

**Pražská vysoká škola psychosociálních studií**



## **Emoční nákaza vybraných emocí**

Lucie Karvanová

### **Bakalářská práce**

Studijní program: Jednooborová Psychologie

vedoucí práce: doc. PhDr. Bc. Iva Poláčková Šolcová, Ph.D.

**Praha 2021**

# Prague College of Psychosocial Studies



## Emotion contagion of selected emotions

Lucie Karvanová

### The Bachelor Thesis

Study Programme: Psychology

The Bachelor Thesis Work Supervisor: doc. PhDr. Bc. Iva Poláčková Šolcová, Ph.D.

**Praha 2021**

### **Prohlášení**

1. Prohlašuji, že jsem tuto bakalářskou/diplomovou práci vypracoval/a samostatně a výhradně s použitím citovaných pramenů, literatury a dalších odborných zdrojů.
2. Prohlašuji, že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.
3. Souhlasím s tím, aby práce byla zpřístupněna pro studijní a výzkumné účely.

V Praze, dne 30. 4. 2021

Podpis.....

## **Poděkování**

Ráda bych poděkovala doc. PhDr. Ivě Poláčkové Šolcové Ph.D. za vedení práce a její odborné připomínky. Také bych ráda poděkovala Mgr. Zuzaně Janotkové za odborné konzultace. Dále bych také ráda poděkovala Bc. Janu Malému a Ing. Janě Vrabcové za pomoc se statistickými výpočty. Děkuji respondentům.

# Anotace

Tato bakalářská práce se zabývá tématem emoční nákazy v souvislosti s dalšími jevy. Cílem této práce je zjistit, zda emoční nákaza souvisí s vybranými rysy osobnosti, s věkem a obvyklým naladěním vybraných respondentů. Dalším cílem je zjistit, který typ emoce je více subjektivně nakažlivý u vybraného vzorku respondentů. Porovnávány jsou sociální a primární emoce a také pozitivní a negativní emoce. V teoretické části jsou uvedeny výzkumy a teorie, které popisují a vysvětlují jev emoční nákazy a potenciálně související jevy. V empirické části je popsán metodologický postup kvantitativního, exploračního výzkumu. Pro dotazníkové šetření byla vybrána baterie testů: ECS (Škála emoční nákazy), PANAS (Škála pozitivní a negativní afektivity) a BFI-2-S (Inventář pro měření Velké pětky rysů osobnosti). Výzkumného šetření se zúčastnilo 204 respondentů. Výsledky naznačují, že nakažlivější jsou pozitivní emoce oproti negativním. Výsledky také naznačují, že nejvíce nakažlivá emoce je láska, tedy sociální emoce. Valence nálady formuje míru emoční nákazy. Souvislost emoční nákazy se prokázala s několika osobnostními dimenzemi.

**Klíčová slova:** afekt, emoce, emoční valence, ECS, PANAS, BFI-2-S

# Abstract

This bachelor thesis is about an emotional contagion in connection with other phenomena. The purpose of this work is to determine whether the emotional contagion is related to type of personalities, age and usual mood of selected respondents. Another goal is to find out which type of emotion is more subjectively contagious in selected respondents. Negative and positive emotions are compared as well as social and primary emotions. In the theoretical part there are researches and theories that describe and explain the phenomenon of emotional contagion and potentially related phenomena. The empirical part describes the methodological procedure of quantitative research. Series of tests were selected for the questionnaire survey: ECS (*Emotional Contagion Scale*), PANAS (*The Positive and Negative Affect Schedule*) and BFI-2-S (*Big Five Inventory 2 short version*). 204 respondents participated in the research survey. The results suggest that positive emotions are more contagious than negative emotions. The results also suggest that the most contagious emotion is love which is social emotion. The valence of mood influences emotional contagion. Connection between emotional contagion and several personality dimensions has been proved.

**Key words:** affect, emotions, emotional valence, ECS, PANAS, BFI-2-S

## OBSAH:

ÚVOD .....	8
TEORETICKÁ ČÁST .....	9
<b>1. EMOČNÍ NÁKAZA .....</b>	<b>9</b>
1.1 VÝZKUM EMOČNÍ NÁKAZY .....	11
1.2 FUNKCE EMOČNÍ NÁKAZY .....	14
1.3 FAKTORY OVLIVŇUJÍCÍ NAKAŽLIVOST EMOCÍ .....	15
1.4 EMOČNÍ NÁKAZA A EMPATIE .....	16
1.5 EMOČNÍ NÁKAZA A NÁLADA .....	16
<b>2. AFEKTIVNÍ JEVI .....</b>	<b>18</b>
2.1 STRUČNÁ TEORIE EMOCÍ .....	19
2.2 EMOČNÍ VALENCE A EMOČNÍ REGULACE .....	22
2.3 EMOCE A VĚK .....	22
2.4 EMOCE A OSOBNOST .....	24
EMPIRICKÁ ČÁST .....	26
<b>3. METODOLOGIE VÝZKUMU .....</b>	<b>27</b>
3.1 VÝZKUMNÝ PROBLÉM .....	27
3.2 CÍLE VÝZKUMNÉHO ŠETŘENÍ .....	30
3.3 VÝZKUMNÝ SOUBOR .....	30
3.4 TECHNIKA SBĚRU DAT .....	31
3.5 DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ .....	33
3.6 ANALÝZA DAT .....	35
3.7 VÝSLEDKY .....	36
3.7.1 Emoční nákaza vybraných emocí .....	36
3.7.2 Obvyklé naladění a emoční nákaza .....	37
3.7.3 Dimenze osobnosti a emoční nákaza .....	39
3.7.4 Emoční nákaza v souvislosti s věkem .....	43
3.7.5 Emoční nákaza vybraných emocí v souvislosti se statusem studujícího a pracujícího .....	45
DISKUSE .....	46
Emoční nákaza vybraných emocí .....	46
Obvyklé naladění a emoční nákaza .....	47
Dimenze osobnosti a emoční nákaza .....	47
Emoční nákaza pozitivních a negativních emocí v souvislosti s věkem .....	49
Emoční nákaza v souvislosti se statusem studenta či zaměstnaného .....	49
Omezení a limity výzkumného šetření .....	50
ZÁVĚR .....	52
POUŽITÁ LITERATURA .....	54
SEZNAM TABULEK .....	62
SEZNAM GRAFŮ .....	63
PŘÍLOHY .....	64

# Úvod

Emoce hrají důležitou roli v každodenním životě člověka, protože ovlivňují jeho intrapersonální, vývojovou i sociální oblast. Emoce jsou poměrně složitým fenoménem, který zažívá každý jedinec individuálně, a zároveň se jednotlivci mezi sebou emočně ovlivňují. Tento jev se nazývá emoční nákaza. Emoční nákaza zásadně ovlivňuje sociální fungování, především: skupinovou kohezi, vztahy ve skupině a komunikaci. Z pohledu evolučních vědců, je emoční nákaza významný fenomén, který usnadňuje a urychluje například komunikaci o blížící se hrozbě ve skupině. Klíčový jev je zkoumán pomocí Škály emoční nákazy (*Emotional Contagion Scale*, dále jen ECS), která měří subjektivní míru nákazy vybraných emocí. Jeden z cílů tohoto výzkumného šetření je zjistit, který typ emocí je nejvíce nakažlivý, přičemž je pět vybraných emocí rozřazeno do dvou stěžejních kategorií, a to na pozitivní a negativní emoce. Tyto dvě kategorie jsou mezi sebou porovnávány. Ve výzkumu se pokouším objevit souvislosti mezi emoční nákazou a pětifaktorovým modelem osobnosti (*Big Five Inventory 2 short version*, dále jen BFI-2-S). Také zkoumám souvislost mezi obvyklým naladěním vybraných respondentů a mírou emoční nákazy. Ve svém výzkumném šetření se zabývám zejména subjektivním vnímáním míry pozitivity a negativity emocí vybraných respondentů a zkoumám souvislosti s ostatními proměnnými (věk, obvyklá afektivita, pět dimenzí osobnosti). Předpokládám, že s jevem emoční nákazy by potenciálně mohla souviset i schopnost regulace emocí, která se mění v průběhu života a v návaznosti na to, se pokusím objevit souvislost věku respondentů a nakažlivosti emocí. Cílem teoretické části je uvést čtenáře do jednotlivých oblastí, se kterými následně operuji v empirické části. V úvodních kapitolách se věnuji emoční nákaze a souvisejícím jevům. Následně popisuji afektivní jevy, jejich druhy, jak se vyvíjejí v průběhu života a emoční prožívání v návaznosti na osobnostní typologii. V empirické části popisuji průběh výzkumu, výběr metod, prezentuji a diskutuji zde výsledky výzkumu.



# TEORETICKÁ ČÁST

## 1. Emoční nákaza

Vzhledem k tomu, že ústředním tématem této bakalářské práce je emoční nákaza, je nutné si tento pojem definovat, což je zároveň cílem této kapitoly. Definice emoční nákazy existuje mnoho. Hatfieldová vnímá emoční nákazu jako tendenci k zachytávání emocí jiných lidí (Hatfield, 1992). Emoční nákazu na úrovni sociálních interakcí lze definovat, také jako tendenci k automatickému napodobování a k synchronizaci výrazů jako je: vokalizace, držení těla a pohyby jiných lidí ve skupině, a následně se tím interpersonálně emočně přibližovat (Hatfield, 1993). V tomto konceptu, aby k emoční nákaze došlo, je nutná nonverbální či verbální emoční exprese (Hatfield, 1994). Podle autorů této studie je základní emoční nákaza (*primitive emotional contagion*) nevědomý, téměř nekontrolovatelný, automatický proces pro osoby, které se na komunikaci podílejí (Hatfield, 1994). Na studie Hatfieldové navázala Barsade a rozlišila úrovně emoční nákazy na vědomou a nevědomou. V oblasti nevědomé emoční nákazy se odkazuje na studii Hatfieldové a zdůrazňuje automaticnost, bezděčnost procesu (Barsade, 2002). Naopak v případě vědomé úrovně se jedná o procesy, kdy dochází k vědomému sociálnímu srovnávání mezi lidmi. Lidé srovnávají svoji náladu s náladou druhých osob a přijímají jejich emoce, pokud jim to připadá vhodné (Barsade, 2002). V tomto případě Barsade vycházela z pojetí vědomé emoční nákazy (*conscious emotional contagion*) Geralda R. Salancika a Jeffreyho Pfeffera, kteří definovali sociální srovnávání jako proces, v jehož rámci lidé aktivně vyhledávají emoce jakožto typ sociální informace a dle toho se rozhodují, zda tyto emoce přijmou či nikoli (Salancik, 1978). Z evolučního hlediska zkoumala emoční nákazu Jennifer R. Spoorová (Spoor, 2004). Z její studie vychází, že emoční nákaza může být ovlivňována vrozenými stimulačními rysy, získanými stimulačními funkcemi, mentálními stimulacemi a emočním zobrazováním (Hatfield, 2014). Proces emoční nákazy je tedy ovlivňován mnoha různými faktory (Hatfield, 2014). Emoční nákaza má podle Spoorové a Kellyové evoluční funkci, protože chytání afektivních stavů usnadňuje komunikaci ve skupině a skupinové vazby (Spoor, 2004). Další autoři, kteří zkoumali emoční nákazu z evolučního hlediska, jsou Kellyová, Iannoneová a McCartyová (2016). Ti pak propojili definici emoční nákazy Hatfieldové a evoluční

pojetí emoční nákazy Jennifer R. Spoorové a Janice R. Kellyové (2004). Ve svém výzkumu hněvu a štěstí došli k závěru, že emoční nákaza hněvu, jakožto negativní emoce, která je spojena s vnější hrozbou, je více automatická, než v případě nákazy štěstím (Kelly, 2016). Další definice emoční nákazy je koncipována jako proces, při kterém jedinec či skupina vědomě nebo nevědomě ovlivňuje emoce nebo chování jiného jedince či skupiny (Schoenewolf, 1990). Vztahem emočního přenosu (*emotional transitions*) a emocemi ve stabilním stavu (*steady-state emotions*) v rámci procesu emoční nákazy, nahlížené optikou Hatfieldové et al., se na příkladu hněvu a štěstí zabývali Filipowicz, Barsade a Melwani (2011). Dospěli k závěru, že emoční nákaza hraje roli jakéhosi mediátora v emočním procesu, kdy dochází k přenosu informace. Rovněž výzkum týmu nizozemských psychologů (Visser, van Knippenberg, van Kleef, Wisse, 2013), zabývající se vlivem přenosu pozitivních a negativních emocí lídra na jeho stoupence, vychází z definice emoční nákazy Hatfieldové et al. Na rozdíl od výše zmíněných výzkumů ji propojuje s integrovaným interpersonálním procesovým rámcem pro emoce v organizaci, jak jej definovala Elfenbeinová (2007). Hasford, Hardesty a Kidwell (2015) však, při vymezení emoční nákazy v rámci přesvědčivé komunikace za využití afektu jakožto informace, zdůrazňují, že při komunikaci není důležitý přímý či vnímaný kontakt mezi dvěma osobami, jak uvádí Hatfieldová et al. či Howard a Gengler (2001). Dokládají, že pokud zdrojový afekt zůstává klíčový po spárování zdroje a cíle, dochází k eliminaci dopadů emoční nákazy. Z tohoto důvodu afekt, jako informace, hraje důležitou roli při vysvětlení reakce spotřebitele na emoční nákazu. Obdobně výzkum Kramera, Guilloryho a Hancocka (2014), který se zaměřil na problematiku emoční nákazy na facebooku, dochází k závěru, že interpersonální interakce a neverbální podněty nejsou nezbytnými podmínkami pro emoční nákazu, ale důležitou roli hrají verbální obsahy.

Barsade předpokládá, že k emoční nákazě dochází na základě individuální emoční zkušenosti, která je ovlivňována emocemi druhých lidí a záleží na míře nápodoby emočního chování a biologické zpětné vazby. Míra nákazy je závislá na pozornosti a typu emoce, která je přenášena. Míra nákazy nemusí vždy souviset se silou emoce ani intenzitou a mírou vzrušení dané emoce. Dle Barsade jsou všechny typy emocí stejně nakažlivé a záleží opravdu na pozornosti a vyhodnocení aktérů (Barsade, 2002). Data nasbíraná v průběhu dvaceti let poukazují na to, že emoce jsou nakažlivé i mimo osobní interakci mezi jedinci (Kramer, 2014).

Mimo primitivní emoční nákazu popisuje Parkinson a Simons (2009) komplexnější emoční nákazu v návaznosti na sociální vyhodnocení. Jde o vcit'ování se do druhých lidí a snaha se maximálně přiblížit prožívanému pocitu. Kognitivnímu vyhodnocení situace předchází afektivní složka, jakožto zdroj sociální informace (Jak se druhý cítí.). S druhými se porovnáváme a na základě tohoto porovnávání se objevuje motivace k určitému typu sociálního chování (utěšování, snaha o regulaci chování druhých atd.) (Parkinson, Simons, 2009).

Z uvedeného vyplývá, že emoční nákaza je proces, během kterého dochází k přenosu emocí z jednoho člověka na druhého, v rámci komunikace mezi dvěma či více jedinci. Tato komunikace může být buď přímá, či zprostředkovaná, verbální nebo nonverbální. Procesy emoční nákazy mohou probíhat nejen na nevědomé, ale i na vědomé úrovni. Důležitou roli v míře vlivu emoční nákazy na jedince sehrávají faktory, jako jsou například význam a síla emocí ve stabilním stavu či podmínky emočního přenosu. Navazující kapitola bude věnována výzkumům emoční nákazy.

## ***1.1 Výzkum emoční nákazy***

Definice emoční nákazy vychází z již zrealizovaných výzkumů. Tato práce se o některé z nich opírá a je podstatné je zmínit.

Jeden z klíčových výzkumů zrealizoval William Doherty (1992, 1994, 1997). Výzkum má tři fáze. V první studii je popsán vývoj a validizace ECS. Emoce v dotazníku spadají do kategorie primárních, kromě lásky, ta se řadí mezi sociální emoce. Emoce obsažené v dotazníku jsou: láska, štěstí, strach, vztek a smutek. Každé z emocí jsou věnovány v dotazníku tři položky. Cílem první studie bylo vyvinout krátký, spolehlivý, jednorozměrný inventář, který by změřil individuální rozdíly v náchylnosti k emoční nákaze. Studie se zúčastnilo 226 studentů (69 mužů a 157 žen) vysokých škol. Průměrný věk respondentů byl 24,87 (Směrodatná odchylka = 6,75). Sebraný vzorek studentů byl relativně kulturně rozmanitý. Výstup z první studie je hotový nástroj k měření emoční nákazy, který je zároveň validní a reliabilní (Cronbachovo  $\alpha = 0,90$ ). Ve druhé studii byla zkoumána potenciální souvislost s dalšími jevy a emoční nákazou. Předpoklad byl, že emoční nakažlivost by mohla souviset s mírou reaktivity jedince, emocionalitou, citlivostí k vnějším podnětům, sociálním fungováním, sebeúctou, labilitou či stabilitou a empatií. Druhé studie se zúčastnilo 369

studentů (106 mužů a 263 žen) vysokých škol. Průměrný věk byl 26,11 (směrodatná odchylka = 8,44) a stejně jako v předchozí studii byl vzorek kulturně rozmanitý. Účastníci vyplňovali několik dotazníků cílené na konkrétní konstrukty. Výsledky této studie poukazují na to, že náchylnost k emoční nákaze souvisí s mírou reaktivity, emocionalitou, mírou sociální participace jedince, sebeúctou a mírou empatie, kterou jedinec vykazuje. Naopak výsledky vyvrátily souvislost náchylnosti k emoční nákaze se sebezpozorováním a emoční stabilitou a maskulinitou jedinců (Doherty, 1997). Ve třetí studii byl proveden experiment, při kterém respondentům pustili emočně zabarvenou videonahrávku (smutnou či veselou). Před videem respondenti vyplnili inventář ECS a po nahrávce též. Předpokládali, že emočně zabarvená nahrávka změní skóre v dotazníku ECS. Zjistili, že emočně zabarvené videonahrávky opravdu mění subjektivně posouzené výpovědi jedinců v ECS (Doherty, 1997). V návaznosti na první dvě studie, byla navržena hypotéza, že je rozdíl emoční nakažlivosti mezi pohlavím a profesí jedince. Předpokládalo se, že ženy budou celkově skórovat výše na škále emoční nákazy. První část studie byla navržena tak, aby prozkoumala, do jaké míry ovlivnilo pohlaví a povolání skór v ECS. Výsledky potvrdily predikce, že ženy v různých povoláních získaly vyšší celkové skóre v ECS dotazníku než muži. Druhá část studie byla navržena tak, aby určila, do jaké míry pohlaví ovlivnilo výsledky v ECS a skutečné reakce na emoce ostatních. Na základě výsledků byla prokázána vyšší nakažlivost a intenzivnější prožívání emocí u žen, než u mužů (Doherty, 1995). Další fáze výzkumu zkoumala rozdíl emoční nákazy mezi profesemi. Vědci vybrali skupinu studentů, lékařů a námořníků. Hypotéza byla stanovena, že námořníci budou skórovat níže na škále emoční nákazy. Výsledky neukázaly, že by byla souvislost mezi věkem a emoční nákazou a ani nebylo jednoznačné, že by ve výsledcích byl rozdíl mezi studentem a pracujícím člověkem. Dále také výsledky ukázaly, že skupina lékařů je více náchylná k emoční nákaze, než studenti a námořníci (Doherty, 1995).

Další z klíčových výzkumů emoční nákazy, ze kterého čerpám při jejím zkoumání, provedl s velmi podobným designem Bhullar (2012). Jeho výzkum se zaměřil na rozdíl mezi emoční nákazou pozitivních a negativních emocí a souvislost s obvyklým pozitivním či negativním naladěním. Používal k tomu ECS a PANAS (*Positive and Negative Affect Schedule*), neboli Škálu pozitivního a negativního afektu (dále jen PANAS). V rámci tohoto výzkumu byly zkoumány dvě hlavní hypotézy, přičemž první hypotézou bylo, že jedinci, kteří dosáhli vyššího skóre v celkové náladě

(nebo vzrušení), by také vykazovali větší náchylnost k emoční nákaze. Druhá hypotéza byla založena na shodě nálad, kde se očekávalo, že jedinci, kteří dosáhnou vyššího skóre pozitivního afektu – PA (*Positive affect*, dále jen PA), budou hlásit větší náchylnost k pozitivním emocím (štěstí a láska) na stupnici emoční nákazy a jednotlivci, kteří vykazují vyšší hodnoty negativního afektu – NA (*Negative affect*, dále jen NA) budou hlásit větší náchylnost k negativním emocím na stupnici EC (smutek, hněv a strach). Podobně jedinci s nižším skóre PA by hlásili menší náchylnost k pozitivním emocím na stupnici emoční nákazy – EC (*emotional contagion*, dále jen EC) a jedinci, kteří by dosáhli nižšího skóre negativního afektu, by hlásili menší náchylnost na negativní emoce na stupnici EC. Výsledky ukázaly podporu první hypotézy. Druhá hypotéza byla částečně podpořena tím, že pozitivní nálada více souvisí s emoční nákazou, než negativní nálada, ale bližší souvislost nebyla objevena (Bhullar, 2012).

Z evolučního hlediska zkoumaly emoční nákazu Kelly, Iannone a. McCarty (2016). Ve svém výzkumu hněvu a štěstí došli k závěru, že emoční nákaza hněvu, jakožto negativní emoce, která je spojena s vnější hrozbou, je více automatická, než v případě štěstí. Výsledky jejich studie také naznačují, že negativní emoce jsou více nakažlivé, protože mohou signalizovat blížící se nebezpečí. Dle této evoluční teorie je informace o potenciálním nebezpečí významnější, a z toho důvodu je i ve větší míře nakažlivá. Pozitivní emoce jsou taktéž významné, ale slouží spíše k utužování vazeb ve skupině. Z hlediska adaptivních způsobů přežití je důležitější nákaza a následná reakce na negativní emoce. Z výzkumů vyplývá, že negativní emoce mají větší dopad na jedince, než ty pozitivní (Kelly, 2016).

Vzhledem k tomu, že původní výzkum emoční nákazy a nástroje ECS byl zrealizován na americké populaci (Doherty, 1997), několik vědeckých týmů se pokusilo validizovat ECS na vybraných respondentech v Evropě. Švédští vědci měřili adaptaci Švédů na ECS a faktorovou strukturu, psychometrické vlastnosti (Lundqvist, 2006). Studii s velmi podobným designem zrealizovali portugalské vědci na Portugalcích (Rueff-Lopes & Caetano, 2012). Vědecký tým v Řecku zrealizoval výzkum na adaptaci ECS a genderové rozdíly v rámci řeckého kulturního kontextu (Kevrekidis, 2008). Polští vědci zrealizovali výzkum na polském vzorku respondentů. Výzkum se zabýval tím, zda je vhodnější užití unidimenzionální verze či multidimenzionální verze ECS (Wróbel, 2014). Výsledky výše uvedených výzkumů naznačují, že je možné používat

ECS dotazník nejen v Americe, ale i v Evropě. ECS je mnohonásobně použit a je ověřena jeho validita a reliabilita na nejrůznějších vzorcích respondentů.

Další zkoumanou oblastí v souvislosti s emoční nákazou byl vztah k osobnosti. Švédští vědci zkoumali vztah mezi biosociálním modelem osobnosti a náchylností k emoční nákaze (Lundqvist, 2008). Používali v tomto výzkumu ECS a TCI (Inventář temperamentu a charakteru). Z výzkumu vyplynulo, že existuje souvislost mezi mírou emoční nákazy pozitivních a negativních emocí v návaznosti na typ temperamentu a charakteru (Lundqvist, 2008).

Ve značném množství výzkumů (viz výše) vědci používali k měření emoční nákazy experiment s různými designy. Jedním psychometrickým nástrojem určeným k měření, konkrétně jevu emoční nákazy, je ECS. Jedná se o patnácti položkový sebeposuzovací dotazník, který hodnotí tendence se nakazit emocemi vyjádřenými ostatními. Důležité je zmínit, že hodnocení emocí je velmi subjektivní. ECS se skládá z pěti základních emocí: vztek, strach, smutek, štěstí a láska. Kromě lásky, která se řadí mezi sociální emoce, tedy měří emoční nákazu primárních emocí. Každá základní emoce je reprezentována třemi položkami a skóruje se na pětibodové Likertově škále (od vůbec = 1 po vždy = 5) (Doherty, 1997).

V této kapitole jsou popsány výzkumy emoční nákazy. Také je zde popsán psychometrický nástroj, který měří emoční nákazu. Funkce emoční nákazy budou uvedeny v následující kapitole.

## **1.2 Funkce emoční nákazy**

V této kapitole se pokusím objasnit funkce emoční nákazy. Iva Poláčková Šolcová (2018) uvádí, že emoční nákaza je zásadní v komunikaci ve skupině a ovlivňuje dynamiku chování, postojů, výkonnosti a ochotu jednat. Emoční nakažlivost souvisí s charismatem vůdců skupin. Charismatictí jedinci jsou schopni ovlivňovat náladu skupiny, a tudíž i výkonnost (Poláčková Šolcová, 2018). Emoční nákaza má podle Spoorové a Kellyové evoluční funkci, neboť chytání afektivních stavů usnadňuje komunikaci ve skupině a skupinové vazby (Spoor, 2004). Emoční nákaza je jedním z primárních mechanismů regulačních procesů ve skupinách (Cosmides & Tooby, 2000). Tento mechanismus podporuje skupinovou kohezi a loajalitu jednotlivců vůči skupině (Cosmides & Tooby, 2000). Dle této teorie je emoční nákaza velmi důležitá,

protože si členové rychle a efektivně předávají informace o blížícím se nebezpečí apod. (Spor, 2004). Barsade et. al. (2011) dospěli k závěru, že emoční nákaza hraje roli prostředníka mezi tím, kdo vysílá informaci a tím, kdo ji přijímá a jak kvalitně ji zpracuje. Z uvedeného vyplývá, že emoční nákaza je významným činitelem v procesu komunikace a má mnoho nezastupitelných funkcí (např.: rychlost, přesnost, koheze skupiny a další). V následující kapitole budou uvedeny faktory ovlivňující emoční nakažlivost.

### **1.3 Faktory ovlivňující nakažlivost emocí**

V této kapitole je uvedeno, na čem závisí nakažlivost emocí. Podle Dohertyho, jedinci, kteří dokáží porozumět emocím ostatních lidí, nemusí mít nutně stejné rysy, jako jedinci, kteří jsou k emoční nákaze velmi náchylní. Jedinci vykazující značnou náchylnost k emoční nákaze se spoléhají na vnější podněty namísto vnitřních (Doherty, 1997). Ti, kteří jsou více ovlivněni emoční expresí, vyhledávají vnější podněty a snaží se najít souvislost mezi výrazem a podnětem (Siebert, 2007). Z výzkumů také vyplývá, že existuje rozdíl v emočním prožívání mezi jednotlivými typy osobností (Kuppens et al., 2006). Nakažlivost emocí může souviset s profesí, kterou jedinec vykonává. Například emoční nakažlivost je obzvláště relevantní pro sociální pracovníky, kteří jsou vyškoleni, aby věnovali pozornost verbálním i neverbálním projevům klientů a vytvoření vztahu je jejich klíčovým profesním nástrojem (Siebert, 2007). Náchylnost k emoční nákaze může souviset také s pohlavím (Doherty, 1997). Rozdíl mezi pohlavími může být zapříčiněn rozdílností ve výchově mužů a žen (Tavris and Offir, 1984). Dle několika výzkumů, prožívají častěji a intenzivněji emoce (Gross, John, 1998) ženy než muži (Robinson, Johnson, Shields, 1998), dokážou, více než muži, emoce projevat (Simon, Nath, 2004). Avšak v otázce, zda jsou ženy více nakažlivé emocemi, neexistuje vědecký konsenzus. Naleznout odpověď na otázku, zda jsou náchylnější k emoční nákaze více ženy, než muži, se pokusilo hned několik dalších vědeckých skupin. Žádné rozdíly mezi pohlavími v náchylnosti k emoční nákaze však nenašly. Někteří vědci dokonce zjistili, že náchylnější k emoční nákaze jsou muži, než ženy (Lundqvist & Dimberg, 1995). Důležitou roli v míře vlivu emoční nákazy na jedince sehrávají faktory, jako jsou například význam a síla emocí ve stabilním stavu či podmínky emočního přenosu. Barsade (2002) předpokládá, že k emoční nákaze dochází na základě individuální emoční zkušenosti, která je ovlivňována emocemi

druhých lidí a záleží na míře nápodoby emočního chování a biologické zpětné vazby. Míra nákazy je závislá na pozornosti a typu emoce, který je přenášen. V této kapitole bylo uvedeno, že záleží na mnoha aspektech, které působí na míru emoční nakažlivosti. Zároveň je relevantní uvést, v čem spočívá rozdíl mezi emoční nákazou a empatií, viz následující kapitola.

### **1.4 Emoční nákaza a empatie**

S emoční nákazou úzce souvisí empatie, ale nejde o totéž. Může se zdát, že zásadní rozdíl mezi empatií a emoční nákazou není. Rozdíl mezi těmito dvěma pojmy je však významný. Empatie se skládá především z kognitivních, ale i primitivnějších emočních komponent (Davis, 1983). Aktuálně se považuje emoční nákaza za složku empatie a to právě z důvodu, že mechanismus emoční nákazy je jednodušší, než kognitivně náročný proces empatie (Davis, 1983) (Hatfield, 1992). Hatfieldová et al. (1992) poskytují důkazy tohoto tvrzení ve formě výsledků výzkumu, například, že novorozenci zachytávají emoční procesy a na základě toho napodobují výrazy ostatních lidí. Podle Hatfieldové et al. (1992) je napodobování výrazů neboli emoční nákaza vrozená tendence. Allport definuje empatii, jako schopnost „imaginativní transponování sebe sama do myšlení, cítění a jednání druhého“ (Allport, 1937/1961, s. 536). Empatie tedy, vyžaduje dostatečnou kognitivní zralost k odlišení psychologických atributů sebe a ostatních a schopnost převzít psychický proces jiného člověka (Eisenberg & Miller, 1987). Vzhledem k tomu, že v této kapitole byl popsán rozdíl mezi emoční nákazou a empatií, je také relevantní si upřesnit, jak souvisí emoční nákaza s náladou (viz níže).

### **1.5 Emoční nákaza a nálada**

Tato kapitola se věnuje souvislosti mezi náladou a emoční nákazou. Nálada spadá do kategorie afektivních jevů, stejně jako emoce, a z nich vycházející emoční nákaza. Mezi těmito dvěma jevy tedy existuje spojitost. Obecná nálada jedince může ovlivnit jeho poznání díky zaměření jeho pozornosti na podněty shodné s náladou (Při špatné náladě se soustředíme spíše na negativní podněty.) (Becker & Leinenger, 2011). Předpoklad Bhullara je, že individuální rozdíly v náladě jedince ovlivňují míru emoční nákazy. Nálada totiž ovlivňuje selektivní pozornost (Bhullar, 2012). Výsledná data v Bhullarově výzkumu poukazují na to, že při pozitivní náladě děláme více optimistické



a shovívavé kauzální závěry ve srovnání s kritičtějsími závěry při náladě negativní, což dokazuje vliv nálady na kognici (Forgas & Locke, 2005).

S emoční nákazou úzce souvisí nejen nálada, ale i ostatní afektivní jevy. Tyto jsou rozvedeny v následující kapitole.

## 2. Afektivní jevy

V této kapitole teoretické části bakalářské práce budou popsány typy afektivních jevů, neboť z nich vychází emoční náklaza. Afektivní procesy se tradičně dělí na: afekty, emoce a nálady. Pojem „afekt“ má zpravidla v české vědecké literatuře odlišný význam od stejného pojmu v literatuře zahraniční. České odborné texty obvykle definují afekt jako prudký a intenzivní emoční výboj. Velmi často citovaný autor Nakonečný (2000) uvádí, že afekty jsou: „výbuchy silných emocí, které mohou mít dezorganizující vliv na jednání, myšlení a další kognitivní funkce“ (s. 112). Významní zahraniční autoři používají afekt ve smyslu, že je základním stavebním kamenem pro veškeré afektivní jevy (Poláčková Šolcová, 2018). Scherer (1984) uvádí, že afekt je klíčová komponenta pro jakékoliv emoční stavy, ať už pozitivní či negativní. Jednoduše se podle Scherera skládá veškeré prožívání z afektů (Scherer, 1984). Afekt nemusí být za každou cenu zaregistrovaný a nemá signální funkci (Oatley, 2000). Komplikovanějšími afektivními jevy jsou pak emoce. David Matsumoto vystihuje: „Emoce vybarvují naše životní zkušenosti. Informují nás o tom, kdo jsme, jaké jsou naše vztahy s jinými lidmi a jak se chovat. Emoce dávají událostem v našem životě smysl.“ (2016, s. 225)

Emoce jsou citově zabarvené krátké epizody reagující na konkrétní události, které pro nás mají určitý význam. Emoce jsou odpovědí na subjektivně a motivačně významné události. Z původního latinského slova *motio*, neboli pohyb je zřejmé, že se jedná o určité změny, které se projevují v rámci prožívání emocí na několika úrovních (neurofyziologická aktivace, subjektivní prožitek, tendence k jednání, kognitivní procesy a behaviorální projevy) (Frijda, 1988). Emoce nám pomáhají se rozhodovat a reagovat na vnější podmínky bez delšího racionálního zvažování (Tooby, Cosmides, 2008). Emoce mají informativní funkci a hrají zásadní roli v komunikaci (Tooby, Cosmides, 2008). Právě emoce můžeme chápat, jako sociální signály. Hrají zásadní roli ve tvarování sociálních procesů (Frijda, Mesquita, 1994). Emoce se objevují na základě subjektivního vyhodnocení události (Frijda, 1988). Emoce, na rozdíl od afektů a nálad, mají většinou detekovatelnou příčinu. Příčina emoce nemusí být vždy zřetelná a vědomá, vždy jí však předchází určitý spouštěč (Frijda, 1988). Z hlediska délky trvání jsou nejdelšími afektivními jevy nálady (Frijda, 1993). Nálada je z hlediska intenzity prožívání méně intenzivní jev oproti emocím (Morris, 2000). Podle Baiera (1990) jsou nálady reakcí na obecné podněty z prostředí. Nálady, na rozdíl od emocí, nemusí mít

vždy jasnou a definovatelnou příčinu (Morris, 1992). Náklady mohou mít informativní charakter a podávají nám zprávu o stavu našeho vnitřního prožívání (Morris, 1992). Také nás informují o stavu našich energetických zdrojů a zásob (v organismu), které momentálně můžeme využít, a reagovat tak na nějaký vnější impuls (Lazarus, 1991). Jednodušeji řečeno nás náklady informují o naší aktuální duševní kapacitě a popřípadě nám sdělují, zda máme šetřit síly či se pouštět do nejrůznějších aktivit (Poláčková Šolcová, 2018). Náklady určují rámec prožívání emocí. Při špatné náladě se snáz objeví emoce smutku, a naopak při dobré náladě snadněji pocítíme radost (Ekman, 1994). V této kapitole jsou popsány typy afektivních jevů. Následující kapitola se bude týkat teorie primárních, základních a sociálních emocí.

## **2.1 Stručná teorie emocí**

Vzhledem k tomu, že ústředním tématem bakalářské práce je emoční nákaza, je podstatné popsat teorie emocí, ze kterých emoční nákaza vychází. Iva Poláčková Šolcová ve své knize *Emoce* (2018) popisuje jednotlivé teorie emocí podrobněji. Teorií emocí je celá řada (např. kognitivní teorie, teorie diskrétních emocí atd.), ale vzhledem k tomu, že s tématem emoční nákazy souvisí hlavně teorie základních a primárních emocí, jak je uvedeno výše, budu se blíže věnovat těmto teoriím.

Ve většině teorií základních emocí se běžně pracuje s počtem 6 až 10 emocí. Základní emoce jsou popisovány, jako evolučně adaptivní systémy, které nás chrání před hrozbami a nevědomě a bezděčně aktivizují mechanismy organismu za účelem uchránit náš život (Izard, 2011). Tyto typy emocí jsou spojovány s jednoduchou a relativně stálou reakcí. Např. při pocitech strachu náš organismus ustrne, anebo zmobilizuje tělesnou energii pro případ rychlého útěku (Ekman, 1993).

Charakteristika základních emocí:

- Jsou navázány na neurobiologické systémy, a proto se projevují konkrétními a ustálenými způsoby, (výraz ve tváři, zvýšení krevního tlaku apod.) (Buck, 1999). Dále mají evolučně adaptivní funkci (Darwin, 1872).
- Jsou vrozené a univerzální napříč kulturami (Ekman, 1999).
- Nejsou závislé na kognitivním zpracování. Základní emoce se objevují na základě jednoduchých procesů vnímání a cití, po nichž následuje velmi rychlé a jednoduché vyhodnocení (Ekman, 2003).

- Jsou součástí neurobiologického procesu mozkového kmene a mají vliv na změnu kognice a jednání (Campos, Frankel, Camras, 2004).

Vědci, kteří zkoumali emoční nákazu, například Hatfield et al. (1992), vycházeli zejména z teorie primárních emocí, kterou vypracovali Tomkins a jeho žáci Ekman a Izard. Tato teorie byla zásadně ovlivněna Darwinovou prací *The Expression of the Emotions of Man and Animals* (Darwin, 1872). Darwin v publikaci popisoval, že emoce se vyvinuly z komplexnějších a adaptivních vzorců chování, které ovlivňovaly vývoj člověka (Darwin, 1872). Vzorce chování usnadňovaly reagovat na změny ve vnějším prostředí (Shariff & Tracy, 2011). Jak již z názvu publikace vychází, práce propojovala emoční procesy vyjadřované neverbální komunikací u zvířat a u lidí a hledala souvislost mezi oběma skupinami.

Podle Darwina jedinci, kteří se dokáží adaptovat a emočně reagovat na vnější podmínky, mají větší šanci na přežití (Darwin, 1872). Již Darwin předpokládal, že existuje jednotná emoční exprese napříč kulturami (Darwin, 1872). Ekman a Izard potvrdili Darwinovu hypotézu o jednotné emoční expresi. Vybrali 6 reakcí (výraz tváře) na 6 základních emocí. Základní emoce jsou: radost, smutek, vztek, znechucení, strach a překvapení (Ekman, 1993). Teorie je namotivovala k mezikulturnímu výzkumu reakcí na primární emoce. Tento jev autoři zkoumali pomocí obrázků s výrazy, ke kterým měli respondenti přiřazovat názvy emocí (Ekman, 1993). K Ekmanovi se následně přidal kolega Friesen a doplnil mezikulturní výzkum o výsledky výzkumu ve velmi odlišných kulturách (např. Nová Guinea apod.) (Friesen, 1971). Výsledky naznačují, že projevy primárních emocí jsou univerzální napříč různými kulturami, (Friesen 1971).

Další z teorií emocí, je teorie sociální. Sociální emoce vznikají v interpersonálních vztazích. Tento typ emoce zároveň formuje vztahy a situace (Šolcová Poláčková, 2017). V průběhu života se učíme sociálnímu fungování a zároveň se snažíme porozumět sociálním emocím a umět s nimi zacházet. Sociální emoce prožíváme v návaznosti na kulturních normách a konvencích. Odvíjejí se od myšlenek, postojů a situací, které zažíváme s jinými lidmi (Hareli a Parkinson, 2008). Sociální emoce se objevují v situacích, kdy se např. s někým jiným porovnáváme, nebo když je ublížené naše ego, nebo když se cítíme být zranitelní a projevujeme náklonnost (lítost, soucit, láska) (Slaměník, 2011). Sociální emoce jsou v porovnání s primárními emocemi složitější. Nemají jednoznačnou příčinu a skládají se z mnoha komponent (Poláčková

Šolcová, 2017). Sociální emoce mají zásadní význam v našich životech, protože regulují a kontrolují naše chování a zároveň nás chrání před vyloučením ze společnosti. Podle Poláčkové Šolcové (2018) lidé, kteří se nestydí nebo necítí lítost, trapnost nebo nežárlí, mají zásadní problém navázat a udržovat interpersonální vztahy.

Emoce se liší v návaznosti na kulturu. Na základě přisouzení významu konkrétní situaci či ději se vynoří emoce a v rozličných kulturách se může značně lišit. Od samého začátku výskytu určité emoce je jí totiž přisuzován konkrétní význam a důležitost. Dle konstruktivistů jsou emoce významně formované právě daným sociokulturním kontextem (Mesquita, Walker, 2003). Emoce jsou determinovány kulturou a společností nejen z hlediska významu (počáteční přisouzení významnosti), ale zároveň z hlediska souvislostí a událostí (*entecendent events*), které přisouzení významu předchází. Ve všech kulturách je vytvářeno prostředí, které může vzbuzovat a facilitovat významné emoce pro danou kulturu (Poláčková Šolcová & Matsumoto, 2013). Jednotlivé kultury se liší v etiologii významu, který je emocím připisován: Američani spojují libost s interpersonálním odstupem, např. hrdost z vítězství. Naopak v Japonsku je libost spojována s mezilidskou blízkostí, např. pocit přátelství (Mesquita, Walker, 2003). Ve Velké Británii jsou pocity libosti spojovány se svobodou, zatímco v Řecku je svoboda spíše spojována s nelibostí (Nezlek, Kafetsios, Smith, 2008). Specifikum kultury jsou slova, pomocí kterých označujeme emoce. (Altarriba, 2003). Na druhou stranu, jak je uvedeno v kapitole „Stručná teorie emocí“ dle Frijdy a Mesquity (1994), existují interkulturní podobnosti a univerzálie u emocí primárních. Z výzkumů vyplývá, že je rozdíl mezi individualistickými a kolektivistickými kulturami. V individualistických se považuje emoce studu spíše za negativní, a v kolektivistických kulturách, je považována spíše pozitivní druh emoce, protože formuje prosociální chování a jedinec si uvědomuje své chyby a snaží se je napravit (Poláčková Šolcová, Tavel, Kolačik, 2013). Jev emoční nákaza byl zkoumán u Američanů, Finů, Nizozemců, Japonců i v řadě dalších zemí a nevyšel najevo jednoznačný rozdíl mezi národy. (Stel & van Knippenberg, 2008). Na základě rozdílnosti prožívání a vnímání emocí by bylo možné předpokládat rozdíl i v případě emoční nákazy v různých kulturách. Je zde předpoklad, že se liší lidé v individualistických kulturách (stejně jako ve vnímání a prožívání emocí). V individualistických kulturách by lidé měli být méně náchylní k emoční nákaze a lidé v kolektivistických kulturách by měli být naopak k emoční

nákaze náchylní více (Singelis, 1995). Důkazy na podporu těchto předpokladů však nejsou jednoznačné (Singelis, 1995).

V této kapitole byly uvedeny teorie emocí a jejich návaznost na kulturní kontext. A právě s kulturním kontextem úzce souvisí i pojmy: emoční valence a emoční regulace, viz další kapitola.

## **2.2 Emoční valence a emoční regulace**

Jedna z významných zkoumaných oblastí je emoční valence neboli vztah mezi pozitivní a negativní energií, který následně vyhodnocujeme a prožíváme špatný či dobrý pocit (Stuchlíková, 2007). Nakonečný (2000) uvádí, že pocity libosti a nelibosti neboli emoční valence je relativní a závislá na mnoha faktorech. Záleží na síle přijímaného podnětu, dále na stavu organismu, ale také na valenci afektu a nálady, ve které se jedinec nachází. Emoční valenci lze také uvést, jako míru pozitivity či negativity každé emoce (Poláčková, Tavel, Kolarčík, 2013). Emoční valence je relativní, vzhledem k individuálnímu prožívání jedinců (Solomon, Stone, 2002). Nicméně emoce lze na základě zrealizovaných výzkumů a dimenzionálního přístupu k nim, kategorizovat na pozitivní a negativní dle obvyklé subjektivně prožívané libosti či nelibosti (Stuchlíková, 2002). Emoční valence, stejně jako emoce, je determinována kulturou. V různých kulturách se liší připisovaná libost a nelibost emocím. Podle připsané libosti či nelibosti se liší expresivně regulační strategie, tedy míra a autenticita projevení emoce. Ze zrealizovaného výzkumu vyšlo najevo, že vybraní čeští studenti prožívají více pozitivní emoce, než negativní. Výsledky také naznačují, že pozitivní emoce spíše autenticky projeví (Poláčková, Tavel, Kolarčík, 2013).

Navazující kapitola se bude týkat změn v prožívání a v regulaci emocí v souvislosti s věkem.

## **2.3 Emoce a věk**

Vzhledem k tomu, že již byla zjištěna návaznost prožívání emocí na ontogenezi člověka a více či méně zřetelné změny v regulaci emocí v průběhu jednotlivých etap života, je relevantní zmínit některé teorie.

Prožívání a preference prožívaných emocí se v průběhu života zásadně mění. V rámci ontogeneze člověka se mění z indiferenciovaného prožívání negativních či pozitivních emocí na relativně diferenciované (Thompson, 1991). Prožívání a regulace emocí je přímo navázána na behaviorální, sociální a kognitivní úroveň člověka (Poláčková Šolcová, 2018). Spolu se zráním exekutivních funkcí (např. paměť) a racionálních kompetencí se stávají klíčové kognitivní strategie (přehodnocování emocí, preference pozitivních cílů atd.) (Poláčková Šolcová, 2018). V dětství a adolescenci jsou změny v afektivitě a regulaci emocí více výrazné, protože např. v dospívání se utváří identita atd. (Erikson, 1956). Regulační procesy se vyvíjejí celý život, ale v dospělosti je hotové zrání kognitivních, fyziologických a afektivních struktur (Thompson, 2011). Dospělý jedinec projevuje relativně stabilní prvky v rámci afektivního stylu (Poláčková Šolcová, 2018). Dle Arnetta (2000) je jedna z fází dospělosti vynořující se dospělost. Je to fáze mezi 18. – 25. rokem života. Tato fáze se také označuje, jako mezník mezi dětstvím a dospělostí, protože jedinci dokončují vzdělání, budují rodinu apod. a stávají se autonomními. Dochází k zásadním životním změnám (Poláčková Šolcová, 2018). Mladí dospělí často prožívají pozitivní emoce směrem k budoucnosti (Arnett, 2004). Negativní emoce spíše prožívají, pokud odmítají zásadní role ve svém životě (Arnett, 2004). S vyšším věkem jsou lidé schopni lépe kontrolovat a své emoce a také s nimi efektivněji pracovat, zaměřovat pozornost a přehodnocovat situace. Právě díky těmto schopnostem je jedincům umožněno pozitivnější prožívání a výběr situací, ve kterých se jedinci chtějí nacházet či se již nacházejí (Poláčková Šolcová, 2018). V průběhu vývoje člověka a zrání se mění cíle a motivace a tyto změny se projevují i v regulaci emocí. Jedna z klíčových teorií, týkající se změny v emočním prožívání je teorie socioemoční selektivity. Carstensenová (2007) zkonstruovala teorii socioemoční selektivity, ze které vychází, že vědomí blížíci se smrti je významnou silou, která formuje motivaci a cíle. Tato teorie je hédonicky laděná a v podstatě z ní vyplývá, že čím jsme starší, tím více si šetříme fyzické síly a vybíráme si spíše situace, ve kterých budeme pravděpodobněji prožívat pozitivnější emoční prožitky (Charles, Carstensen, 2007). Z této teorie také vyplývá, že chování člověka je zásadně ovlivněno dvěma cíli: jeden cíl souvisí s absorbováním znalostí a druhý cíl souvisí s emoční regulací. Z výzkumů vyplývá, že dospělí lidé až do stáří vyhledávají spíše pozitivní emoční zážitky a vyhýbají se negativním (Charles, Carstensen, 2007). S věkem se mění priority, a tudíž i filtrace zpracovávaných informací. Výsledky výzkumů naznačují, že lidé do třiceti let věku věnují více pozornosti

negativním informacím, než pozitivním (Kanouse, Hanson, 1972). V pozdní dospělosti lidé vyhledávají spíše neutrální a pozitivní podněty (Berntsen, 2001).

Emoce jsou úzce spojeny nejen s vývojem jedince, ale výrazně také s typem osobnosti. V následující kapitole budou uvedeny rozdíly emočního prožívání v návaznosti na pětifaktorový model osobnosti.

## **2.4 Emoce a osobnost**

Nejprve je klíčové si definovat pojem osobnost. Definice osobnosti je mnoho a v psychologii není shoda na jedné definici osobnosti (Hřebíčková, 2011). Dle Cattella (1968) je osobnost komplex vlastností charakterizující konkrétní osoby. Osobnost je to, co nám umožňuje kategorizovat lidi a na základě toho predikovat, jak se zachovají v určitých situacích. Cattell (1965) bere v potaz sociální a kulturní vlivy na jedince, ale ve výzkumu se věnuje specificky společným, obecným rysům a principům chování, nikoliv individualitě člověka (Cattell & Gibbons, 1968). Dle Cattella jsou hlavní dimenze osobnosti (faktory) osobnosti univerzální napříč kulturami a jsou hierarchicky organizované (Cattell & Gibbons, 1968). Na základě lexikálních analýz byla zkonstruována teorie Pětifaktorového modelu osobnosti (Hřebíčková, 2011). Ze slovníku byla vybrána nejpoužívanější a vhodná slova k popisu osobnosti a ta se následně analyzovala a redukovala pomocí faktorové analýzy (Hřebíčková, 2011). Z této analýzy pak vzniklo pět dimenzí osobnosti, určených k popisu osobnosti (Hřebíčková, 2011). Tyto dimenze či faktory jsou: *Otevřenost*, *Svědomitost*, *Extraverze*, *Prívětivost*, *Neuroticismus* (Hřebíčková, 2011). Je to pět faktorů osobnosti, z nichž každý je relativně široký a zahrnuje mnoho specifitějších osobnostních charakteristik. Autoři se liší v tom, jak pojmenovat faktory a v jakých vztazích jsou různé nedominantní faktory vůči dominantním. Teorii Big Five začal Allport a na něj navázal a široce ji rozpracoval Cattell. Mezi klíčové autory spojené s tímto přístupem patří Norman, Goldberg, McCrae a Costa (Hřebíčková, 2011).

Pro pochopení souvislosti mezi emocionalitou jedince a Pětifaktorovým modelem osobnosti je potřeba si jednotlivé dimenze blíže specifikovat. (O) neboli Otevřenost vůči novým zkušenostem je definována jako citlivost na vnější podněty, zejména estetické, dále vnímavost vůči pozitivním pocitům a živá fantazie. Lidé, kteří skórují vysoko na škále Otevřenosti preferují rozmanitost, mají svobodný úsudek



a jsou zvědaví (Hřebíčková, 2011). (C) Svědomitost se týká míry organizace, vytrvalosti a kontroly. Dále se také týká motivace při dosahování cílů (Hřebíčková, 2011). (E) Extraverze je spojená s množstvím a intenzitou sociálních interakcí, které jedinec preferuje. Dále se extraverze spojuje s potřebou stimulace k frekvenci prožívání radosti. Mezi hlavní charakteristiky extravertních lidí je vřelost, družnost, míra aktivity, asertivita, vyhledávání vzrušení a vyšší frekvence prožívání pozitivních emocí, jako například radost (Hřebíčková, 2011). (A) Přívětivost je interpersonální dimenze, stejně jako extraverze. Jedinci, kteří získávají vysoké skóre na škále Přívětivosti, jsou často altruističtí, nesobečtí, upřímní a důvěřiví (Hřebíčková, 2011). Pátý faktor (N), neboli Neuroticismus se týká zejména emocionální nestability a negativní emocionality, která se vztahuje k nereálným cílům. Tito jedinci nemají výbavu adaptivně se vyrovnávat se stresem, což zapříčiňuje emocionální labilitu, neboli časté a intenzivní změny nálad a častější prožívání negativních emocí (smutek, vztek, vina, úzkost) (Hřebíčková, 2011).

Z výzkumu vyplývá, že prožívání emocí se liší mezi jednotlivými typy osobností. Extroverti mají obecně větší tendence prožívat emoce častěji a vyhledávat situace, ve kterých se emoce vynořují (Scherer, 2005). Dále je extraverze spojená s častějším prožíváním pozitivních emocí. Neurotičtější jedinci spíše prožívají negativní emoce (Canli et al., 2002). Extrovertní jedinci významně reagují na vnější pozitivní podněty, především proto, že vykazují pozitivní naladění (Bolger, Schilling, 1991). Zároveň neurotičtější jedinci vykazují negativní naladění, a tím spíše reagují intenzivněji na negativní podněty (Bolger, Schilling, 1991). Lidé, kteří jsou extrovertní, přívětiví, emočně stabilní, tedy prožívají pozitivní emoce (DeNeve, Cooper, 1998). Osobnostní vyladění se v průběhu života razantně mění (Poláčková Šolcová, 2018).

# EMPIRICKÁ ČÁST

## 3. Metodologie výzkumu

### 3.1 Výzkumný problém

Emoční procesy byly dlouhá léta opomíjeny a až v posledních letech se jim věnuje větší pozornost. Emoce jsou již chápány jako signifikantní procesy, které hrají zásadní roli ve vývoji, i obecně, v životě člověka (Poláčková Šolcová, 2018).

Z výzkumu emoční nákazy, který zrealizovala Kelly, Iannone a McCarty (2016) vyplývá, že negativní emoce jsou více nakažlivé, než pozitivní. Výsledky výzkumu odůvodnily, že informace vycházející z negativních emocí je významnější, protože je spojena s vnější hrozbou. Jeden z problémů tohoto výzkumu je, že v kategorii zkoumaných negativních emocí byl pouze hněv. Výsledky byly příliš generalizované. Existuje zde předpoklad, že v současné době je taktéž naprosto klíčové být členem společenství a utužovat vazby, a na základě toho se pokusím ověřit, který typ emoce je nakažlivější. Cílem výzkumného šetření tedy je zjistit, zda existují rozdíly v míře nákazy vybraných pozitivních a negativních emocí. Zároveň je cílem porovnat míru nákazy vybraných emocí mezi sebou a zjistit, zda se mezi sebou z hlediska nákazy typy emocí liší (primární a sociální emoce, pozitivní a negativní emoce). Vzhledem k výše uvedeným cílům byly vybrány k výzkumnému šetření emoce: radost, láska, vztek, smutek a strach. Emoce byly, v souladu s Dohertyho (1997) výzkumem, rozděleny do kategorie pozitivních emocí (radost, láska) a negativních emocí (vztek, smutek a strach). Vzhledem k tomu, že vnímání emoční valence se liší v jednotlivých kulturách, vycházela kategorizace emocí vycházela také z výsledků výzkumu, který byl zrealizován na českých a slovenských studentech (Poláčková Šolcová, Tavel, Kolarčík, 2013). Emoce lásky je v Česku vnímána, jako ryze pozitivní emoce a je projevována téměř přesně tak, jak jí čeští studenti cítí. Radost je také ryze pozitivně vnímána emoce a čeští studenti ji projevují přesně tak, jak jí cítí. Emoce strachu, smutku a vzteku jsou vnímány negativně a čeští studenti je projevují méně, než je cítí (Poláčková Šolcová, Tavel, Kolarčík, 2013). Emoční exprese je předpokladem pro emoční nákazu. Je tedy možné předpokládat, že emoce, které jsou více projevovány, tedy pozitivní, budou zároveň více nakažlivé. Výzkumná otázka v této oblasti výzkumného šetření, kterou si kladu je: **„Jsou vybraní respondenti subjektivně nakažlivější pozitivními či negativními emocemi?“**.

Bhullar (2012) zkoumal souvislost mezi náladou a mírou emoční nákazy. Cílem jeho výzkumu bylo zjistit, zda existuje souvislost mezi náladou a emoční nákazou. Druhý cíl, který si položil, bylo zjistit, zda existuje souvislost mezi pozitivní náladou a emoční nákazou pozitivních emocí a stejně tak mezi negativní náladou a emoční nákazou negativních emocí. Výsledky jeho výzkumu naznačují, že existuje souvislost mezi náladou a mírou emoční nákazy. Druhý cíl nebyl naplněn a výsledky jeho výzkumu nepotvrdily významnou souvislost mezi valencí nálady a valencí emoční nákazy (Bhullar, 2012). V tomto výzkumu, ve kterém byl použit PANAS a ECS byla zvolená metoda analýzy dat pouze korelační analýza. Bhullarova výzkumu se zúčastnilo 113 studentů ve věku od 18 až 36 let. Vzhledem k tomu, že výsledky neodpovídají teoriím o náladě a míře nákazy emocí, jsem ve svém výzkumném šetření zvolila jako metodu analýzy dat ANOVU, neboli analýzu rozptylu. Pokusím se objevit významnou souvislost mezi pozitivní náladou a emoční nákazou pozitivních emocí a taktéž mezi negativní náladou a emoční nákazou emocí negativních. Replikuji design Bhullarova výzkumného šetření na jiném, početnějším vzorku respondentů s rozsáhlejším věkovým rozpětím. Použiji také korelační analýzu a doplním ANOVOU. Dalším cílem tedy je zjistit, zda emoční nákaza pozitivních a negativních emocí souvisí s obvyklým pozitivním a negativním naladěním respondentů. Vycházím z teoretického konceptu, že pozitivní naladění jedince ovlivňuje pozornost, kterou věnuje pozitivním podnětům, a snáze se tedy vynořují pozitivní emoce. Stejný předpoklad platí i pro případ negativního naladění a výskytu negativních emocí. Na základě výše uvedených cílů je stanovena výzkumná otázka: **„Existuje souvislost mezi pozitivním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí pozitivních emocí a zároveň zda existuje souvislost mezi negativním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí negativních emocí?“**

BFI-2-S je velice hojně používaný nástroj k měření osobnostních rysů a je dáván do souvislosti s emocionalitou člověka. Vybírám si v mém výzkumném šetření rysovou teorii na základě Tellengových výzkumů, ze kterých vyplývá, že dimenze osobnosti v rámci Pětifaktorového modelu jsou přímo definovány typem emocionality. Z Tellengových výzkumů (1985) vyplývá, že neuroticismus je v podstatě negativní emocionalita a že extraverte je pozitivní emocionalita jedince. Výsledky výzkumu naznačují, že jedinci, kteří jsou svědomití, přívětiví a otevření, prožívají častěji pozitivní emoce, než jedinci, kteří jsou neurotičtí (Costa & McCrae, 1980). Výzkumy emoční

nákazy v souvislosti s typem temperamentu a charakteru (biosociální model osobnosti) jsou již zrealizované a souvislost mezi temperamentem a charakterem s emoční nákazou je objevena (Lundqvist, 2008). Po několikanásobném hledání výzkumů, ve kterých byl použit dotazník ECS a BFI-2-S, jsem tento typ designu výzkumu nezaznamenala. Usuzuji teoreticky, že jednotlivé dimenze osobnosti v Pětifaktorovém modelu souvisí m.imo jiné s emoční expresí, a tudíž by mohly korelovat s pozitivní či negativní emoční nákazou. Otázkou tedy zůstává, zda jedinci, kteří jsou extravertní, přívětiví, otevření a svědomití, jsou nakažlivější pozitivními emocemi. Také zůstává otázkou, zda neurotičtí jedinci jsou nakažlivější negativními emocemi. Jedním z cílů mého výzkumného šetření je zjistit, zda existuje souvislost mezi osobnostními dimenzemi v BFI-2-S a mírou emoční nákazy vybraných emocí. Výzkumná otázka je stanovena na základě cíle a teoretických koncepcí v této oblasti výzkumného šetření. Kladu si tedy výzkumnou otázku: **„Existuje souvislost mezi jednotlivými dimenzemi osobnosti a mírou emoční nákazy pozitivních či negativních emocí?“**.

Regulace emocí je definována jako vědomá či nevědomá modulace emocí, které jedinec prožívá, kdy je prožívá a jak s nimi následně nakládá (Gross, 1998). K procesu primitivní emoční nákazy se spíše přistupuje jako k automatickému a bezděčnému procesu, který vědomě neovlivňujeme. Z výzkumů emoční regulace vyplývá, že lidé do třiceti let věku věnují více pozornosti negativním informacím, než pozitivním (Kanouse, Hanson, 1972). V pozdní dospělosti lidé vyhledávají spíše neutrální a pozitivní podněty (Berntsen, 2001). Předpokladem pro proces emoční nákazy je, že musíme emoční expresi svého okolí věnovat svou pozornost, abychom dané emoce vůbec vnímali a následně se nechali nakazit. Je zde předpoklad, že zaměření na různé polarity emocí (negativní x pozitivní) se během života mění. Proto je dalším cílem prozkoumat, zda existuje souvislost mezi věkem a mírou nákazy pozitivních a negativních emocí. V této oblasti výzkumného šetření je stanovena výzkumná otázka: **„Existuje souvislost emoční nakažlivosti pozitivních a negativních emocí s rostoucím věkem?“**

Přidruženým cílem souvisejícím s věkem bylo prozkoumat, zda souvisí emoční nákaza s tím, jestli je jedinec zaměstnaný či studuje. Ve většině fází výzkumu Dohertyho (1997) se sebraný vzorek respondentů skládal zejména ze studentů oboru psychologie. V jedné fázi výzkumu se Doherty (1997) pokusil zjistit, zda se studující a zaměstnaný liší v míře nakažlivosti emocí, ale zkoumal to na neparametrickém

vzorku. Doherty zásadní rozdíl mezi statusem a mírou nakažlivosti neobjevil. Předpokladem je, že student se od zaměstnaného člověka v mnohém liší (obvykle věk, zaměření pozornosti na odlišné cíle, míra volného času atp.). Pokusím se zjistit, zda existuje rozdíl v míře emoční nákazy vybraných emocí mezi studujícím a pracujícím člověkem.

### **3.2 Cíle výzkumného šetření**

Cílem výzkumného šetření je odhalit rozdíly v míře nákazy vybraných pozitivních a negativních emocí. Zároveň je cílem porovnat míru nákazy vybraných emocí mezi sebou a zjistit, zda se mezi sebou emoce liší. Dalším cílem je zjistit, zda emoční nákaza pozitivních a negativních emocí souvisí s obvyklým pozitivním a negativním naladěním respondentů. Třetím cílem mého výzkumného šetření je zjistit, zda existuje souvislost mezi jednotlivými osobnostními dimenzemi v Pětifaktorovém modelu osobnosti (BFI-2-S) a mírou emoční nákazy vybraných emocí. V návaznosti na teorie regulace emocí je cílem výzkumného šetření prozkoumat, zda existuje souvislost mezi věkem a mírou nákazy pozitivních a negativních emocí. Přidruženým cílem souvisejícím s věkem je prozkoumat, zda souvisí emoční nákaza s tím, jestli je jedinec zaměstnaný či studuje.

### **3.3 Výzkumný soubor**

Výzkumný soubor byl vybrán prostřednictvím on-line metody sněhové koule, přičemž jediným kritériem výběru byl věk. Respondenti museli být osoby starší 18 let a maximální věková hranice byla 50 let. K věkové hranici 50 jsem přistoupila na základě Carstensenové teorie socioemoční selektivity, ze které vyplývá, že vědomí blížící se smrti je významnou silou, která formuje motivaci a cíle jedince. Tato teorie je hédonicky laděná a v podstatě z ní vyplývá, že čím jsme starší, tím více si šetříme fyzické síly a vybíráme si spíše situace, ve kterých budeme prožívat pozitivní emoční prožitky (Charles, Carstensen, 2007). Z teorie socioemoční selektivity také vyplývá, že v druhé polovině života nastává významná změna v emoční regulaci. Za horizontem života nastávají významné změny v prožívání emocí. Zajímala mě emoční nakažlivost v první polovině života, protože se v ní neprojevuje vliv vědomí vlastní smrtelnosti a preferované emoce nejsou pozitivní.

Výzkumu se zúčastnilo celkem 204 respondentů, z nichž bylo 130 žen (63,7 %) a 74 mužů (36,3 %). Průměrný věk respondentů je 27,47 let. Výzkumu se zúčastnilo 95 studujících (46 %), 104 zaměstnaných (51 %) a 5 lidí (2,5 %), kteří uvedli, že dělají „jiné“. Souhrnná data o výzkumném souboru jsou prezentovány v tabulce č. 1, viz dále.

**Tabulka č. 1**

*Výzkumný soubor*

	Počet	%	Aritmetický průměr věk	Směrodatná odchylka věk	Modus věk	Medián věk
<b>Ženy</b>	130	63,7	27,39	8,53	18	23
<b>Muži</b>	74	36,3	27,48	6,76	23	25
<b>Dohromady</b>	204	100	27,47	7,36	18	24
<b>Zaměstnaní</b>	104	51	32,72	7,72	25	29,5
<b>Studenti</b>	95	46	21,24	4	18	21
<b>Jiný způsob obživy</b>	5	2,5	36,6	10,72	50	32

### **3.4 Technika sběru dat**

Výzkumné šetření bylo pojato kvantitativním způsobem. Byla použita baterie sebeposuzovacích dotazníků a inventáře. Pro zjištění míry emoční nákazy bylo použito ECS, tedy *Emotional contagion scale* sestavena Dohertym (1997). Tento dotazník zjišťuje subjektivní emoční nakažlivost vybraných pěti emocí (radost, láska, vztek, smutek a strach) (Doherty, 1997). Dotazník má 15 položek a obsahuje 3 otázky na každou z 5 emocí. Důležité je zmínit, že hodnocení emocí je velmi subjektivní. 5 emocí je rozděleno na 2 skupiny emocí, na pozitivní a negativní. Rozdělení emocí do dvou kategorií bylo použito ve výzkumu Dohertyho (1997). Respondent zvažuje, jak ho vystihuje určitý výrok a současně vybírá míru frekvence (jak často na Likertově škále od 1= nikdy po 5 = vždy).

Dotazník byl přeložen pomocí komunitního překladu, neboli byl přeložen několika lidmi separátně a nezávisle na sebe. Zároveň byl zrealizován zpětný překlad pro kontrolu správnosti. Následovalo vybrání nejvhodnější verze slov. Mnou použitý dotazník se tedy liší jen jazykem. ECS v původní verzi bylo validizováno a Doherty (1997), po testování nástroje, shledal škálu vysoce reliabilní.

Druhý použitý dotazník je PANAS (*Positive and Negative affect schedule*) neboli škála pozitivní a negativní afektivity. Jedná se o spolehlivý a platný nástroj pro měření dvou různých stavů nálady (pozitivní a negativní) v různých časových intervalech (v rámci jednoho dne či měsíce či obvykle) (Leue & Lange, 2011). PANAS je sebesposuzovací inventář (Gray & Watson, 2007). Pokud je jedinec pozitivněji naladěný, znamená to, že je u něj častější výskyt pozitivní valence afektů a stejně je to u negativního naladění (Berry, Hansen, 1996). PANAS se skládá ze dvou 10 položkových stupnic nálady. Stupnice nálady PA (*positive affect*) se skládá z položek jako: zaujatý, vzrušený, silný a pozorný. Stupnice nálady NA (*negative affect*) se skládá z položek jako: rozrušený, provinilý a vystrašený. Inventář má 20 otázek a 2 škály. Respondent odpovídá, do jaké míry na něj platí, že „se obvykle cítí“ na 5 bodové Likertově škále od 1= mírně nebo vůbec až 5= extrémně. Jedna polovina otázek sytí škálu PA a druhá polovina NA (Tellegen, Watson, & Clark, 1988). Inventář měřící obvyklé naladění se dvěma dominantními škálami se jevil, jako ideální vzhledem k designu mého výzkumu. Použila jsem již přeloženou českou verzi inventáře, kterou jsem se převzala od doc. Ivy Poláčkové Šolcové pro výzkumné účely. Vzhledem k tomu, že se v bakalářské práci zabývám zejména emocemi a cítěním, zaměnila jsem místo výroku „obvykle bývám“ za „obvykle se cítím“. Na základě Watsona, Clarka a Tellegena (1988), kteří prokázali vnitřní konzistenci neboli vysokou reliabilitu PANAS, jsem tento inventář použila.

Poslední dotazník, který jsem použila ve výzkumném šetření je BFI-2-S. Použila jsem zkrácenou verzi BFI, protože v plné verzi je několikanásobně více otázek. Vzhledem k tomu, že BFI je třetím inventářem v tomto výzkumu, zvolila jednodušší možnost pro respondenty. Zkrácená verze BFI byla validizována a na základě výzkumů vyhodnocena, jako reliabilní. Vykazuje 90 % míru spolehlivosti v porovnání s originální plnou verzí. Inventář měří 5 dimenzí osobnosti (*Otevřenost, Extraverze, Svědomitost, Neuroticismus a Přívětivost*) a zároveň právě těchto 5 dimenzí jsou dominantní škály. Inventář obsahuje 30 otázek, z nichž jednotlivých 6 otázek sytí jednu z 5 škál. Inventář obsahuje 15 nedominantních škál, se kterými jsem ve výzkumu nepracovala. Obecně u BFI byla snaha vyvinout jednoduchý a srozumitelný inventář. V BFI je způsob tázání věta (rozpracovaná, podrobnější, ale velký důraz je kladen na srozumitelnost). Skóre na stupnici se počítá jako průměrná odpověď účastníka na položku (tj. přidání všech položek skórovaných na stupnici a vydělením počtem položek na stupnici). Navzdory



své stručnosti BFI neztrácí obsahovou bohatost, ani dobré psychometrické vlastnosti (John, 1991). BFI měří interpersonální oblasti a také dimenze, které přímo souvisí s emocionalitou člověka, což mě navedlo k předpokladu, že by ECS dotazník a BFI-2-S spolu mohly souviset. Tuto verzi dotazníku jsem obdržela od doc. Ivy Poláčkové Šolcové již přeloženou do českého jazyka. Respondenti odpovídali na jednotlivé výroky, do jaké míry na ně „sedí“ na Likertově škále (1= naprosto nesouhlasí až 5 = naprosto souhlasí). Na základě výzkumů, ze kterých vyplývá, že jednotlivé typy osobnosti souvisí s afektivitou jedince, jsem aplikovala tento typ inventáře.

Pro mé výzkumné šetření se jako nejvhodnější ukázala volba dotazníku a inventářů s hodnocením na Likertově škále. Škála odpovědí je ordinální a pro všechny nástroje stejná. Na základě toho, bylo možné odpovědi dotazníku a inventářů porovnávat.

### **3.5 Dotazníkové šetření**

Dotazník byl sestaven z 5 sekcí (úvod, demografické údaje o respondentovi, ECS, PANAS a BFI-2-S).

V úvodní sekci byl respondent seznámen s klíčovými informacemi týkající se výzkumu. Byl mu sdělen důvod a cíl výzkumu. Dle etických zásad byla zmíněna dobrovolnost a naprostá anonymita účasti ve výzkumu. Respondent mohl kdykoliv z výzkumu odstoupit. Dále byl respondent seznámen se způsobem nakládání s daty, které poskytuje. Bylo sděleno kritérium účasti ve výzkumu a tím byl věk (respondenti od 18 do 50let). V první části byla také podpořena spontaneita a autenticita odpovědí respondentů. V první, informativní sekci nebyla položena žádná otázka.

Ve všech dalších sekcích byly všechny odpovědi povinné.

V následující části byly respondentovi položeny otázky ke zjištění demografických informací. Byla položena otázka na pohlaví, ve které byla možnost žena, muž a jiné. Dále byla zásadní otázka věku, který byl ohraničen minimem 18 let a maximem 50 let. Následně byla položena otázka, zda respondent studuje či je zaměstnán, či je jeho status jiný (např. invalidní důchod, mateřská dovolená atp.) a možnost odpovědi byla uzavřená. V návaznosti na uzavřené možnosti odpovědí, byla položena otázka na obor studia či zaměstnání. V této sekci byly otázky koncipovány

naprosto jednoduše, například pohlaví, a následoval výběr z uzavřených možností odpovědi.

Ve třetí části byl uveden dotazník ECS neboli sebeuposuzovací Škála emoční náklady. Byla uvedena bodová škála od 1 do 5 bodů a další instrukce k vyplnění, zejména aby respondenti odpovídali, tak aby je odpověď co možná nejvíce vystihovala. V této sekci byly výroky z ECS zacílené na konkrétní vybrané emoce. Například první výrok: „Pokud někdo, s kým mluvím, začne plakat, chce se mi plakat také.“ Tento výrok jednoznačně a transparentně cílí na emoci smutku. Dalším příkladem je výrok číslo 6: „Při pohledu do očí mé milované osoby mě zaplaví hřejivé pocity.“ Tento výrok cílí na emoci lásky.

Ve čtvrté části byl použit dotazník PANAS ke změření obvyklého naladění. Byly opět uvedeny instrukce k řádnému vyplnění a informace ohledně bodové škály. Zdůrazněna byla obvyklost a obecnost daných pocitů proto, aby se co nejvíce odfiltrovaly situační proměnné. V této sekci byly použity dva typy výroků. Jeden typ výroků cílil na obvyklé negativní pocity a druhý typ cílil na pozitivní pocity. Výrok zacílený na pozitivní afekt byl např. „Obvykle se cítím plný/á zájmu“. Položka sytící škálu negativní afektivity byla např. „Obvykle se cítím provinilý/á“.

V poslední části byl uveden inventář BFI-2-S pod názvem osobnostní charakteristiky. V této části bylo uvedeno, aby respondent odpovídal tak, aby odpovědi co nejvíce vystihovaly jeho, jako osobu. Opět byla uvedena bodová škála. V části zaměřené na Pětifaktorový model osobnosti, ve které byl použit BFI-2-S inventář byly též výroky. Pracovala jsem pouze s dominantními škálami inventáře. Opět je inventář koncipován tak, že jednotlivé výroky cílí na jednotlivé dimenze osobnosti. Například výrok „Jsem člověk, který mívá sklon být potichu.“ je zacílen na změření extraverte, ale skóruje se reverzně. Nebo výrok: „Jsem člověk, který je depresivní, smutný.“ měří negativní emocionalitu neboli neuroticismus.

Veškeré použité psychometrické nástroje byly sebeuposuzovací, což zapříčiňuje vysokou subjektivitu výpovědí.

Dotazník byl vytvořen na platformě Google formulář a byl sdílený pouze online. Jak jsem již zmiňovala, dotazník se šířil zejména na Facebooku a skrze mé přátele, kteří dotazník rozesílali svým přátelům. Použití referenčního výběru neboli použití

„*metody sněhové koule*“ způsobilo, že saturace vzorku nebyla naplněná, a tudíž není možné výsledky generalizovat. Respondenti byli zároveň rekrutováni pomocí neplacené inzerce na Facebooku.

### **3.6 Analýza dat**

Data byla exportována z Google formuláře do Excelu. Excelem sloužil k vytvoření kontingenční tabulky, grafů, četnosti odpovědí, korelační analýzy apod. Korelační koeficienty byly ověřeny pomocí Pearsonova korelačního testu. Dále bylo pracováno se statistickým programem R, ve kterém byla vyhotovena ANOVA, čili analýza rozptylu a regresní analýza.

Jednofaktorovou ANOVOU bylo zkoumáno, zda se v jednotlivých skupinách shodují průměrné hodnoty vysvětlovaných proměnných. Byla použita pro průzkum v rámci výsledků v emoční nakažlivosti vybraných emocí, dimenzích osobnosti a obvyklého naladění. Pomocí vícefaktorové ANOVY bylo analyzováno, zda existuje souvislost mezi obvyklým naladěním a emoční nákazou, osobnostními dimenzemi a emoční nákazou.

Jednoduchá korelační analýza byla zvolena, protože zkoumá korelaci pouze dvou proměnných. Byly vytvořeny Pearsonovy korelační koeficienty, které vyjadřují lineární souvislost mezi dvěma proměnnými a lze je použít pouze na kvantitativní proměnné. Korelace byly vytvořeny pro skupiny dat v oblasti emoční nákazy a obvyklého naladění, emoční nákazy a dimenzemi osobnosti.

Regresní analýzu jsem zvolila, protože výsledná data jsou relativně jednoduše interpretovatelná a je to dostupná metoda. Další z důvodů, proč jsem zvolila regresní analýzu, je, že ověřuje závislosti mezi proměnnými. Pomocí regresní analýzy byl zpracován věk respondentů a míra emoční nákazy pozitivních a negativních emocí.

Data byla analyzována pomocí dvou metod (analýza rozptylu a korelační analýza) a zároveň byly výsledky závislostí ověřeny pomocí testů, aby bylo zřejmé, zda vyšla statisticky významná souvislost mezi proměnnými v sebraném vzorku respondentů.

Nicméně můj přístup k datům je explorační, a tudíž se snažím objevit vztahy mezi proměnnými.

Použité psychometrické nástroje byly otestovány testem reliability, jako vnitřní konzistence jednotlivých položek neboli Cronbachovo  $\alpha$ .

Výsledek testu reliability v dotazníku ECS: škála *Štěstí* Cronbachovo  $\alpha = 0,62$  (diskutabilní), škála *Lásky* Cronbachovo  $\alpha = 0,78$  (přijatelná), škála *Strachu* Cronbachovo  $\alpha = 0,5$  (slabá), škála *vzteku* Cronbachovo  $\alpha = 0,53$  (slabá), škála *Smutku* Cronbachovo  $\alpha = 0,65$  (diskutabilní).

Výsledek testu reliability v dotazníku PANAS: škála *Pozitivní afektivity* Cronbachovo  $\alpha = 0,88$  (dobrá), škála *Negativní afektivity* Cronbachovo  $\alpha = 0,9$  (excelentní).

Výsledek testu reliability v dotazníku BFI-2-S: škála *Extraverze* Cronbachovo  $\alpha = 0,78$  (přijatelná), škála *Přívětivosti* Cronbachovo  $\alpha = 0,75$  (přijatelná), škála *Svědomitosti* Cronbachovo  $\alpha = 0,79$  (přijatelná), škála *Neuroticismu* Cronbachovo  $\alpha = 0,71$  (přijatelná), škála *Otevřenosti* Cronbachovo  $\alpha = 0,73$  (přijatelná).

Byl vyhotoven Bandwidthnyho test normálního rozložení odpovědí. Výsledky splňují podmínky normality. Výsledky testu normality jsou k nalezení v přílohách, konkrétně příloha č. 1.

### 3.7 Výsledky

Výsledky tohoto výzkumného šetření jsou velmi komplikované a objemné. Díky rozsahu dat lze vyvodit velice zajímavé informace, které budu prezentovat v souvislostech v rámci diskuse. V této kapitole uvedu výsledky bez kontextu.

#### 3.7.1 Emoční nákaza vybraných emocí

Nejprve zodpovím výzkumnou otázku, která prostupuje celým mým výzkumným šetřením, a která zní: „**Jsou vybraní respondenti subjektivně nakažlivější pozitivními či negativními emocemi?**“. Minimální bodový skór, který bylo možné získat na jedné škále parametru emoce, byl 3 body a maximální 15 bodů. ANOVA odhalila, že průměry pro všechny emoce nejsou na 5 % hladině statistické významnosti stejné. Nejvyšší průměrný skór vyšel u emoce lásky (sociální emoce). Druhý nejvyšší průměrný skór vyšel u emoce štěstí. Tyto dvě emoce jsou zároveň v kategorii pozitivních emocí. Výsledky v tabulce č. 2 naznačují, že nakažlivost

jednotlivých emocí se liší. Je proto možné prohlásit, na základě získaných dat, že štěstí a láska, tedy pozitivní emoce jsou 2 nejnakažlivější emoce ve výzkumném šetření.

**Tabulka č. 2**

*Emoční nákaza vybraných emocí*

<b>Výběr</b>	<b>Součet</b>	<b>Průměr</b>	<b>Rozptyl</b>
<b>Součet Štěstí</b>	2237	11,65	2,88
<b>Součet Láska</b>	2309	12,03	4,30
<b>Součet Strach</b>	1763	9,18	5,50
<b>Součet Vztek</b>	1730	9,01	4,33
<b>Součet Smutek</b>	1846	9,61	5,76

### **3.7.2 Obvyklé naladění a emoční nákaza**

V této sekci uvedu výsledky výzkumného šetření, které se zabývá hledáním odpovědi na výzkumnou otázku: „Existuje souvislost mezi pozitivním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí pozitivních emocí a zároveň zda existuje souvislost mezi negativním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí negativních emocí?“

Tuto otázku jsem zkoumala ve statistickém programu R a vytvářela jsem analýzu rozptylu.

Zkoumala jsem, zda se liší průměry odpovědí v kategorii pozitivních emocí (šťěstí, láska) v ECS a zda se liší odpovědi na škále PA v PANAS. To stejné jsem zkoumala v negativním spektru emocí (strach, vztek a smutek) a na škále NA. Výsledky analýzy rozptylu jsou uvedeny v tabulce č.3.

### Tabulka č. 3

*Analýza rozptylu – vybrané emoce a obvyklé naladění*

	<b>Pozitivní emoce</b>	<b>P – hodnota</b>
<b>PA</b>	**0.107	0.000
<b>NA</b>	0.016	0.254
	<b>Negativní emoce</b>	<b>P – hodnota</b>
<b>PA</b>	0.039	0.063
<b>NA</b>	**0.092	0.000

*Poznámka: \*\*P < 0.05*

*PA – pozitivní naladění*

*NA – negativní naladění*

Mezi prvními dvěma zkoumanými proměnnými, tedy mezi pozitivním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí pozitivních emocí, vyšla najevo signifikantní souvislost. Hodnota v tabulce č. 3, 0.107, je větší než P–hodnota 0.000, tedy jedná se o přímou, slabší souvislost. Zároveň lze konstatovat, že přímá slabší souvislost je také mezi negativním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí negativních emocí.

Zbylé souvislosti jsou statisticky slabé a nevýznamné, jelikož hodnota P–hodnota je vyšší, než průměrná hodnota jednotlivých proměnných.

Významná souvislost tedy nevyšla najevo mezi pozitivním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí negativních emocí. A také nevyšla najevo souvislost mezi negativním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí pozitivních emocí.

Hodnota ve sloupci Negativní emoce a Pozitivní emoce značí bodový nárůst v emoční nákaze při každém bodu navíc na škále PA (*pozitivní afektivita*) či NA (*negativní afektivita*).

Výsledky naznačují, že pozitivní obvyklé naladění (PA) zvyšuje míru nákazy pozitivních emocí a zároveň negativní obvyklé naladění (NA) umocňuje míru nákazy negativních emocí. Vztahy mezi proměnnými jsem zkoumala také pomocí Pearsonovy korelační analýzy. Výsledné korelační koeficienty jsem následně otestovala pomocí testu korelací. Výsledky uvádím v tabulce č.4.

#### Tabulka č. 4

##### *Korelace emoční nákaza a obvyklé naladění*

	Štěstí	Láska	Strach	Vztek	Smutek	Poz. Em.	Neg. Em.
<b>PA</b>	**0,51	*0,2	0,03	-0,03	0,03	**0,42	0,01
<b>NA</b>	-0,2	0,07	*0,26	**0,37	*0,17	-0,07	**0,33

*Poznámka: Značení síly korelace: \* 0,15 až 0,28 – slabá, \*\* 0,29 až 0,57 – středně silná, \*\*\* 0,58 až 1 – velmi silná.*

*PA – pozitivní naladění*

*NA – negativní naladění*

*Poz. Em. – pozitivní emoce*

*Neg. Em. – negativní emoce*

Záporné hodnoty například NA a štěstí vyjadřují nepřímou závislost. Emoční nákaza štěstím při negativním naladění je v tomto případě velmi nepravděpodobná. Dle korelačního testu jsou hodnoty nabývající od 0,01 až 0,15 statisticky nevýznamné. Slabá korelace 0,16 až 0,28 je statisticky významná. Silná korelace 0,58 až 1 se ve výzkumném šetření nevyskytuje.

Z tabulky č. 4 vyplývá, že negativní obvyklé naladění koreluje s emoční nákazou negativních emocí. Stejně tak koreluje pozitivní obvyklé naladění s emoční nákazou pozitivních emocí.

Výsledky z ANOVY a následné ověření korelační analýzou naznačují, že existuje souvislost mezi pozitivním obvyklým naladěním a subjektivní nakažlivostí pozitivních emocí vybraných respondentů. Výsledky zároveň naznačují, že existuje souvislost i v případě negativního obvyklého naladění a nakažlivosti negativních emocí.

### **3.7.3 Dimenze osobnosti a emoční nákaza**

Nejprve prezentují výsledky BFI-2-S. V tabulce č. 5 jsou uvedeny výsledky jednotlivých dimenzí. Podle výsledků uvedených v tabulce č. 5 je možné prohlásit, že vybraní respondenti jsou více Svědomití a Extrovertní, jelikož program ANOVA odhalil, že průměry jednotlivých dimenzí nejsou na 5 % hladině statistické významnosti stejné. Průměr extravertnosti je 18,39 a průměr svědomitosti je 19,64 a jsou vyšší,

než průměry v ostatních dimenzích. Výsledky naznačují, že rysy osobnosti vybraných respondentů se liší.

### Tabulka č. 5

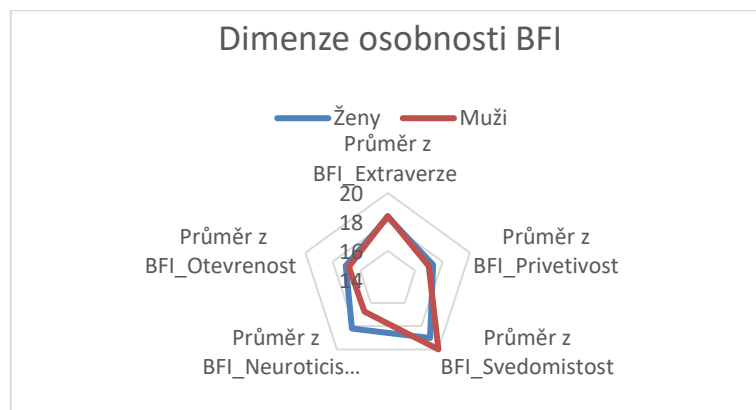
*Výsledky osobnostních rysů – jednotlivé dimenze*

Výběr	Součet	Průměr	Rozptyl
<b>Extraverze</b>	3733	18,39	3,76
<b>Přívětivost</b>	3474	17,11	5,28
<b>Svědomitost</b>	3987	19,64	10,27
<b>Neuroticismus</b>	3507	17,28	8,32
<b>Otevřenost</b>	3433	16,91	4,59

Výsledky BFI-2-S se obvykle graficky znázorňují na hvězdicovém grafu. Tento typ grafického zpracování výsledků příkládám níže. V grafu jsou znázorněné zprůměrované odpovědi v rámci jednotlivých dimenzí u mužů a žen, kteří se výzkumu zúčastnili.

### Graf č. 1

*Pětifaktorový model osobnosti (BFI) – muži a ženy*



*Poznámka: V grafu jsou načrtnuty průměrné výsledky v jednotlivých dimenzích. Čísla v grafu označují bodový skór.*

Výsledky emoční náklady (ECS) jsou popsány v kapitole Výsledky emoční náklady vybraných emocí a zobrazuje je tabulka č. 2.

Dále se budu věnovat odpovědím na výzkumnou otázku: „**Existuje souvislost mezi jednotlivými dimenzemi osobnosti a prožívání pozitivních či negativních emocí?**“. Pro získání odpovědi na tuto otázku, data byla zpracována



ve statistickém programu R a v Excelu. Opět je tedy vytvořena analýza rozptylu a korelační koeficienty, které jsou následně ověřené korelačním testem. Výsledky korelací prezentuji v tabulce č. 6 níže.

### Tabulka č. 6

*Korelace jednotlivých dimenzí osobnosti a jednotlivých emocí*

	Štěstí	Láska	Strach	Vztek	Smutek	Pozitivní	Negativní
<b>Extraverze</b>	**0,39	0,09	-0,1	-0,14	-0,1	**0,28	-0,14
<b>Přívětivost</b>	**0,32	*0,2	*0,27	0,11	**0,29	**0,32	**0,28
<b>Svědomitost</b>	0,06	*0,2	0,09	-0,04	0,14	*0,17	0,08
<b>Neuroticismus</b>	*-0,22	0,14	**0,33	**0,41	**0,33	-0,03	**0,44
<b>Otevřenost</b>	0,13	0,09	*0,2	0,08	0,08	0,13	*0,15

*Poznámka: značení síly korelace: \* 0,15 až 0,28 – slabá, \*\* 0,29 až 0,57 – středně silná, \*\*\* 0,58 až 1 – velmi silná*

Na základě korelačního testu vyšlo najevo, že významná souvislost mezi proměnnými je nad úroveň 0,14. Z tabulky je zjevné, že nejsilnější souvislost v rámci testovaného souboru je mezi emoční nákazou negativních emocí a dimenzí osobnosti Neuroticismu. Dále střední lineární závislost je mezi emoční nákazou vzteku a dimenzí osobnosti Neuroticismu. Mezi emoční nákazou strachu a smutku a Neuroticismem je míra souvislosti slabá. Velmi zářející informace je, že mezi subjektivní nakažlivostí štěstím a Přívětivostí a Extraverzí je středně silná souvislost. Je překvapivé, že slabá souvislost vyšla najevo i v případě Přívětivosti a strachu a smutku. Výsledky naznačují, že Extraverze souvisí s mírou emoční nákazy štěstí. Čím více je respondent extravertní, tím více je nakažlivý štěstím.

V případě osobnostní dimenze Přívětivosti uvádím podrobněji výsledky v tabulce č. 7, viz níže. Míra emoční nákazy štěstím a osobnostní dimenze přívětivosti se ovlivňují a je možné prohlásit, že s každým bodem navíc na BFI-2-S škále Přívětivosti jsou vybraní respondenti v průměru o 0,15 bodu na ECS škále nakažlivější štěstím na 5 % hladině významnosti.

Výsledky naznačují, že čím více je respondent přívětivý, tím více je náchylný k nákaze láskou. S každým bodem navíc v Přívětivosti, roste nakažlivost láskou o 0,09 bodu na 5 % hladině významnosti. Také lze prohlásit, že s každým bodem navíc na škále přívětivosti stoupá nakažlivost strachem o 0,13 bodu. U smutku stoupá s každým bodem navíc na škále přívětivosti o 0,16 bodu. V této analýze nevyšel statisticky významný výsledek na škále vzteku a z toho důvodu ho neuvádím v tabulce č. 7. Čím více je jedinec přívětivý, tím více je náchylný k nákaze štěstím, láskou, strachem a smutkem.

### **Tabulka č.7**

*Analýza rozptylu – přívětivost*

	<b>Přívětivost</b>	<b>P–hodnota</b>
<b>Štěstí</b>	0.146	0.000
<b>Láska</b>	0.90	0.011
<b>Strach</b>	0.134	0.001
<b>Smutek</b>	0.156	0.000

*Poznámka: P-hodnota je nejnižší hodnota, na které zamítáme testovanou hypotézu a souvislost je potvrzena. Hodnota ve sloupci Přívětivost vyjadřuje bodový růst při každém bodu navíc na škále emocí.*

V dimenzi Svědomitosti vyšla významná souvislost s mírou nakažlivosti lásky a smutku. P – hodnota je v obou případech 0.006. Hodnota u lásky je 0.09 a lze prohlásit, že s každým bodem navíc na škále Přívětivosti roste nakažlivost láskou o 0.09 bodu na 5 % hladině významnosti. V případě smutku je nárůst o 0.10 bodu, protože hodnota je 0.103. Výsledky u emoce vzteku nejsou statisticky významné, a tudíž je nezmiňuji. Čím více je jedinec svědomitý, tím více je náchylný k nákaze láskou a smutkem.

V dimenzi Neuroticismu vyšly výsledky o něco statisticky významnější, než u jiných dimenzí. Výsledky podrobněji uvádím v tabulce č. 8. P–hodnota je u třech emocí 0.000 a pouze u lásky je 0.002. Lze prohlásit, že s každým bodem na škále Neuroticismu roste skór v ECS na škále lásky o 0.12 bodu, na škále strachu, vzteku

a smutku o 0.22 bodu. Je zde poměrně významná souvislost mezi Neuroticismem a negativními emocemi. Čím je jedinec neurotičtější, tím více je náchylný k nákaze negativními emocemi.

### Tabulka č. 8

*Analýza rozptylu – Neuroticismus*

	Neuroticismus	P-hodnota
<b>Láska</b>	0.120	0.002
<b>Strach</b>	0.216	0.000
<b>Vztek</b>	0.222	0.000
<b>Smutek</b>	0.221	0.000

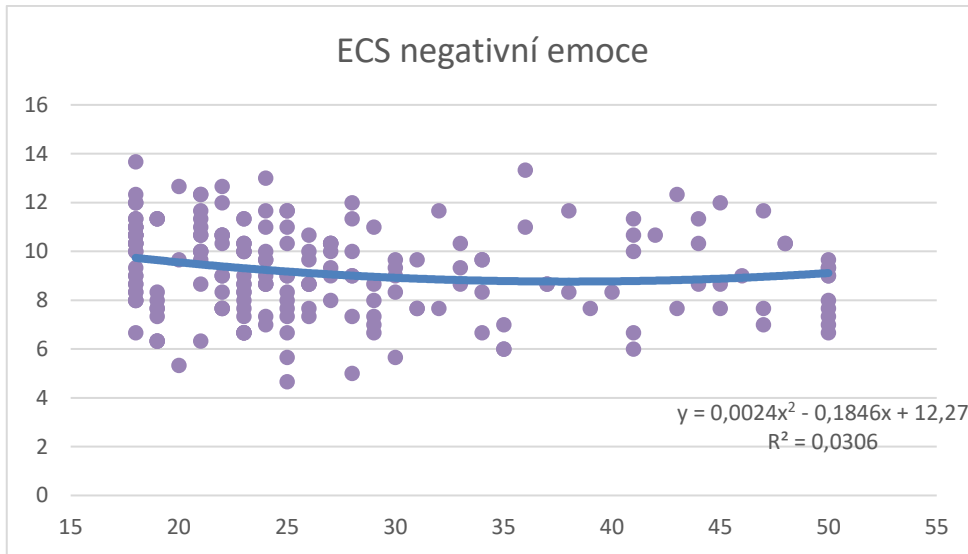
*Poznámka: P-hodnota je nejnižší hodnota, na které zamítáme testovanou hypotézu a souvislost je potvrzena. Hodnota v kategorii Neuroticismus vyjadřuje bodový růst při každém bodu navíc na škále uvedených emocí.*

### 3.7.4 Emoční nákaza v souvislosti s věkem

Stěžejní výzkumná otázka této práce se táže, zda: „**Existuje souvislost emoční nakažlivosti pozitivních a negativních emocí s rostoucím věkem?**“. Pro získání odpovědi bylo nutné vytvořit regresní analýzu a získat výsledky pro negativní a pozitivní emoce zvlášť, viz níže, graf č. 2 a č. 3. Trendem je zobrazovat výsledná data z regresní analýzy v grafickém provedení. V obou grafech je na ose X vidět věk a na ose Y je skór, průměrný získaný v ECS v kategorii pozitivních či negativních emocí. V grafu č. 2 a na základě výpočtu přelomu vyšlo najevo, že od věku 38 let negativní emoce nepatrně klesají a následně jsou nárůsty velice nízké. Což znamená, že jsou od 38 let vybraní respondenti méně náchylní vůči nákaze negativních emocí. V grafu č. 3 je rozdíl nakažlivosti pozitivních emocí zanedbatelný. V obou případech se jedná pouze o ilustrační a orientační výsledky. Na základě výpočtů ve statistických modelech nevyšel statisticky významný rozdíl v emoční nákaze v souvislosti s věkem. Z výsledných dat nelze nic predikovat.

## Graf č. 2

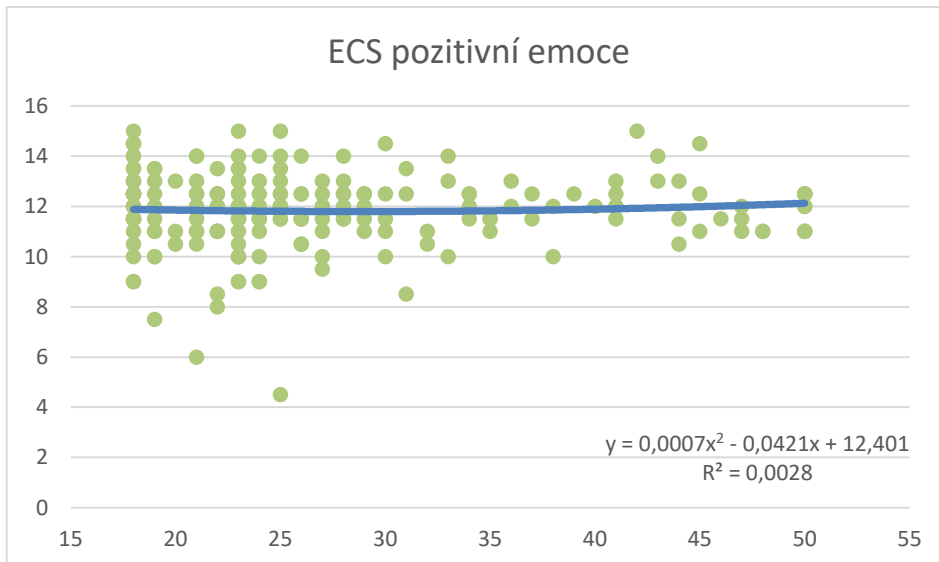
*Souvislost emoční nákazy negativních emocí s věkem*



*Poznámka: Na Ose Y je naznačen skór v jednotlivých kategoriích emocí (pozitivní a negativní), na ose X je naznačen věk. V grafu je naznačena rovnice, která se snaží co nejpřesněji odhalit míru závislosti mezi proměnnými.*

## Graf č. 3

*Souvislost emoční nákazy pozitivních emocí s věkem*



*Poznámka: Na Ose Y je naznačen skór v jednotlivých kategoriích emocí (pozitivní a negativní), na ose X je naznačen věk. V grafu je naznačena rovnice, která se snaží co nejpřesněji odhalit míru závislosti mezi proměnnými.*

### **3.7.5 Emoční nákaza vybraných emocí v souvislosti se statutem studujícího a pracujícího**

Jedním z cílů výzkumu bylo zjistit, zda existuje souvislost mezi emoční nákazou pozitivních a negativních emocí, a tím, zda je respondent studující či pracující. Tento typ otázky jsem zpracovávala také pomocí analýzy rozptylu a výsledky naznačují, že mezi statutem studujícího či pracujícího a mírou emoční nákazy není žádná významná souvislost. Jednoduše řečeno status respondenta (zaměstnaný či studující) neovlivňuje míru emoční nákazy.

## ***Diskuse***

V rámci Diskuse budu prezentovat výsledná data v souvislostech s teoriemi a předchozími výsledky studií.

### **Emoční nákaza vybraných emocí**

Ve výzkumném šetření této práce byly zkoumány emoce: láska, radost, strach, smutek a vztek. Tyto byly na základě designu v Dohertyho výzkumu (1997) rozděleny do dvou kategorií na: pozitivní a negativní emoce.

Výsledkem mého výzkumného šetření je, že nejnakažlivější emoce je láska. Emoce lásky je řazena do kategorie sociálních emocí a cítíme ji v okamžicích, ve kterých jsme si velmi blízko s další osobou či osobami. Dle Poláčkové Šolcové obecně sociální emoce regulují a kontrolují naše chování a chrání nás před vyloučením ze společnosti (Poláčková Šolcová, 2017).

Zbylé emoce (štěstí, strach, smutek a vztek) se v dotazníku řadí do kategorie primárních emocí. Pokud se na emoce podíváme z evolučního hlediska, negativní primární emoce, vzhledem k jejich vyloženě existenciálně důležité funkci, by měly být nakažlivější, než jiné emoce (Izard, 2011). V mém výzkumném šetření se negativní a primární emoce jeví, jako nejméně nakažlivé ze všech.

Z evolučního hlediska emoce zkoumaly Kellyová, Iannoneová a McCartyová a došly k závěru, že nakažlivějšími emocemi jsou negativní emoce. Vysokou míru nakažlivosti odůvodnili právě evolučně adaptivní funkcí. Ve výzkumu zkoumaly pouze dvě emoce (hněv a štěstí). Pozitivní emoce slouží k utužování vazeb ve skupině. (Kelly, 2016). Výsledky mého výzkumného šetření naznačují, že nakažlivějšími jsou naopak pozitivní emoce. Je možné předpokládat, že výsledky výzkumu Kellyové et al. byly příliš generalizované. Také by se dalo polemizovat o tom, který typ emocí má „významnější“ roli v našich životech, a tudíž je i více nakažlivý. Výsledky mého výzkumného šetření oponují tvrzení, že nakažlivější jsou jednoznačně negativní emoce.

Výsledky výzkumného šetření potvrzují, že pozitivní emoce, které jsou více autenticky projevovány jsou i více nakažlivé. Výsledky naznačují, že nezáleží na funkci emoce, ale spíše na míře projevu emoce. Ověřil se předpoklad, že pokud emoce nejsou vyjadřované, nemohou být nakažlivé.

V oblasti zkoumání nakažlivosti emocí je možné analyzovat mnoho komponent. Výzkum fyziologických či behaviorálních komponent v procesu emoční nákazy by mohl přinést velmi zajímavé poznatky.

### **Obvyklé naladění a emoční nákaza**

Můj předpoklad, že spolu souvisejí nálada a nakažlivost emocí, vycházel z informace, kterou prezentoval Ekman. Sdělil, že nálady určují absolutní práh emocím. Při špatné náladě se snáz objeví emoce smutku, a naopak při dobré náladě snadněji pocítíme radost (Ekman, 1994). Výsledky mého výzkumu prokázaly, že existuje souvislost mezi pozitivním obvyklým naladěním a emoční nakažlivostí pozitivních emocí. Stejně tak výsledky poukazují na souvislost mezi negativním obvyklým naladěním a nakažlivostí negativních emocí. Výzkum s velmi podobným designem zrealizoval Bhullar (2012). Bhullar použil stejné dva nástroje k měření (PANAS a ECS), z tohoto důvodu je možné výsledky porovnat. Výsledky jeho výzkumu potvrdily pouze předpoklad, že spolu souvisí pozitivní nálada a emoční nákaza pozitivních emocí, ale už nenaznačily, že spolu souvisí negativní nálada a emoční nákaza negativních emocí. Výsledky v mém výzkumném šetření doplňují Bhullarův předpoklad, že spolu souvisí negativní nálada a vyšší míra nákazy negativních emocí a zároveň pozitivní nálada a vyšší míra nákazy pozitivních emocí.

V oblasti výzkumu emoční nákazy a nálady bych doporučila zkoumat přímo kovarianci. Tento typ statistické analýzy by mohl přinést podrobnější poznatky o vlivu nálady na emoční nákazu.

### **Dimenze osobnosti a emoční nákaza**

Na základě definice dimenze Otevřenosti, která spočívá v citlivosti na vnější podněty, zejména estetické, dále vnímavost vůči pozitivním pocitům a živá fantazie (Hřebíčková, 2011) bylo možné předpokládat souvislost mezi skórem na škále pozitivních emocí. Nicméně výsledky naznačují, že souvislost mezi osobnostní dimenzí Otevřenosti a mírou emoční nákazy vybraných emocí je zanedbatelná.

Svědomitost se týká míry organizace, vytrvalosti a kontroly. Dále se také týká motivace při dosahování cílů (Hřebíčková, 2011). Na základě této definice Svědomitosti

jsem nepředpokládala významnou souvislost mezi mírou emoční nákazy a výsledná data dokazují, že souvislost je statisticky nevýznamná a tedy zanedbatelná.

Extraverze je spojená s množstvím a intenzitou sociálních interakcí, které jedinec preferuje. Dále se Extraverze spojuje s potřebou stimulace k frekvenci prožívání radosti. Mezi hlavní charakteristiky extravertních lidí je vřelost, družnost, míra aktivity, asertivita, vyhledávání vzrušení a vyšší frekvence prožívání pozitivních emocí, jako např. radost (Hřebíčková, 2011). Tato definice je vyloženě návodná, ke zkoumání souvislosti mezi Extraverzí a emoční nákazou radosti. Výsledky v mém výzkumném šetření potvrzují tuto definici. Jediná významná souvislost vyšla právě mezi emocí štěstí a Extraverzí.

Přívětivost je interpersonální dimenze, stejně jako Extraverze. Jedinci, kteří získávají vysoké skóre na škále Přívětivosti, jsou často altruističtí, nesobečtí, upřímní a důvěřiví (Hřebíčková, 2011). Na základě definice bylo možné předpokládat určitou souvislost mezi emoční nákazou jednotlivých emocí. Statisticky významná souvislost vyšla s emocemi štěstí, strachu a smutku. Zajímavá informace je, že korelace se strachem a smutkem je spíše slabší, ale patrná. Tento typ výsledků může mít opět mnoho potenciálních důvodů. Je možné polemizovat o tom, že přívětiví jedinci jsou soustředěni na emoční výrazy druhých lidí a nezáleží na valenci, ale spíše na významnosti v souvislosti se situačním kontextem.

Vzhledem k definici osobnostní dimenze Neuroticismu, ze které vyplývá, že se týká zejména emocionální nestability a negativní emocionality (Hřebíčková, 2011), není překvapující, že nejvýznamnější souvislost vyšla se souhrnnou kategorií negativních emocí. Mezi jednotlivými negativními emocemi (strach, vztek a smutek) a v návaznosti na výsledky na škále Neuroticismu se také jedná o významnou souvislost. Zároveň je potvrzením této souvislosti i výsledek naznačující nízkou a nevýznamnou souvislost mezi pozitivními emocemi a dimenzí Neuroticismu.

Výsledky naznačují, že emocionalita jedince není jediným předpokladem pro emoční nákazu vybraných emocí. Zároveň je nutné podotknout, že extravertní jedinci jsou nakažliví pozitivní emocí, konkrétně štěstím. Neurotičtí jedinci jsou nakažliví negativními emocemi. Mezi mírou Otevřenosti, Svědomitosti a emoční nakažlivostí nevyšla významná souvislost. Tedy míra Otevřenosti a Svědomitosti neovlivňuje míru emoční nakažlivosti. Přívětiví jedinci jsou nakažliví pozitivními i negativními emocemi.



Tudíž souvislost emoční nákazy s osobnostními dimenzemi v rámci Pětifaktorového modelu osobnosti se prokázala pouze u dimenze Extraverze, Neuroticismu a Přívětivosti.

## **Emoční nákaza pozitivních a negativních emocí v souvislosti s věkem**

Při zkoumání souvislosti věku a subjektivně posouzené valence emoční nákazy vybraných emocí jsem vycházela zejména z teorií emoční regulace. Regulace emocí je definována, jako vědomá či nevědomá modulace emocí, které jedinec prožívá, kdy je prožívá a jak s nimi následně nakládá (Gross, 1998). Především z výzkumů emoční regulace vyplývá, že lidé do třiceti let věku věnují více pozornosti negativním informacím, než pozitivním (Kanouse, Hanson, 1972). V pozdní dospělosti lidé vyhledávají spíše neutrální a pozitivní podněty (Berntsen, 2001). Na druhou stranu výsledky Dohertyho výzkumu provedeného v Americe ukázaly, že souvislost mezi věkem a emoční nákazou není významná (1995). V rámci mého výzkumného šetření nebyly odhaleny žádné významné rozdíly v souvislosti s rostoucím věkem. Výsledky jsou pouze ilustrační. Vzhledem k nedostatečně saturovanému vzorku respondentů v oblasti věku, nelze na základě vyhotovené regresní analýzy vyvozovat žádné významné závěry.

Pro další výzkumy v oblasti zkoumání věku v souvislosti s emoční nákazou bych doporučila sestavit vzorek respondentů, odpovídající normálnímu rozložení. Také bych doporučila neohraničovat věk respondentů maximem 50let. Na vzorku s jinými charakteristikami by se dala vyhotovit regresní analýza a výstupní data by mohla být relevantní. Další možný design výzkumu věku a emoční nákazy by mohl vypadat tak, že respondenti by byli rozděleni do skupin podle věku. Emoční nakažlivost skupin by pak bylo možné porovnat.

## **Emoční nákaza v souvislosti se statusem studenta či zaměstnaného**

V této oblasti zkoumání jsem vycházela z již provedeného Dohertyho výzkumu. Vyplývá z něj, že rozdíl v emoční nakažlivosti mezi studujícím a pracujícím člověkem není významný (1995). Výsledky mého výzkumu potvrzují výsledky zmíněného

Dohertyho výzkumu z roku 1995. Předpoklad, že se studenti a zaměstnaní v mnohém liší, což by mohlo ovlivňovat míru emoční nákazy, nebyl potvrzen.

V dalších výzkumech bych se zaměřila spíše na porovnání profesí či oborů studia. V tomto směru by mohly vyjít velmi zajímavé rozdíly např. mezi spíše sociálně zaměřenými profesemi a např. technickými profesemi. Nicméně doporučuji dopředu kategorizovat odpovědi jednotlivých oborů studia či zaměstnání. Popřípadě je možné hledat spoustu dalších souvislostí např. se sexuální orientací apod. Doporučila bych pro příště zahrnout do výzkumu kontext, ve kterém respondent odpovídá, což by bylo možné uskutečnit v kvalitativním designu výzkumu. Velice zajímavá mi připadá otázka, jak spolu souvisí míra nákazy a blízkost vztahu, ve kterém se respondent právě nachází. Při dalším zkoumání bych doporučovala nezaměřovat se čistě na jev emoční nákazy, jako takový, ale soustředit se na porovnávání skupin (např. skupina s poruchou afektivity a skupina bez poruchy). Pro další výzkumné šetření bych doporučila design výzkumu experiment, protože umožňuje odhalit emoční náказu objektivně.

### **Omezení a limity výzkumného šetření**

Za jeden z limitů této práce považuji nedostatečně saturovaný vzorek respondentů, kteří se výzkumu zúčastnili. Vzorek respondentů nemohl být reprezentativní z důvodu zvolené metody sběru dat *metodou sněhové koule*. Díky charakteristikám sebraného vzorku tedy není možné výsledná data generalizovat. Tento limit by vyřešil kvótní výběr respondentů, na který nemám prostředky.

Dalším limitem je věkové ohraničení respondentů. Vzhledem k minimálnímu věku 18let a maximálnímu věku 50let. Toto věkové ohraničení nepřispělo k homogenitě vzorku.

Jako jeden ze zásadních limitů vnímám výběr inventářů, které jsou pouze sebeposuzovací. Dále je také nutné podotknout, že vybrané inventáře nezjišťují kontext odpovědí. Výsledky výzkumu jsou subjektivní výpovědi a není možné je vnímat, jako objektivní, bez zaujetí, jako tomu může být u kvalitativních metod sběru dat. Tento limit by vyřešil jiný design výzkumu (např. experiment či rozhovor).

Další limit vnímám ve sběru dotazníků on-line, vzhledem k tomu, že není možné ověřit, kdo výzkum reálně vyplnil, a tedy ověřit pravdivost výpovědí.

Omezení výzkumu může být překlad dotazníku ECS z anglického jazyka do českého. Nemusí být přesně přeložen. Toto omezení by vyřešil expertní překlad, na který nemám prostředky.

Jeden z limitů výzkumu byla nevhodně položená, otevřená otázka na obor studia či zaměstnání. Vzhledem k tomu, že dopředu nebyly odpovědi kategorizované a odpovědi se neshlukovaly, nebylo následně možné vytvořit kategorie, a tudíž s daty pracovat.

Zásadním limitem této práce je, že test reliability, jako vnitřní konzistence byl vyhotoven až po analýze dat.

# Závěr

Cílem této bakalářské práce bylo prozkoumat a popsat jev emoční nákazy a zjistit, zda některá z vybraných emocí je více nakažlivá. Vybrané emoce jsou zejména v kategorii primárních (vztek, radost, smutek a strach) a jedna z kategorie sociální (láska). Dalším ze stěžejních cílů této práce bylo zjistit, zda emoční nákaza pozitivních a negativních emocí souvisí s obvyklým pozitivním a negativním naladěním respondentů. Zároveň jsem v této práci porovnávala rozdíl v míře emoční nákazy pozitivních a negativních emocí, které jsem kategorizovala na základě designu v předchozích výzkumech. Dalším cílem této práce bylo, zjistit, zda existují souvislosti mezi jednotlivými dimenzemi osobnosti, věkem a statusem studujícího či pracujícího a emoční nákazou.

V teoretické části jsem se snažila za pomoci české a zejména zahraniční literatury uvést teorie a výzkumy emoční nákazy a potenciálně souvisejících jevů, které jsou důležité pro pochopení daného tématu. Nejprve bylo důležité popsat emoční nákazu, jakožto jev a zmínit výzkumy, které se zabývaly jejím popisem. Pokusila jsem se nastínit několik možných perspektiv nahlížení na emoční nákazu. Také jsem zmiňovala roli emoční nákazy a faktory, kterými je zapříčiněna rozdílnost náchylnosti k emoční nákaze. Následně jsou uvedeny a popsány afektivní jevy, typy emocí, jejich funkce a teorie. Pro pochopení empirické části bylo krátce shrnuto téma emoční valence. Vzhledem k tomu, že v empirické části pracuji i s věkem respondentů v návaznosti na emoční nákazu, uvedla jsem teorie týkající se vývoje regulace emocí v průběhu života.

V empirické části seznamuji čtenáře s tématem výzkumného projektu a konkrétními výzkumnými otázkami. Nechala jsem nahlédnout čtenáře do vybraných inventářů a seznamuji čtenáře s konkrétními typy otázek, kterými jsem dané oblasti zkoumala. Patříčně seznamuji čtenáře s průběhem výzkumu a vybranými metodami sběru a zpracování dat a výběrem respondentů. V empirické části práce důkladně popisuji průběh výzkumu a předkládám zpracování a vyhodnocení získaných dat. S patřičnou dávkou sebereflexe pak hodnotím výběr respondentů.

Stejně jako cíle, i výsledky jsou v této práci členité. Nejvíce nakažlivou emocí, dle provedeného výzkumu emoční nákazy, je emoce sociální, tedy láska. Jako druhá

nejvíce nakažlivá emoce vyšla radost, a tudíž lze konstatovat, že vybraní respondenti jsou subjektivně více v průměru nakažlivější pozitivními emocemi než negativními. Výsledky výzkumu naznačují, že je rozdíl v nakažlivosti vybraných emocí. Také výsledky naznačují, že pro nakažlivost vybraných emocí není zásadní funkce emoce, jako spíše míra exprese. Dále se na základě výzkumného šetření prokázala souvislost mezi pozitivním obvyklým naladěním a emoční nákazou pozitivních emocí. Zároveň výsledky naznačují, že existuje přímá souvislost i mezi negativním obvyklým naladěním a emoční nákazou negativních emocí. Souvislost se také prokázala mezi osobnostní dimenzí Neuroticismu, Extraverze a Přívětivosti a subjektivní emoční nákazou vybraných emocí. Mezi osobnostní dimenzí Přívětivosti a Svědomitosti a emoční nákazou nebyla objevena souvislost. Z výzkumu vyplývá, že není souvislost mezi věkem respondenta a nakažlivostí vybraných emocí. Souvislost nebyla objevena ani v případě statusu studenta či zaměstnaného.

Téma emoční nákazy je široké a dá se na něj dívat a zkoumat ho z mnoha perspektiv. Emoční nákaza může být ovlivněna mnoha dalšími faktory, které je možné zkoumat.

Výsledky poukazují na mnoho zajímavých informací, a ačkoliv je nelze generalizovat, tak věřím, že budou přínosem v oblasti výzkumu emoční nákazy. Výsledky mého výzkumného šetření lze potenciálně aplikovat zejména v psychoterapii. Psychoterapeuti mohou pracovat se zjištěním, že ovlivnit klienta pozitivními emocemi lze za podmínky autentického vyjádření pozitivní emoce. Zjištění může potenciálně využít i široká veřejnost v oblasti práce s emocemi.

Domnívám se, že jsem dostatečně zodpověděla výzkumné otázky, které byly na počátku výzkumného šetření položeny. Věřím, že cíle bakalářské práce byly naplněny.

# Použitá literatura

Allport, G. W. (1937). *Personality: a psychological interpretation*.

Altarriba, J., Basnight, D. M., & Canary, T. M. (2003). Emotion representation and perception across cultures. *Online readings in psychology and culture*, 4(1), 1-17.

Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American psychologist*, 55(5), 469-480.

Baier, A. (1990). What emotions are about. *Philosophical Perspectives*, 4, 1-29.

Barsade, S. G. (2002). The ripple effect: Emotional contagion and its influence on group behavior. *Administrative science quarterly*, 47(4), 644-675.

Becker, M. W., & Leininger, M. (2011). Attentional selection is biased toward mood-congruent stimuli. *Emotion*, 11(5), 1248-1254.

Berntsen, D. (2001). Involuntary memories of emotional events: Do memories of traumas and extremely happy events differ?. *Applied Cognitive Psychology: The Official Journal of the Society for Applied Research in Memory and Cognition*, 15(7), S135-S158.

Berry, D. S., & Hansen, J. S. (1996). Positive affect, negative affect, and social interaction. *Journal of personality and social psychology*, 71(4), 796-809.

Bhullar, N. (2012). Relationship between mood and susceptibility to emotional contagion: is positive mood more contagious?. *North American Journal of Psychology*, 14(3), 517-529.

Bolger, N., & Schilling, E. A. (1991). Personality and the problems of everyday life: The role of neuroticism in exposure and reactivity to daily stressors. *Journal of personality*, 59(3), 355-386.

Buck, R. (1999). The biological affects: a typology. *Psychological review*, 106(2), 301-336.

Campos, J. J., Frankel, C. B., & Camras, L. (2004). On the nature of emotion regulation. *Child development*, 75(2), 377-394.

- Canli, T., Desmond, J. E., Zhao, Z., & Gabrieli, J. D. (2002). Sex differences in the neural basis of emotional memories. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 99(16), 10789-10794.
- Cardeña, E., Hatfield, E., Cacioppo, John T., & Rapson, Richard L. (1994). Emotional Contagion. *Cambridge: Cambridge University Press*, 303-305.
- Cattell, R. B., & Gibbons, B. D. (1968). Personality factor structure of the combined Guilford and Cattell personality questionnaires. *Journal of Personality and Social Psychology*, 9(1), 107-120.
- Cosmides, L., & Tooby, J. (2000). *Evolutionary psychology and the emotions*. In M.
- Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1980). Influence of extraversion and neuroticism on subjective well-being: happy and unhappy people. *Journal of personality and social psychology*, 38(4), 668-678.
- Darwin, G. H. (1872). Development in dress. *Macmillan's Magazine*, 26, 410-416.
- Davis, M. H. (1983). The effects of dispositional empathy on emotional reactions and helping: A multidimensional approach. *Journal of personality*, 51(2), 167-184.
- DeNeve, K. M., & Cooper, H. (1998). The happy personality: a meta-analysis of 137 personality traits and subjective well-being. *Psychological bulletin*, 124(2), 197-229.
- Doherty, R. W. (1997). The emotional contagion scale: A measure of individual differences. *Journal of nonverbal Behavior*, 21(2), 131-154.
- Doherty, R. W., Orimoto, L., Singelis, T. M., Hatfield, E., & Hebb, J. (1995). Emotional contagion: Gender and occupational differences. *Psychology of Women Quarterly*, 19(3), 355-371.
- Eisenberg, N., & Miller, P. A. (1987). The relation of empathy to prosocial and related behaviors. *Psychological bulletin*, 101(1), 91-119.
- Ekman, P. (1993). Facial expression and emotion. *American psychologist*, 48(4), 384-392.
- Ekman, P. (1999). Basic emotions. *Handbook of cognition and emotion*, 98, 45-60.
- Ekman, P. E., & Davidson, R. J. (1994). *The nature of emotion: Fundamental questions*. Oxford University Press.

- Ekman, P., Friesen, W. V., & Tomkins, S. S. (1971). Facial affect scoring technique: A first validity study. *Semiotica*, 3(1), 37-58.
- Erikson, E. H. (1956). The problem of ego identity. *Journal of the American Psychoanalytic Association*, 4(1), 56-121.
- Filipowicz, A., Barsade, S., & Melwani, S. (2011). Understanding emotional transitions: The interpersonal consequences of changing emotions in negotiations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 101(3), 541–556.
- Forgas, J., & Locke, J. (2005). Brief report. *Cognition & Emotion*, 19(7), 1071-1081.
- Frijda, N. H. (1988). The laws of emotion. *American psychologist*, 43(5), 349-358.
- Frijda, N. H. (1993). Moods, emotion episodes, and emotions.
- Frijda, N. H., & Mesquita, B. (1994). The social roles and functions of emotions. <https://doi.org/10.1037/10152-002>
- Gross, J. J. (1998). Antecedent-and response-focused emotion regulation: divergent consequences for experience, expression, and physiology. *Journal of personality and social psychology*, 74(1), 224-237.
- Hareli, S., & Parkinson, B. (2008). What's social about social emotions? *Journal for the Theory of Social Behaviour*, 38(2), 131–156.
- Hatfield, E. C., Thornton, L. B. (2014). New Perspectives on Emotional Contagion: A Review of Classic and Recent. *Interpersona, An International Journal on Personal Relationships*, 160-161.
- Hatfield, E., & Cacioppo, J. T. (86). i Rapson, RL (1993). Emotional contagion. *Current Directions in Psychological Sciences*, 2(3), 96-100.
- Hatfield, E., Cacioppo, J. T., & Rapson, R. L. (1992). Primitive emotional contagion. *Review of personality and social psychology*, 14, 152-154.
- Hofer, J., Busch, H., Raihala, C., Poláčková Šolcová, I., & Tavel, P. (2017). The higher your implicit affiliation-intimacy motive, the more loneliness can turn you into a social cynic: A cross-cultural study. *Journal of personality*, 85(2), 179-191.
- Hřebíčková, M. (2011). *Pětifaktorový model v psychologii osobnosti*. Grada Publishing as.



Hwang, H. C., & Matsumoto, D. (2016). Measuring emotions in the face. In *Emotion measurement* (pp. 125-144). Woodhead Publishing.

Charles, S. T., & Carstensen, L. L. (2007). *Emotion regulation and aging*.

Izard, C. E. (1971). The face of emotion.

Izard, C. E. (2011). Forms and functions of emotions: Matters of emotion–cognition interactions. *Emotion Review*, 3(4), 371-378.

Jensen, L. A., Arnett, J. J., Feldman, S. S., & Cauffman, E. (2004). The right to do wrong: Lying to parents among adolescents and emerging adults. *Journal of youth and adolescence*, 33(2), 101-112.

John, O. P., Donahue, E. M., & Kentle, R. L. (1991). Big five inventory. *Journal of Personality and Social Psychology*. <https://doi.org/10.1037/t07550-000>

Johnson, H. G., Ekman, P., & Friesen, W. V. (2010). Communicative body movements: American emblems. In *Nonverbal Communication, Interaction, and Gesture* (pp. 401-420). De Gruyter Mouton.

Kanouse, D. E., Hanson, L. R., & Jones, E. (1972). Negative in evaluations. *Attribution: Perceiving Causes of Behavior*, 47-62.

Kelly, J. R., Iannone, N. E. and McCarty M. K. (2016). Emotional contagion of anger is automatic: An evolutionary explanation. *British Journal of Social Psychology*, 55, 182–191.

Kevrekidis, P., Skapinakis, P., Damigos, D. et al. (2008). Adaptation of the Emotional Contagion Scale (ECS) and gender differences within the Greek cultural context. *Ann Gen Psychiatry* 7-14 <https://doi.org/10.1186/1744-859X-7-14>

Kramer, A. D. I, Guillory, J. E., and Hancock J. T. (2014). *Experimental evidence of massive-scale emotional contagion through social networks*. PNAS, 111 (24), 8788–8790.

Kuppens, P., Ceulemans, E., Timmerman, M. E., Diener, E., & Kim-Prieto, C. H. U. (2006). Universal intracultural and intercultural dimensions of the recalled frequency of emotional experience. *Journal of cross-cultural psychology*, 37(5), 491-515.

Lazarus, R. S. (1991). Progress on a cognitive-motivational-relational theory of emotion. *American psychologist*, 46(8), 819-834.

Leue, A., & Lange, S. (2011). Reliability generalization: An examination of the positive affect and negative affect schedule. *Assessment, 18*(4), 487-501.

LUNDQVIST, L. O. (2006). A Swedish adaptation of the Emotional Contagion Scale: Factor structure and psychometric properties. *Scandinavian Journal of Psychology, 47*(4), 263-272. doi: 10.1111/j.1467-9450.2006.00516.x

Lundqvist, L. O. (2008). The relationship between the Biosocial Model of Personality and susceptibility to emotional contagion: A structural equation modeling approach. *Personality and Individual Differences, 45*(1), 89-95. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.03.003>

Manstead, A., & Oatley, K. (2000). *Gender and emotion: Social psychological perspectives*. Cambridge University Press.

Mehrabian, A., & Epstein, N. (1972). A measure of emotional empathy. *Journal of personality, 140-151*.

Mesquita, B., & Karasawa, M. (2004). Self-conscious emotions as dynamic cultural processes. *Psychological Inquiry, 15*(2), 161-166.

Mesquita, B., & Walker, R. (2003). Cultural differences in emotions: A context for interpreting emotional experiences. *Behaviour research and therapy, 41*(7), 777-793.

Morris, A. S., Silk, J. S., Steinberg, L., Myers, S. S., & Robinson, L. R. (2007). The role of the family context in the development of emotion regulation. *Social development, 16*(2), 361-388.

Morris, D. B. (2000). *Illness and culture in the postmodern age*. Univ of California Press.

Nakonečný, M. (2000). *Lidské emoce*. Academia.

Nezlek, J. B., Kafetsios, K., & Smith, C. V. (2008). Emotions in everyday social encounters: Correspondence between culture and self-construal. *Journal of Cross-Cultural Psychology, 39*(4), 366-372.

Parkinson, B., & Simons, G. (2009). Affecting others: Social appraisal and emotion contagion in everyday decision making. *Personality and social psychology bulletin, 35*(8), 1071-1084.

Poláčková Šolcová, I. (2018). *Emoce: Regulace a vývoj v průběhu života*. Grada Publishing as,

- Poláčková Šolcová, I., & Matsumoto, D. (2013). PRAVIDLA PROJEVU PRIMÁRNÍCH EMOCÍ V SOCIÁLNÍCH INTERAKCÍCH. *Ceskoslovenská psychologie*, 57(2), 104-121.
- Poláčková Šolcová, I., Lukavský, J., & Slameník, I. (2008). Emoční frekvence, regulace a celková hédonická bilance u dospívajících a dospělých. *Československá Psychologie*, 52(6), 537-554.
- Poláčková Šolcová, I., Tavel, P., Kolarčík, P. (2013). Jsou opravdu Slováci "emočnější" než Češi? Sonda do emocionality českých a slovenských vysokoškoláků. *Československá Psychologie*, 57(5), 406-429.
- Robinson, M. D., Johnson, J. T., & Shields, S. A. (1998). The gender heuristic and the database: Factors affecting the perception of gender-related differences in the experience and display of emotions. *Basic and Applied Social Psychology*, 20(3), 206-219.
- Rueff-Lopes, R., & Caetano, A. (2012). The emotional contagion scale: factor structure and psychometric properties in a Portuguese sample. *Psychological Reports*, 111(3), 898-904. <https://doi.org/10.2466/08.21.28.PR0.111.6.898-904>
- Salancik, G. R. and Pfeffer, J. (1978), A Social Information Processing Approach to Job Attitudes and Task Design. *Administrative Science Quarterly*, 23, 224–53.
- Shariff, A. F., & Tracy, J. L. (2011). What are emotion expressions for? *Current Directions in Psychological Science*, 20(6), 395-399.
- Scherer, K. R. (1984). On the nature and function of emotion: A component process approach. *Approaches to emotion*, 2293(317), 31.
- Scherer, K. R. (2005). What are emotions? And how can they be measured?. *Social science information*, 44(4), 695-729.
- Schoenewolf, G. (1990). Emotional contagion: Behavioral induction in individuals and groups. *Modern Psychoanalysis*, 15(1), 49-61.
- Siebert, D. C., Siebert, C. F., & Taylor-McLaughlin, A. (2007). Susceptibility to emotional contagion: Its measurement and importance to social work. *Journal of Social Service Research*, 33(3), 47-56.
- Simon, R. W., & Nath, L. E. (2004). Gender and emotion in the United States: Do men and women differ in self-reports of feelings and expressive behavior?. *American journal of sociology*, 109(5), 1137-1176.

- Singelis, T. M., & Brown, W. J. (1995). Culture, self, and collectivist communication: Linking culture to individual behavior. *Human communication research*, 21(3), 354-389.
- Solomon, R. C., & Stone, L. D. (2002). On "positive" and "negative" emotions. *Journal for the Theory of Social Behaviour*.
- Soto, C. J., & John, O. P. (2017). Short and extra-short forms of the Big Five Inventory–2: The BFI-2-S and BFI 2-XS. *Journal of Research in Personality*, 68, 69-81.
- Spoor, J. R. (2004). The Evolutionary Significance of Affect in Groups: Communication and Group Bonding. *Group Processes Intergroup Relations*, 398–412.
- Stel, M., & Van Knippenberg, A. (2008). The role of facial mimicry in the recognition of affect. *Psychological Science*, 19(10), 984-985.
- Stuchlíková, I. (2000) *Základy psychologie emocí* Praha: Portál, 25.
- Tavris, C., Offir, C., & Wade, C. (1984). *The longest war: Sex differences in perspective*. Harcourt.
- Thompson, R. A. (1991). Emotional regulation and emotional development. *Educational Psychology Review*, 3(4), 269-307.
- Thompson, R. A. (2011). Emotion and emotion regulation: Two sides of the developing coin. *Emotion Review*, 3(1), 53-61.
- Tooby, J., Cosmides, L., Sell, A., Lieberman, D., & Sznycer, D. (2008). Internal regulatory variables and the design of human motivation: A computational and evolutionary approach. *Handbook of approach and avoidance motivation*, 15, 251-253.
- Visser, V. A., van Knippenberg, D., van Kleef, G. A., Wisse, B. (2013). How leader displays of happiness and sadness influence follower performance: Emotional contagion and creative versus analytical performance. *The Leadership Quarterly*, 24 (1), 172–188.
- Výrost, J., & Slaměnik, I. (2011). *Sociální psychologie*. 2. přeprac. a rozšř. vyd. Praha: Grada.
- Watson, D., Clark, L. A., & Tellegen, A. (1988). Development and validation of brief measures of positive and negative affect: the PANAS scales. *Journal of personality and social psychology*, 54(6), 1063-1070.

Wróbel, M., & Lundqvist, L. O. (2014). Multidimensional versus unidimensional models of emotional contagion: the Emotional Contagion Scale in a Polish sample. *Current Issues in Personality Psychology*, 2(2), 81-91. doi: 10.5114/cipp.2014.44304

# Seznam tabulek

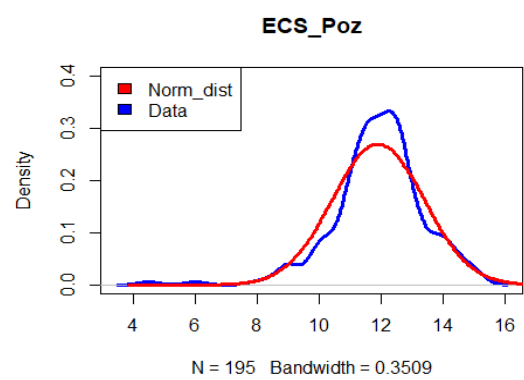
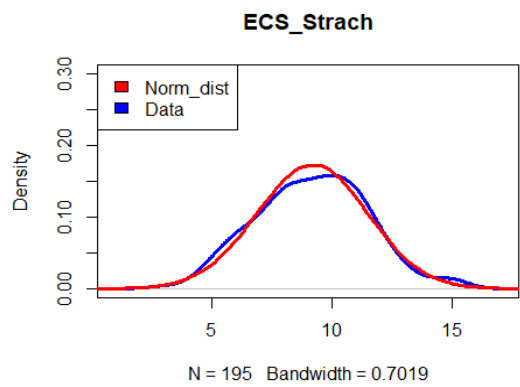
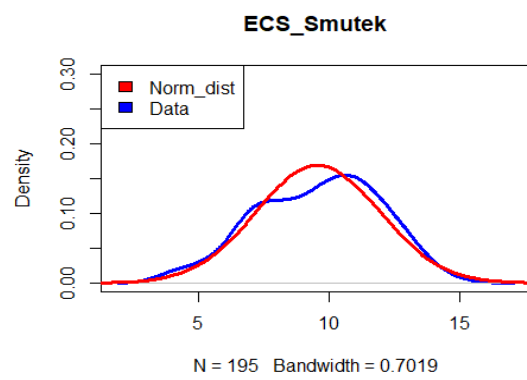
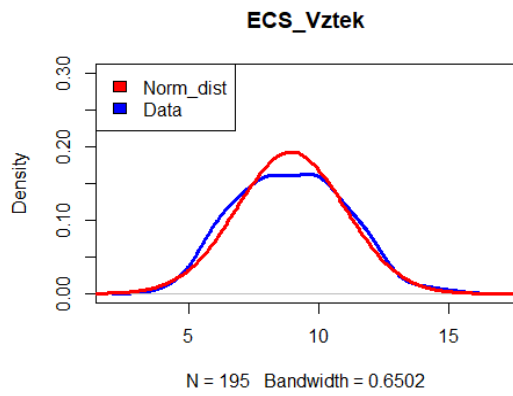
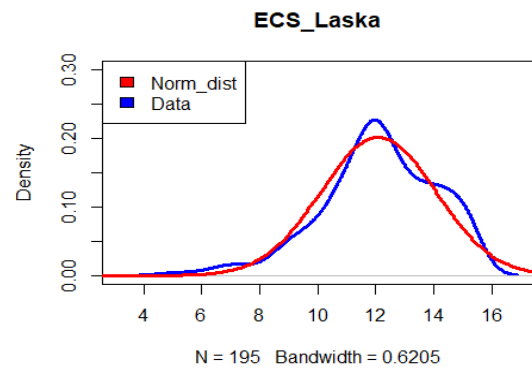
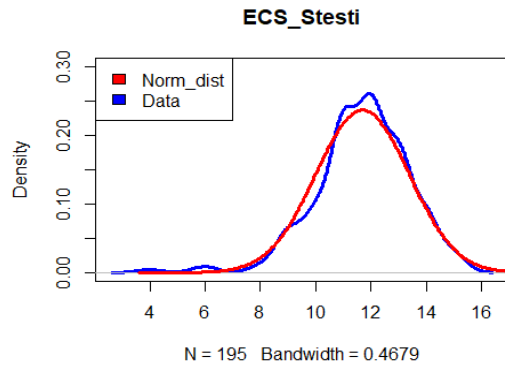
<b>Tabulka č. 1</b> <i>Výzkumný soubor</i> .....	<b>32</b>
<b>Tabulka č. 2</b> <i>Emoční nákaza vybraných emocí</i> .....	<b>37</b>
<b>Tabulka č. 3</b> <i>Analýza rozptylu – vybrané emoce a obvyklé naladění</i> .....	<b>38</b>
<b>Tabulka č. 4</b> <i>Korelace emoční nákaza a obvyklé naladění</i> .....	<b>39</b>
<b>Tabulka č. 5</b> <i>Výsledky osobnostních rysů – jednotlivé dimenze</i> .....	<b>40</b>
<b>Tabulka č. 6</b> <i>Korelace jednotlivých dimenzí osobnosti a jednotlivých emocí</i> .....	<b>41</b>
<b>Tabulka č.7</b> <i>Analýza rozptylu – přívětivost</i> .....	<b>42</b>
<b>Tabulka č. 8</b> <i>Analýza rozptylu – Neuroticismus</i> .....	<b>43</b>

# Seznam grafů

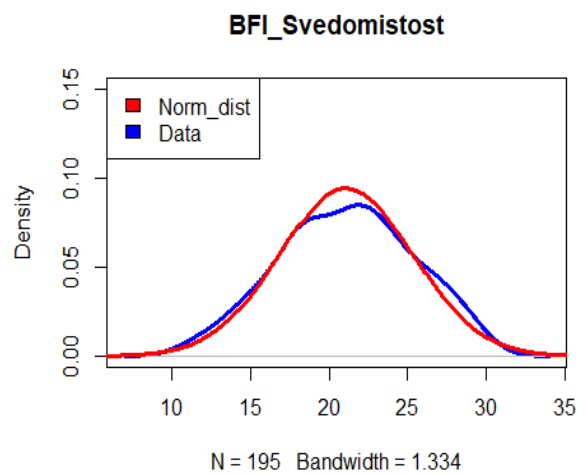
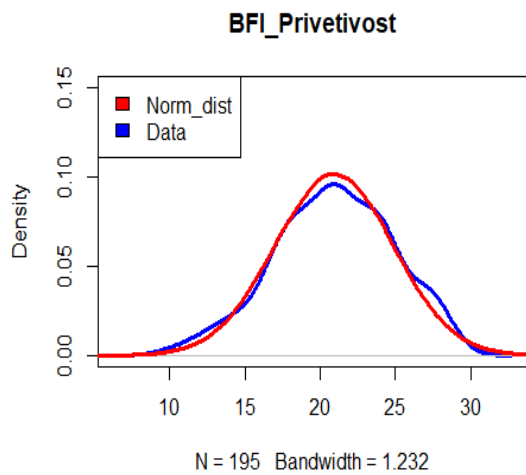
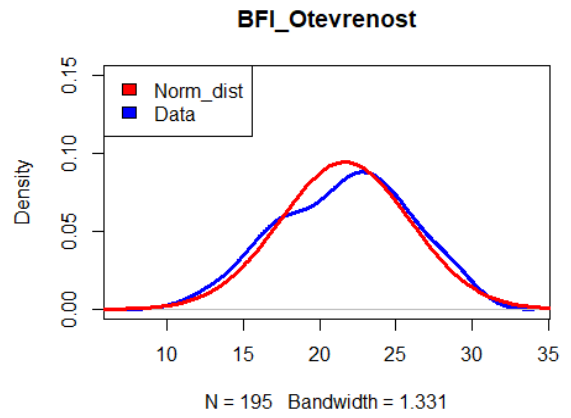
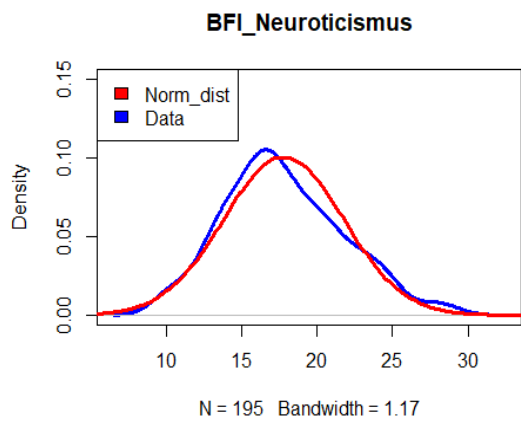
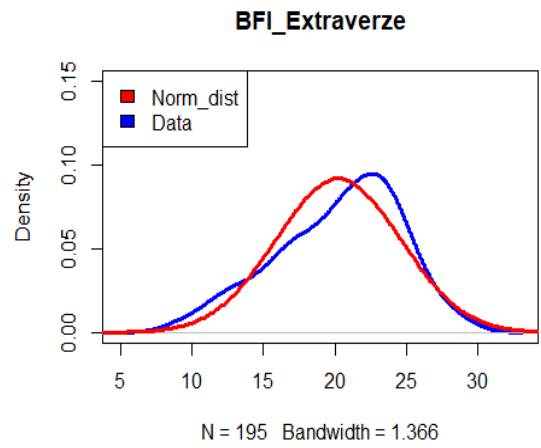
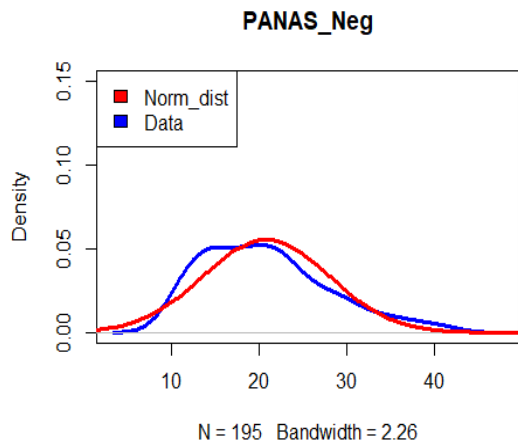
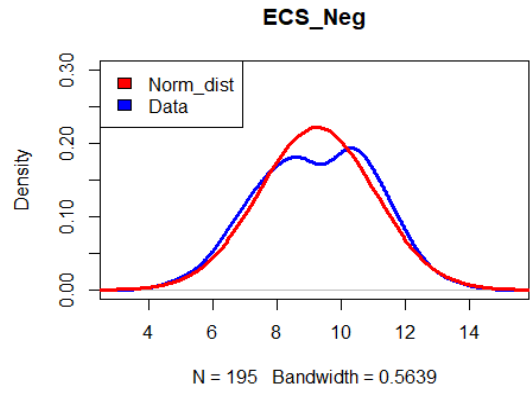
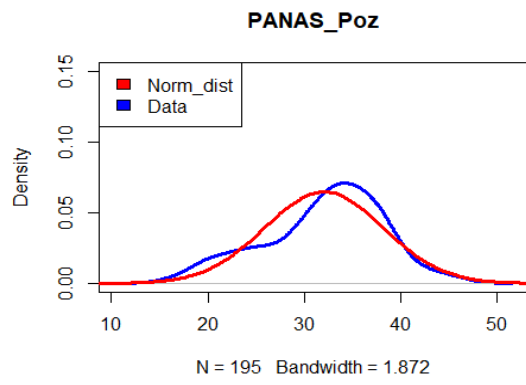
<b>Graf č. 1</b> <i>Pětifaktorový model osobnosti (BFI) – muži a ženy</i> .....	40
<b>Graf č. 2</b> <i>Souvislost emoční nákazy negativních emocí s věkem</i> .....	44
<b>Graf č. 3</b> <i>Souvislost emoční nákazy pozitivních emocí s věkem</i> .....	44

# Přílohy

## Příloha č.1. Test normality







## Příloha č.2 – baterie použitých testů

### BFI-2-S

Níže naleznete řadu charakteristik, které Vás mohou, ale vůbec nemusejí vystihovat. Například, souhlasíte, že jste člověk, který rád tráví čas s jinými lidmi? Prosím, zkuste vystihnout, nakolik daná charakteristika souhlasí s tím, kým se cítíte být.

Použijte následující stupnici.

①	②	③	④	⑤
Naprosto nesouhlasí	Spíše nesouhlasí	Ani tak ani tak, obojí	Spíš souhlasí	Naprosto souhlasí

### Jsem člověk, který...

1)	mívá sklon být potichu.	①	②	③	④	⑤
2)	je soucitný, má měkké srdce.	①	②	③	④	⑤
3)	má sklon být neukázněný, chaotický.	①	②	③	④	⑤
4)	si dělává starosti.	①	②	③	④	⑤
5)	je fascinován uměním, hudbou nebo literaturou.	①	②	③	④	⑤
6)	je dominantní, jedná jako vůdce.	①	②	③	④	⑤
7)	bývá někdy hrubý k ostatním.	①	②	③	④	⑤
8)	mívá obtíže se zahajováním prací na nějakém úkolu.	①	②	③	④	⑤
9)	je depresivní, smutný.	①	②	③	④	⑤
10)	nemá příliš zájem o abstraktní témata a myšlenky.	①	②	③	④	⑤
11)	je plný energie.	①	②	③	④	⑤
12)	o lidech smýšlí jen v dobrém.	①	②	③	④	⑤
13)	je spolehlivý, vždy se s ním dá počítat.	①	②	③	④	⑤
14)	je vyrovnaný, hned tak se nerozčílí.	①	②	③	④	⑤

15)	je originální, přichází s novými nápady.	①	②	③	④	⑤
16)	je společenský, družný.	①	②	③	④	⑤
17)	dokáže být odměřený a lhostejný.	①	②	③	④	⑤
18)	udržuje věci v pořádku a uklizené.	①	②	③	④	⑤
19)	je v pohodě, dobře zvládá stres.	①	②	③	④	⑤
20)	má řadu uměleckých zájmů.	①	②	③	④	⑤
21)	je raději, když jiní převezmou iniciativu a zodpovědnost.	①	②	③	④	⑤
22)	je ohleduplný, s ostatními jedná s úctou.	①	②	③	④	⑤
23)	je vytrvalý, pracuje, dokud není hotovo.	①	②	③	④	⑤
24)	se cítí příjemně, spokojeně se sebou samým.	①	②	③	④	⑤
25)	není jednoduchý, promýšlí věci do hloubky.	①	②	③	④	⑤
26)	je méně akční než jiní lidé.	①	②	③	④	⑤
27)	má sklony vidět chyby ostatních.	①	②	③	④	⑤
28)	umí být poněkud nedbalý	①	②	③	④	⑤
29)	je temperamentní, plný emocí.	①	②	③	④	⑤
30)	je málo tvořivý.	①	②	③	④	⑤

Níže je uveden seznam slov, která vyjadřují různé pocity a emoce. Přečtěte si, prosím, každou položku a vyjádřete, nakolik se **OBEZNĚ a OBVYKLE** daným způsobem cítíte. K vyjádření vašich odpovědí, prosím, použijte následující stupnici.

①	②	③	④	⑤
Mírně nebo vůbec	Trochu	Středně	Docela hodně	Extrémně

*Obvykle bývám...*

1)	plný/á zájmu	①	②	③	④	⑤
2)	skleslý/á	①	②	③	④	⑤
3)	vzrušený/á, nadšený/á	①	②	③	④	⑤
4)	rozčilený/á	①	②	③	④	⑤
5)	silný/á	①	②	③	④	⑤
6)	proviniť/á	①	②	③	④	⑤
7)	vyděšený/á	①	②	③	④	⑤
8)	neřátelský/á	①	②	③	④	⑤
9)	nadšený/á, zapálený/á	①	②	③	④	⑤
10)	hrdý/á	①	②	③	④	⑤
11)	podrážděný/á	①	②	③	④	⑤
12)	bdělý/á, pozorný/á	①	②	③	④	⑤
13)	zahanbený/á	①	②	③	④	⑤
14)	inspirovaný/á, motivovaný/á	①	②	③	④	⑤
15)	nervózní	①	②	③	④	⑤
16)	odhodlaný/á	①	②	③	④	⑤
17)	pozorný/á	①	②	③	④	⑤
18)	neklidný/á	①	②	③	④	⑤
19)	aktivní	①	②	③	④	⑤
20)	v obavách	①	②	③	④	⑤

## ECS

1. Pokud někdo, s kým mluvím, začne plakat, chce se mi plakat také.
2. Když je mi smutno, tak mi někdo veselý dokáže zvednout náladu.
3. Když se na mě někdo hezky usměje, tak se na něj usměji zpět a vnitřně mě to potěší.
4. Je mi smutno, když lidé mluví o smrti milované osoby.
5. Cítím, jak mi tuhnou ramena a zatínám zuby, když ve zprávách vidím rozčilené lidi.
6. Při pohledu do očí mé milované osoby mě zaplaví hřejivé pocity.
7. Přítomnost rozzlobených lidí mě irituje.
8. Když vidím ve zprávách obličej obětí nějakého neštěstí, nutí mě to přemýšlet, jak se asi cítí.
9. Rozněžním se, když jsem poblíž osoby, kterou miluji.
10. Když slyším ostrou hádku, cítím, jak ve mě stoupá napětí.
11. V přítomnosti veselých lidí jsem šťastný/á.
12. Když se mě dotýká milovaná osoba, cítím, jak reaguje každá buňka mého těla.
13. Dostávám se do napětí, když jsem v blízkosti vystresovaných lidí.
14. Pláču při sledování smutných filmů.
15. Znervózňuje mě, když v čekárně u zubaře slyším hlasitý křik vystrašeného dítěte.

### Odpovědi:

1. Nikdy
2. Zřídka
3. Obvykle
4. Občas
5. vždy

# **BIBLIOGRAFICKÉ ÚDAJE**

**Jméno a příjmení autorky:** Lucie Karvanová

**Studijní program:** Psychologie (Bc.)

**Název práce:** Emoční nákaza vybraných emocí

**Vedoucí práce:** doc. PhDr. Bc. Iva Poláčková Šolcová, Ph.D.

**Rok dokončení práce:** 2021

## **Počty znaků hlavního textu práce (včetně literatury, bez příloh)**

Přímé citace: 355

Ostatní text: 3 602

Celkový počet znaků: 109 133

## **Počet titulů literatury a pramenů**

Počet titulů české literatury a pramenů: 8

Počet titulů zahraniční literatury a pramenů: 84

## **Názvy souborů umístěných na doprovodném CD**

Text práce ve formátu PDF: BP\_Emoční nákaza vybraných emocí PDF

Text práce ve formátu DOC: BP\_Emoční nákaza vybraných emocí

**Posudek vedoucího/opponenta bakalářské/diplomové práce  
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Lucie Karvanová

Obor studia: Psychologie

Název práce: Emoční nákaza vybraných emocí

Vedoucí/oponent\* práce: doc. PhDr. Bc. Iva Poláčková Šolcová, Ph.D.

**Technické parametry práce:**

Počet stránek textu (bez příloh):

Počet stránek příloh:

Počet titulů v seznamu literatury:

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

**Výběr tématu**

Závažnost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Oborová přílehavost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x			
--	---	--	--	--

**Formální zpracování**

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

		x		
--	--	---	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	x			
--	---	--	--	--

**Metody práce**

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití praktických zkušeností

x				
---	--	--	--	--

**Obsahová kritéria a přínos práce**

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

	x			
--	---	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

\*\* 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

Dosažené výsledky, odborný vklad, použitelnost výsledků v praxi

	x			
--	---	--	--	--

Vhodnost prezentace závěrů práce (publikace, referáty, apod.)

	x			
--	---	--	--	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

Jak může být nakažlivá láska?

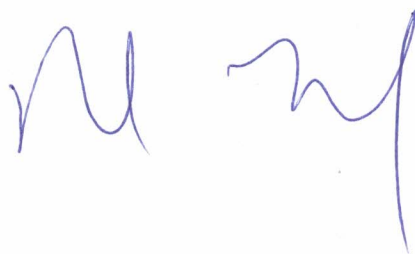
Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Bakalářská práce se zabývá tématem emoční nákazy s ohledem na osobnostní rysy, věkem a afektivní vyladění respondentů. Cílem práce bylo zjistit, která emoce je více subjektivně nakažlivá, zda se jedná o emoci prožitkově pozitivní nebo negativní a případně primární/sekundární. Pro dotazníkové šetření byla vybrána baterie testů: ECS (Škála emoční nákazy), PANAS (Škála pozitivní a negativní afektivity) a BFI-2-S (Inventář pro měření Velké pětky rysů osobnosti). Výzkumného šetření se zúčastnilo 204 respondentů. Výsledky práce naznačují, že subjektivně nakažlivější jsou pozitivní emoce oproti negativním. Výsledky také naznačují, že z vybraných emocí je nejvíce nakažlivá láska. Afektivní vyladění jedince souvisí s mírou emoční nákazy i s vybranými osobnostními dimenzemi. Práce je srozumitelná, metodologicky dobře uchopená s reflektovanými limity (ač nepříliš dobře uvedenými). Ačkoliv obsahuje formulační nepřesnosti, gramatické chyby (interpunkce) a nejednotné formátování, považuji práci za zdařilou a hodnotím ji jako práci výbornou.

Doporučení k obhajobě: doporučuji

Navrhovaná klasifikace: výborně

Datum, podpis:





**Posudek vedoucího/oponenta bakalářské/diplomové práce  
na Pražské vysoké škole psychosociálních studií**

Jméno a příjmení studenta/-tky: Lucie Karvanová  
 Obor studia: Psychologie  
 Název práce: Emoční nákaza vybraných emocí  
 Vedoucí/oponent práce: Mgr. Michal Slaninka, Ph.D

**Technické parametry práce:**

Přímé citace: 355  
 Ostatní text: 3602  
 Celkový počet znaků: 109 133

0**	1	2	3	4
-----	---	---	---	---

**Výběr tématu**

Závažnost tématu

		x		
--	--	---	--	--

Oborová přiléhavost tématu

	x			
--	---	--	--	--

Originalita tématu a jeho zpracování

	x	x		
--	---	---	--	--

**Formální zpracování**

Jazykové vyjádření (respektování pravopisné normy, stylistické vyjadřování, zvládnutí odborné terminologie)

	x			
--	---	--	--	--

Práce s odbornou literaturou a prameny (citace, parafráze, odkazy, dodržení norem pro citace, cizojazyčná literatura)

	x			
--	---	--	--	--

Formální zpracování (jasnost tématu, rozčlenění textu, průvodní aparát, poznámky, přílohy, grafická úprava)

	x			
--	---	--	--	--

**Metody práce**

Vhodnost a úroveň použitých metod

	x			
--	---	--	--	--

Využití výzkumných empirických metod

x				
---	--	--	--	--

Využití praktických zkušeností

x				
---	--	--	--	--

**Obsahová kritéria a přínos práce**

Přístup autora k řešené problematice (samostatnost, iniciativa, spolupráce s vedoucím práce)

x				
---	--	--	--	--

Naplnění cílů práce

	x			
--	---	--	--	--

Vyváženost teoretické a praktické části v daném tématu

	x			
--	---	--	--	--

Návaznost kapitol a subkapitol

	x			
--	---	--	--	--

\*\* 0 – nehodnoceno; 1 – výborně; 2 – velmi dobře; 3 – dobře; 4 – neprospěl/a

Dosažené výsledky, odborný vklad, použiteľnosť  
výsledkú v praxi

		X		
--	--	---	--	--

Vhodnosť prezentácie záverú práce  
(publikácie, referáty, apod.)

			X	
--	--	--	---	--

Otázky a náměty k diskusi při obhajobě:

1. Domnieva sa autorka, že láska je emócia? Zdôvodnite prosím svoju odpoveď.

Celkové hodnocení práce (klady, nedostatky):

Lucie Karvanová predkladá prácu, v ktorej sa venuje tematike emočnej nákazy u vybraných emócií. Uskutočnila kvantitatívny výskum s 204 respondentmi, u ktorých okrem iného zisťovala korelácie medzi náladou, osobnostnými charakteristikami a emočnou nákazou. K práci mám niekoľko pripomienok: koncept emočnej nákazy mi príde sporný a reduktívny. Otázky dotazníku ECS neberú do úvahy kontext a zmysel situácie, na ktorú sa pýtajú, a neberie ho do úvahy ani výraz emočná nákaza. Sporné je taktiež uvažovať v danom koncepte o láske ako o emócií. Toho si je ale autorka vedomá a uvádza to v limitoch svojho výskumu. Autorka uvádza tzv. Bandwidthnyho test normálneho rozloženia. Nejedná sa o Mann-Whitneyho test? Pri prvej výskumnej otázke sa dozvedáme, na ktoré emócie sú respondenti najviac nákazliví, nedozvedáme sa však, či tento výsledok je štatisticky významný. Napriek uvedeným pripomienkam, limitom práce, práca splňa všetky formálne i obsahové kritéria bakalárskej práce. Autorka je s danou témou adekvátne oboznámená, cituje súčasné výskumy, adekvátne vypracovala diskusiu, uvedomuje si limity svojho výskumu. Prácu odporúčam k obhajobe s výsledkom výborne.

Doporučení k obhajobě: doporučuji/~~nedoporučuji~~\*

Navrhovaná klasifikace: 1

Datum, podpis: 16.5.2021

  
Slaninka

\*  
nehodící se, škrtněte