

## **Míra sebekontroly ovlivňuje působení efektu červené barvy**

Na základě předchozích zjištění, že barvy ovlivňují psychické funkce a že vnímání červené barvy vyvolává úzkost a tím narušuje kognitivní výkonnost, byl vytvořen nový výzkumný projekt. Autoři převážně z německých univerzit navrhují tento efekt červené barvy testovat ve spojitosti se sebeovládáním a seberegulací.

Autoři testovali hypotézu, že úzkostné reakce vyvolané červenou barvou nebo napsané slovo *červená* by mohly ohrozit kognitivní výkonnost silněji, když bude schopnost sebeovládání na chvíli snížena. Předpokládali, že vystavení červené barvy, zhorší výkon v kognitivním testu u lidí, kteří předtím vykonávali činnost spojenou s vynaložením sebekontroly. Zatímco lidé, kteří tuto činnost nevykonávali, budou efektem červené barvy méně ovlivněni.

Celý výzkum zahrnoval tři oddělené experimenty, kterých se dohromady zúčastnilo 274 probandů, z toho 178 žen a 96 mužů z různých univerzit, průměrný věk byl 20,24 let. Účastníci byli vystavováni červené nebo šedé barvě (kontrolní barva), někdy i pouze nápisu *červený* (černě napsané na bílém papíře). Poté měli různé úkoly například přepisovat text s vynecháním písmen *e* a *n* ve slovech, dále různé kognitivní testy verbálních i číselné, matematické úlohy, testy zjišťující hodnotu IQ.

Autoři zjistili, že krátké vystavení červené barvě způsobuje horší výsledky v kognitivních testech, ale jen u lidí, kteří předtím vyvíjeli činnost, při které vynaložili jistou míru sebekontroly v předchozích úlohách a jejich sebekontrola je tedy mírně vyčerpána. U ostatních účastníků nebyl zpozorován úbytek kognitivní výkonnosti v důsledku vystavení červené barvě. Tedy účastníci, kteří měli vyšší hladinu sebekontroly, dokázali odolat efektu červené barvy.

V případě dalších navazujících studií autoři uvádějí, že by bylo zajímavé porovnat červenou barvu i s jinými barvami než pouze šedou. Výsledkem výzkumu tedy bylo znovu ověření a prokázání toho, že různé barvy mají odlišné účinky na výkonnost, a dále stanovení a porovnání, kdy se tyto účinky vyskytují, respektive nevyskytují.

Původní výzkum je interpretován adekvátně a bez zkreslení. V textu se nevyskytují žádné subjektivní názory, a proto není problém s rozlišováním, které informace patří původním autorům studie a které patří autorovi článku.

V článku mi chybí podrobnější popis použité metody, například podrobnější popis toho, jaké úkoly měla jaká skupina splnit. Jinak jsou předkládané informace vybrány dobře. Líbí se mi jednoduchý popis výsledků studie a popis zkoumaného výběru osob.

Co se týče jazyka, v článku se moc odborných výrazů nevyskytuje, přesto bych však krátce vysvětlila, co přesně znamená sebekontrola, seberegulace atd. Dále bych například místo slova proband použila účastník experimentu. Některá dlouhá souvětí bych rozdělila na kratší a tím usnadnila jejich pochopení. Některé dlouhé věty jsem musela číst vícekrát, abych pochopila jejich význam. Článek je napsán spisovně, až na spojení v druhém odstavci - Předpokládali, že vystavení červené barvy.. Změnila bych na – vystavení červené barvě.

Nadpis mi přijde docela dlouhý a ne moc poutavý. Nevím, jestli bych si jako laický čtenář dokázala představit, co mám od článku očekávat po tom, co jsem si nadpis přečetla. Obsahově se mi článek líbí.

Jednotlivé odstavce na sebe navazují a jsou přehledně rozděleny. Chybí mi tu úvodní odstavec, který by krátce shrnul, čím se článek bude zabývat atd. Délka článku je kratší, než bylo v zadání. Doplnila bych ji podrobnějším popisem metodologie a vysvětlením určitých výrazů.

Zadání nebylo splněno jen požadovanou délkou. Připsala bych tam výše zmíněné body a také bych do článku vložila jména autorů studie. Jinak k článku nemám další výhrady.