
- mít ve všech jazycích svoje názvy.

Kolik a jaké emoce lze rozlišit?

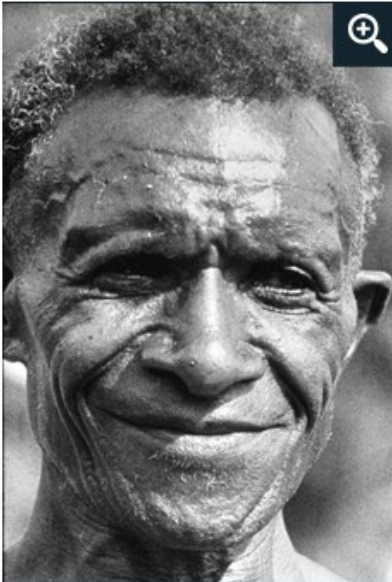
- Ve výčtu tzv. **základních emocí** se různí autoři mírně liší (ale nijak zásadně).
- Záleží na tom, jakou metodiku daný autor zvolil.
- V následujícím výkladu uvádím obecně velmi přijímaný (nikoli jediný) výčet základních emocí a cestu k tomuto výčtu.

Výzkum základních emocí

Předpoklad „být rozpoznatelné ve všech kulturách“ zkoumali na *výrazech tváře* P. Ekman (1972) a C. Izard (1971) a tento předpoklad potvrdily. (60 % přesnost: všechny emoce a u všech skupin).

Ekman – Papua-Nová Guinea (1967)

Ekman & Izard (1972)

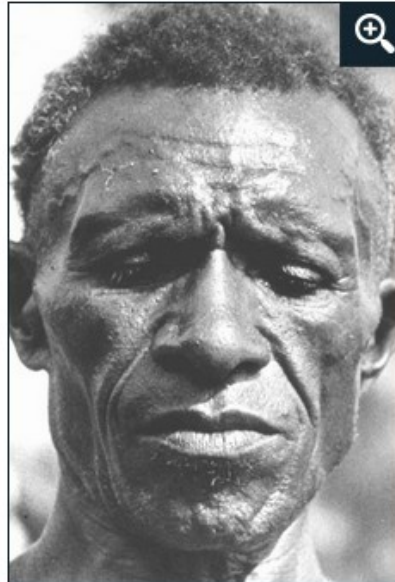


Anger

Sadness

Disgust

Happiness

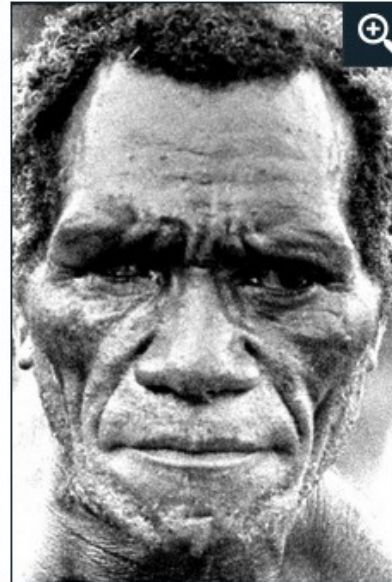


Anger

Sadness

Disgust

Happiness

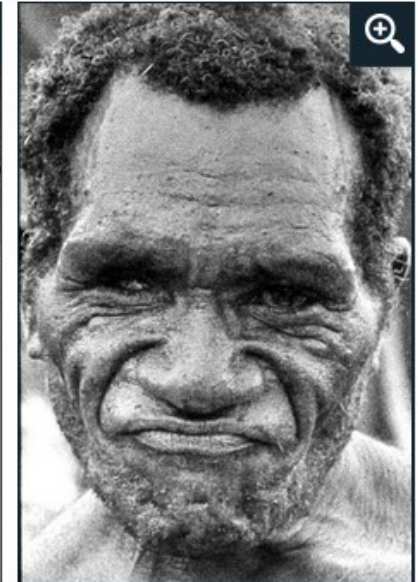


Anger

Sadness

Disgust

Happiness



Anger

Sadness

Disgust

Happiness

- Fotkám chybí kontext. Film by kontext uvedl. Úspěšnost v rozpoznávání by byla větší. Používáním videa by patrně celkový počet základních emocí mírně vzrostl (např. o bolest, lásku ad.).

- Výzkum rozpoznatelnosti a podobnosti *zvukových* (tj. **paraverbálních**) projevů emocí prováděl Klaus Scherer (Scherer et al., 1996).
- Dle Ekmana a Izarda existuje **šest základních emocí**.
- Mimický projev těchto emocí je vrožený.
- I nevidomí lidé, děti i dospělí, mají mimiku.

Ekman & Izard (1972)



Paul Ekman's 6 Basic Emotions



Anger



Disgust



Fear



Happiness



Sadness



Surprise



Carroll Izard: distinct emotions appear within the first months of life

- Paul Ekman:

<https://www.youtube.com/watch?v=pVp5pGSwZkg>

- Video: Máme všichni ty samé základní emoce? <http://www.youtube.com/watch?v=jjDhyfxyJCg>

V hlavě (2015) – *Inside out*



Všimněte si mimických výrazů. Poznáte jednotlivé emoce?

<https://www.youtube.com/watch?v=1TB2PocToHQ>

Místo bolesti mezi lidskými emocemi

Snad i **bolest** by mohla být zmíněna mezi základním emocemi: je jistě biologické povahy, její signalizace má jistě důležitou sociální funkci a její signalizace je jistě napojena na výstupy automaticky (srov. situaci, kdy se otřesně bouchneme).

Ale nelehce ji lze odlišit od ostatních emocí v mimice. Lehčeji ji lze odlišit ve zvukovém projevu (má velmi typický projev).

Kulturně podmíněné emoce

Později v ontogenezi se (jako dopad socializace) objevují tyto emoce (jsou to také univerzální emoce: všichni lidé na této planetě je mají). Nemají ovšem tak vyhraněný mimický výraz, jako základní emoce. My je sice cítíme, ale tolik je neinzerujeme (resp. ne tak automaticky).

- **Láska** (když cítíme vazbu k druhému): objevuje se od šesti až osmi měsíců (srov. *attachment*).
- **Stud** (když cítíme poškození vlastní osoby): objevuje se do prvního roku; charakteristické barevné změny tváře a krku; případ trémy.
- **Vina** (když jsme se dopustili poškození jiné osoby): objevuje se později; vyžaduje pochopení existence určitých kulturně definovaných hodnot a pravidel.

Kulturně podmíněné emoce

Tyto emoce jsou tradičními a velmi účinnými nástroji socializace. Superego drží ego v kleštích právě díky pocitům studu a viny (Freud, 1971, 1991)! Ne/kulpabilita hříšníků a naše reakce na ni.

Vazba s druhým egem se děje skrze lásku. Láska (resp. život v páru) nás výrazně proměňuje. Srov. socializační roli ženy na muže (srov. Epos o Gilgamešovi: příběh o zkrocení Enkidua).

Další kulturní city

Zatímco emoce mají jak prožitkový, tak i signální charakter, city již signální charakter nemají (jsou to „jen“ prožitky).

Další kulturní city (již jsou kulturně specifické):

- Hrdost, pýcha, soustředění?, závist, žárlivost
- ...
- Přítomnost těchto citů můžeme u druhých rozpoznat, ale z kontextu, protože v sobě zahrnují i mimické vzory základních emocí.

Složené emoce

- Můžeme cítit různé emoce zároveň

Emoce a limbický systém

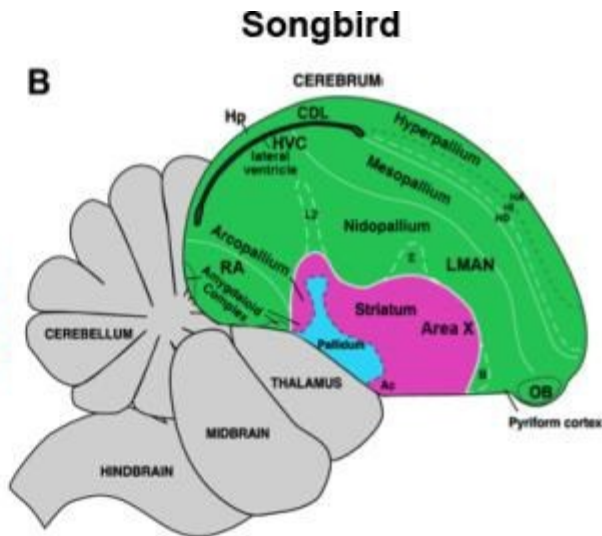
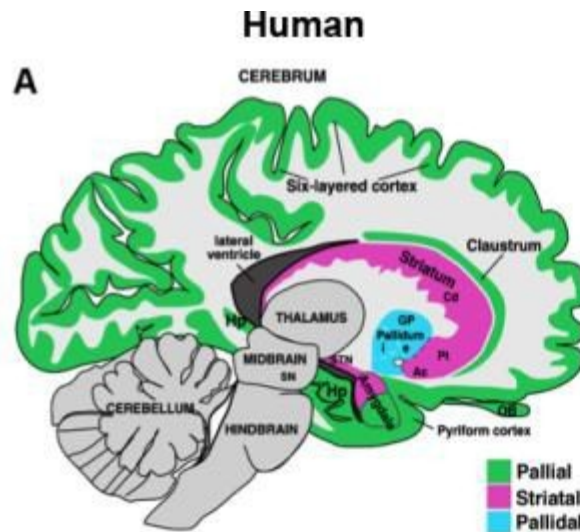
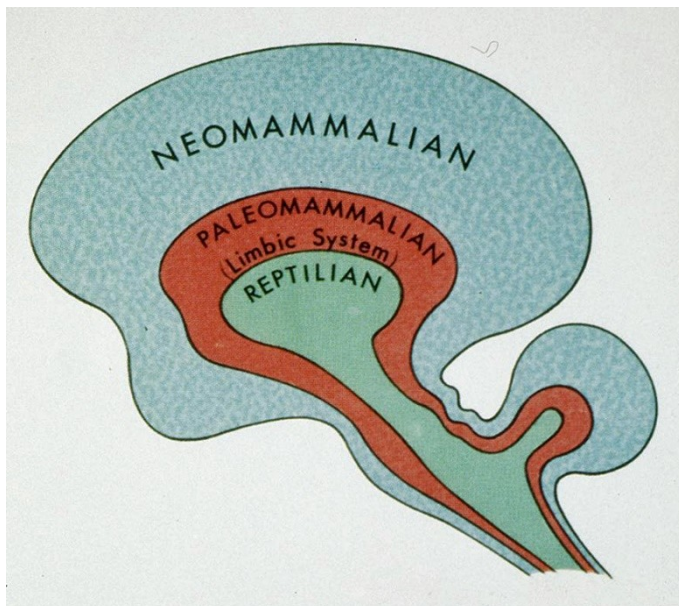
- Shrnutí: nyní víme, jaké emoce jsou základní emoce a které jsou odvozené.
- Jaká součást nervového systému je za emoce zodpovědná? A co nám to může říci o samotných emocích?

- Emoce jsou spojovány s funkcí tzv. limbického systému, kterým kromě savců disponují také ptáci. Vzhledem k jejich fylogenetickému původu v plazí skupině (*Dinosauria*), u které je také doložena péče o mladá, lze uvažovat o přítomnosti nějakého emočního systému také u plazů. Srov. chameleóna: chameleón evidentně inzeruje svoje emoce ve změnách barvy svého těla.

Evoluce emocí

Model trojího mozku (MacLean, 1960):

- Plazí mozek (mozkový kmen)
- Paleosavčí **limbický systém** vznikl v Křídě (v čase dinosaurů, 145-65 Ga)
- Neosavčí mozek – neokortex.



Septum pellucidum

A thin sheet of nervous tissue connects the fornix to the corpus callosum.

Column of fornix

Mamillary body

This tiny nucleus acts as a relay station, transmitting information to and from the fornix and thalamus.

Olfactory bulbs

The connection of these structures with the limbic system helps explain why the sense of smell evokes long-forgotten memories and emotions.

Amygdala

This structure influences behavior and activities so that they are appropriate for meeting the body's internal needs. These include feeding, sexual interest, and emotional reactions such as anger.

Parahippocampal gyrus

With other structures, this area helps modify the expression of emotions such as rage and fright.

Cingulate gyrus

This area, together with the parahippocampal gyrus and the olfactory bulbs, comprises the limbic cortex, which modifies behavior and emotions.

Fornix

The fornix is a pathway of nerve fibers that transmits information from the hippocampus and other limbic areas to the mamillary body.

Midbrain

The limbic areas influence physical activity via the basal ganglia, the large clusters of nerve cell bodies below the cortex. Limbic midbrain areas also connect to the cortex and the thalamus.

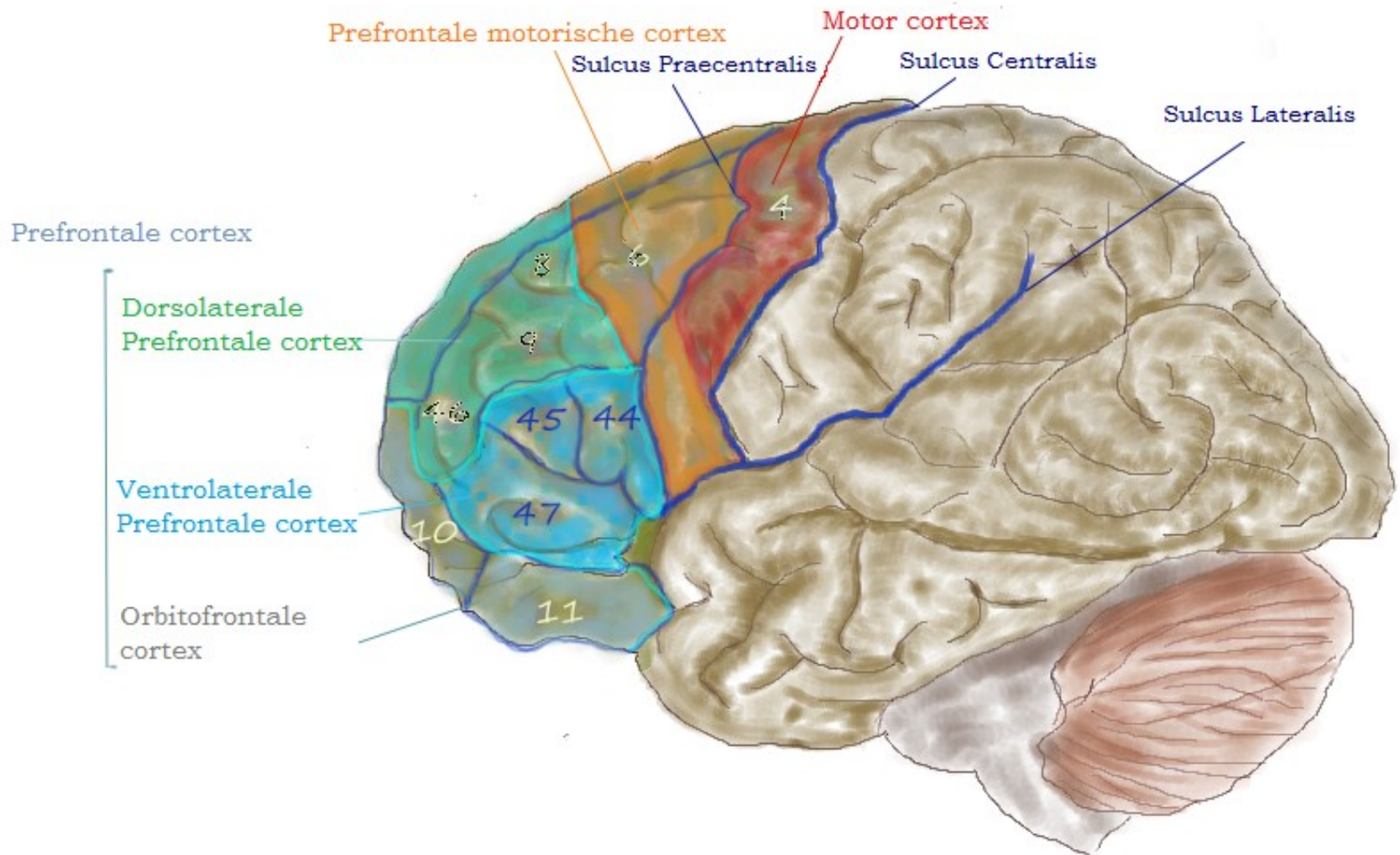
Pons

Hippocampus

This curved band of gray matter is involved with learning and memory, the recognition of novelty, and the recollection of spatial relationships.

Limbecký systém

- LS paralelně s prožitkem emoce ovlivňuje **endokrinní systém** a **vegetativní nervový systém**.
- LS je bohatě spojen s **ncl. accumbens** (které je zapojeno do systému pozitivní odměny). Srov. známý experiment s voperováním dráždidla do ncl. accumbens krysám (Olds & Milner, 1954).
- LS zahrnuje i **bazální ganglia**, které řídí záměrné pohyby.
- LS značně propojen s **prefrontální kůrou** (srov. prefrontální lobotomie).
- LS je spojen s čichovými kyji (**olfactory bulbs**) – srov. vztah čichu, paměti a emocí.



Limbecký systém kontroluje:

- **Afekty a emoce**, prostorovou paměť, pracovní paměť, část senzoričkých procesů, vnímání času, pozornost, instinkty, autonomní vegetativní systém a částečně i motorickou činnost.
- Oboustranné odebrání hippocampů (což je součást LS), vedlo k tomu, že informace v sémantické a episodické paměti vyhasínaly a nikdy nedosáhly dlouhodobé paměti: jedinec tak žil v bublině, která měla několik minut. Přesto jeho emocionalita (spolu s motorickou dlouhodobou pamětí) narušena nebyla (srov. Henry Molaison v r. 1953; Milnerová, 1957).

Limbic system and emotions

- Díky LS disponujeme s několika emocemi.
- **Emoce nás informují o hodnotách objektů ve světě i v naší mysli.**
- Paul Ekman:
<https://www.youtube.com/watch?v=pVp5pGSwZkg>



Tři funkce emocí

Shrnutí: Nyní víme jaké emoce cítíme a jaká část nervového systému je za produkci emocí zodpovědná. K čemu nám však emoce jsou?

Už Darwin (1872; *Výraz emocí u člověka a u zvířat*) spekuluje o původně vnějších v průběhu evoluce zvnitřněných „účelových zvyčích“ (srov. výraz pro znechucení a jeho evoluce; srov. však smích).

V lidských komunitách mají emoce přinejmenším **tři funkce:**

1. **informační** (biologická podstata): city, pocity, prožitky
2. **komunikační** (sociální)
3. **motivační** (biologická i sociální): hodnoty, cíle.

1. Informační funkce základních emocí

Nejdůležitější funkce emocí pro jedince spočívá v stanovení základních hodnot života (libost – nelibost ad.).

Bez emocí je život velmi nebezpečný.

Tato primární funkce není tolik důležitá pro sociální psychologii.

Nicméně existuje něco jako *feeling rules* (**pravidla pocítování emocí**) v různých kulturách a různých dobách (evropský středověk a postoje k rozkoši při sexu).



2. Komunikační funkce základních emocí

Emoce slouží **komunikaci** – je to adaptace na život ve skupině. Projev emocí umožňuje lépe odečítat vnitřní stavy druhého člověka.

Emoce slouží také jako komunikační nástroj - srov.:

- chování osob na bowlingu (Kraut & Johnston, 1979).
- úsměv ve společnosti (ALE: při textování).

Základní E slouží jako znaky v soc. komunikaci.

Se znakem lze manipulovat (měnit, zesilovat, zeslabovat atd.).

Pokud má cokoli fungovat jako znak v komunikaci, musí to být odlišitelné od jiných znaků (proto by měli základním E rozumět všichni lidé planety; to potvrdily výzkumy Ekmana a Izarda, 1971).

2. Komunikační funkce základních emocí

Využití ve společenském styku (*display rules* = *pravidla projevu emocí* platná pro danou kulturu).

Pravidla projevu emocí = „podoby potlačování, zmírňování, maskování či nahrazení spontánních projevů jinými.“

(Scherer, 2006, p. 217)

Česká verze: „Metro face“ vs. Američané.

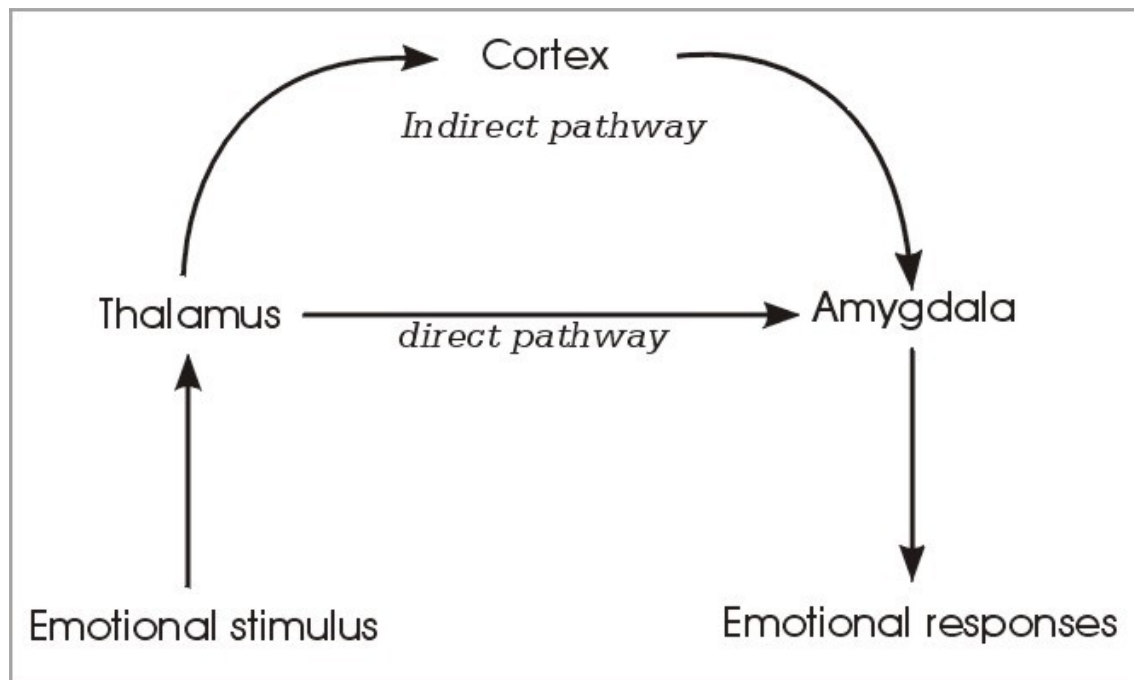
Veškerá sociální komunikace podléhá těmto pravidlům projevu, ač porušování není ničím vzácným (např. chování hlavy státu, učitele, cestujícího vlakem).

Např. u nás „muži nepláčou“ – muži reagují více agresivně, ženy více submisivně v situacích zahanbení.

Neustále krotíme svoje emoce, nejvíc s blízkými (rozbitý talíř, nechutná polévka, šílený vánoční dárek atd.).

2. Komunikační funkce základních emocí

- Zcela zásadní je, že celá řada automaticky fungujících kognitivních modulů (rozpoznávání tváří, halo efekt, stereotypizace, labeling atd.) je přímo spojena s emočním systémem.



3. Motivační funkce



i LOVE this stick!!!

3. Motivační funkce základních emocí

- Dopaminergní odměňovací dráha a její ovlivnitelnost různými léky (deprese) a alkaloidy (závislost, pohl. vzrušení).
- Milner (1954): krysy a *ncl. accumbens*
- Emoce a jejich očekávání nás motivuje k různým činnostem, postojům atd.
- Při aktivitách souvisejících s pozitivním výsledkem se nám aktivuje L frontální kůra (Kringebach et al., 2003).

Využití E





Funkce základních emocí

Využití v praxi, v práci:

- v „emocionálních profesích“: předstírají, resp. vytvářejí emoční atmosféru, což je vyčerpávající (rizikem je **syndrom vyhoření**). Profese: letušky a další... ?
- při vyjednávání – např. v partnerství
- při lhaní
- při podvodech (cílené ovlivňování emocí druhých: získání důvěry, lásky, soucitu, **viny**, strachu...).

Emoce a citová vazba

M. Ainsworthová zkoumala citovou vazbu a odlišila jistou a 2 nejisté vazby. Ovšem to je stále jakási vazba. Bowlby a Spitz zkoumali děti, které byly citově a sociálně deprivované více než 6 měsíců v prvním roce života.

Bowlby: 12 ze 14 dětí klasifikovaných jako emočně oploštělých (*affectionless*) prožilo kompletní a dlouhodobou separaci od rodičů.

Spitz mluvil o **hospitalismu**.

Understanding Attachment Theory

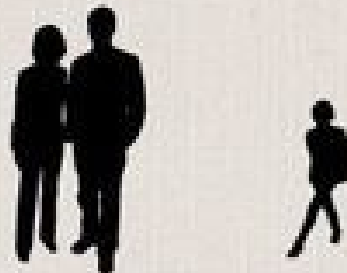
{ <http://kidscooperate.com> }

Secure



Uses caregiver as a secure base for exploration. Shows appropriate distress when the caregiver leaves, is comforted on return, returning to exploration. May be comforted by the stranger but shows clear preference for the caregiver.

Ambivalent



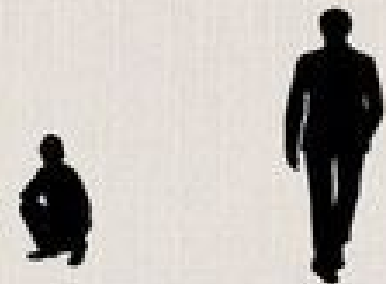
Does not use the caregiver as a secure base for exploration, protesting before the caregiver leaves. Upset about the caregiver leaving and slow to warm on return. Expressed concern about the caregiver's location, seeking contact but resisting angrily when it is achieved. Not easily calmed by stranger. In this relationship, the child always feels anxious because the caregiver's availability is never consistent.

Avoidant



Little emotional sharing in play, few signs of emotion when the caregiver leaves or returns. Showing low affect when offered affection. Treats strangers similarly to caregivers. The child may express lack of attachment and low self-esteem by acting out.

Disorganized



Lack of attachment can be expressed by disorganized emotional behavior such as approaching the caregiver but with the back turned.

Differences in emotional experience

Culturally specific emotions:

- Kmen Ifaluk (Micronésie):
- Emotions as a tool for stability of social hierarchy



Differences in emotional experience

Culturally specific emotions:

<https://cas.uab.edu/peacefulsocieties/societies/ifaluk/>

Ifalukové rozeznávají 3 specifické emoce (Lutz, 1988) typu **feeling rules**

Fago: compassion/love/sadness

- When a friend dies, emotional state in the presence of someone who is admired
- A measure of maturity
- Children are selfish, don't care about others, they have no *fago*

Song: justifiable anger

- Displays of anger are normally not accepted
- You can show *song* if someone behaves in socially inappropriate way
- The higher social status of a person showing *song*, the more shameful the behavior is

Differences in emotional experience

Culturally specific emotions:

2 expressions for fear:

1. **Rus:** from specific events (snake)
2. **Metagu:** abstract fear from *song* (anxiety from social exclusion)

Diskuze