

# EMOCE

“teorie”

# TEORIE EMOCÍ

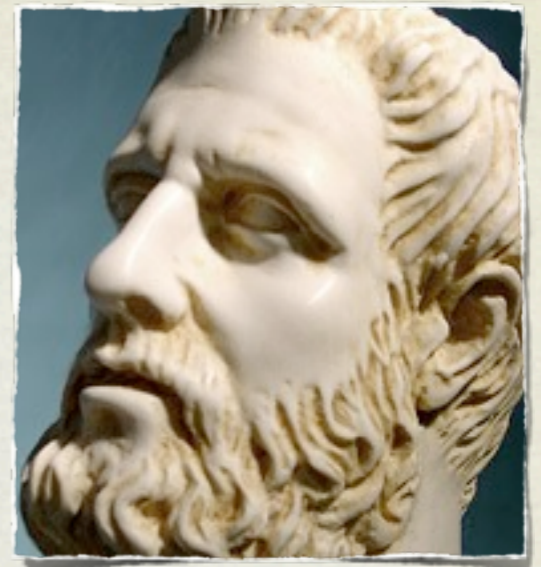
- Teoretické modely řeší vzájemné vztahy mezi kognitivními, prožitkovými, fyziologickými a behaviorálními složkami emocí.
- Dva pohledy:
  - psychosomatická odezva na významné vnější podněty
  - citové prožitky jsou výsledkem vnitřního duševního dění

# KONCEPCE

- fyziologické
- kognitivní
- evoluční
- psychodynamické
- somatické
- situační
- neurobiologické

# FYZIOLOGICKÉ TEORIE EMOCÍ

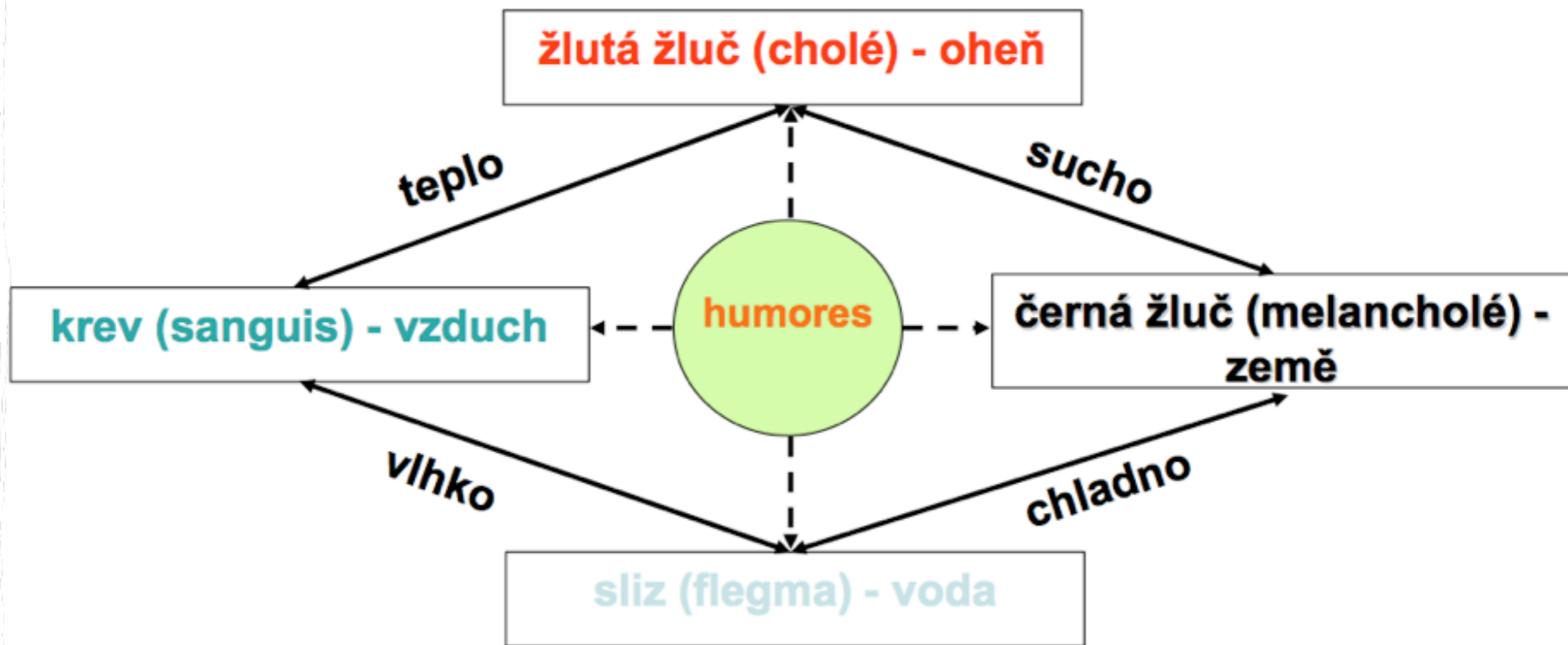
- Hippokrates (460 - 377 př.n.l.)
- Galenos (130 - 201)



Pojetí nemoci jakožto nerovnováhy čtyř základních tělesných šťáv:  
černé žluče (melos), žluté žluče (chole), krve (sanguis) a slizu (flegma)

... a byly identifikovány čtyřmi základními živly  
(voda, země, vzduch, oheň).

# HUMORÁLNÍ NAUKA



Hippokratés z Kós (asi 460–377 př.n.l.)

- **Flegmatik - stabilní introvert**

Je obezřetný, rozvážný, spolehlivý, smířlivý, mírumilovný, vyrovnaný, klidný, lhostejný, umí se ovládat.

- **Cholerik - labilní extrovert**

Je nedůtklivý, neklidný, útočný, vznětlivý, vrtkavý, impulzivní, spolehlivý a stálý ve svých názorech a životních hodnotách.

- **Sangvinik - stabilní extrovert**

Je společenský, přístupný, činorodý, veselý, bezstarostný, živě reagující, nenucený, čilý, hovorný a optimista.

- **Melancholik - labilní introvert**

Je tichý, precitlivělý, nespolečenský, vážný, rezervovaný, pesimistický, rigidní, úzkostlivý a plachý.

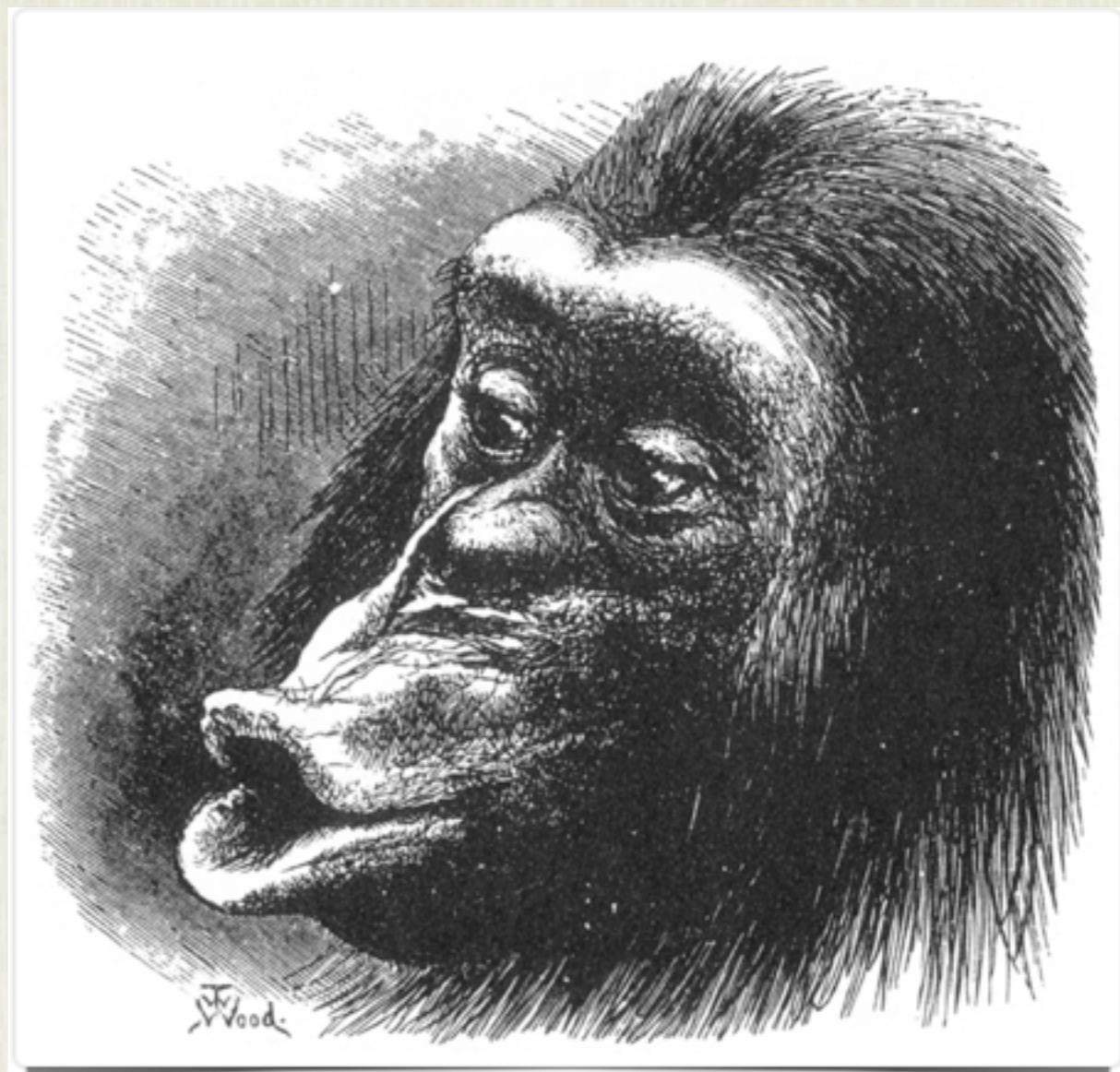


THE  
EXPRESSION OF THE EMOTIONS  
IN  
MAN AND ANIMALS.

BY CHARLES DARWIN, M.A., F.R.S., &c.

WITH PHOTOGRAPHIC AND OTHER ILLUSTRATIONS.

LONDON:  
JOHN MURRAY, ALBEMARLE STREET.  
1872.



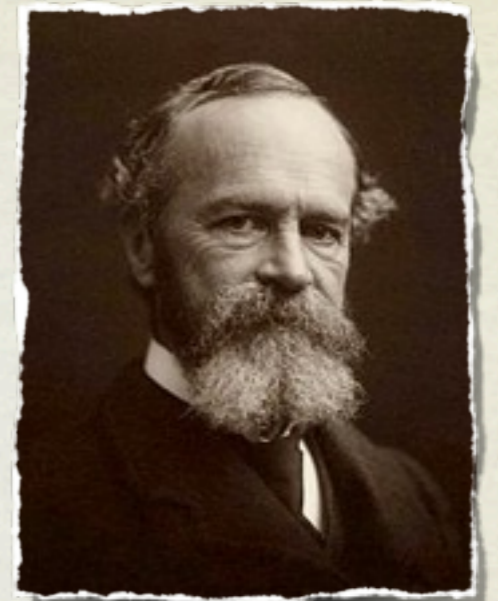
CH. DARWIN,  
VÝRAZ EMOCÍ U ČLOVĚKA A ZVÍŘAT  
*zklamaný a rozmrzelý šimpanz*



# JAMES-LANGOVA TEORIE EMOCÍ

William James (1842 - 1910)

*/v roce 1884/*



Carl Georg Lange (1834 - 1900)

*/v roce 1887/*



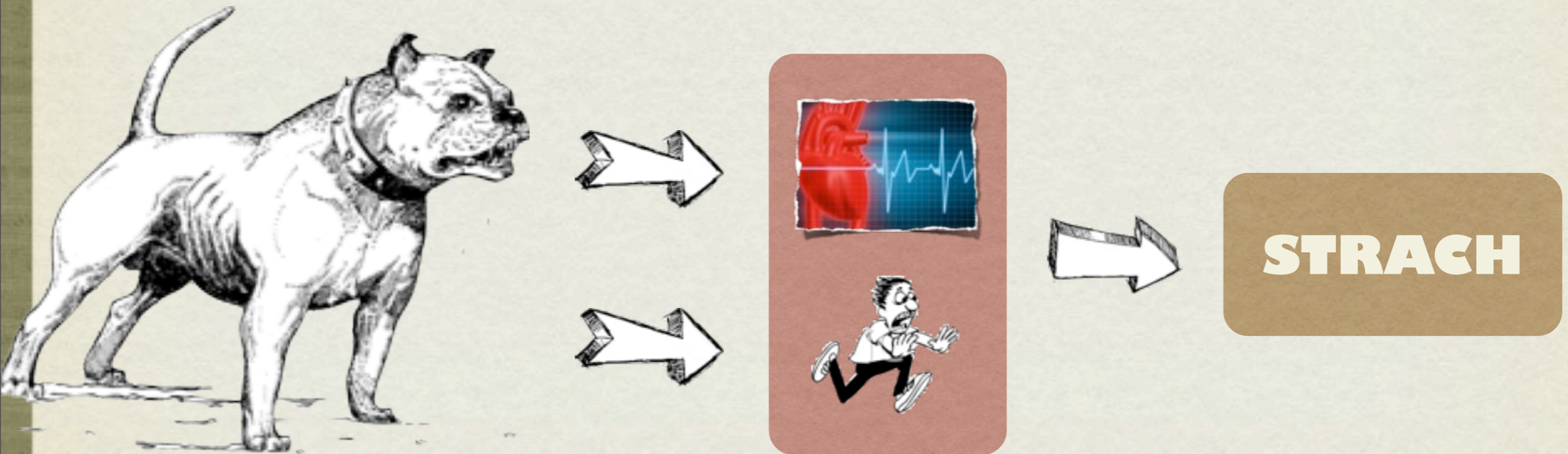
# JAMES-LANGOVA TEORIE EMOCÍ

“Tělesné změny bezprostředně navazují na vnímání vzrušujících událostí a ... naše pocítování 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.

*W. James*

# JAMES-LANGOVA TEORIE EMOCÍ

Podnět vyvolávající emoci vede přímo k fyziologickým změnám a chování a tyto události teprve vyvolají prožitek emoce.



# JAMES-LANGOVA TEORIE EMOCÍ

## KRITIKA

- zvířata s přeřatými nervovými drahami si uchovala normální emoční reakce
- fyziologická odezva u různých emocí si je velmi podobná, člověk tak nedokáže rozlišit emoce pouze na základě sensorických údajů (strach a vztek)
- vnitřní orgány reagují na činnost ANS poměrně pomalu, okamžitá reakce na specifická podnět by nebyla možná
- uměle vyvolané fyziologické vzrušení (injekce adrenalinu) vede k pocítění tělesné excitace (*arousal*), leč subjekt neprožívá konkrétní emoci



Walter Cannon  
(1871-1945)

# CANNON-BARDOVA TEORIE EMOCÍ

V roce 1925 zformuloval vlastní teorii, kterou později doplnil jeho student Philip Bard.

Podnět vyvolávající emoci aktivuje thalamus, který vysílá signály současně

- do mozkové kůry, což vede k prožitku emoce,
- do vnitřních orgánů, což vede k fyziologické aktivaci
- do kosterních svalů a vyvolá tak chování.



Philip Bard  
(1898-1977)

# CANNON-BARDOVA TEORIE EMOCÍ NEBOLI TALAMICKÁ TEORIE EMOCÍ



**STRACH**



# SCHACHTER - SINGEROVA TEORIE EMOCÍ

## Schachterova a Singerova 2-faktorová teorie

Máme prožitek emoce, pokud jsou přítomny 2 faktory: cítíme fyziologickou aktivaci a interpretujeme ji jako určitou emoci na základě situace, ve které se právě nacházíme.

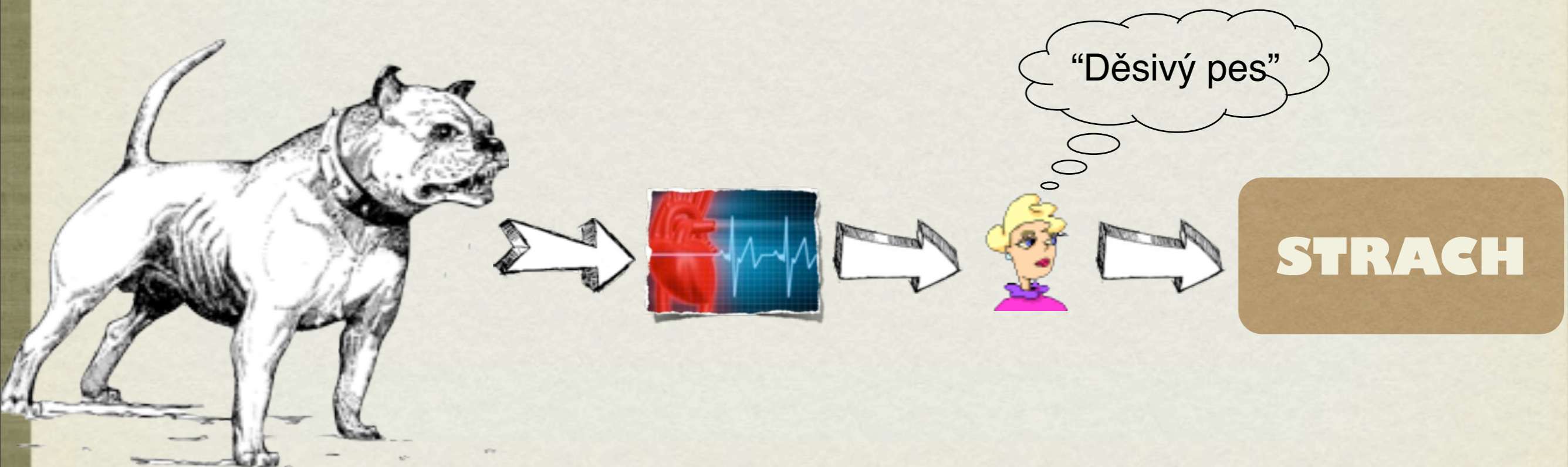


Stanley Schachter  
(1922-1997)



Jerome E. Singer

# SCHACHTER - SINGEROVA TEORIE EMOCÍ





# SCHACHTER - SINGEROVA TEORIE EMOCÍ - EXPERIMENT

“Zkoumané osoby se účastní pokusu se zrakovým vnímáním.”

První nezávislá proměnná: **úroveň fyziologické aktivace**

Dostanou injekci látky označované jako “SUPROXIN”

což je dle vysvětlení vitamín zlepšující vidění (ve skutečnosti se jedná o adrenalin nebo solný roztok).

Během chvíle evokuje fyziologickou excitaci - zejména bušení srdce, pocení dlaní, nepravidelné dýchání, třes rukou a zčervenání tváří.

# SCHACHTER - SINGEROVA TEORIE EMOCÍ - EXPERIMENT

Druhá nezávislá proměnná: **informace o účincích injekce**

- skupina správně informovaných - *vedlejší účinky bušení srdce ...*
- skupina dezinformovaných - *vedlejší účinky strnulost a svědění*
- skupina neinformovaných - *žádné informace*

# SCHACHTER - SINGEROVA TEORIE EMOCÍ - EXPERIMENT

Třetí nezávislá proměnná: **situační podmínky**

pomocník experimentátora představený jako “další pokusná osoba”

- euforické podmínky - *vedeni k označení fyziologických změn jako štěstí ...*
- dysforické podmínky - *vedeni k označení fyziologických změn jako hněv ....*

# SCHACHTER - SINGEROVA TEORIE EMOCÍ - EXPERIMENT

Všechny zkoumané osoby pak popisovali svůj citový stav

Výsledky:

- Největší účinek u skupiny *dezinformovaných* osob a to jak euforických tak dysforických podmínkách.
- U skupiny *neinformovaných* osob byl vliv situace jen o málo menší než u dezinformovaných.
- U správně informovaných osob došlo jen k velmi malému ovlivnění jejich nálady v souladu s chováním spolupracovníka.

# SCHACHTER - SINGEROVA TEORIE EMOCÍ - EXPERIMENT

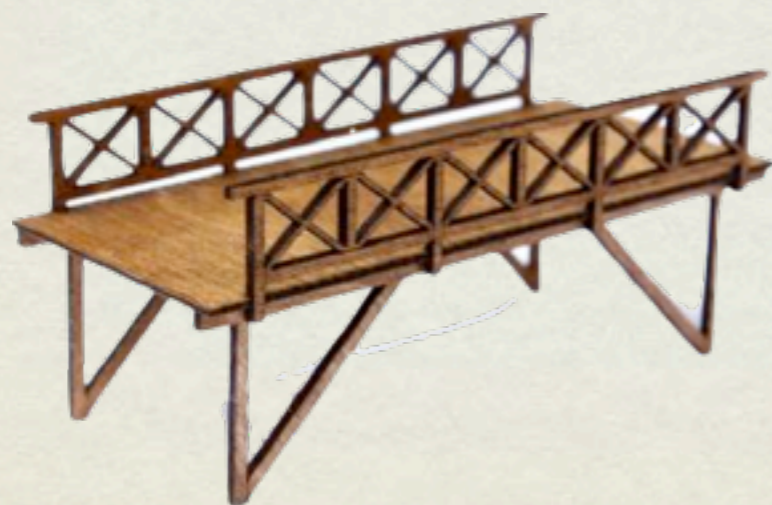
- Výsledky nebyli tak jasné jak doufali experimentátoři.
- Injekce adrenalinu nevedla ke zvýšení intenzity emocionálního stavu.
- Mezi ZO, které dostali injekci adrenalinu resp. fyziologického roztoku nebyl v podstatě rozdíl.
- Výsledky lze tedy vysvětlit i “nakažlivostí” citových prožitků v kombinaci s kognitivní interpretací příčin fyziologické aktivace.

# SCHACHTER - SINGEROVA TEORIE EMOCÍ - EXPERIMENT

## **Kritika experimentu:**

- Při replikačních pokusech se nepodařilo dosáhnout stejných výsledků (při adrenalinové excitaci spíše negativní pocity).
- Z výzkumu byli vyloučeni jedinci se slabou reakcí na adrenalin.
- Nebyla sledována výchozí nálada osob před experimentem.
- Problematika etiky výzkumu ...

# EXPERIMENT D. DUTTONA A A. ARONA



- vzorek: muži 18 -35
- úkol: přejít po mostě
  - dřevěný 3m široký
  - 1.5 široký, 140m dlouhý, 70m vysoko
- atraktivní asistentka požádala o několik odpovědí a vytvoření příběhu k dvojznačnému obrázku ženy
- telefonní kontakt

Výsledek: signifikantně více výroků se sexuálním obsahem a tel. kontakt ...

# KOGNITIVNÍ TEORIE EMOCÍ

Kognitivní teorie emocí hledají odpověď na otázku, zda myšlení (resp. řeč) ovlivňuje citové prožívání.

K rozvoji těchto teorií významně přispěla M. Arnoldová, podle které se na vzniku citových prožitků podílí kognitivní interpretace smyslových podnětů přicházejících do mozkové kůry. Emoce chápe jako **pocitovanou tendenci k akci**.

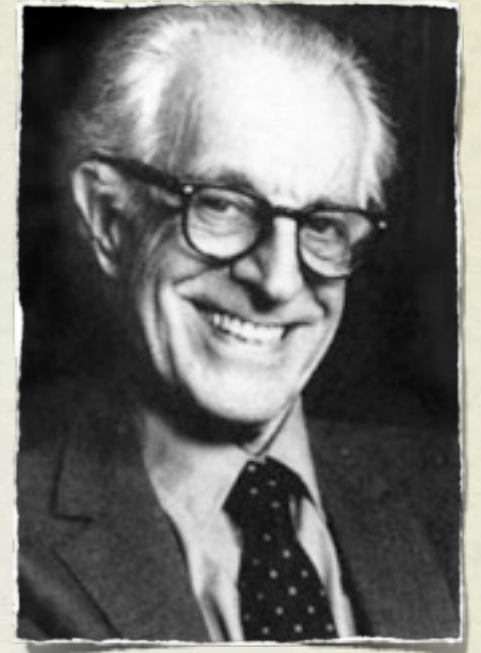


# ABC TEORIE ALBERTA ELISE

**A** - activating events (aktivující události)

**B** - beliefs (systém postojů a přesvědčení)

**C** - consequences (emoční důsledky)



Albert Ellise  
(1913-2007)

*“Člověka neznepokojují věci sami sobě, ale jeho mínění o nich”*

Epiktetos

# LAZARUSOVA KOGNITIVNÍ TEORIE

Na základě „kognitivního zhodnocení“ se rozhodneme, zda je situace pozitivní, negativní nebo neutrální.

Positivní a negativní zhodnocení vyvolá jak fyziologickou aktivaci, tak prožitek emoce.



Richard  
Lazarus  
(1922-2002)

# LAZARUSOVA KOGNITIVNÍ TEORIE

Emoční vzrušení vzniká na základě subjektivního posouzení významu vnějších podnětů. A to ve dvou etapách:

**1. Rychlé primární hodnocení:** Jsou položeny otázky typu: Je všechno v pořádku? nebo Jsem v potížích?

výsledkem může být hodnocení: pozitivní, negativní, neutrální

Na primární hodnocení navazují **vyrovnávací, zvládací strategie** (coping)

**2. Sekundární hodnocení:** volba konkrétních postupů jak situaci zvládnout, anticipace vývoje při použití vybraných strategií. Vznikají specifické emoce.

# LAZARUSOVA KOGNITIVNÍ TEORIE EXPERIMENT

Univerzitní studenti sledují videonahrávku antropologický film s krvavými detaily iniciačního rituálu dospívajících chlapců (obřízka)

U všech osob je zaznamenávána tepová frekvence a el. vodivost kůže

- První skupina bez slovního doprovodu
- Druhá skupina - zdůraznění bolesti a utrpení chlapců
- Třetí skupina - výklad je zaměřen na snížení dojmu bolestivosti obřízky
- Čtvrtá skupina s intelektuálním výkladem důležitost těchto rituálů

Výsledky dle očekávání je nejvyšší fyziologická aktivace u skupiny 2.

# HYPOTÉZA ZPĚTNÉ VAZBY Z VÝRAZU TVÁŘE

Svaly tváře vysílají signály do mozku,  
který identifikuje emoci, kterou  
prožíváme a zároveň zintenzivní  
tento prožitek.

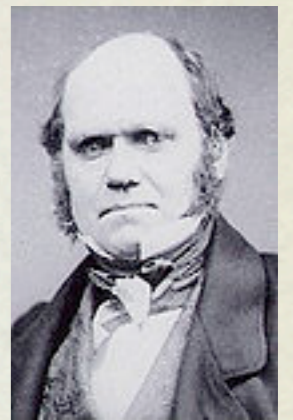


Pohyb obličeje tak může ovlivnit  
emocionální zážitek.



# HYPOTÉZA ZPĚTNÉ VAZBY Z VÝRAZU TVÁŘE

- Volné projevení emocí navenek tyto emoci umocňuje. Naopak potlačení vnějších projevů emocí naše emoce zmírňuje. Dokonce dokážeme emoce v mysli vyvolat jejich předstíráním.
- Odmítněme projevit vášně a ony se vytratí.



# INHIBITING AND FACILITATING CONDITIONS OF THE HUMAN SMILE: A NONOBTRUSIVE TEST OF THE FACIAL FEEDBACK HYPOTHESIS.

STRACK F, MARTIN LL, STEPPER S.

- Jak zvládnou metodologický problém?
- Krycí příběh - obtížnost uchopení bez použití rukou
- Držení pera ústy kdy se aktivují vymezené svalové skupiny
- Vyplnění dotazníku v této “poloze”
- Cílový úkol testu - hodnocení “zábavné” kresby

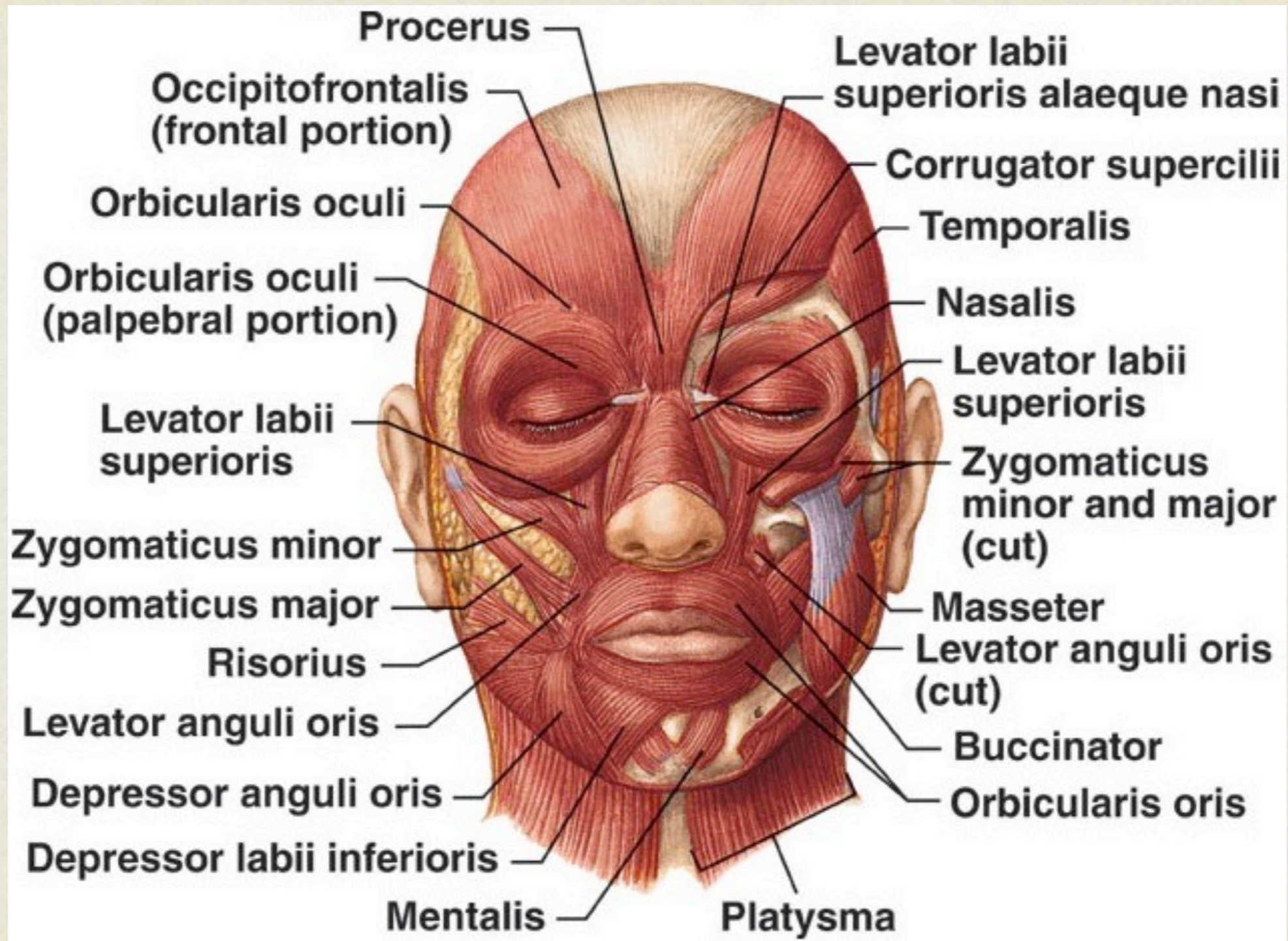


# Praktická aplikace





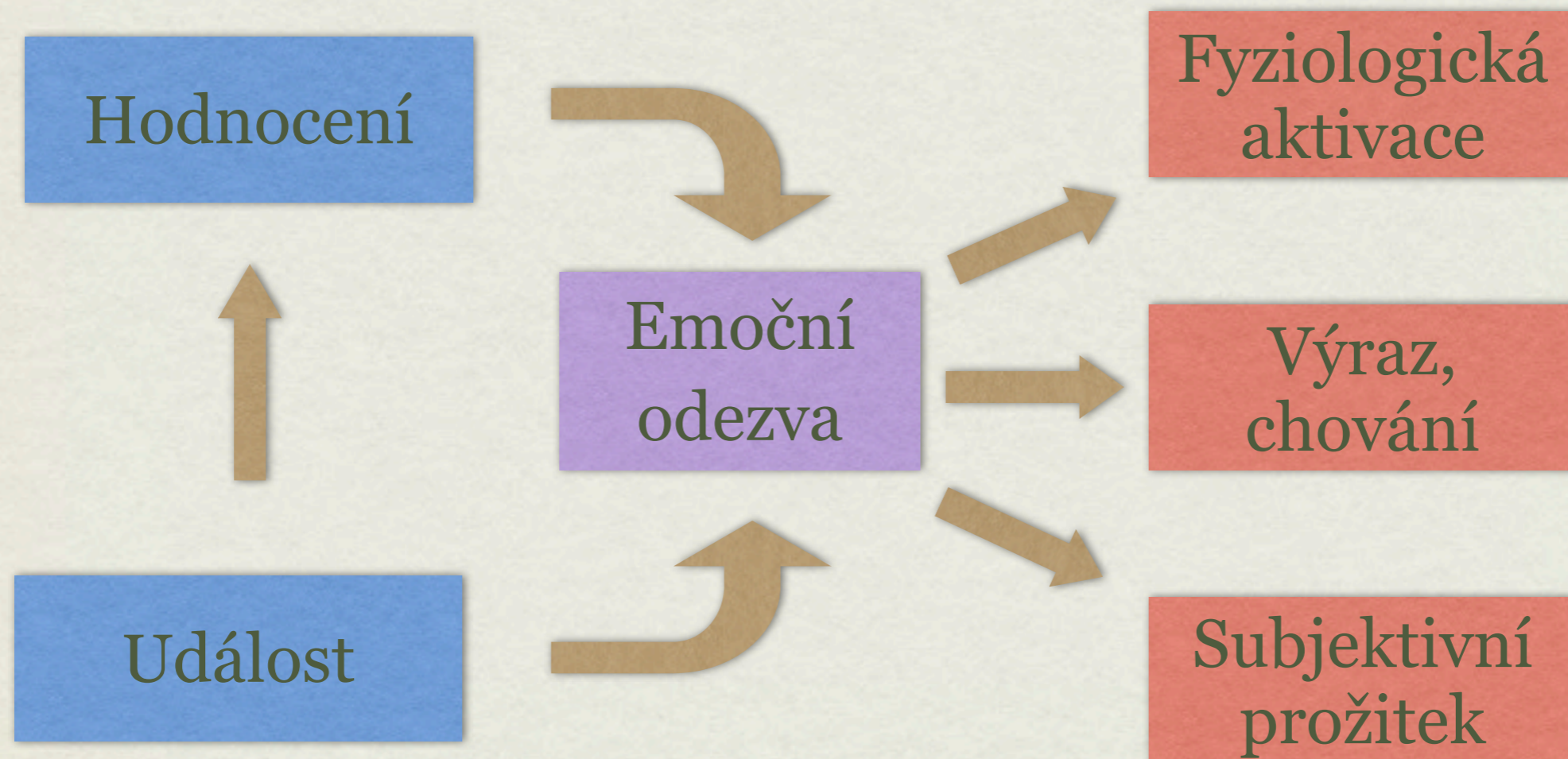
# BOTULOTOXIN



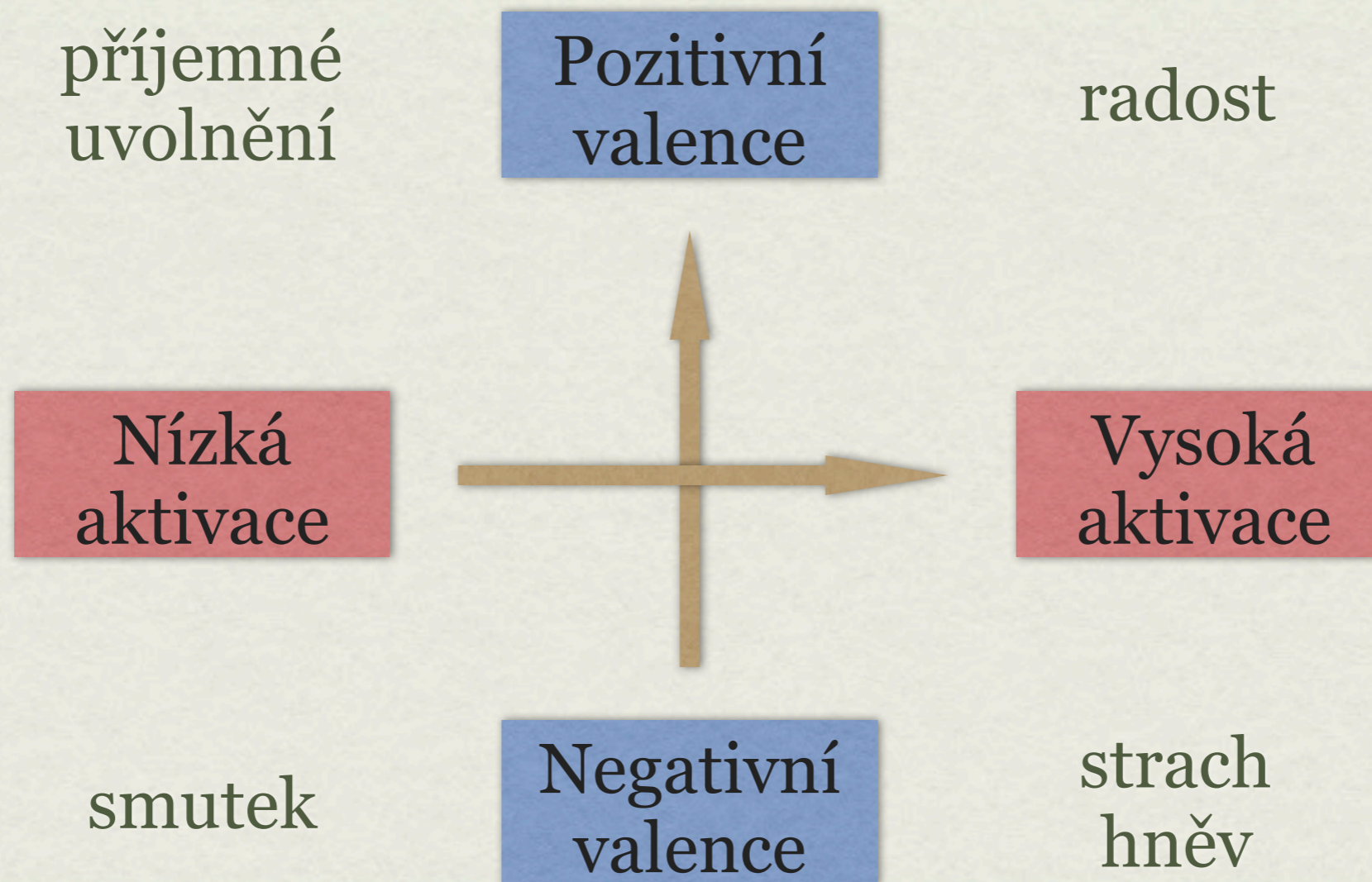
# TEORIE EMOCÍ

- Současné názory:
  - Emoce a kognice jsou propojeny, ale ne vždy je k vyvolání emoce potřeba vnější podnět
  - Kognice může předcházet a vyvolávat emoce
  - Emoce se ale mohou objevit i bez kognitivního hodnocení (např. fobie)

# DVĚ CESTY K EMOCI



# DVĚ DIMENZE EMOCÍ



## Zoofobie-strach z některých druhů zvířat

- agrizoofobie – strach z divokých zvířat
- ailurofobie (felinofobia) – strach z koček
- arachnofobie – strach z pavouků
- batrachofobie – strach z žab
- entomofobie – strach z hmyzu
- equinofobie – strach z koní
- helmintofobie – strach z brouků
- kynofobie – strach ze psů
- ofidofobie – strach z hadů
- ornitofobie nebo avizofobie – strach z ptáků
- reptilliofobie – strach z plazů
- rodentofobie – strach z hlodavců
- galeofobie – strach ze žraloků

## Fobie týkající se životního prostředí

aerofobie – strach ze vzduchu (vítr, průvan, silný proud vzduchu)

antofobie – strach z květin

arsonofobie – strach z ohně

blanchofobie – strach ze sněhu

brontofobie – strach z bouřky

hydrofobie – odpor k pití vody

mykofobie – odpor k houbám

ovofobie – strach z vajec

nyktofobie – strach ze tmy

akrofobie – strach z výšek

aquafobie – strach z vody

## **Fobie týkající se nemocí**

aidsfobie – strach z nakažení virem HIV

akarofobie – strach z roztočů, obzvlášť z těch, kteří způsobují svědění

algofobie – strach z bolesti

amathofobie – strach z prachu

bakteriofobie – strach z bakterií

dysmorfofobie (DMF) – strach z deformace těla

emetofobie – strach ze zvracení

hemofobie – strach z krve ( z pohledu na ni )

maniafobie (agateophobia, dementophobia) – strach z psychické nemoci, z šílenství

mizofobie – strach ze špíny

nozofobie – strach z nemoci

rytifobie – strach z vrásek

syfilidofobie – strach z onemocnění syfilis

tanatofobie – strach ze smrti ( také ze všeho jehož následky by mohly končit smrtí )

tokofobie – strach z těhotenství a porodu

traumatofobie – strach ze zranění

trypanofobie – strach z injekcí

wenerofobie – strach z vnitřních nemocí

## **Fobie z různých cestovních prostředků**

cyberfobie – strach z technických, mechanických prostředků

dromofobie – strach z cestování

amaxofobie – strach z řízení auta

aviofobie – strach z létání letadlem

nautofobie – strach z plavby lodí

siderodromofobie – strach z jízdy vlakem

gefyrofobie – strach z mostů, přecházení mostu

basifobie – strach z chození

stasifobie – strach ze stání



## **Jiné fobie (z předmětů a jiných podivuhodných věcí...)**

aichmofobie – strach z ostrých předmětů

aulofobie – strach z hudebních nástrojů

hytewafobie – strach z vůní

pekkatofobie – strach ze spáchání hříchu

triskaidekafobie – strach z čísla 13

Heksakosjoiheksekontaheksafobie – strach z čísla 666

genufobie – strach z kolen

pupafobie – strach z panenek

coulrofobie – strach z klaunů

## **Fobie z osob a pocitů, které by ve vás mohly vyvolat**

gamofobie – strach z uzavření manželství

homofobie – strach z homosexuálů

xenofobie – strach z cizích lidí

nekrofobie – strach z mrtvých

gimnofobie – strach z nahoty

sexsofobie – strach z opačného pohlaví :

    androfobie – strach z mužů

    gynefobie – strach z žen

    kaligynefobie – strach z krásných žen

    transfobie – strach z osob převlečených za osobu opačného pohlaví

pedofobie – strach z dětí

kleptofobie – strach z okradení

koitofobie – strach ze sexuálního styku

iatrofobie – strach z návštěv u lékaře

odontofobie – strach ze zubaře

## **Fobie z různých míst**

glassofobie – strach z vystoupení na veřejných místech

hypsofobie – strach ze spadnutí do propasti

klaustrofobie – strach z uzavřených prostorů

tafefobie – strach z pohřbení zaživa

technofobie – strach z techniky

agorafobie – strach z otevřených prostorů (louka, tělocvična, hala...)

KONEC