

Popularizační článek (Ego Depletion in Color Priming Research:
Self-Control Strength Moderates the
Detrimental Effect of Red on Cognitive Test Performance)

Červená a její vliv na naše výkony

V každé škole se každý student nejménou jednou setkal s učitelským červeným fixem, který opravil, či ohodnotil jakoukoliv jejich práci. Barva jako taková však není vybrána jen kvůli viditelnosti oproti původnímu textu. V Německu se jeden vědecký tým psychologů zabýval jejím vlivem na naše kognitivní schopnosti a došel k zajímavým výsledkům.

Již z předešlých studií bylo evidentní, že na naši mysl mají barvy vliv, některé nás uklidní, jiné třeba vnímáme jako vzrušující element a červená má mezi nimi významné místo. Červená v nás vyvolává znepokojení, až nervozitu, zvláště při vyčerpání naší sebekontroly.

Tato studie se zabývala jejím vlivem na naše výkony v experimentech zkoušející naše kognitivní schopnosti ve třech možných disciplínách: numerické, verbální a figurové.

Tyto experimenty byly prováděny zároveň s kontrolní skupinou, která nebyla červenou barvou konfrontována, nebo nebyli podrobena vyčerpávání sebekontroly.

V první a druhé části prvního experimentu byli účastníci konfrontováni červenou, či šedou barvou, kdy v první části měli vypsát stručnou historii svého města, ale jako zátěžový faktor na jejich sebekontrolu nesměli používat písmena e a n. V druhé části museli podstoupit aritmetický test, u kterého bylo červeně (u kontrolní skupiny šedě) napsáno test.

V druhém experimentu se prováděl IQ test se zátěžovou červenou s předpokladem, že červená ovlivňuje i emoce, které se mohou projektovat do dané práce, tedy na konec IQ testu přidali dotazník, ve kterém byly neexistující slova a zda v něm nachází emocionální podtext.

Jako poslední experiment byl znovu zvolen IQ test, avšak se změnou projekce barvy. Červená byla pro generalizaci výsledků nahrazena pouze nápisem červená. Všechny tyto testy byly provázeny dotazníky na sebehodnocení účastníků, aby byla kontrolováno jakékoliv subjektivní hodnocení sama sebe, či samotného experimentu.

Výsledky výzkumu splnily očekávání. Skupina, která byla vystavena stresu a červené získala horší výsledky, než ta, která byla vystavena šedé, či jen zátěžovou procedurou. Dokázali tedy potvrdit předchozí teorie a ukázali cestu dalším možným výzkumníkům

v této oblasti, avšak podstatný výsledek je zejména důkaz, že ve stresových situacích je jedinec ovlivnitelný i barvou. Tedy k nejlepší efektivitě v zátěžových situacích je třeba zohlednit i volbu pozadí, písma i dalších věcí, které by mohly mít nějaké zbarvení.

Zpětná vazba:

V článku vidím a oceňuji velikou snahu přiblížit odborné informace laické veřejnosti za pomoci jednoduchého a srozumitelného jazyka. Dle mého názoru na sebe jednotlivé pasáže textu dobře navazují a text tak přirozeně plyne. Velmi se mi líbí zvolený název článku, který hezky vystihuje základní podstatu výzkumu. Délka textu je v předepsaném rozsahu 300-450 slov.

Bohužel se musím přiznat, že jsem se v textu zcela ztrácela a pokud bych neznala původní článek, asi by se mi nepodařilo pochopit, o co vlastně ve výzkumu šlo a jak že ten výzkum vlastně probíhal. Pro mě matoucí pasáže:

- *Červená v nás vyvolává znepokojení, až nervozitu, zvláště při vyčerpání naší sebekontroly. Tato studie se zabývala jejím vlivem na naše výkony v experimentech zkoušející naše kognitivní schopnosti ve třech možných disciplínách: numerické, verbální a figurové.* → 1. Zabývala se studie vlivem červené na naše výkony, nebo vlivem sebekontroly na naše výkony? 2. Co jsou to figurové disciplíny (nebo figurové kognitivní schopnosti)?
- *V druhém experimentu se prováděl IQ test se zátěžovou červenou s předpokladem, že červená ovlivňuje i emoce, které se mohou projektovat do dané práce, tedy na konec IQ testu přidali dotazník, ve kterém byly neexistující slova a zda v něm nachází emocionální podtext.* → 1. Co znamená, že se IQ test prováděl se zátěžovou červenou? Že byl celý test psán červenou barvou? Že byl natištěn na červeném papíře? Že ho probandi vyplňovali červenou fixou?... 2. ...a zda v něm nachází emocionální podtext. – Zde mi bohužel není jasné, v čem měli nacházet emocionální podtext a celá formulace věty mi do daného souvětí vůbec nesedí.
- *Jako poslední experiment byl znova zvolen IQ test, avšak se změnou projekce barvy. Červená byla pro generalizaci výsledků nahrazena pouze nápisem červená.*

→ 1. Myslím, že na tomto místě je použití slova „generalizace“ poměrně matoucí a nerozumím tak významu těchto dvou vět. Chápu, že autoři použili v textu „increasing generality“, ale domnívám se, že je v této formě interpretace původního textu nesrozumitelná a nicneříkající.

- *Výsledky výzkumu splnily očekávání. Skupina, která byla vystavena stresu a červené získala horší výsledky, než ta, která byla vystavena šedé, či jen zátěžovou procedurou.* → 1. ...červené získala... → ...červené, získala... 2. ...či jen zátěžovou procedurou. → Do věty to tak nějak nezapadá. Nemělo by být ...či jen zátěžové proceduře?

Celkově mi text připadal po stylistické stránce takový kostrbatý a nesrozumitelný, některé pasáže jsem musela číst vícekrát, abych pochopila, co je vlastně myšleno a někdy jsem se k výsledku ani nedopátrala.

Co se týče jazykové stránky, domnívám se, že slovo *konfrontovat*, se pojí s předložkou *s* (viz <http://prirucka.ujc.cas.cz/?slovo=konfrontovat>), v textu se objevuje ve všech případech bez této předložky. Slovo *projektovat* bych v tomto textu nahradila psychologií užívané *projikovat* (viz <http://prirucka.ujc.cas.cz/?slovo=projektovat> x <http://nase-rec.ujc.cas.cz/archiv.php?art=8137>). ...*byly neexistující slova*... → byla neexistující slova. Dala bych pozor na psaní čárky před *či*, domnívám se, že v některých případech v tomto textu by čárka být neměla (viz <http://prirucka.ujc.cas.cz/?id=155&dotaz=%C4%8Di>).

Domnívám se, že zadání naplněné v podstatě bylo. Působí to na mě tak, že autor porozuměl původnímu textu, ale problém byl v jeho srozumitelné interpretaci. Z mého pohledu bych tedy doporučovala přeformulovat sporné pasáže tak, aby byl text srozumitelnější. Jako velmi dobře fungující způsob, jak postihnout to podstatné z textu, se mi osvědčilo nejprve sepsání jednoduché struktury článku v bodech nebo jednoduchých větách. Napsat si tedy nejprve úplně jednoduše a vlastními slovy, co se zkoumalo, jak se to zkoumalo, co z výzkumu vyplynulo a jaký to mělo celé smysl, tedy k čemu mohou být takové výsledky užitečné apod. (bodů může být více dle potřeby) Tato struktura se pak jednodušeji rozvíjí do textu. Mnohokrát ověřeno. 😊

Dala bych také pozor na gramatickou správnost a překlepy, které se v textu objevují.