

15. Klasifikácia emócií

Pre porovnanie – v oblasti psychológie motivácie síce neexistuje jednotne prijímaná klasifikácia motívov, existuje návrh Heckhausena (1980), ktorý umožňuje s prihliadnutím na (1) fylogenetickú kontinuitu správania, na (2) fyziologické základy správania a na (3) princíp univerzálnosti, klasifikovať komplexný motivačný systém do troch, resp. štyroch subsystémov (inštinktívny, pudový, implicitný a explicitný subsystém).

V prípade klasifikácie emócií je stav menej priaznivý a na začiatku 90. rokov neexistovali ani jednotne akceptované východiská. S odvolaním sa na Mayringa (in Ulich a Mayring, 1992) možno konštatovať, že takýto stav súvisí s tým, že opisu jednotlivých emócií (citovaný autor používa na pomenovanie tejto oblasti pojem „špeciálny výskum emócií“ – protikladom je podľa neho „všeobecný výskum“, ktorý sa zaoberá fyziologickými základmi, subjektívnym prežívaním, kognitívnymi procesami, výrazom emócií a emocionálnym správaním) bol v modernom výskume venovaný iba veľmi malý priestor. Boli zatiaľ skúmané a opísané iba niektoré vybrané emócie, akými sú strach, depresivita, hnev a stres (porovnaj Nákonečný, 2001). Mayring (in Ulich a Mayring, 1992) s prihliadnutím na túto situáciu navrhol základné východiská analýzy diskretných emócií:

- a) identifikovať konkrétne emócie,
- b) usporiadať ich,
- c) analyzovať ich špecifickú štruktúru
- d) opísať ich.

A) Čo sa týka identifikácie (inventarizácie) a usporiadania (klasifikácie) konkrétnych emócií citovaný autor uvádza, že „doterajšie pokusy konkrétne emócie inventarizovať a usporiadať, sú z hľadiska ich početnosti takmer neprehľadné a súčasne z hľadiska ich obsahu nezrozumiteľné“ (in Ulich a Mayring, 1992, str. 131). Samotné stratégie, ktoré boli doposiaľ pri týchto pokusoch použité, sa dajú rozdeliť do troch tried: 1) hľadanie bazálnych (primárnych) emócií; 2) pokusy o určenie základných emocionálnych dimenzií; 3) pokusy usporiadať špecifické emócie do jednotlivých skupín z hľadiska ich obsahovej podobnosti.

1) Prvej stratégii - hľadanie bazálnych (primárnych) emócií - bude venovaná najväčšia pozornosť. Mayring (Ulich a Mayring, 1992) uvádza, že s využitím vývinovo-psychologického aspektu sa vychádza z toho, koľko a aké emócie má jednorôčné dieťa:

náklonnosť, povznesená nálada, pôžitok, vzrušenie, bolesť, hnev, strach, smútok alebo sa využíva evolučnobiologické hľadisko – porovnaj Plutchik - 8 alebo Izard - 10.

Nezodpovedanou otázkou ostáva, podľa čoho sme rozhodli, že práve uvedené kritérium je správne – teda, že sme za bazálne určili emócie jednoročného dieťaťa a nie iné. Odpoveď je komplikovaná a dve z mnohých riešení pochádzajú od významných odborníkov - Averilla a Ekmana.

Averill si kladie principiálnu otázku, či vôbec existujú bazálne emócie? A odpoveď hľadá v úvahe, či máme pritom vychádzať z horizontálnej klasifikácie - jednoúrovňová klasifikácia (každá emócia má rovnakú šancu dostať sa do klasifikácie) alebo z hierarchickej klasifikácie (niektoré sú bazálne iné nie alebo menej).

Horizontálna klasifikácia

V tomto prípade je podstatné rozhodnúť, na základe čoho sa bude klasifikovať, či sa má klasifikovať na základe prototypov (prototyp - najlepší exemplár, vzor, príklad kategórie) alebo na základe podstatných znakov (esencializmus - nevyhnutné a postačujúce podmienky pre priradenie ku kategórii).

Podľa Averilla (1994) odpoveď na otázku, či existujú emócie, ktoré sú prototypickejšie ako iné znie, že určite existujú. Napríklad hnev je určite lepší prototyp ako zármutok, strach ako úzkosť (neuvádza však prečo).

Na prototypoch založená kategorizácia uprednostňuje výber najlepších príkladov pred prihliadaním na podstatu. Ktorý prototyp je najlepší, je vecou diskusie (reprezentatívny člen, ideálny člen, priemerný člen triedy), a preto voľba prototypu môže variovať. Averill uvádza tieto slabé stránky prototypického prístupu ku klasifikácii emócií:

- Prototyp nemusí vystihovať podstatu. Napríklad: ak je fyziologické vzrušenie (arousal) podstatnou štruktúrou emócie, potom krátko trvajúca emócionálna epizóda musí byť nevyhnutne nasledovaná fyziologickou reakciou. Prototypová teória to však nevyhnutne nepredpokladá - ak povieme strach, nepovedali sme pritom, že ide o prítomnosť určitej miery vzrušenia.

- Nedoriešené je ďalej, ako zaradiť emócie, ktoré nie sú prototypické – nádej, hrdosť, vina.

Stručne, prototypická teória, ktorá je často prezentovaná ako alternatíva k esencializmu (podstatné znaky) môže byť pascou. Nemožno povedať, že je zlá alebo neinformatívna ako celok, lebo prototypy nám pomáhajú predstaviť si a uvažovať o určitých fenoménoch, avšak môžu viesť k omylom – najčastejšie k stereotypom. Napríklad: jeden člen rodiny môže byť reprezentatívnejší ako iní, ale to neznamená, že je dôležitejší, fundamentálnejší apod. ako

ostatní (Wittgenstein, 1953). A ďalej, nie všetkých členov určitého druhu musí spájať určitá spoločná charakteristika (podstatný znak).

Hierachická klasifikácia

V tomto prípade ide o viacúrovňovú schému klasifikácie – to znamená, neporovnávajú sa členovia jednej úrovne, ale uvažované je o ich hierarchii. Aké je kritérium pre zaradenie k jednotlivým úrovniam hierarchie? Mervis a Rosch (1981) navrhli kritérium, podľa ktorého možno zaradiť jav k bazálnym javom na základe toho, že: “informačná hodnota jeho atribútov je maximalizovaná. Je to rovina, v ktorej kategórie maximalizujú vnútro-kategoriálnu podobnosť v porovnaní s medzi-kategoriálnou podobnosťou“ (s. 92). Bazálny sa tu nemyslí „spodný“, „na ktorom niečo stojí“, ale v zmysle spostredkujúci prechod medzi kategóriami. Takáto klasifikácia je známa od Shavera a kol. (1987). To však nie je jediná možnosť hierachickej klasifikácie. V chémii existuje tzv. atomárna úroveň a je považovaná za bazálnu – čo znamená, že ďalšie delenie jednotlivých elementov do menších jednotiek nie je možné. Plutchik (1980) a Oatley a Johnson-Laird (1987) tvrdia, že bazálne emócie by mali byť definované práve tak, aby vyjadrovali najnižšiu – elementárnu úroveň, mali by to byť emócie, ktoré sa nedajú deliť na elementárnejšie.

Návrh princípov organizácie (klasifikácie) podľa Averilla (1994)

Averill uvažuje o trojakom pôvode princípov klasifikácie:

- biologický (informácia je zakódovaná v génoch)
- sociálny (vplyv pravidiel a iných kultúrnych artefaktov)
- psychologický (vplyv subjektívnych schém alebo vedomostí osoby)

Rozhodujúcim klasifikačným kritériom je funkcia emócií – a na základe tohoto kritéria možno určiť, ktoré emócie sú tzv. bazálne: sú to také emócie, ktoré plnia vitálne - životne dôležité funkcie. Pre koho alebo pre čo životne dôležité? Existujú tri možnosti:

- pre biologické prežitie (biologické kritérium)
- pre spoločnosť a jej fungovanie (sociálne)
- pre indivídium (psychologické)

Ktorá z týchto možností je rozhodujúca (fundamentálna)? V súčasnosti je veľmi populárnou odpoveďou, že rozhodujúcou je biologická rovina. Ak by sme to akceptovali, veľa sa zjednoduší a definícia bazálnych emócií by obsahovala tvrdenie, že bazálne emócie musia byť univerzálne pre všetky humánne druhy, musia byť pozorovateľné v rudimentárnej podobe u subhumánnych primátov a musia byť dedičné. Aj odpoveď na otázku, prečo práve biologické kritérium je bazálne, je z určitého aspektu nepochybná: ako druh je ľudské bytie

produktom milióny rokov trvajúcej evolúcie a v tomto zmysle sú biologické princípy organizácie prioritné vo vzťahu k sociálnym a psychologickým. Ale, biológia má na ľudské správanie iba veľmi malý vplyv (Averill). Ďaleko väčší vplyv majú sociálne princípy: napríklad pre Japoncov je príslušnosť (spolupatričnosť) k iným ľuďom (attachment) najvýznamnejšia pre bazálne emócie. Ďalej, niektoré emócie sú silne viazané na vek (ročné dieťa, predpuberta, puberta, atď). Sociálne a biologické princípy sa vždy musia manifestovať cez správanie individua, a preto je v tomto procese vždy prítomný určitý „sklz“ – nevidíme ich priamo. Pre tieto nevýhody biologického a sociálneho princípu sa zdá, že psychologický princíp by mal byť rozhodujúci. Pod psychologickým princípom má Averill na mysli subjektívne pravidlá, plány a vedomostné štruktúry, ktoré determinujú vnímanie seba. Emocionálna skúsenosť so sebou samým, emocionálne prežívanie samého seba je psychologicky bazálna – osoby vtedy väčšinou cítia silu alebo zmenu samého seba (nemusí byť iba pozitívna – depresívna osoba, ktorá cíti sklúčenosť a vinu sa cíti ako zavretá v konzerve). Ak psychologicky bazálna emócia prevezme dominujúce postavenie, možno hovoriť (v antikvariátnej – zastaralej terminológii) o „ruling passion“ - ovládaný vášňou alebo „master sentiment“. Niektorí ľudia sú ovládaní strachom, iní hnevom, láskou, hanbou, pýchou alebo hocičím.

Averill sám neponúka definitívne riešenie a uzatvára, že pojem „bazálny“ môže byť aplikovaný na ktorúkoľvek z troch uvedených perspektív a tvrdiť napríklad, že bazálna má byť biologická, nemá oporu v empirickom výskume: na súčasnej úrovni poznania preferovať iba biologický princíp, je podľa neho skôr brzdou ako facilitátorom chápania podstaty emócií.

Iný názor na to, čo znamená „bazálne“ v prípade emócií má Ekman (1994), ktorý chce pomocou pojmu bazálny zvýrazniť úlohu evolúcie, ktorá zohrala rozhodujúcu úlohu pri formovaní emócií a pri utváraní ich funkcie. Vrodené (genetické) faktory hrajú dôležitú rolu pri ich diferenciacii (kvalitatívne odlišnosti) ako aj pri ich spoločných charakteristikách.

Emócie sa rozvíjajú vďaka ich adaptívnej úlohe pri konfrontácii s fundamentálnymi životnými úlohami. Na to, o aké fundamentálne úlohy ide, existujú rozmanité odpovede:

Johnson-Laird a Oatley (1992) uvádzajú, že „každá emócia okamžite orientuje individuum tým smerom, ktorý je v súlade s evolúciou a robí to lepšie ako vznikajúce riešenia opakovaných okolností pri významných cieľoch“ (str. 15, citované podľa Ekmana a Davidsona, 1994). Podľa Ekmana to, čo odlišuje emócie od ostatných psychologických javov je naše kognitívne hodnotenie (appraisal) aktuálnej udalosti. V práci z roku 1977 charakterizoval povahu kognitívneho hodnotenia takto: „Pretože interval medzi podnetom a

emocionálnou odpoveďou je zväčša mimoriadne krátky, mechanizmus hodnotenia musí byť schopný operovať veľkou rýchlosťou. Appraisal je nielen rýchly, ale často prebieha bez účasti vedomia, mechanizmus hodnotenia je schopný operovať automaticky... Appraisal však nie je vždy automaticky. Občas je hodnotenie toho, čo sa deje pomalé, úmyselné a uvedomované“ (str. 58 – 59, citované podľa Ekmana a Davidsona, 1994). Takýto prístup k appraisal je blízky pozícii, ktorá je známa od Zajoca (1985) a Ohmana (1986).

Vráťme sa k opisu emócií ako adaptívnych vo fylogenéze vzniknutých mechanizmov, ktoré sú zamerané na riešenie fundamentálnych životne dôležitých úloh. Ekman v tejto súvislosti uvádza takéto vlastnosti emócií:

1. Individuálne a kultúrne rozdiely v sociálnom učení môžu spôsobovať rozdiely v emóciach.
2. Emócie ľudí sú podobné tým, ktoré sú pozorované u ostatných primátov. Je možné, že existujú emócie, ktoré sú typické iba pre ľudí, ale neexistuje o tom presvedčivý dôkaz.
3. Emócie môžu vzniknúť tak rýchlo, že sa môžu objaviť skôr, než začalo ich uvedomenie. V ich rýchlosti je ich rozhodujúca adaptívna hodnota.

Zatiaľ čo časť autorov tvrdí, že niektoré emócie trvajú hodiny alebo dni – podľa Ekmana je to väčšinou niekoľko minút alebo sekúnd – a dlhé trvanie emócií možno vysvetliť ako sumovanie krátkych emocionálnych epizód. Pretože emócie vznikajú rýchlo, na základe automatického kognitívneho hodnotenia, s malou účasťou vedomia, s neumyšelnými zmenami vo výraze a fyziológii, často ich prežívame tak, že sa dejú v nás, ale meniť ich nedokážeme. Ďalšie dva komponenty emócií – fyziologické a expresívne prejavy – opisuje Ekman ako aspekty emocionálnej reakcie.

Ekman, Levenson a Friesen (1983) uvádzajú, že existujú dôkazy o tom, že pre hnev, strach a hnus a pravdepodobne aj pre smútok existujú špecifické vzorce aktivity autonómneho nervového systému (ANS). Platí však, že výsledky výskumov nie sú vo všetkých prípadoch jednoznačné. Napríklad, pripravenosť bojovať je dobrou adaptívnou akciou pri hneve, čo je konzistentné so zistením, že krv sa pri hneve koncentruje do rúk. Ekman netvrdí, že to znamená, že našiel pre emóciu špecifický vzorec, vzorec, ktorý sa líši od emócie k emócií (prekvapenie, radosť atď), pretože neexistujú zatiaľ definitívne potvrdené zistenia, že všetky, aj pozitívne emócie, možno zahrnúť pod túto predstavu. Určite to však platí pre vyššie uvedené štyri emócie, lebo evolúcia vybavila primáty reagovaním buď sa priblížiť – alebo sa vyhnúť a iba sociálne učenie môže pridať iný vzorec priebehu reakcie. Ak by tomu tak bolo, potom by bolo možné merať elektromyograficky odlišné tendencie k aktivite. Podľa Ekmana to však zatiaľ nie je možné a navrhuje, aby sme pohotovosť reagovať alebo pre emóciu

špecifickú aktivitu ANS nebrali do úvahy pri definícii emócie (Frijda, 1986 je opačného názoru).

Ekman opísal 7 charakteristík emócií (ôsmu – univerzálny signál nemajú všetky emócie), ktoré môžu pomôcť určiť podstatu emócie a podľa týchto atribútov ich klasifikovať:

- automatický appraisal
- vzťah k predchádzajúcej udalosti
- výskyt u ostatných primátov
- rýchly začiatok
- krátke trvanie
- neúmyselný výskyt
- charakteristické fyziologické procesy

Domnieva sa ďalej, že týchto 7 charakteristík možno evidovať v prípade 17 emócií: baviť sa (amusement), hnev, úcta (awe), pohrdanie (contempt), pokoj/uspokojenie, odpor, rozpaky (embarrassment), vzrušenie (excitement), strach, vina, záujem, hrdosť na úspech, úľava/útecha, smútok, spokojnosť, zmyslová radosť a hanba.

Nie u všetkých z uvedených emócií sú známe charakteristické, univerzálne signály (8. charakteristika). Aby sme emóciu považovali za emóciu, mala by mať všetky opísané charakteristiky. Niektoré emócie majú ešte jednu – komunikatívnu charakteristiku. Konkrétne, charakteristický univerzálny signál bol identifikovaný v prípade hnevu, strachu, hnusu a smútku. Russell (in press) uvádza, že to platí aj pre pohrdanie a Keltner (osobné zdedenie Ekmanovi, október, 1991), že aj pre rozpaky. Pozitívne emócie – bavenie sa, pokoj, vzrušenie, hrdosť na úspech, spokojnosť, sensorická radosť a úľava – všetky majú jednoduchý signál – určitý druh úsmevu. Podľa Ekmana neexistuje iný mimický signál, ktorý by umožnil diferencovať medzi týmito pozitívnymi emóciami.

Nakoniec ešte Ekmanova odpoveď na otázku, koľko emócií existuje. Každá z emócií nie je iba jednoduchým afektívnym stavom, ale „rodinou“ navzájom súvisiacich stavov. Každý z členov rodiny určitej emócie zdieľa sedem (osem) opísaných charakteristík. Medzi rodinami emócií je možné rozlišovať a rozdiely medzi nimi sú vecou témy. Rozdiely vo vnútri témy sú vecou variácie. Téma je produktom evolúcie, variácie sú vecou učenia.

„Musím uviesť, že neuznávam existenciu nebazálnych emócií. Všetky emócie majú sedem – osem charakteristík“ (Ekman, podľa Ekmana a Davidsona, 1994).

2) Pokusy o určenie základných emocionálnych dimenzií: podľa Wundta (in Ulich a Mayring, 1992) možno predpokladať tri emocionálne dimezie – príjemný/nepříjemný

(pôžitok/nechuť), vzrušenie/uspokojenie a napätie/uvoľnenie; podľa Bottenberga (1972, in Ulich a Mayring, 1992) možno hovoriť o dvoch potvrdených emocionálnych dimenziách – príjemný/nepříjemný a aktívny/pasívny.

3) Tretia skupina pokusov vychádza z toho, že špecifické emócie možno usporiadať do jednotlivých skupín podľa ich obsahovej podobnosti (Mees, 1985, na základe analýzy slovných opisov dospel k trom triedam emócií:

vzťahové – napríklad láska, pohrdanie,

empatické – napríklad súcít, závisť a

s cieľom súvisiace emócie – napríklad smútok, nádej, vďačnosť, hrdosť

B. O usporiadanie emócií sa pokúsil Mayring (Ulich a Mayring, 1992) a pri výbere konkrétnych emócií, ktoré do klasifikácie zaradiť, sa riadil skôr pragmatickými hľadiskami, ako hľadaním bazálnych emócií: zvolil tie emócie, ktoré boli extrahované pomocou clusterovej analýzy z rozsiahlych zoznamov všetkých emocionálnych slov (vychádzal z práce Schmidta-Atzerta a Ströhma, 1983, ktorí takýmto postupom získali 56 emocionálnych pojmov) a súčasne vybral iba tie emócie, o ktorých je k dispozícii dostatočné množstvo výskumných zistení.

Takýmto spôsobom dospel k 24 emóciám, ktoré rozdelil do štyroch skupín:

- náklonnostné emócie: láska (sympatia, väzba), súcít, hrdosť (sebavedomie), nádej (túžba) a prekvapenie (úžas)
- odmietajúce emócie: hnus (odpor), pohrdanie, hnev (zlosť), strach, nenávisť, žiarlivosť a závisť
- emócie vyjadrujúce subjektívnu pohodu: pôžitok, radosť, spokojnosť, úľava (uvoľnenie) a šťastie
- emócie predstavujúce subjektívnu nepohodu: sklúčenosť (depresivita), smútok (starosť), hanba, cit viny, nuda (únava, prázdno), napätie (nervozita, nepokoj, stres) a osamelosť

C. Čo sa týka opisu a analýzy špecifickej štruktúry konkrétnych emócií, Mayring (in Ulich a Mayring, 1992) sa opiera o ich päťkomponentovú štruktúru, pričom jednotlivé komponenty nepovažuje za izolované a samostatné elementy emócií, ale iba za východisko k lepšiemu opisu a pochopeniu emócií a emocionálneho prežívania. Konkrétne ide o týchto päť komponentov:

(1) subjektívne prežívanie, (2) typické situácie, ktoré príslušnú emóciu spravidla vyvolávajú, (3) typické kognície, kognitívne obsahy, ktoré vzniku emócií predchádzajú, (4) fyziologické koreláty a (5) typické výrazové správanie, ktoré prežívanie konkrétnej emócie doprevádza.

D. Opis jednotlivých emócií by v zhode s vyššie uvedenou Mayringovou predstavou mal obsahovať opis jednotlivých komponentov, ktorých postupnosť by mohla v súlade s predstavou Plutchika (1980), resp. Oatleya a Jenkinsovej (1996) byť nasledovná: situácie vyvolávajúce príslušnú emóciu, kognície, prežívanie, fyziologické koreláty a emocionálny výraz.