

Paul Ekman

# ODHALENÉ EMOCE

The background of the cover features three stylized human faces created from dense, overlapping scribbles. One face in the upper right is yellow, one in the middle left is red, and one in the lower right is black. The overall style is graphic and expressive.

Naučte se  
rozpoznávat výrazy tváře  
a pocity druhých

Překlad originálu Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings  
to Improve Communication and Emotional Life

## ODHALENÉ EMOCE

Naučte se rozpoznávat výrazy tváře a pocity druhých  
PAUL EKMAN

Emotions Revealed. Copyright © 2003 by Paul Ekman. Chapter 10, "Emotions and Lying," copyright © 2007 by Paul Ekman. All rights reserved. Originally published in hardcover in 2003 by Henry Holt and Company. First published by Orion, London.

Podle anglického originálu Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life vydalo v edici Pod povrchem nakladatelství Jan Melvil Publishing v Brně roku 2015. Žádná část této knihy nesmí být nijak použita či reprodukována bez písemného svolení, s výjimkou případů krátkých citací jako součásti kritických článků a recenzí.

Překlad Eva Nevrlá  
Odpovědná redaktorka Andrea Brázdová  
Redakční spolupráce Tomáš Baránek, Vít Šebor  
Sazba a grafická úprava David Dvořák  
Jazyková korektura Vilém Kmuníček  
Obálka Tomáš Šťovíček

Tisk a vazba TISK CENTRUM, s. r. o., Brno  
Vydání první  
Jan Melvil Publishing, 2015  
melvil.cz  
mitvsehotovo.cz

Chyby a připomínky: [nelibisemi@melvil.cz](mailto:nelibisemi@melvil.cz)  
Pochvaly a recenze: [melvil.cz/kniha-odhalene-emoce](http://melvil.cz/kniha-odhalene-emoce)  
Diskutujte o knize s hashtagem #odhaleneemoce

Knihla vyšla také elektronicky.

ISBN 978-80-87270-81-3

*Bertu Bootheovi, Stevu Footeovi, Lynne Huffmanové,  
Stevu Hymanovi, Martymu Katzovi, Stevu Koslowovi, Jacku Maserovi,  
Molly Oliveriové, Betty Pickettové, Elimu Rubinsteinovi, Stanu  
Schneiderovi, Joy Schulterbrandtové, Hussainu Tumaovi  
a Lou Wienckowskemu z amerického Národního institutu  
pro duševní zdraví*

*a*

*Robertu Semerovi a Leovi Siegelovi*



## OBSAH

Poděkování	9
Předmluva k druhému vydání	11
Úvod	13
1/ Emoce napříč kulturami	19
2/ Kdy reagujeme emocionálně	37
3/ Jak změnit, na co reagujeme emocionálně	61
4/ Jak projevujeme emoce	76
5/ Smutek a utrpení	108
6/ Hněv	136
7/ Překvapení a strach	175
8/ Odpor a opovržení	200
9/ Pozitivní emoce	221
10/ Lži a emoce	246

Závěr: Život s emocemi	265
Doslov	272
Dodatek: Test – jak umíte číst ve tváři druhých	276
Poznámky	299
Zdroje obrazových příloh	319
Rejstřík	321
O autorovi	327

## PODĚKOVÁNÍ

Věnoval jsem tuto knihu několika lidem z amerického Národního institutu pro duševní zdraví (*National Institute of Mental Health*). Někteří z nich se o moji práci začali zajímat již v samotných počátcích mé kariéry v roce 1955, kdy jsem zahájil postgraduální studium. Jiní se přidávali během let následujících. V tomto rozsáhlém časovém období – 1955 až 2002 – se mi z jejich strany dostalo velké podpory, mnoha rad a v prvních letech i značné důvěry. Bez jejich pomoci bych se nikdy nestal výzkumným psychologem ani univerzitním profesorem a nenaučil bych se věci, o kterých dnes píšu. Tato publikace vznikla s podporou grantu Senior Scientist Award K05MH06092.

Knihu jsem také věnoval svým dvěma strýcům z matčiny strany, Leovi Siegelovi a zesnulému Robertu Semerovi. Když mi bylo osmnáct a byl jsem úplně nezkušený a poprvé odkázaný sám na sebe, oni mi umožnili pokračovat ve studiu. To byl nezbytný základ všeho dalšího – *sine qua non*.

S Wallym Friesenem jsme spolupracovali dvacet pět let. Prakticky veškerý výzkum, o kterém zde píši, jsme prováděli společně. Jsem mu vděčný za jeho pomoc a přátelství. David Littschwager mi poskytl užitečné rady ohledně provedení fotografií výrazů tváří, které se objevují v kapitolách 5 až 9. Své dceři Evě děkuji

za trpělivost a talent při pořizování fotografií; kromě těch v této knize jich byly tisíce dalších. Wanda Matsubayashiová, již přes dvacet pět let moje asistentka, zpracovala text a odkazy. David Rogers upravoval fotografie ve Photoshopu a velmi mi pomohl při získávání povolení k otištění fotografií z agentur.

Psychologové Richard Lazarus a Philip Shaver mi poskytli užitečnou zpětnou vazbu k počáteční verzi první poloviny knihy. Philip také působil jako korektor textu a poskytl mi mnoho důležitých podnětů k úvahám. Filozofka Helena Croninová mě v mnoha aspektech mých poznatků povzbuzovala i prověřovala. Psychiatr Bob Rynearson a psycholožky Nancy Etcoffová a Beryl Schiffová přispěli cennými radami k první verzi rukopisu. Z mnoha studentů, od kterých jsem při práci na knize obdržel zpětnou vazbu, mi obzvláště hodně času věnovaly Jenny Beersová a Gretchen Lovasová. Řadu užitečných doporučení a kritických poznámek mi poskytli také mí přátelé Bill Williams a Paul Kaufman.

Toby Mundy, později zakladatel nakladatelství Atlantic Press v Londýně, mě povzbudil, abych rozšířil zaměření knihy a zařadil některá témata z kapitol 2 až 4. Claudia Sorsbyová mi poskytla praktické redakční rady u první verze rukopisu a Robin Dennis z nakladatelství Times Books mi velmi pomohl, když mě přiměl dopracovat původně opomenutá témata, a přispěl také ke korektuře knihy. Neutuchajícím zdrojem povzbuzení a rad byl pro mě také můj literární agent Robert Lescher.



## PŘEDMLUVA K DRUHÉMU VYDÁNÍ

Jsem velmi rád, že se mohu díky druhému vydání knihy *Odhalené emoce* se čtenáři podělit o nové myšlenky a výzkumy, které by jim mohly dále pomoci při zkvalitnění emocionálního života. Od doby prvního vydání již uběhly čtyři roky. Aktualizoval jsem závěr a doslov a přidal novou kapitolu o lžích a emocích (kapitola 10). V ní jsem shrnul nejnovější poznatky o úloze emocí při lhaní, se zvláštním důrazem, jak nám mohou projevy emocí pomoci posoudit pravdomluvnost. Vycházím zde ze zkušeností posledních několika let, kdy jsem aplikoval své poznatky při spolupráci s organizacemi národní bezpečnosti.

Cílem této knihy je pomoci lidem zdokonalit čtveřici základních schopností v oblasti emocí. Proto uvádím i různá doporučení a cvičení, o nichž doufám, že budou jak užitečná, tak zajímavá, provokativní. Zmiňovanou čtveřici základních schopností tvoří:

Za prvé, **schopnost vědoměji rozpoznávat, kdy se stáváte emotivními**, a to ještě předtím, než v návalu emocí promluvíte nebo něco uděláte. Osvojit si tuto dovednost je vůbec nejobtížnější. V kapitole 2 se dozvíte, proč tomu tak je. V kapitole 3 a v některých částech kapitol 5 až 8 zabývajících se konkrétními emocemi představuji cvičení na zvýšení jejich uvědomění. Osvojíte-li si

tuto dovednost, budete moci do jisté míry rozhodovat o tom, kdy a jak emoce pociťte.

Za druhé, **schopnost umět zvolit způsob chování v okamžiku přívalu emocí**, tak abyste dosáhli svého, ale neublížili druhým. Projevy emocí mají svůj důležitý účel – pomáhají nám rychleji dosahovat cílů, ať už chceme získat útěchu, zastrašit predátora, či cokoliv jiného. Správný projev emocí nezpůsobuje osobě, vůči které jsou namířeny, žádnou újmu nebo problémy. Není snadné si takovou schopnost osvojit, ale procvičováním se může stát součástí našeho života. Informace a cvičení k tomuto tématu najdete v kapitolách 4 až 8.

Za třetí, **schopnost více vnímat to, jak se cítí druzí**. Protože emoce stojí v jádru všech našich důležitých vztahů, musíme být citliví vůči pocitům ostatních. Pokud byste se tímto tématem chtěli zabývat hlouběji, než umožňuje rozsah knihy, podívejte se na webové stránky *paulekman.com*. Jsou zde k dispozici CD, pomocí kterých můžete tuto schopnost rychleji rozvinout.

Za čtvrté, **schopnost opatrněji nakládat s poznatky, které zjistíte o pocitech druhých**. Někdy to může znamenat, že se druhého člověka zeptáte na projevené emoce a dáte najevo, že víte o jeho pocitech. Anebo to může znamenat, že přehodnotíte svoji reakci ve světle zjištěných informací. Zareagujete na základě toho, o koho se jedná, a také na základě dosavadních vzájemných vztahů. Jak rozdílná může být reakce podle toho, zda jde o rodinného příslušníka, kolegu z práce nebo přítele, je vysvětleno v závěrečných částech kapitol 5 až 8.

**E**moce určují kvalitu našich životů. Objevují se v každém vztahu, na kterém nám záleží – na pracovišti, ve vztazích s přáteli, mezi členy naší rodiny a v intimních partnerských vztazích. Mohou nám zachránit život, ale také natropit hodně škod. Přimějí nás chovat se realisticky, způsobem přiměřeným dané situaci, ale také tak, že toho později velmi litujeme.

Jak například zareagujete, když vás šéf zkritizuje za práci, za kterou jste očekávali pochvalu? Skloníte submisivně hlavu v obavách, namísto abyste svoji práci obhájili? Ochrání vás to před další nepříjemnou situací v budoucnu? A co když šlo o nedorozumění, protože jste nepochopili, v čem jeho výtky spočívaly? Dokážete své pocity skrýt a chovat se „profesionálně“? Proč se šéf pouсмál, když začal hovořit? Těšil se snad na vyhlídku, jak vás ztrapní, anebo to byly rozpaky? Nebo snad měl v úmyslu vás tím úsměvem povzbudit? Znamenají všechny úsměvy totéž?

Nebo si představte, že svému partnerovi oznamujete, že jste přišli na nějakou větší investici, kterou udělal bez vašeho vědomí – jsou to obavy nebo znechucení, co se mu zračilo ve tváři? Ušklíbl se jako vždycky v očekávání vaší, jak to rád nazývá, „přehnané emocionální reakce“? Prožíváte emoce stejným způsobem

jako on, stejným způsobem jako ostatní lidé? Rozzlobí vás, vystraší nebo rozesmutní věci, které ostatní, zdá se, nechávají klidnými? Dá se s tím něco dělat?

Naštvalo by vás, kdyby se vaše šestnáctiletá dcera vrátila večer domů o dvě hodiny později, než měla dovoleno? A co by vlastně váš hněv spustilo? Byl by to strach, který jste cítili pokaždé, když jste se podívali na hodinky a uvědomili si, že pořád ještě nezavolala a neřekla, že se opozdí? Anebo by to bylo kvůli tomu, že jste při čekání na ni přišli o několik hodin drahocenného spánku? Když s ní o tom další den ráno budete mluvit, ovládnete svůj hněv tak dobře, aby pochopila, že vám nejde o to, v kolik přišla, ale o její bezpečí? Anebo si vašeho potlačovaného hněvu všimne a bude reagovat defenzivně? Poznáte z výrazu její tváře, jestli je rozpačitá, má pocit viny, anebo je v jejím pohledu vzdor?

Napsal jsem tuto knihu proto, abych vám pomohl na podobné otázky odpovědět. Mým cílem je, aby čtenáři lépe pochopili a zlepšili svůj emoční život. Stále mě překvapuje, že až donedávna jsme, vědci i laikové, věděli o emocích tak málo – navzdory jejich důležitosti. Jenže kvůli prchavé povaze emocí nevíme zcela přesně, jak nás ovlivňují a jak rozpoznat jejich známky u nás samotných a u ostatních. A o tom všem je tato kniha.

Emoce v nás často vznikají velice rychle, někdy tak rychle, že naše vědomé já se na nich vlastně nepodílí, dokonce ani nezaznamená, co v naší mysli danou emoci daného okamžiku spustilo. V momentu ohrožení nám taková rychlost může zachránit život, ale jindy má přehnaná emotivní reakce fatální důsledky. Nemůžeme příliš ovlivnit, kvůli čemu emoce vzniknou. Je však možné – i když ne snadné – změnit jejich spouštěče a naše chování, zaplaví-li nás.

Studiem emocí se zabývám přes čtyřicet let. Zaměřuji se hlavně na jejich projevy a v poslední době zejména na psychologii emocí. Zkoumal jsem pacienty na psychiatrii, normální osoby, dospělé i děti, ve své i v mnoha dalších zemích. Sledoval jsem je v situacích, kdy reagovali přehnaně, nepřiměřeně, nevhodně, kdy lhali a kdy říkali pravdu. Výsledky těchto výzkumů, představující výchozí

základnu dalšího textu, shrnuji v kapitole 1 s názvem Emoce napříč kulturami.

V kapitole 2 pokládám ústřední otázku: Proč reagujeme v určitých situacích emocionálně? (Neboli: když reagujeme emocionálně, proč se to děje?) Máme-li se pokusit změnit to, kvůli čemu nás zaplavují emoce, musíme znát odpověď na uvedenou otázku. Co spouští naše jednotlivé emoce? Mohli bychom konkrétní spouštěč odstranit? Například nám partner v autě řekne, že jsme zvolili zbytečně dlouhou trasu, a nás to rozladí. Možná v nás dokonce začne bublat hněv... že si nám dovoluje radit a vlastně tak kritizuje naše řídičské schopnosti. Proč nedokážeme takovou informaci přijmout bez emocí? Proč se nás to dotýká? Dokážeme se změnit, aby nás podobné nepodstatné záležitosti nerozhodily? Těmito tématy se zabývám v kapitole 2, která má název Kdy reagujeme emocionálně.

V kapitole 3 vysvětluji, jakým způsobem můžeme změnit svoje emocionální reakce. Nejprve je nutno identifikovat takzvané spouštěče, tedy faktory, které nás nutí reagovat tak, že toho později litujeme. Dále musíme zjistit, zda konkrétní spouštěč bude odolávat našim snahám o změnu, anebo zda bude snadné jeho vliv oslabit. Ne všechny spouštěče se nám podaří zdolat, ale když lépe pochopíme jejich vznik a působení, budeme mít větší šanci změnit něco na tom, co nás nutí reagovat emocionálně.

V kapitole 4 popisují, jak jsou naše emocionální reakce – náš výraz, chování a myšlenky – organizovány. Můžeme ovládnout svoji podrážděnost, aby se nám neprojevila v hlase a nezračila ve tváři? Proč máme někdy dojem, že jsou emoce jako rozjetý vlak, nad kterým nemáme žádnou kontrolu? Nemáme šanci, nezačneme-li si nejprve jasněji uvědomovat, kdy jednáme emocionálně. Často si toho totiž vůbec nejsme vědomi – dokud se někdo proti našemu chování neohradí, případně dokud si to neuvědomíme později. V kapitole 4 vysvětluji, jak se můžeme stát vůči svým emocím pozornějšími – abychom pak dokázali reagovat emocionálně konstruktivním způsobem.

Chceme-li omezit případy destruktivních emocionálních reakcí a naopak podpořit ty konstruktivní, měli bychom znát původ

každé emoce, její kořeny a obsah. Poznáme-li spouštěče jednotlivých emocí, takové, které máme společné s ostatními, i takové, které fungují jen u nás samotných, možná se nám podaří jejich vliv potlačit. Nebo alespoň zjistíme, proč jsou některé spouštěče tak mocné, že odolávají jakýmkoliv snahám dostat je pod kontrolu. Každá emoce také vyvolává v našem těle specifický vzorec pocitů. Obeznamíme-li se s těmito pocity lépe, budeme schopni během své emocionální reakce dostatečně brzy rozpoznat, že emoce „přichází“, a získáme šanci se rozhodnout – zda ji necháme plynout, nebo se ji pokusíme potlačit.

Kromě toho vysílá každá emoce vlastní signály, projevující se nejvýrazněji ve tváři a v hlase. V oblasti hlasových signálů emocí zbývá ještě hodně výzkumné práce. Co se týče výrazů tváře, vědeckého materiálu je více: fotografie v kapitolách o jednotlivých emocích ukazují velmi jemné, snadno přehlédnutelné výrazy ve tváři, ze kterých lze vyčíst, že daná emoce právě vzniká, nebo ji člověk potlačuje. Dokážeme-li u druhých lidí dostatečně včas identifikovat konkrétní emoce, bude se nám s nimi v různých situacích lépe jednat, případně lépe zvládneme vlastní reakci.

V samostatných kapitolách se věnuji vybranými lidským emocím – hněvu (kapitola 6), překvapení a strachu (kapitola 7), odporu a opovržení (kapitola 8) a různým typům pozitivních emocí (kapitola 9). Kapitoly obsahují vždy tato témata a prvky:

- nejobvyklejší spouštěče dané emoce,
- funkce emoce, k čemu nám slouží a jak nás může dostat do problémů,
- jakou souvislost má emoce s duševními chorobami,
- cvičení, pomocí kterých mohou čtenáři posílit vnímání svých tělesných pocitů souvisejících s danou emocí a tak zvýšit svou schopnost rozhodovat, jak se zachovají, když u nich emoce vznikne,
- fotografie zachycující jemné příznaky emocí; s jejich pomocí si čtenáři mohou lépe uvědomit pocity druhého,

- doporučení, jak používat získané informace ohledně pocitů druhých, a to ve vztazích na pracovišti, v rodině a v partnerských vztazích.

V Dodatku knihy je test, který je vhodné si udělat předtím, než budete knihu číst. Zjistíte, jak dobře dovedete rozpoznávat jemné příznaky emocí ve výrazu tváře. Po dočtení knihy si ho zkuste udělat znovu a uvidíte, zda jste se v této schopnosti zdokonalili.

Možná uvažujete, proč se některá z emocí, jež vás obzvláště zajímá, v knize neobjevuje. Rozhodl jsem se popsat emoce, které se vyskytují univerzálně, které prožívají všechny lidské bytosti. Rozpačitost, vina, hanba a závist jsou zřejmě také univerzální, ale já jsem se chtěl zaměřit na emoce s jednoznačným a univerzálním mimickým vyjádřením. Co se týče lásky, píšu o ní v rámci kapitoly o pozitivních emocích; násilí, nenávist a žárlivost jsou součástí kapitoly o hněvu.

Vědci nadále pokračují v úsilí zjistit více o individuálním prožívání emocí. Proč někteří z nás mají intenzivnější emocionální reakce nebo reagují emotivně rychleji než ostatní? V závěru knihy představuji své úvahy o individuálním emočním profilu, o dosavadních poznacích a možných směrech dalšího výzkumu v této oblasti, a jak tyto informace použít ve vlastním životě.

Význam emocí pro náš život nelze dostatečně ocenit. Můj zesnulý učitel a rádce Silvan Tomkins řekl, že právě emoce jsou hnačím motivem našeho života. Snažíme se zařídit svůj život tak, abychom maximalizovali prožitek svých pozitivních emocí a minimalizovali prožitek emocí negativních. Ne vždy se nám to podaří, ale pokoušíme se o to. Dokonce tvrdil, že emoce motivují všechna významná rozhodnutí, která kdy učiníme. Silvan to napsal v roce 1962, tedy v době, kdy se emocím ze strany behaviorálních věd nedostávalo žádné pozornosti, a jejich význam poněkud přecenil, protože jistě existují další motivy. Nicméně emoce hrají v našem životě významnou, velmi významnou roli.

Emoce dokážou potlačit to, co většina psychologů považuje, poněkud zjednodušeně, za nejsilnější, základní motivy našeho

života: hlad, sex a vůli přežít. Člověk ale nebude jíst, je-li mu jediné dostupné jídlo odporné. Dokonce možná hlady zemře – přestože jinému člověku by stejné jídlo připadalo chutné. Emoce zvítězí nad potřebou jíst. Pohlavní pud je dalším známým případem, kdy emoce mohou zabránit jeho uspokojování. Některý člověk se kvůli strachu či odporu nikdy o sexuální styk nepokusí, nebo jej nakonec nebude schopen uskutečnit. Emoce zvítězí nad pohlavním pudem. Zoufalství zase může převážit pud sebezáchovy a dohnat člověka k sebevraždě. Emoce zvítězí nad pudem sebezáchovy!

Stručně řečeno lidé chtějí být šťastní a většina z nás nechce prožívat strach, hněv, odpor, smutek nebo bolest – pokud se tak neděje v bezpečném prostředí divadla či nad stránkami románu. Přesto, jak vysvětlím později, bychom bez těchto emocí nemohli žít. Jde tedy o to, abychom s nimi žili lépe.



## EMOCE NAPŘÍČ KULTURAMI

**D**o této knihy jsem vložil vše, co jsem se o emocích naučil během uplynulých čtyřiceti let. Vybral jsem poznatky, které, jak jsem přesvědčen, mohou zlepšit osobní emocionální život. Většina informací vychází z mých vlastních vědeckých experimentů nebo z výzkumu jiných vědců zabývajících se problematikou emocí. Ale ne všechny. Své výzkumy jsem zaměřoval zejména na odhalování a měření projevů emocí ve výrazu tváře člověka. Díky těmto poznatkům jsem byl schopen zaznamenávat ve tvářích neznámých osob, přátel i členů rodiny jemné odstíny, které skoro každému uniknou. Tak jsem zjistil mnohé další poznatky, které jsem ještě neměl čas ověřit v řízených vědeckých experimentech. Pokud se informace v této knize zakládají pouze na mých pozorováních, jsou uvozeny slovy typu „Povšiml jsem si“, „Domnívám se“, „Zdá se mi“ a podobně. Pokud se zakládají na vědeckých experimentech, uvádím v závěrečných poznámkách konkrétní pramen, ze kterého vycházejí.

Značná část knihy vyplynula z mých mezikulturních studií mimiky – vyjadřování emocí výrazem tváře. Získané poznatky navždy změnily mé názory na psychologii obecně a na emoce zvláště. Díky těmto výzkumům, jež se odehrávaly na nejrůznějších místech, na Papui Nové Guineji, ve Spojených státech, v Japonsku,

Brazílii, Argentině, Indonésii a v bývalém Sovětském svazu, jsem si vytvořil zcela nové představy o povaze emocí.

Na počátku svých výzkumů koncem 50. let minulého století jsem se o mimiku příliš nezajímal. Tehdy mě fascinovaly hlavně pohyby rukou. Vytvořil jsem metodu klasifikace pohybu rukou, pomocí které se dalo odlišit neurotické pacienty od pacientů s psychotickou depresí a zjišťovalo se, jak se v důsledku léčby stav pacientů zlepšil.<sup>1</sup> Počátkem 60. let ještě ani neexistoval žádný nástroj pro přesné měření komplexních, rychle se měnících výrazů tváře u pacientů s depresí. Neměl jsem nejmenší představu, odkud začít, a tak jsem se o to ani nepokusil. Když jsem o dvacet pět let později vytvořil nástroj pro měření mimiky, vrátil jsem se k filmovým záznamům s těmito pacienty a zjistil řadu důležitých poznatků, o kterých píšu v kapitole 5.

Za přesun své vědecké pozornosti k mimice a emocím vděčím nejméně dvěma šťastným náhodám. V roce 1965 mi úřad pro pokročilé vědecké projekty (*Advanced Research Projects Agency*, ARPA), který spadá pod americké ministerstvo obrany, udělil grant na realizaci mezikulturní studie neverbálního chování. Ne že bych o takový grant žádal, ale kvůli jednomu skandálu – výzkumnému projektu použitému jako kamufláž aktivit proti povstalcům – byl jeden významný projekt ARPA zrušen a peníze na něj určené bylo nutno do konce fiskálního roku utratit na nějaký zahraniční výzkum, na něco nekontroverzního. A já se náhodou v pravou chvíli vyskytl v kanceláři člověka, který dostal na starost takový projekt najít. Měl za ženu Thajku a fascinovaly ho rozdíly v jejich neverbální komunikaci. Navrhl mi projekt, jehož cílem by bylo zjistit, které mimické projevy jsou univerzální a které odlišné podle dané kultury. Nejprve jsem se zdráhal, ale nakonec mi to nedalo a výzvu jsem přijal.

Zahájil jsem výzkum ve víře, že výrazy tváře a gestikulace jsou výsledkem sociálního učení (neboli jsou sociálně podmíněné), a tedy kulturně variabilní. Stejného názoru byla i první skupina odborníků, se kterými jsem projekt konzultoval – Margaret Meadowá, Gregory Bateson, Edward Hall, Ray Birdwhistell a Charles

Osgood. Vzpomněl jsem si sice, že Charles Darwin tvrdil opak, ale já byl tak přesvědčen, že se v tomto ohledu mýlil, že jsem se neobtěžoval jeho knihu přečíst.

Druhou šťastnou náhodou představovalo setkání se Silvanem Tomkinsem. Právě tehdy napsal dvě knihy o emocích, kde tvrdil, že mimika je vrozená a pro lidský druh univerzální, ale neměl pro svá tvrzení žádné podpůrné důkazy. Myslím, že bych si za jiných okolností jeho knihy nepřečetl ani se s ním neseznámil. Ale shodou okolností jsme oba podali ve stejné době do téhož vědeckého časopisu články o neverbální komunikaci: Silvan výsledky studie o mimice, já výsledky studie o pohybech těla.<sup>2</sup>

Zaujala mě hloubka a šíře Silvanových úvah, ale domníval jsem se, že se ve svém názoru o vrozenosti, a tudíž univerzálnosti emocí podobně jako Darwin mýlí. Potěšilo mě nicméně, že v této diskusi existují dva názorové tábory a že to nebyl pouze Darwin se svou sto let starou teorií, který Meadové, Batesonovi, Birdwhistellovi a Hallovi oponuje. Téma nebylo zdaleka mrtvé. Mezi staršími, zkušenými vědci probíhala ostrá polemika. A já jsem ve svých pouhých třiceti letech měl šanci – a finanční prostředky – jednou provždy tuto polemiku ukončit: Jsou výrazy tváře univerzální, anebo jsou podobně jako jazyk specifické pro danou kulturu? Nemohl jsem odolat! Vlastně mě ani moc nezajímalo, čím názor se nakonec ukáže jako správný, přestože jsem nemyslel, že to bude názor Silvanův.\*

---

\* Zjistil jsem pravý opak toho, co jsem předpokládal, že zjistím. Ideální stav. Zejména v behaviorálních vědách totiž platí, že získané poznatky mají větší váhu, když jsou v protikladu k očekávání vědce, nikoliv když jeho hypotézu potvrzují. Ve většině vědních oborů je to naopak: poznatky jsou důvěryhodnější, pokud byly předvídaný dávno předem. Je tomu tak proto, že pravděpodobnost zkreslení nebo chyby je kontrolována řadou vědců, kteří podle tradice experimenty opakují a ověřují, zda dojdou ke stejným výsledkům. V behaviorálních vědách bohužel tato tradice neexistuje. Experimenty se většinou neopakují, ani vědci, kteří je původně prováděli, ani jinými vědci. Bez tohoto přirozeného kontrolního mechanismu se pak často stává, že behaviorální vědci nevědomky docházejí k poznatkům, ke kterým dojít chtěli.

V první studii jsem ukazoval lidem z pěti různých kultur (Chile, Argentina, Brazílie, Japonsko a Spojené státy) sérii fotografií a oni měli odhadnout, jakou emoci tváře na fotografiích vyjadřují. Většina účastníků v jednotlivých kulturách se vždy shodla, což naznačovalo, že výrazy tváře by opravdu mohly být univerzální.<sup>3</sup> Ke stejným závěrům došel i Carroll Izard, další psycholog, kterého učil Silvan Tomkins. Prováděl výzkum v jiných regionech a používal velmi podobný experiment.<sup>4</sup> Tomkins nám ale o sobě navzájem nic neřekl, což nás nejprve našťvalo, když jsme zjistili, že na daném tématu nepracujeme sami. Ale pro vědu to tak bylo lepší – dva vědci provádějící nezávisle stejný výzkum a zjistí stejnou věc. Zdálo se, že Darwin měl pravdu.

Takže jsme tu měli problém. Jak jsme ale mohli zjistit, že se lidé z mnoha různých kultur shodnou ohledně druhu emoce zobrazené na fotografii, když tolik chytrých vzdělaných lidí tvrdí opak? A nebyli to jen cestovatelé, kteří tradičně tvrdí, že výrazy tváře Japonců nebo Číňanů nebo jiných etnických skupin mají zcela odlišný význam. Uznávaný antropolog Ray Birdwhistell (chráněncem Margaret Meadové) napsal, že opustil Darwinovy myšlenky poté, co zjistil, že v řadě kultur se lidé smějí, když jsou nešťastní.<sup>5</sup> Birdwhistellovo tvrzení zapadalo do názoru, který kulturní antropologii a většinu psychologických směrů dominoval: cokoliv, co je sociálně významné, například výrazy emocí, musí být produktem učení, a tudíž se v každé kultuře bude lišit.

Pokusil jsem se naše poznatky o univerzálnosti projevů emocí uvést do souladu s Birdwhistellovými poznatky, že se výrazy kulturu od kultury liší. Přišel jsem s konceptem pravidel projevoání (*display rules*) neboli pravidel o tom, kdo, jak a komu může určitou emoci projevovat a kdy se tak děje. Vycházel jsem z myšlenky, že tato pravidla jsou sociálně naučená a často kulturně odlišná. Proto například při většině veřejných sportovních soutěží poražený či poražená neprojevují smutek či zklamání, které pociťují. Pravidla projevoání emocí bývají obsažena v rodičovských pokáráních typu „Přestaň se tak hloupě uculovat!“. Mohou diktovat,

abychom potlačili, omezili, úplně skryli nebo zamaskovali projev emocí, které cítíme.<sup>6</sup>

Otestoval jsem svůj koncept v řadě studií. Ukázalo se například, že když jsou Japonci a Američané *o samotě*, projevují ve tváři emoce stejným způsobem – v reakci na filmové záběry například chirurgických operací nebo nehod. Když ale vědec seděl při sledování záběrů s nimi ve stejné místnosti, Japonci ve větší míře než Američané své negativní emoce maskovali, a to úsměvem. Stručně: v soukromí – vrozené projevy emocí, na veřejnosti – ovládané projevy emocí.<sup>7</sup> A protože antropologové a většina cestovatelů obvykle zaznamenává právě veřejné chování, získal jsem potřebné vysvětlení i důkaz jeho fungování. V kontrastu k tomu symbolická gesta – například pokývnutí hlavou na znamení ano, zavrtění hlavou na znamení ne, americké gesto pro OK – jsou skutečně specifická podle jednotlivých kultur.<sup>8</sup> Zde tedy měli Birdwhistell, Meadová a řada dalších behaviorálních vědců pravdu, ale ohledně mimických projevů emocí se mýlili.

Má argumentace však měla skulinu, a když jsem ji viděl já, mohli ji vidět i Birdwhistell a Meadová, kteří, jak jsem věděl, se budou pít po jakýchkoliv možnostech zpochybňujících mé poznatky. Účastníci mých (a Izardových) studií se mohli významy západních mimických výrazů naučit například při sledování filmů s Charliem Chaplinem nebo Johnem Waynem. Učení se prostřednictvím médií (filmů, televize atd.) nebo kontakt s lidmi z jiných kultur by mohlo vysvětlovat, proč se lidé z různých kulturních prostředí shodli na významu emocí ve tvářích bělochů na mých fotografiích. Potřeboval jsem tedy izolovanou kulturu bez vizuálních kontaktů s okolním světem, kde lidé nechodí do kina, nemají televizi ani časopisy a kde se vyskytuje minimum cizinců. Pokud by *tito lidé* vyhodnotili emoce na fotografiích stejně jako lidé v Chile, Argentině, Brazílii, Japonsku a ve Spojených státech, byly by mé důkazy nevyvratitelné.

Vstupenku do kultury doby kamenné mi zajistil neurolog Carleton Gajdusek, který již přes deset let pracoval na zcela izolovaných místech v oblasti Vysočiny na Papui Nové Guineji.

Pokoušel se zde najít příčinu zvláštní nemoci zvané kuru, která způsobila úmrtí téměř poloviny příslušníků jednoho ze zdejších kmenů. Místní lidé věřili, že za to může černá magie. Když jsem se na scéně objevil já, Gajdusek již věděl, že nemoc způsobuje jistý druh takzvaného pomalého viru, jehož inkubační doba trvá mnoho let, a teprve pak se začnou objevovat příznaky (podobným typem je virus způsobující nemoc AIDS). Nevěděl ale, jak se virus přenáší. (Ukázalo se, že to je v důsledku kanibalismu. Příslušníci tohoto kmene ale nepojídali své nepřátele, kteří by pravděpodobně byli v dobré zdravotní kondici, protože by zemřeli v boji. Pojíždali mozky svých soukmenovců, kteří zemřeli na nějakou nemoc, často právě na nemoc kuru, a před konzumací je neuvařili, takže vir se mohl snadno přenést. Gajdusek později za objev pomalých virů dostal Nobelovu cenu.)

Gajdusek si naštěstí uvědomil, že kultury doby kamenné ze světa brzy zmizí, zaniknou, a tak natočil víc než třicet tisíc metrů filmu z každodenního života příslušníků obou kmenů, se kterými pracoval. Nikdy se ale na tyto záznamy nedíval, jediné zhlédnutí jeho filmových záznamů by trvalo déle než šest týdnů. A tehdy jsem se s ním zkontaktoval.

Gajdusek mi kopie filmů zapůjčil, potěšen, že má někdo vědecké důvody jeho záznamy zkoumat, a my jsme je spolu s kolegou Wallym Friesenem během následujících šesti měsíců pečlivě procházeli. Filmy obsahovaly dva dosti přesvědčivé důkazy o univerzalitě mimických výrazů. Za prvé, nenašli jsme žádný zcela neznámý výraz. Pokud by mimika byla věc plně naučená (osvojená sociálně), pak by se u těchto izolovaných kmenů měly objevit nějaké nové výrazy tváře, které jsme doposud nikdy neviděli. Žádné takové tam ale nebyly.

Pak tu byla stále možnost, že známé výrazy tváře, které jsme na záznamech našli, mohly signalizovat odlišné emoce. Ale i když ne ve všech případech bylo ve filmu zřejmé, co konkrétnímu výrazu tváře předcházelo nebo co po něm následovalo, tam, kde to zřejmé bylo, potvrdila se naše (univerzálně platná) interpretace. Kdyby výraz tváře signalizoval v každé kultuře jinou emoci, pak

by úplně cizí člověk bez znalosti dané kultury nemohl být schoopen interpretovat výrazy správně.

Uvažoval jsem, jak by ještě mohli Birdwhistell a Meadowá moji argumentaci zpochybnit. Mohli například říci: „To není platný důkaz, že jste nenašli žádné nové výrazy. Ty, co jste viděli, mohou mít ve skutečnosti jiný význam. Pochopili jste je správně, protože vám to napověděl jejich sociální kontext. Nikdy jste neviděli výraz samotný – bez toho, co se stalo předtím, poté nebo právě v tom okamžiku. Kdybyste tyto informace neměli, nevěděli byste, co výrazy tváří znamenají.“ Abych vyvrátil i tyto námitky, pozval jsem k nám do laboratoře na týden Silvana Tomkinse z východního pobřeží.

Než přijel, sestříhali jsme filmové záznamy tak, aby vždy viděl jen samotný výraz člověka, bez daného sociálního kontextu – prostě jen krátké detailní záběry tváře. Silvan výrazy rozpoznával naprosto bez problémů. Veškeré jeho interpretace zapadaly do sociálního kontextu, který ovšem neznal. A navíc věděl přesně, co mu danou informaci zprostředkovalo. My s Wallym jsme také dokázali vnímat, jaké emoční sdělení ten který výraz tváře vyjadřuje, ale náš úsudek byl založen spíš na intuici. Většinou jsme nedokázali exaktně určit, co ve tváři určité sdělení signalizovalo, pokud to nebyl jednoduchý úsměv. Silvan ale přistoupil k promítacímu plátnu a ukázal přesně, který konkrétní svalový pohyb ve tváři emoci signalizuje.

Také jsme Silvana požádali o celkové zhodnocení těchto dvou kultur. Jednu skupinu popsal jako poměrně přátelskou. Druhá byla podle něj prchlivá, podezíravá, až paranoidní, a homosexuální. Skupina, kterou takto popsal, byl kmen Angů. Jeho charakteristika se shodovala s tím, co nám o příslušnících kmene vyprávěl Gajdusek, který zde prováděl výzkum. Opakovaně útočili na australské úředníky, když se v oblasti pokoušeli zřídit vládní stanici. U svých sousedů byli známí silnou podezíravostí. A muži až do svatby praktikovali homosexualitu. O několik let později musel etolog Irenäus Eibl-Eibesfeldt, který s nimi chtěl pracovat, doslova uprchnout, aby si zachránil život.

Po tomto setkání jsem se rozhodl, že se budu plně věnovat výzkumu emocí a výrazů tváře. Chtěl jsem se vydat na Novou Guineu a pokusit se získat důkazy na podporu svého nového přesvědčení – že alespoň určité mimické výrazy emocí jsou univerzální. A chtěl jsem také vypracovat vědeckou metodu pro měření výrazů tváře, s jejíž pomocí by vědci mohli z mimiky objektivně odvozovat to, co dokázal z tváří tak vnímavě číst Silvan Tomkins.

Koncem roku 1967 jsem odjel na jihovýchodní Vysočinu na Nové Guineji, abych zde prováděl výzkum u kmene Foreů, který žil v malých roztroušených vesnicích v nadmořské výšce přes dva tisíce metrů. Neuměl jsem jejich jazyk *fore*, ale za pomoci několika chlapců, kteří se v misionářské škole naučili *pidžin*, zjednodušenou angličtinu používanou jako dorozumívací jazyk, jsem se mohl přes angličtinu a *pidžin* dostat do jazyka Foreů a naopak. Měl jsem s sebou fotografie různých výrazů tváře, většinou fotky, které mi dal Silvan pro výzkum gramotných kultur. (O něco dál v knize vidíte tři příklady těchto fotografií.) Přivezl jsem si také fotografie příslušníků kmene Foreů, které jsem vybral z Gajduskových filmových záznamů, protože jsem myslel, že by Foreové mohli mít problém určovat výrazy na tvářích bělochů. Dokonce jsem se bál, že nebudou schopni vůbec fotografie pochopit, když předtím žádné neviděli. Někteří antropologové dříve tvrdili, že lidé, kteří nikdy neviděli fotografie, se nejprve musí naučit je interpretovat. Foreové ale žádný takový problém neměli. Fotografie okamžitě pochopili a zdálo se, že pro ně není velký rozdíl v tom, zda je na nich příslušník jejich kmene nebo Američan. Problém byl ale v tom, co jsem po nich chtěl.

Foreové nemají písemný jazyk, takže jsem je nemohl požádat, aby vybrali ze seznamu slovo, které odpovídá emoci na fotografii. Kdybych jim měl seznam emocí přečíst, nemuseli by si ho zapamatovat, anebo by jejich volbu ovlivnilo pořadí, v jakém bych slova přečetl. A tak jsem zvolil jinou metodu: požádal jsem je, aby mi ke každé fotografii povyprávěli nějaký příběh. „Řekni mi, co se děje teď, co se stalo předtím, že člověk na fotce vypadá takto, a co



se bude dít dál.“ No, bylo to jako trhání zubu, zdlouhavé a namáhavé. Nevím, jestli to způsobil složitý překladatelský proces nebo fakt, že neměli představu, co po nich vlastně chci a proč to chci. Nebo prostě vymyšlení příběhů o cizích lidech nepatřilo k věcem, které by Foreové běžně dělali.

Nakonec jsem své příběhy získal, ale zabralo to spousty času a všichni jsme byli po každém sezení pořádně vyčerpaní. Nicméně o dobrovolníky jsem nouzi neměl, přestože se mezi nimi rychle rozneslo, že to, co po nich chci, není snadné. Měli však významný motivátor posadit se k mým fotografiím: každý za svou spolupráci dostal kostku mýdla nebo balíček cigaret. Foreové neměli mýdlo, a tak bylo velmi ceněno. Tabák si pěstovali vlastní, kouřili dýmky, ale zdálo se, že moje cigarety jim chutnají lépe.

Většina jejich příběhů se hodila k emocím, které jednotlivé fotografie měly zobrazovat. Například u fotografie s výrazem, který lidé v gramotných kulturách vyhodnotili jako smutek, Novoguinejci často řekli, že tomu člověku zemřelo dítě. Jenže proces hodnocení prostřednictvím příběhů byl náročný a také by nebylo jednoduché prokazovat, že různé příběhy odpovídají konkrétním emocím. Bylo mi jasné, že bych to měl dělat nějak jinak – jenže jsem nevěděl jak.

Kromě práce s fotografiemi jsem filmoval jejich spontánní reakce, například jsem zachytil výrazy radosti při setkání s přáteli z blízké vesnice, kteří je přišli navštívit. Aranžoval jsem situace, aby provokovaly emoce. Nahrál jsem na magnetofon dva muže, když hráli na své hudební nástroje, a pak jsem na kameru natáčel jejich překvapení a potěšení, když slyšeli své hlasy a hudbu vycházející z reproduktoru. Dokonce jsem jednoho chlapce píchl gumovým nožem, který jsem přivezl, a kamera přitom natáčela jeho reakci a reakci jeho kamarádů. Považovali to za dobrý vtip. (S nikým z dospělých jsem však raději tento trik nezkoušel.) Tyto filmové záběry ovšem nemohly sloužit jako důkaz: zastánci teorie, že výrazy emocí se v jednotlivých kulturách liší, by mohli namítat, že jsem vybral jen ty případy, kdy se na záběrech objevily univerzální výrazy.

Po několika měsících jsem Novou Guineu opustil, což nebylo nijak těžké rozhodování, protože jsem už toužil po normální konverzaci – něčem, co jsem s nikým ze zdejších lidí provozovat nemohl, a po normálním jídle – mylně jsem se domníval, že mi bude chutnat místní kuchyně. Jenže hlízy jamy a cosi připomínající část chřestu, kterou běžně vyhazujeme, se mi opravdu rychle přejedly. Bylo to úžasné dobrodružství, asi nejzajímavější, co jsem v životě zažil, ale stále jsem si dělal starosti, že nebudu schopen získat definitivní důkazy. Přitom jsem věděl, že tato kultura již nezůstane dlouho izolovaná a že podobných kultur jinde ve světě mnoho neexistuje.

Po návratu domů jsem narazil na metodu, kterou psycholog John Dashiell používal ve 30. letech, když zkoumal, jak dobře dokážou interpretovat mimické výrazy malé děti. Děti ještě neuměly číst, a tak jim nemohl dát seznam slov, ze kterých by vybíraly. Ale místo toho, aby po nich chtěl vyprávět příběh – jak jsem to udělal já na Nové Guineji – zvolil Dashiell opačný postup: přečetl jim příběh a pak jim ukázal sadu fotografií. Děti měly vybrat tu fotografii, která se hodila k příběhu. Uvědomil jsem si, že tato metoda bude fungovat i pro mé účely. Prošel jsem příběhy, které vytvořili domorodci na Nové Guineji, a vybral jsem ty, které se u jednotlivých typů emocí objevovaly nejčastěji. Byly docela jednoduché: „Přišel jeho přítel a tak je šťastný; zlobí se a chystá se k boji; umřelo jí dítě, a tak je moc smutná; dívá se na něco, co se mu nelíbí nebo co páchne; právě uviděla něco nového a nečekaného.“

Problém nastal u příběhu popisujícího strach – nejčastěji totiž popsali situaci, kdy hrozilo nebezpečí útoku divokého prasete. Musel jsem tento příběh pozměnit, aby se nehodil i pro překvapení nebo hněv. Udělal jsem to takto: „Člověk sedí sám ve svém domě, nikdo jiný ve vesnici není. V domě není žádný nůž, sekyra nebo luk a šípy. Ve vchodu do domu se objeví divoké prase a ten člověk se dívá na prase a velmi se ho bojí. Prase stojí ve dveřích několik minut, nechce odejít, člověk se na něj dívá a bojí se, že ho prase napadne a pokouše.“

Sestavil jsem skupiny po třech fotografiích, na které se účastník výzkumu bude dívat, když se příběh bude číst (viz následující trojice obrázků). Žádná z fotografií se ve skupinách neobjevovala vícekrát, aby člověk neměl tendenci použít vylučovací metodu: „Jo, tato fotka tu už byla, když zemřelo dítě, a tuto jsem vybral, když se chystal k boji, takže to s prasetem musí být tato.“



Koncem roku 1968 jsem se na Novou Guineu vrátil, vybaven příběhy a fotografiemi a s týmem spolupracovníků, kteří mi pomáhali se sběrem dat.<sup>9</sup> (Tentokrát jsme si přivezli i jídlo v konzervách.) Myslím, že se zpráva o našem návratu rychle rozšířila, protože kromě Gajduseka a jeho kameramana Richarda Sorensona (který mi v předchozím roce velmi pomohl) zdejší místa navštěvovalo jen velmi málo cizinců a ještě méně z nich se pak někdy objevilo znovu. Pracovali jsme v několika vesnicích, ale když se rozneslo, že to, co po nich chceme, je jednoduché, začali za námi přicházet i lidé ze vzdálených vesnic. Úkol se jim líbil a opět je potěšilo mýdlo a cigarety.

Hlavně jsem dával pozor, aby nikdo z našeho týmu nevědomky účastníkům studie nenaznačil, která fotografie je „ta správná“. Fotografie byly vždy umístěny tak, aby na ně viděl pouze účastník a na zadní straně měly pouze kódové číslo. Nevěděli jsme (a snažili jsme se nezjišťovat), které číslo patří ke kterému výrazu (emoci). Člověk zapisující odpovědi na fotografie neviděl. Vždy se přečetl

příběh, účastník ukázal na fotografii a jeden z nás zapsal kódové číslo fotografie, kterou účastník vybral.\*

Během několika týdnů jsme získali výsledky od více než tři set osob, což představovalo zhruba tři procenta populace této kultury a pro statistickou analýzu to zcela postačovalo. V případě štěstí, hněvu, znechucení a smutku byly výsledky celkem jednoznačné. Lidé ale od sebe špatně odlišovali strach a překvapení – když vyslechli příběh strachu, stejně často volili fotografii s překvapením jako se strachem, a totéž platilo naopak, když vyslechli příběh s překvapením. Ale strach a překvapení dobře odlišovali od hněvu, znechucení, smutku a štěstí. Do dneška nevím, proč strach od překvapení tak obtížně rozeznávali. Problém mohl být ve formulaci příběhů, nebo to mohlo být tím, že v životě těchto lidí bývá strach a překvapení tak často vzájemně spojené, že je prostě nerozlišují. V gramotných kulturách lidé od sebe strach a překvapení odlišují.<sup>10</sup>

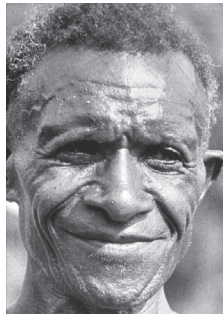
S výjimkou 23 osob nikdo z účastníků našeho výzkumu nikdy neviděl film, nedíval se na televizi ani neviděl fotografii; neuměli ani nerozuměli anglicky nebo *pidžin*, nežili v žádném sídle západního typu a nikdy nepracovali pro bělochy. Těch 23 výjimek vidělo filmy, mluvilo anglicky a navštěvovalo déle než jeden rok misionářskou školu. Mezi většinou částí účastníků, která měla minimální nebo žádný kontakt s vnějším světem, a malou skupinou, která takový kontakt měla, však nebyly z hlediska výsledků zaznamenány žádné rozdíly. Stejně tak nebyly zaznamenány rozdíly mezi muži a ženami.

Provedli jsme ještě jeden experiment, který již nebyl tak snadný. Někdo, kdo uměl *pidžin*, přečetl jeden z příběhů, a účastníci

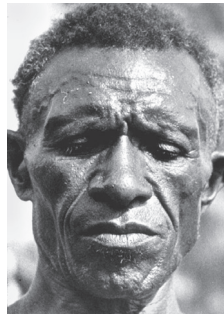
---

\* Přes tato opatření se stalo, že jeden ze zastánců teorie o výhradní nauce mimických výrazů ještě o patnáct let později tvrdil, že jsme zřejmě museli nějakým způsobem účastníkům naznačovat, kterou fotografii zvolit. Nevěděl, jakým způsobem, pouze trval na tom, že k tomu muselo dojít, neboť se nechtěl vzdát svého přesvědčení, že mimické výrazy jsou kulturně specifické.

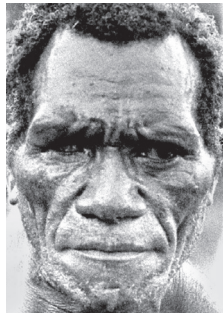
se měli zatvářít tak, jako kdyby byli oni tím člověkem z příběhu. Nahrál jsem takto postupně devět osob, z nichž žádná se nezúčastnila první studie. Neupravený záznam jsme později v Americe promítli vysokoškolským studentům. Pokud by výrazy tváře měly být specifické podle kultury, pak by studenti v Americe neměli být schopni interpretovat emoce ve tvářích správně. Ale Američané emoce interpretovali zcela správně, s výjimkou strachu a překvapení, kde se stejnou pravděpodobností hodnotili výraz jako strach nebo překvapení, stejně jako Novoguinejci. Níže jsou zobrazeny čtyři příklady, jak emoce podle našich příběhů vyjádřili Novoguinejci.



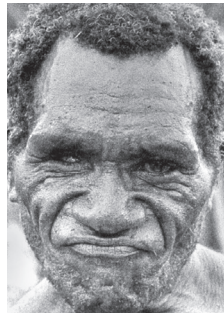
POTĚŠENÍ



SMUTEK



HNĚV



ZNECHUCENÍ

Naše poznatky jsem prezentoval na výroční celostátní antropologické konferenci v roce 1969. Mnohým účastníkům nebyly naše závěry příliš po chuti. Byli pevně přesvědčeni, že lidské chování

je věcí výchovy (prostředí), nikoliv přirozenosti (dědičnosti); navzdory mým důkazům se výrazy tváře musí v jednotlivých kulturách lišit. Skutečnost, že jsem právě v rámci své japonsko-americké studie zjistil kulturní rozdíly v *ovládání* mimiky a výrazů tváře, pro ně nebyla dostačující.

Nejlepším způsobem, jak jejich pochyby rozptýlit, by bylo zopakovat celou studii v jiné izolované kultuře bez znalosti písma. A ideálně by takový výzkum měl provést někdo jiný, nejlépe někdo, kdo by chtěl prokázat opak. Kdyby takový vědec došel ke stejným výsledkům jako já, výrazně by to posílilo důvěryhodnost naší teorie. A díky další šťastné shodě okolností přesně toto udělal antropolog Karl Heider.

Heider se tehdy právě vrátil z pracovního pobytu na Nové Guineji, kde prováděl výzkum u kmene Danijů, izolované skupiny žijící v provincii Západní Papua, která je součástí Indonésie.<sup>11</sup> Heider mi řekl, že jsem něco při svém výzkumu musel udělat špatně, protože Danijové nemají pro emoce ani žádná slova. Nabídl jsem mu, že mu dám k dispozici všechny své výzkumné materiály a naučím ho, jak experiment provádět, až bude příště u Danijů na výzkumném pobytu. A jeho výsledky perfektně zopakovaly má zjištění, dokonce i včetně neschopnosti Danijů rozlišovat strach a překvapení.<sup>12</sup>

Nicméně dodnes nejsou všichni antropologové v tomto ohledu přesvědčeni. A někteří psychologové – zejména ti, kteří se zabývají řečí – namítají, že naše práce v gramotných kulturách, kde měli lidé identifikovat slovo (emoci), která odpovídá výrazu tváře na fotografii, nepodporuje tezi o univerzální platnosti mimických projevů emocí, protože slova pro jednotlivé emoce nemají dokonalý překlad. Způsob, jakým se emoce reprezentují v jazyce, je samozřejmě spíš produktem kultury než evoluce. Ale ve studiích dnes již více než dvaceti gramotných západních a východních kultur se úsudek většiny účastníků studie ohledně konkrétní emoce vždy shodoval. Navzdory překladatelským problémům nikdy nenastal případ, že by většina účastníků ve dvou různých kulturách přiřadila určitému výrazu tváře odlišnou emoci. Nikdy. A naše

poznatky se samozřejmě neomezují na studie, kdy lidé označují fotografie jediným slovem. Na Nové Guineji jsme používali pro identifikaci emocí celé příběhy. Účastníci také sami emoce ztvárňovali. A v Japonsku jsme dokonce pohyby tváře měřili a zjistili jsme, že když jsou lidé sami, dochází u nich při pohledu na nepříjemné filmové záběry k pohybu stejných svalů obličeje, ať jde o Japonce nebo Američana.

Další kritik náš výzkum na Nové Guineji zpochybnil z důvodu, že jsme pracovali s příběhy popisujícími sociální situaci, místo abychom používali jednotlivá slova (pojmy).<sup>13</sup> Tento kritik vycházel z názoru, že emoce jsou slova, což samozřejmě není pravda. Slova emoce reprezentují, ale nejsou to emoce samotné. Emoce jsou procesem, konkrétním druhem automatického ocenění (něčeho či někoho), které je ovlivněno evoluční a osobní minulostí jedince: cítíme, že se děje něco pro nás důležitého, a současně se nastartují určité fyziologické změny a emoční chování, pomocí kterých se s danou situací vypořádáme. Slova jsou jednou z možností, jak se s našimi emocemi vypořádat, a my používáme slova, když pociťujeme emoce. Ale nelze redukovat emoce na slova.

Nikdo přesně neví, jaké sdělení automaticky obdržíme, když uvidíme na tváři jiného člověka určitý výraz. Domnívám se dokonce, že to nejsou slova „hněv“ či „strach“, která nám vytanou na mysl, když se v takové situaci octneme. Používáme tato slova, když o emocích mluvíme. Častěji to bývá tak, že sdělení, které vnímáme, se podobá spíš tomu, co bylo obsahem našich příběhů: nikoliv abstraktní pojem, ale určitý pocit, co asi ten člověk udělá v příštím okamžiku nebo co bylo důvodem emoce, kterou na jeho tváři vidíme.

Existuje ještě další, úplně odlišný typ důkazu na podporu Darwinova tvrzení, že jsou mimické výrazy univerzální, že jsou produktem evoluce. Pokud není potřeba se výrazům emocí učit, pak by měli lidé od narození slepí projevovat podobné výrazy tváře jako lidé vidoucí. Za posledních šedesát let byla realizována celá řada studií, ve kterých se právě tento fakt opakovaně potvrdil, a to zejména u spontánních mimických výrazů.<sup>14</sup>