



# Emoce V.

# Problémy a způsoby studia emocí

- Je nesnadné přesně popsat psychické stavy, které ZO při pokusu zažívá, pokud je ovšem vůbec zažívá
- Velké množství a nejednoznačnost termínů označujících emoční stavy
- Je prakticky nemožné experimentálně přesně vyvolat přesně tutéž emoci podruhé

# Metodologické problémy

- důraz na průběhovou stránku dění
- problematika basálního neboli klidového měření
- předpoklad, že daný podnět vyvolává emoci u každé osoby za všech okolností
- časový průběh emoce je krátkým úsekem dlouhodobého složitého průběhu fyz. a psych. procesů
- fyziologické projevy emočních reakcí jsou neobyčejně rozmanité

# Základní metodické přístupy

Metodické přístupy k výzkumu emocí lze rozdělit do tří vývojových stádií:

- **popisné -deskriptivní**
  - předpoklad - každému emočnímu stavu odpovídá určitý vzorec fyziologických změn nebo projevů chování (polygraf)
- **příčinné - kausální**
  - základem je snaha najít faktory emocí, které vedou k jejich vzniku, případně vysvětlit mechanismy emočních reakcí (podmiňování a učení)
- **synthetisující - komplexní - /komplikovaný/**

# metody studia emocí

5 kategorií experimentálně měřitelných projevů emocí

- fyziologické
- senzorické
- percepční
- psychomotorické
- konceptuální

Psychologické pokusy ve třech skupinách

- pozorovaná aktivita
- aplikované podněty
- aplikace zátěže

# metody navozování emocí

- Týž podnět nemusí vyvolat u různých osob tutéž emoci
- Týž podnět má různé emoční hodnoty pro různé jedince (emoční reakce je především výsledkem dosavadní zkušenosti jedince a zapojení podnětů do systému jeho současných hodnot)
- Emoce je vlastně spíše osobní reakcí na situaci než automatickou reakcí na podnět.

# tři taktiky stresového rozhovoru

- **sondování obsahu**, tj. diskuze o nejvážnějších psychologických konfliktech zkoumané osoby
- **manipulace s postojem** čili zaujetí zvláštního postoje k osobě, kterou je subjekt buď ohrožován nebo ponižován, popřípadě je v něm vyvolán pocit úzkosti
- **zhoršení komunikace**, tj. občasné úmyslné poruchy v dorozumívání (úmyslné opakované oslovování jiným jménem, předstírání nepochopení ...)

# metody zjišťování emocí

- K úplnému zjišťování emoční reakce je nezbytná jednak introspekce, jednak objektivní popis chování, a to jak globální, tak analytický.
- Introspekci lze ZO usnadnit dotazníkovými schématy nebo dotazníky.
- Při záznamu chování se se s výhodou uplatňuje polopropustné zrcadlo.



Jednotlivé znaky chování určené k pozorování jsou v hodnoticích škálách předem určeny.

Příklad škály určené pro výzkum úzkosti, vzteku a deprese:

0 - není přítomna žádná zvláštní emoce

1 - patrná, ne však zjevná emoce

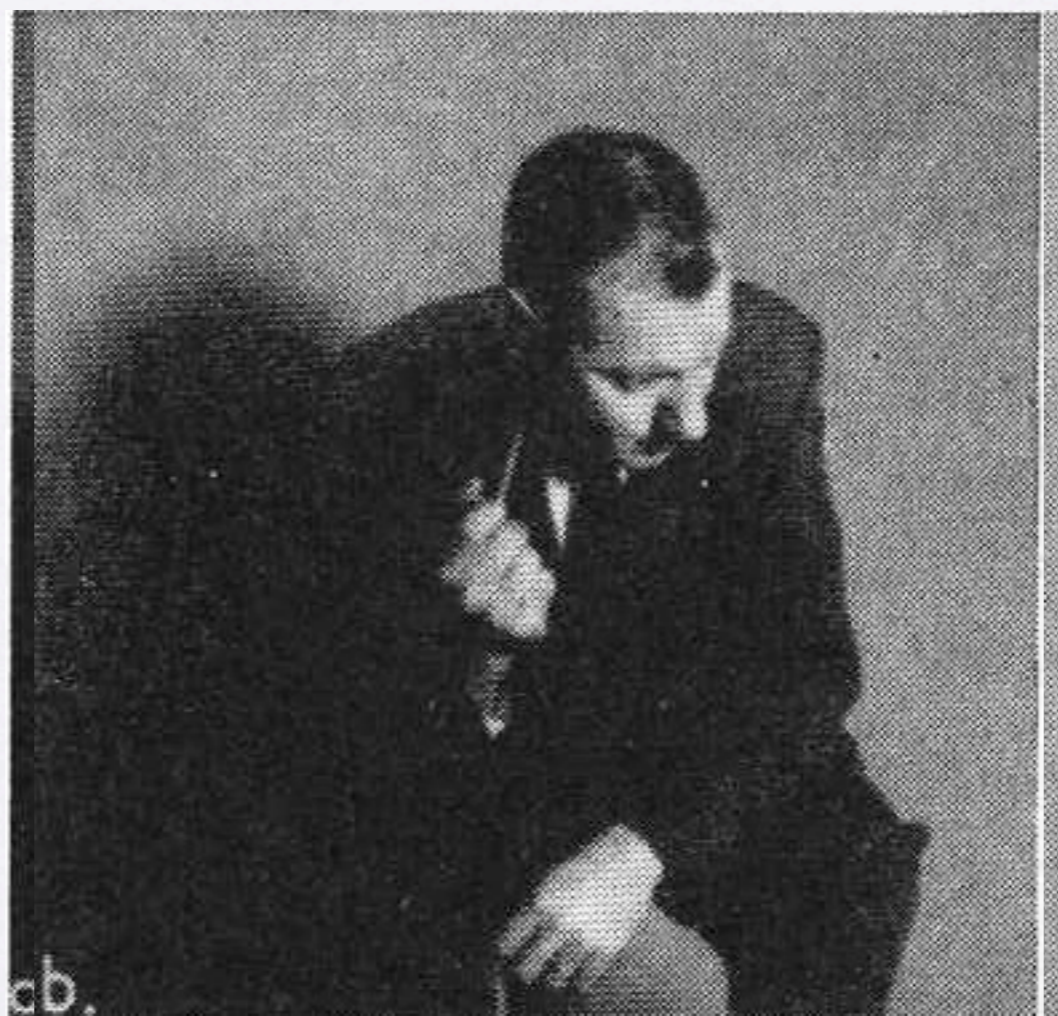
2 - zjevná emoce

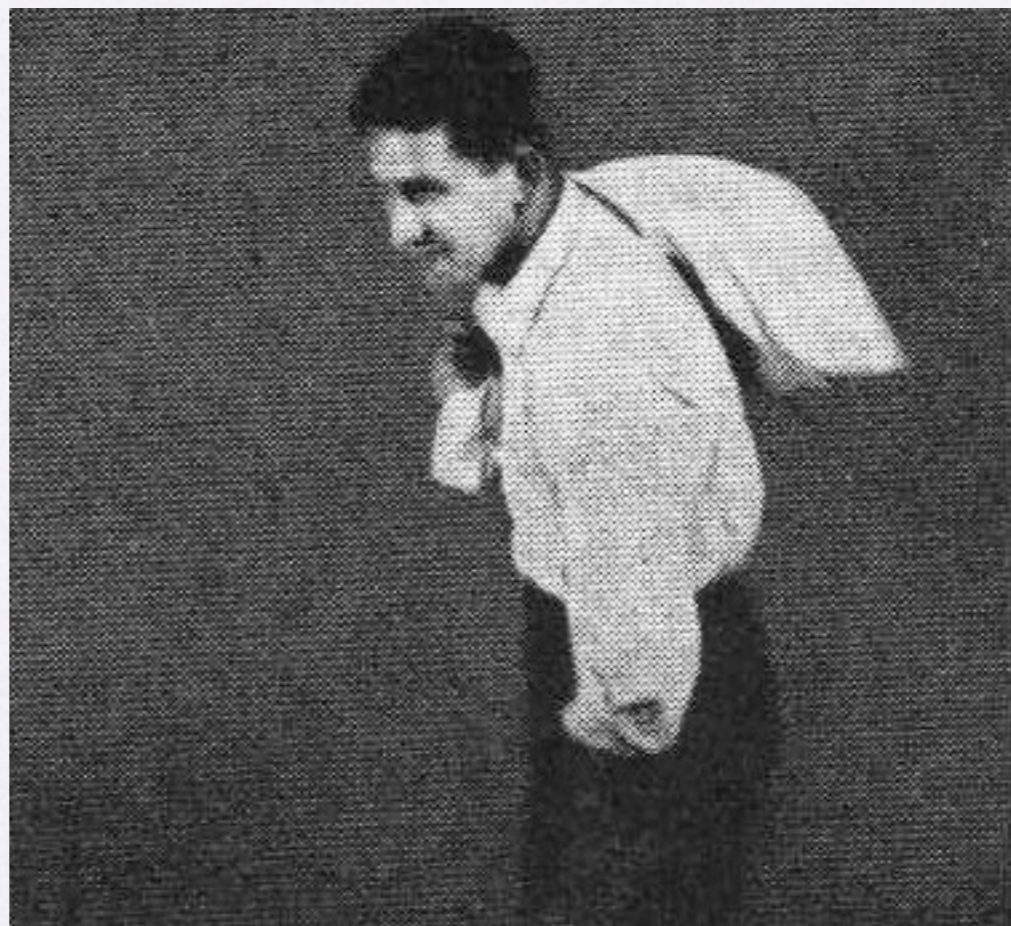
3 - silná emoce

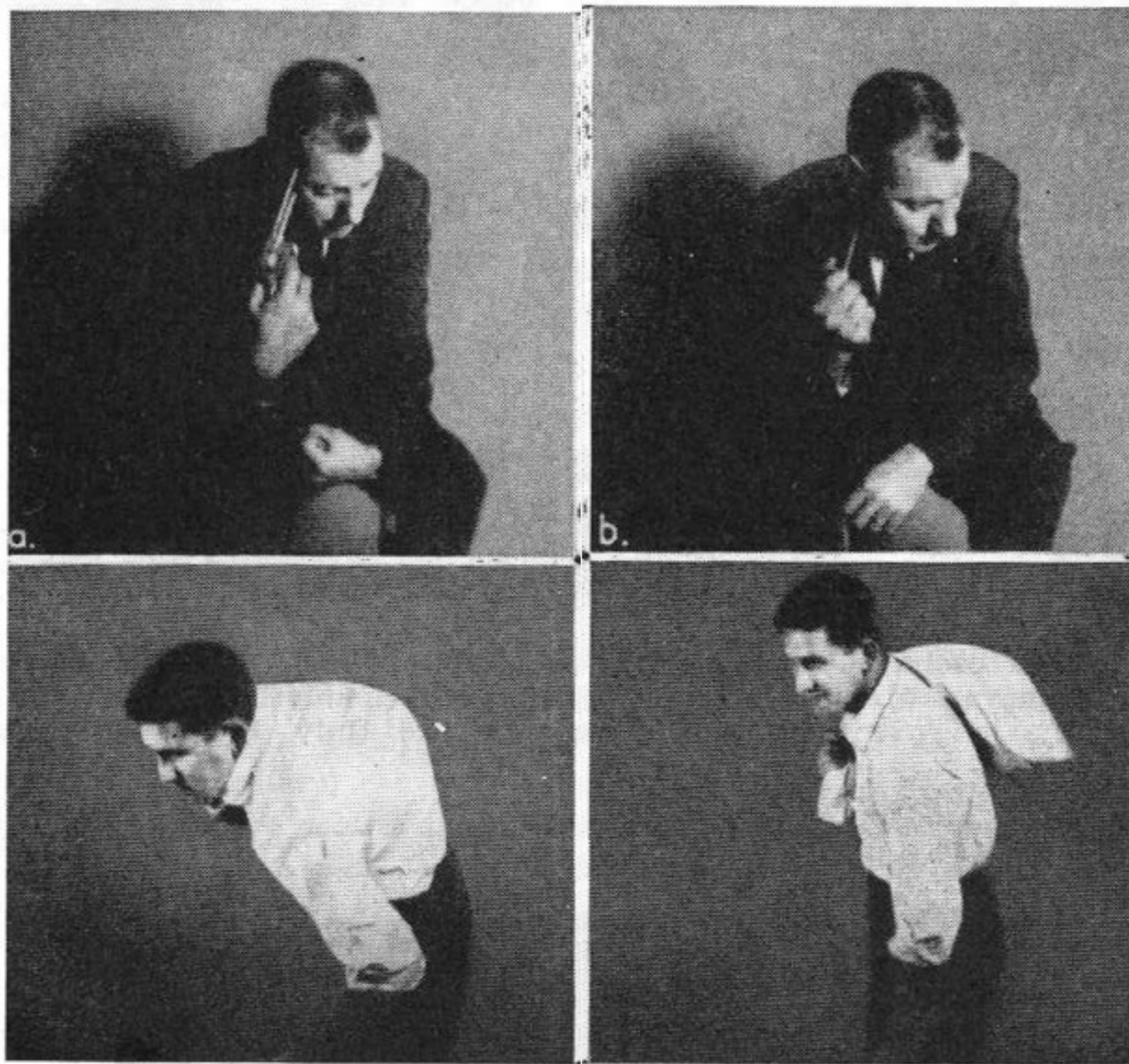
4 - neobvykle silná emoce

5 - velmi silná emoce

6 - nejsilnější emoce jaká kdy byla udávána







Změny v senzorních a percepčních procesech jsou častými projevy emocí.

Metoda percepčního zkomolení:

- odhad které ze dvou krátkodobě prezentovaných úseček je delší.
- po každém řešení je dána možnost přesvědčit se o správnosti výkonu
- několikrát došlo k úmyslné záměně a tím k vyvolání dojmu percepčního zkomolení - provázeného silným pocitem úzkosti

# “percepční zcitlivění”

## “percepční obrana”

- **Percepční zcitlivění** - snížení udávaného prahu rekognice pro předmět nebo pojem, který je pro organismus přijatelný, nebo kterého může být použito k tomu, aby byla odstraněna nepohoda nebo udržen stav pohody.
- **Percepční obrana** - zvýšení rekogničních prahů pro podněty, které by mohly vyvolat nepohodu, nebo ohrozit smysl daného jedince pro pohodu.

# Kognitivní, sociální a fyziologické determinanty emocionálních stavů

---

Schachter, S. & Singer, S. (1962).  
**Cognitive, Social and Physiological  
determinants of emotional state.**  
*Psychological Review, 69, 379-399.*

# Východiska a kontext studie

- širším cílem studie je zkoumání interakce jednotlivých složek emoce:
  - a) kognitivní hodnocení situace (člověk reaguje emocionálně na podněty, které vnímá jako významné vzhledem ke svým cílům)
  - b) soubor fyziologických změn
  - c) doprovodné chování (pláč, jekot...), výraz tváře
-



# Východiska a kontext studie

- jsou všechny 3 složky nutnou podmínkou emočního stavu?
- např. Zajonc (1980) tvrdí, že emoce je možná bez kognitivního hodnocení; Valins (1966) bez fyziologické odezvy; Leventhal (1980) bez doprovodného výrazu tváře...

# Východiska a kontext studie

- podle Schachterovy *dvoufaktorové teorie emocí* musí být přítomny dvě složky – fyziologická a kognitivní (kognitivní „označkování“ situace – *cognitive labelling*)
- jedna z nich sama o sobě k prožitku emoce nestačí

# Východiska a kontext studie

- o podle Schachtera je chybná jak Cannon – Bardova teorie emocí (tělesné změny a prožitek emoce jsou nezávislé), tak James-Langova teorie (tělesné změny jsou příčinou prožitku)
- o Schachter tvrdí, že tělesné změny sice předcházejí prožitku emoce, ale ten závisí jak na těchto změnách, tak na jejich interpretaci: musíme se rozhodnout, jakou emoci prožíváme a čemu můžeme tělesné změny připsat

# Východiska a kontext studie

- o tato teorie předpokládá, že vzorec fyziologických změn spojených s prožitkem emoce je pro všechny typy emocí v podstatě totožný (s určitými odchylkami)
- o pro prožitek emoce je nutné kognitivní hodnocení situace
- o studie ověřuje tuto teorii – předpokládá, že prožitek emoce je výsledkem interakce mezi kognitivními a fyziologickými faktory

# Východiska a kontext studie

- vychází zčásti z Maraňonovy studie z 1924
  - Maraňon podal 210 svým pacientům adrenalin a požádal je o introspekci
  - 71% uvedlo pouze tělesné symptomy, 29% určité emoce, ale popisovali je jako „chladné“ („mám pocit, jako bych měl strach“)
  - podle Schachtera měli tito pacienti kognitivní klíč pro svoje pocity (věděli, že dostali injekci adrenalinu)
-

# Východiska a kontext studie

- o ale co když člověk prožívá fyziologický stav odpovídající emoci a nemá přitom žádné vysvětlení?
  - o Schachter tvrdí, že vyvstane potřeba porozumět a označit své pocity a člověk bude zvažovat situaci, ve které se nachází (např. pokud si bude vědom zrychleného dechu a bušení srdce v přítomnosti krásné mladé ženy, pomyslí si, že se bláznivě zamiloval, zatímco pokud se bude právě hádat s manželkou, může zlostně vybuchnout)
-

# Cíl a povaha studie

- cíl – prozkoumat intrakce mezi kognitivními a fyziologickými faktory prožitku emoce
- předpokládali, že pokud se bude člověk nacházet ve stavu fyziologické aktivace (arousal) bez zjevného důvodu, „označuje“ si tento stav podle informací, které bude mít k dispozici; stejný fyziologický stav může vést různým značkám (radost, zlost, žárlivost...)

# Cíl a povaha studie

- o pokud se bude člověk nacházet ve stavu fyziologické aktivace (arousal), který si dokáže vysvětlit („dostal jsem právě injekci adrenalinu“), neobjeví se potřeba hodnotit situaci a hledat alternativní vysvětlení
- o člověk bude reagovat emocionálně nebo prožívat emoce pouze pokud dojde k fyziologické aktivaci



# Cíl a povaha studie

- laboratorní experiment
- 3 nezávislé proměnné
- 1) fyziologická aktivace (adrenalin nebo placebo)
- 2) přítomnost vysvětlení stavu (pravdivý údaj o injekci, nepravdivý údaj, žádný)
- 3) situace, ze které mohlo být vyvozeno alternativní vysvětlení stavu (euforický nebo zlostný asistent)

# Cíl a povaha studie

- k vyvolání fyziologické aktivace byl použit adrenalin, v USA nazývaný epinephrine
- někdy tato studie bývá označována jako *epinephrine/adrenalin experiment*

# Postup

---

- ZO – studenti (pouze muži) úvodu do psychologie (za účast dostali body ke zkoušce)
- bylo jim řečeno, že půjde o experimentální ověření vlivu vitamínové směsi SUPROXIN na zrakovou funkci

# Postup

---

- E řekl ZO: *...pokud budete souhlasit, dostanete malou injekci Suproxinu; injekce je slabá a neškodná, ale někteří lidé nemají injekce rádi, takže vás nechceme nějak přemlouvat. Nebude vám injekce vadit?*
- 184 z 195 studentů souhlasilo

# Postup

---

- o poté E opustil místnost a přišla doktorka, která zopakovala instrukci, změřila ZO puls a aplikovala injekci
- o 1/2 ZO dostala adrenalin, zbytek solný roztok (bez účinků)
- o po adrenalinu do 3-5 min nastupuje zvýšení TK, rychlejší puls, třes, příp. pocit zčerenání nebo rychlejšího dechu (u většiny ZO příznaky přetrvaly asi 15-20 min po injekci)

# Postup

---

- manipulace vysvětlení situace – 3 skupiny (pouze u ZO, které dostali adrenalin)
  - *Epi Inf* – E i doktorka sdělili ZO, jaké budou skutečné účinky injekce
  - *Epi Ign* – doktorka uvedla, že injekce nebude mít žádné vedlejší účinky
  - *Epi Mis* – ZO bylo řečeno, že se můžou cítit otupěle, mohou je svědit některé části těla a mít lehkou bolest hlavy
-

# Postup

---

- o situace navozující emoce – srovnáváním sebe s ostatními
- o 2 skupiny – euforie a zlost
- o po injekci se vrátil E s asistentem (A), kterého představil jako další ZO, která také dostala Suproxin

# Postup

---

- **euforie:** A se představil, navázal konverzaci a začal „řádit“ – házel papírové vlaštovky, trefoval se papírovými koulemi do odpadkového koše, stavěl věže ze šanonů a bořil je, hrál si s jojem, sedl si s nohama na stole atd. – přitom vždy zapojoval ZO
- postup „řádění“ byl standardizovaný, A netušil, do které skupiny (adrenalin, placebo) ZO patří



# Postup

---

- **zlost:** ZO a A měli vyplňovat 20 minut dotazníky
  - A řekl ZO, že podle něj je nefér, že jim dopředu neřekli, že dostanou injekce
  - dotazníky začínaly nevinně, ale postupně se otázky stávaly osobnějsími a útočnějšími
  - A postupoval stejně rychle jako ZO a v určitých chvíli dělal stále naštvanejší poznámky, nakonec vybuchl zlostí – roztrhal dotazník, zmačkal ho a praštil s ním na podlahu a odešel
-

# Postup

---

- měření závislé proměnné – emočního stavu
  - 1) standardizované pozorování jednosměrným zrcadlem (shoda posuzovatelů 88%)
  - 2) sebeposouzení ZO – vyplnili po odchodu A; otázky na pocity štěstí nebo zlosti, na tělesné účinky adrenalinu (škály) + otevřené otázky na jakékoli pocity
  - 3) byl opět změřen puls
-

# Postup

---

- o na závěr E podrobně vysvětlil pravý účel E
- o data 11 ZO byla vyloučena z analýzy, protože uvedly, že měly značné podezření, že experiment nemá ověřovat Suproxin, ale něco jiného

# Výsledky

---

- **vliv injekcí na tělesný stav:**
- ZO s adrenalinem vykazovaly více příznaků aktivace než ZO s placebem (objektivně puls, subjektivně bušení srdce, třes atd.)
- 5 osob, na něž adrenalin nepůsobil, bylo z dalších analýz vyloučeno
- ZO ze skupiny *Epi Mis* se nelišily od ostatních *Epi* v pocitech otupělosti, svědění a bolestech hlavy

# Výsledky

---

- **vliv manipulace emočního stavu**
- **euforie** – průměry ve škále pocitu štěstí (sebehodnocení)

Epi Inf	0.98
Epi Ign	1.78
Epi Mis	1.90
Placebo	1.61

# Výsledky

---

- když ZO nedostaly žádné nebo dostaly zavádějící informace, cítily se šťastnější než když měly vysvětlení pro svůj stav
- podobný vzorec výsledků i pro objektivní pozorování

# Výsledky

---

- **vliv manipulace emočního stavu**
- **zlost** – průměry ve škále pocitu zlosti (sebehodnocení)

Epi Inf	1.91
Epi Ign	1.39
Epi Mis	-
Placebo	1.63

# Výsledky

---

- o podle autorů se ZO bály projevit svou zlost v dotazníku (kvůli zkoušce)
- o v hodnocení pozorovatelů se předpokládá, že *Epi Ign* budou zlostnější než *Epi Inf* potvrdil



# Výsledky

---

- o v obou podmínkách (zlost i štěstí) byla úroveň emočního prožitku výrazně vyšší u *Epi Mis* a *Epi Ign* než u *Epi Inf*
- o *ZO s placebo* byly někde mezi *Epi Ign* a *Epi Inf* – autoři předpokládají, že i u *ZO s placebo* došlo k určité aktivaci dané situací (doktorka, injekce) – v souladu s dalšími zjištěními o pulsu atd.

# Shrnutí

---

- o autorům se sice nepodařilo zcela vyloučit možné rozdíly ve vzorci fyziologických změn doprovázejících různé emoce
  - o ale manipulací situace se jim podařilo vyvolat dva zcela protikladné emoční stavy – proto je možné, že hlavními determinantami toho, co cítíme („nálepky“ emoce), jsou kognitivní faktory
  - o zároveň se zdá, že kognitivní faktory jsou nepostradatelnou složkou prožitku emoce
-

# Hodnocení studie

---

- Hilgard et al. (1979) kritizovali tyto aspekty studie:
- 1) adrenalin nepůsobí na každého stejně
- 2) nebyla posuzována nálada ZO *před* injekcí
- 3) jsou srovnatelné stavy aktivace vyvolané uměle a přirozeně?

# Hodnocení studie

---

- dále, podpora pro hypotézu 1 je vcelku slabá – u skupiny se zlostným asistentem ZO neuváděly, že by samy cítily zlost – přes pocity aktivace a přítomnost situace nabízející vysvětlení
- podobně ZO s placebem by podle hypotézy 3 neměly reagovat emocionálně na situaci vyvolávající zlost nebo radost

# Hodnocení studie

---

- o podle Parkinsona (1987) se Schachterův model zaměřuje na netypickou situaci – jen zřídka se stane, že si nejsme jistí, co vyvolalo aktivaci
- o Schachter souhlasí, přesto tvrdí, i když je jasné, co aktivaci vyvolalo, přesto kognitivní analýza předchází označení emoce

# Následující výzkum

- o studie několikrát replikována, závěry:
- o při snaze vysvětlit stav aktivace nejde jen o zkoumání současné situace, ale také dalších zdrojů informací, např. předchozích zkušeností s ním
- o chování ostatních musí být přiměřené situaci a našemu stavu
- o při zvýšení dávek adrenalinu jsou pocity spíše negativní (i u *Epi Mis* v přítomnosti euforického A)

# otázky k diskusi

- o ZO výhradně muži, stejně tak A: je možno výsledky zobecnit také na ženy? jaký by mohl být vliv ženy v roli A?
- o etické problémy experimentu

Pro vyvolání i sledování silných emočních reakcí slouží i metoda “senzorické deprivace”



<http://videosift.com/video/Total-Isolation-Sensory-Deprivation-Experiment>



# Svět gest

ahoj



USA



Havaj, USA



Indie

pojd'



USA



Turecko

ne



USA

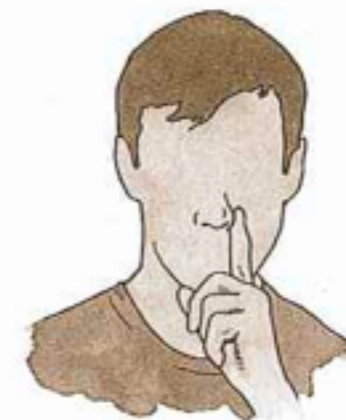


Řecko

neříkej to



USA



Velká Británie

podívej



USA



Indonésie

Tato gesta mohou vypadat stejně, jejich význam se však velmi liší podle toho jak a kde se použijí.

země	význam
USA	souhlasí
Brazílie	hodně štěstí
Itálie	Vulgární gesto



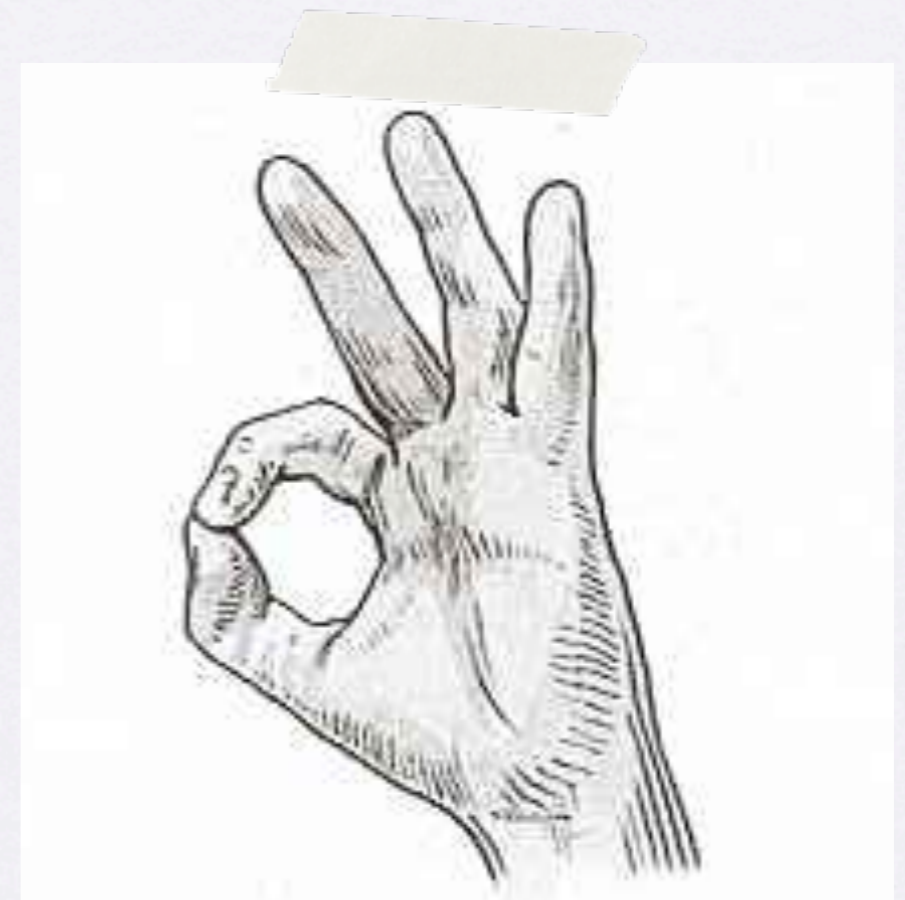
Tato gesta mohou vypadat stejně, jejich význam se však velmi liší podle toho jak a kde se použijí.

země	význam
USA	skvělé!
Německo	jeden
Japonsko	pět
Afghánistán	vulgární gesto



Tato gesta mohou vypadat stejně, jejich význam se však velmi liší podle toho jak a kde se použijí.

země	význam
USA	OK
Japonsko	zaplat' mi
Francie	bezenné
Rusko	vulgární gesto



# Emotikony

19-Sep-82 11:44 Scott E Fahlman :-)  
From: Scott E Fahlman <Fahlman at Cmu-20c>

I propose that the following character sequence for joke markers:

:-)

Read it sideways. Actually, it is probably more economical to mark things that are NOT jokes, given current trends. For this, use

:-(

[http://www.youtube.com/watch?v=AtR\\_xQq3JPk](http://www.youtube.com/watch?v=AtR_xQq3JPk)