
Funkce emocí při formování sociálních vztahů

Radmila Lorencová

Abstrakt

Funkce emocí při formování sociálních vztahů

Fenomén emoce je fascinující právě tím, že prostupuje velmi široký okruh vědních oborů, ať už zkoumajících člověka anebo ostatní členy živočišné říše. Je nesnadné je uchopit přísnými vědeckými metodami. Výsledky fyziologických a neurofyziologických studií jsou jednoznačné, nicméně pro vysvětlení kvalitativní stránky prožívání se zdají být omezující. Výzkumy založené na tvarovém vnímání, osobní introspekci a empatii často sklízejí nařčení z nevědeckosti. Přesto však existuje řada přístupů, které se snaží vysvětlit smysl a funkci emocí ve vztahu ke společnosti. Tento přehledový text je vlastně součástí teoretické přípravy výzkumu zabývajícím se evolučním pojetím mimických výrazů emocí.

Emoce fungují jako kontrolní mechanismus chování na úrovni jednotlivce. Jedinec nejprve poznává, poté hodnotí a nakonec jedná. V hodnotící fázi přisuzujeme konkrétní situaci pozitivní, negativní, případně neutrální valenci. Vytvoříme si tedy jakýsi osobní význam situace nebo podnětu (Nakonečný, 2000). Poté následuje projev nebo snaha o potlačení příslušné emoce. Schopnost zastřít nebo předstírat emoce se liší individuálně. Celý tento proces je kulturně podmíněn a až na výjimky je doprovázen fyziologickými změnami. Emoce nevznikají pouze na základě vnějších stimulů, často mohou mít i vnitřní původ.

S hodnocením souvisí i další funkce emocí, funkce motivační (Thoits, 1989). Z orientace v dané situaci vzniká často potřeba změnit aktuální stav na stav žádoucí. Emoce mají rovněž důležitou úlohu v procesu učení. Rodiče učí své potomky, aby zdravili v domě sousedy. V případě kladné odezvy se dítěti akce asociuje s pozitivním prožitkem. Čím větší počet pozitivních zkušeností v procesu socializace získá, tím spíše stejné chování v dané situaci zopakuje. Emoce mají tedy vliv na vytvoření určitých vzorců chování.

Schopnost rozumět emocím ostatních je jedním z nejdůležitějších faktorů pro regulaci sociálních interakcí (Parr, 2001). Rozpoznání vnitřního vyladění ostatních jedinců koordinuje aktivity mezi členy skupiny, formuje dlouhodobé sociální vazby a podporuje smířovací tendence. Empatii u člověka chápeme jako pocitově nesený způsob poznávání jiného jedince. Empatie má základ v intuici a je doprovázená emoční účastí a pozitivním zájmem o druhého (Vymětal, 1998). Empatický jedinec nezůstává emocemi druhého nezasažen. Teorie empatie, teorie afektivní rezonance a teorie mimické zpětné vazby poukazují z různých úhlů na tutéž skutečnost (Nakonečný, 1999; Hatfield et al, 1994; Petrželka, 1988). „Poskytovatel“ empatie nevědomě napodobuje mimiku a chování druhé osoby, a tak si navozuje její vnitřní emoční stav.

Hammondova teorie maximalizace emočního prožívání předpokládá, že lidské sociální vazby jsou založeny na intenzivním emočním prožívání s pozitivní valencí (Hammond, 1983). Lidé hledají způsoby, jak maximalizovat toto prožívání. Protože jsou možnosti člověka limitované, musí každý omezovat počet lidí, se kterými navazuje a udržuje emoční propojení (sociální vazbu). Někteří lidé jsou často objektem intenzivního zájmu ostatních, jiní ne (princip nerovných vazeb). Neexistuje ideální prototyp „pozitivního prosociálního člověka“. Variabilita osobností v populaci zajišťuje, že téměř každý si může najít spřízněnou duši, se kterou prožívá pozitivní emoce, se kterou je mu dobře. Pravdou ale zůstává, že některé typy osobností mají v určitém smyslu ve společnosti výhodu, třeba právě díky míře sociální inteligence, jejíž důležitou součástí je i empatie. Tito lidé pak mohou navazovat kromě tradičních „přátelských“ vazeb jednodušeji i vazby „pragmatické“, vazby s těmi důležitými lidmi, kteří mohou v budoucnu významně změnit směřování jejich života. V naší společnosti nazýváme tyto vazby „známosti“, „kontakty“, „styky“ apod. Samozřejmě to nevylučuje možnost kombinovaných přátelsko-pragmatických vztahů. Poměr spíše přátelských a spíše pragmatických vazeb se odvíjí od osobnosti člověka, jeho hodnot, ambic, cílů atd.

Zvláštní druh sociálně orientovaných emocí je soucit. Nachází-li se náš bližní v obtížné životní situaci, cítíme, že bychom měli „být s ním“, sdílet jeho utrpení a pomáhat mu je překonat. Tento typ soucitu se však vyskytuje ve vztahu k lidem, se kterými máme blízký vztah - vztah, do kterého investovaly obě strany již v minulosti určitou energii. Vidíme-li na ulici žebráka bez končetin pocítíme rovněž soucit. Běžně však nevyhledáváme objekt soucitu cíleně. V seznamovacích rubrikách se nevyskytují často inzeráty typu „Hledám upřímnou ženu v těžké životní situaci, která by se mnou chtěla sdílet svoje utrpení...“. Inzerátů hledajících milého, vtipného, veselého a se smyslem pro humor najdeme naopak velký počet. Dnes velmi moderní pojetí biologického trhu a recipročního altruismu se vyskytuje i v souvislosti s projevem soucitu u člověka. Clark se zmiňuje o pravidlech výměny projevů soucitu (Clark, 1987). Lidé věří, že mají „právo na soucit“ v případě, že mají potíže. Soucit by měl být zaměřen na ty, kteří si to zaslouží, tj. na ty, kteří nepřečunují své potřeby a „nemůžou“ si sami za svou kritickou situaci (což je ale velmi subjektivní). Při interakcích s projevem lítosti se modifikuje vztah mezi „dárce“ a „příjemce“ soucitu. Příjemce by měl být dárci vděčný a měl by mu to v budoucnu oplácet. Čím větší a anonymnější je sociální skupina, tím je zpravidla výhodnější altruistické akty neoplatet, ale pouze přijímat - parazitní strategie (Frynta, 1993).

Jak je vidět, emoce hrají důležitou roli nejen při formování vzájemných vazeb mezi jednotlivci, ale ovlivňují významně i fungování celé společnosti. Výše zmíněný příklad můžeme zařadit do škatulky empatických emocí (Shott, 1979). Jeden pomáhá druhému, aby redukoval jemu zprostředkovaný distres. Tyto emoce motivují prosociální chování. Příkázání „Pomáhej bližnímu svému“ se vyskytuje nejen u křesťanské církve.

Reflexivní emoce naopak vznikají jako reakce na chování nebo názory ostatních (Shott, 1979). Motivují k sebekontrolě a jsou to například stud, rozpaky nebo pocit viny. Díky těmto emocím potlačí často sociální aktér nekonvenční chování, změní ho na normativní nebo se začne chovat altruisticky.

Obě tyto skupiny emocí jsou klíčové pro hladké fungování společnosti, protože její členové nemohou neustále monitorovat a sankcionovat chování každého jednotlivce (Shott, 1979). Pomáhají tedy k sociální kontrole.

Některé osobnostní dispozice k těmto emocím mohou být vrozené, dále se rozvíjejí na základě zkušeností v procesu učení a socializace. Za klíčové determinanty považujeme zdravotní stav jedince, rodinu, sekundární skupiny a sociální prostředí (skladba, anonymita, kultura, normy). V jednom z psychologických výzkumů dívky ve věku 4 - 8 let jednoznačně lépe rozpoznávaly mimické výrazy vzteku, štěstí, strachu, smutku a odporu, než výrazy studu a pohrdání, což ukazuje na jejich silnější společenskou podmíněnost.

Kulturně zakořeněné normy ovlivňují jednak to, co bychom měli v určitých situacích cítit (feeling rules) a jednak to, co, kdy a jak bychom měli vyjadřovat vůči našemu okolí (display rules) (Hochschild, 1979). Tyto normy se v jednotlivých kulturách liší a jejich neznalost může být někdy zdrojem nedorozumění mezi členy různých národů. U velkého množství kultur se však objevuje silné potlačování projevů negativních emocí na veřejnosti.

Poměrně kritizovaná Scheffova teorie katarze konstatuje, že uvolnění negativních emocí je biologicky nezbytné (jejich kumulace může vést k neurotickému či jinému abnormálnímu chování). Proto existují některé možnosti společensky akceptovatelného vypuštění negativních afektů. Pohřební rituál, divadelní představení či tragický film toto umožňují, lidé si mohou jejich prostřednictvím obnovit svoji vnitřní vyváženost (Scheff, 1979).

Scheffův koncept vyvolává otázku: „Co je příčinou nadbytku negativních emocí v dnešní době?“. Je to pozůstatek, který si neseme z historické doby, kdy byly tyto emoce klíčové pro rychlé a správné zhodnocení „životně významného“ a byly tedy i biologickou nezbytností přežití? Nebo se jedná spíše o patologický důsledek akcelerovaného růstu lidské populace, který vyústil v nepřiměřeně husté osídlení velkých měst, ke zhoršení ekologických podmínek, k rozvoji masových sdělovacích prostředků a k rozvoji nových komunikačních technologií, které mění přirozený způsob lidské komunikace „tváří v tvář“ na silně redukované „polotovary“ typu SMS zpráv a emailů?

Když vezmeme v úvahu interpersonální přenos emocí (VIZ výše), můžeme vyvodit vztah mezi snahou o pozitivní působení na druhé lidi (pozitivní self-image) a skrýváním negativních emocí na veřejnosti (SCHÉMA 1). Jednotlivec v průběhu socializace zjišťuje a podvědomě i racionálně si uvědomuje výhodu chování, díky kterému je ostatním lidem v interakci s ním příjemně (typické americké „keep smiling“). Lidé opětovně vyhledávají jeho přítomnost a jedinec netrpí nedostatkem sociálního kontaktu (samozřejmě, že některé typy osobnosti přítomnost ostatních nevyhledávají). Individuální zkušenost, sociální normy i racionální úvahy nás motivují ke skrýváním negativních emocí na veřejnosti. Skrýt pravý aktuální stav volním úsilím, znamená změnit svoje chování. V případě mimického výrazu to znamená předstírat neutrální anebo jiný mimický vzorec. Vzhledem k tomu, že jednotlivec aktuálně nedá přirozený průchod negativním

emocím, ventiluje je později a jiným způsobem. Tím nemusí být pouze již výše zmíněné společenské rituály, ale například i přesměrování negativní energie na dalšího jedince. Způsobů, kterými lidé uvolňují svoje nahromaděné negativní energie, bychom našli celou řadu.

SCHÉMA 1

Výše naznačené úvahy nelze chápat jako všeobecně platné zákony. Rovněž je poměrně obtížné výzkumně ověřit jejich platnost. Již Popper nepřijímá obvyklé tvrzení, že teorie je vědecká pouze tehdy, je-li empiricky ověřitelná (Popper, 1959). Vzniká zde však široké spektrum výzkumných otázek, které mohou významně obohatit budoucí badatelské aktivity v oblasti výzkumu emocí, kulturních norem, interakčních situací a sociálních vazeb.

Citovaná literatura:

Clark, C. 1987. Sympathy biography and sympathy margin. *American Journal of Sociology* 93:290-321.

Frynta, D. 1993. Reciproční altruismus a sobeckost. *Vesmír* 4:189-190.

Hammond, M. 1983. The sociology of emotions and the history of social differentiation. Pp. 90-119 in Collins, R. (ed.). *Sociological theory*. Jossey-Bass, San Francisco.

Hatfield, E., Cacioppo, J. & Rapson, R. 1994. *Emotional contagion*. Cambridge University Press, Paris.

Hoschild, A. 1979. Emotion work, feeling rules and social structure. *American Journal of Sociology* 85:551-575.

Nakonečný, M. 1999. *Sociální psychologie*. Academia, Praha.

Nakonečný, M. 2000. *Lidské emoce*. Academia, Praha.

Parr, L. 2001. Cognitive and physiological markers of emotional awareness in chimpanzees (*Pan troglodydes*). *Animal Cognition* 4:223-229.

Petrželka, Z. 1988. K historii a teorii rozpoznávání a interpretace mimického výrazu emocí 2. *Československá psychologie* 2:150-163.

Popper, K. 1959. *The logic of scientific discovery*. Hutchinson, London.

Scheff, T. 1979. *Catharsis in healing, ritual and drama*. Calif: University California Press, Berkeley.

Shott, S. 1979. Emotion and social life: A symbolic interactionist analysis. *American Journal of Sociology* 84:1317-1334.

Thoits, P. 1989. The sociology of emotion. *Annual Review of Sociology* 15:317-342.

Vymětal, J. 1998. Empatie - porozumění vcítěním. *Československá psychologie* 1:42-49.

Radmila Lorencová