

ROZPOZNÁVAME TVÁROVÉ VÝRAZY EMÓCIÍ?

Can we recognize facial expressions of emotions?

Martina Baránková¹

*Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta sociálnych a ekonomických vied,
Ústav aplikovanej psychológie
Mlynské luhy 4, 821 05 Bratislava
E-mail: martina.valachova1@gmail.com*

Abstrakt: Tvárové výrazy v sebe nesú znaky primárnych emócií (Ekman, 1999). Na základe výrazu tváre dokážeme rozpoznať emóciu, ktorú človek momentálne prežíva. V našom výskume sme preverili schopnosť jednotlivcov rozpoznať tvárové výrazy primárnych emócií z fotografií. Zamerali sme sa najmä na schopnosť rozpoznať výraz súcitu, ktorý zohráva dôležitú úlohu pri zvyšovaní sebasúcitu a znižovaní sebakritickosti. V pracovnej oblasti sa nízka hodnota sebasúcitu môže spájať s prokrastináciou a s vysokými hodnotami stresu (Sirois, 2014). Sebasúcit môžeme rozvíjať aj prostredníctvom rozpoznávania tvárových emócií (McEwan et al., 2014). Preto považujeme za dôležité overiť, či sme v dostatočnej miere schopní rozpoznať tvárové výrazy jednotlivých emócií.

Abstract: Facial expressions in themselves show signs of basic emotions (Ekman, 1999). We can recognize currently experiencing emotions based on the facial expression. In our research, we examined the ability of individuals to recognize facial expressions of basic emotions from photographs. We focused on the ability to recognize the expression of compassion, which plays an important role in increasing self-compassion and decreasing self-criticism. In the workplace low level of self-compassion is linked to procrastination and high levels of stress (Sirois, 2014). We can develop self-compassion through recognition of facial expressions (McEwan et al., 2014). Therefore we consider it important to verify whether we are sufficiently capable to recognize facial expressions of emotions.

Kľúčové slová: emócie, rozvoj, sebakritickosť, sebasúcit, súcit, tvárové výrazy

Key words: compassion, development, emotions, facial expressions, self-compassion, self-criticism

JEL classification: Z39

Úvod

Primárne emócie sú univerzálnym jazykom, pretože ich tvárový výraz rozoznávajú ľudia na celom svete, čo dokladajú najmä výskumy Ekmana a kolegov (napr. Ekman, 1993, 1999; Ekman & Friesen, 1982). Medzi primárne emócie Ekman a Friesen (2015) zaraďujú prekvapenie, strach, znechutenie, radosť, hnev a smútok. Iní autori (Keltner, 2005a, 2005b; Widen, Christy, Hewett & Russell, 2011) hovoria aj o univerzalite ďalších emócií, akými sú napríklad opovrhnutie, rozpaky, hanba, či súcit. Vo svojej skoršej práci Ekman (1994) nevyklučuje univerzalitu ďalších emócií, tieto však neboli doteraz preskúmané v takej miere, ako učinil Ekman pri výskume emócií, ktoré nesú názov primárne.

V posledných dekádach sa do popredia dostáva súcit, a taktiež sebasúcit, ktorý do povedomia dostala Neff (2003). Podľa doterajších výskumov je práve súcit a sebasúcit dôležitým faktorom spájajúcim sa so psychickým zdravím (napr. Arimitsu, Hofmann, 2015; Diedrich, Grant, Hofmann, Hiller & Berking, 2014; Kelly, Vimalakanthan, & Miller, 2014; MacBeth & Gumely, 2012). Strauss a kolegovia (2016, p. 19) ponúkajú novú a komplexnú definíciu súcitu. Vnímajú ho ako „kognitívny, afektívny a behaviorálny proces pozostávajúci z nasledujúcich piatich prvkov, ktoré odkazujú ako na sebasúcit, tak na súcit od/pre druhých: 1) rozpoznanie utrpenia, 2) pochopenie univerzality utrpenia v ľudskej skúsenosti, 3) empatia k trpiacej osobe a prepojenie s jej distresom (emocionálna rezonancia), 4) tolerovanie nekomfortných pocitov vyvolaných v odpovedi na utrpenie druhého, 5) motivácia konať pre zlepšenie utrpenia.“ Autori tiež vymedzujú súcit od empatie, pričom empatiu môžeme vnímať ako nadradený pojem. Súcit je jednou z empatických reakcií na distres seba či ostatných (napr. Singer & Klimecki, 2014). Zároveň prechádzame k sebasúcitu, ktorý Neff (2003) vníma ako užitočnú stratégiu na zvládanie emócií. Sebasúcit nám podľa nej pomáha byť k sebe láskavejšími a chápavejšími v situáciách distresu, pričom tieto emócie nepotláčame ani ich neodmietame.

Opozitom sebasúcitu môžeme pomenovať sebakritickosť (Gilbert et al., 2012). Črtu sebakritickosti spájajú Zuroff, Sadikaj, Kelly & Leybman (2016) s narušeným vývinom sebadefinície. Gilbert a kolegovia (2012) výstižne popisujú, že strach zo súcitu a z iných pozitívnych emócií je spojený so sebakritickosťou, ktorá môže predstavovať vnútorný proces uzatvárajúci schopnosť byť otvorený a objavovať svoje pocity, pretože sa s nimi necítíme bezpečne a môžeme sa vďaka nim cítiť zahanbene.

V tejto súvislosti McEwan a kolektív (2014) zistili, že vysoko sebakritickí ľudia majú problém s rozpoznaním súcitu a súcitného tvárového výrazu. Sebakritickosť je na rozdiel od sebasúcitu spájaná s psychickými ťažkosťami (napr. Gilbert & Procter, 2006; Halamová, 2015).

Výraz súcitu sme sa pokúsili popísať v našej predchádzajúcej štúdiu (Baránková et al., manuscript in preparation). Výraz, ktorý sme vytvorili, sme preto chceli otestovať v kontexte ostatných primárnych emócií. Zároveň sme chceli zistiť ako súvisí schopnosť rozpoznávať súcit s mierou sebakritickosti a sebasúcitu jednotlivcov. Rozpoznajú ľudia správne výraz súcitu? Bude rozdiel v ich sebakritickosti a sebasúcite v závislosti od toho, či rozpoznali výraz súcitu? Rozpoznajú respondenti rovnako správne/nesprávne výraz súcitu na tvári muža a ženy?

Cieľ štúdie

Cieľom nášho výskumu bolo zistiť, či jednotlivci dokážu spoľahlivo rozpoznávať tvárové výrazy emócií z fotografií. Okrem primárnych emócií sme sa sústredili na rozpoznanie tvárového výrazu súcitu, ktorý sme popísali na inom mieste (Baránková et al., manuscript in preparation). Zamerali sme sa taktiež na rozdiely v sebakritickosti a sebasúcite u jednotlivcov, ktorí boli schopní správne rozpoznať jednotlivé emócie, a tými, ktorí nesprávne interpretovali tvárový výraz emócií. Skúmali sme, či existuje rozdiel medzi mužmi a ženami v rozpoznávaní tvárového výrazu súcitu na mužskej a ženskej tvári.

Výskumné metódy

Využili sme dve dotazníkové metódy na meranie sebasúcitu a sebakritickosti.

Prvým dotazníkom bola škála *FSCRS* [Forms of Self-Criticism/Reassurance Scale] (Gilbert et al., 2004). Škála obsahuje nasledujúce subškály: neadekvátne self (inadequate self - IS),

nenávidené self (hated self - HS) a sebaoptvrdzujúce self (reassured self - RS). Na 5 bodovej Likertovej škále (0 – vôbec nie ako ja až 4 – extrémne ako ja) mohli respondenti vyznačiť svoju odpoveď na 22 predložených položiek. Autori (ibid.) poukazujú na fakt, že sebakritickosť nie je jedným celostným konštruktom, preto v dotazníku nachádzame dve subškály, ktoré merajú odlišné kvality sebakritickosti (neadekvátne a nenávidené self). Psychometrickú analýzu škály v slovenských podmienkach robili Halamová, Kanovský a Pacúchová (under review), ktorí odporúčajú pre diagnostiku vysoko sebakritických ľudí zľúčiť spomínané subškály, avšak vylúčiť položky 12 a 22. Slovenská verzia škály vykazuje vysokú vnútornú konzistenciu, Cronbachova alfa = 0,75 – 0,85.

Ďalším použitým nástrojom bola Škála sebasúcitú SCS [Self-compassion scale] (Neff, 2003). Škála obsahuje viaceré subškály (self-kindness, self-judgement, common humanity, isolation, mindfulness a over-identification), ktoré spoločne merajú hodnotu sebasúcitú. O preklad do slovenského jazyka a predbežnú psychometrickú analýzu sa postarala Horniaková (2015). Slovenská verzia dosahovala hodnotu Cronbachovej alfy 0,86. Odpovede boli hodnotené na päťbodovej Likertovej škále (1 – takmer nikdy až 5 – takmer vždy). Dotazník obsahuje dovedna 26 položiek.

Pri výskume sme použili nami vytvorené fotografie tváre muža a ženy, ktorí predvádzali jednotlivé primárne emócie (hnev, znechutenie, strach, radosť, smútok, prekvapenie). K týmto sme pridali neutrálny výraz, výraz opovrhnutia a výraz súcitu, ktorý popisujú Baránková et al. (manuscript in preparation). Pre výrazy súcitu pozri obr. 1 a obr. 2. Tvorba tvárových výrazov jednotlivých emócií prebiehala na základe inštrukcií certifikovaného FACS kódera a na základe manuálu Ekmana, Friesena a Hagera (2002). Vytvorené fotografie nezávisle od seba posúdili ďalší traja certifikovaní kóderi, ktorí hodnotili prítomnosť resp. neprítomnosť konkrétnych svalových pohybov príslušných k tvárovým výrazom emócií. Priemerný koeficient zhody medzi kódermi a pôvodným zámerom modelovania emocionálnych výrazov, podľa Ekmana, Friesena a Hagera (ibid.), sa pohyboval od 0,81 do 0,88, čo môžeme považovať za vysokú zhodu.

Obrázok 1: Súcit – žena



Súcit – muž



Zdroj: vlastný

Výskumný súbor

Výskumný súbor tvorilo 84 respondentov vo veku do 17 do 58 rokov s priemerným vekom 24,85 roka (SD = 6,92). Súbor sa skladal zo 68 žien (81 %) a 16 mužov (19 %). Prevažnú

väčšinu súboru (97,6%) tvorili Slováci. Z hľadiska rodinného stavu respondentov bol výskumný súbôr rozdelený na slobodných (48,8 %), vo vzťahu (39,3 %) a ženatých/vydaté (11,9 %). Najviac respondentov malo ukončené stredoškolské vzdelanie s maturitou 51,2 %, následne vysokoškolské vzdelanie prvého stupňa 25 %, vysokoškolské vzdelanie druhého stupňa 17,9 %, vyššie vzdelanie a základné vzdelanie zhodne po 2,4 % a stredoškolské s výučným listom 1,2%.

Zber dát

Dáta sme zozbierali v rámci riešenia grantu VEGA 1/0578/15, spolu s ostatnými čiastkovými grantovými úlohami. Dotazníky sme distribuovali online, dostupným výberom. Formulár, ktorý sa dostal k respondentom obsahoval informovaný súhlas, ktorý deklaroval použitie údajov výlučne na vedecké účely a oboznamoval jednotlivcov s možnosťou kedykoľvek výskum ukončiť. Účasť bola založená na dobrovoľnosti. Pýtali sme sa na sociodemografické údaje, následne sme administrovali dotazníky FSCRS a SCS. V závere formuláru sme respondentom po jednom ukazovali jednotlivé snímky primárnych emócií, neutrálu, opovrhnutia a súcitu na tvárach muža a ženy. Každý respondent videl všetky emócie u oboch pohlaví. Respondenti si pri každej fotografii mohli vybrať zo zoznamu emóciu, ktorá podľa nich najlepšie zodpovedá výrazu osoby na obrázku. Zoznam emócií bol zoradený nasledovne: radosť, smútok, súcit, prekvapenie, strach, hnev, znechutenie, opovrhnutie, žiadna emócia – tvári sa neutrálne. V online formulári boli zahrnuté aj iné metódy, ktoré slúžili pre iné grantové úlohy. Preto sme zo všetkých vybrali len uvedené metodiky a v našej štúdií sme pracovali výlučne s nimi.

Analýza dát

Pre štatistické spracovanie dát sme použili štatistický softvér SPSS 20.0. Popísali sme náš výskumný súbôr z hľadiska sociodemografických údajov. Následne sme percentuálne vyčíslili úspešnosť rozpoznávania jednotlivých emocionálnych výrazov vo všeobecnosti. Následne sme zistili normalitu rozloženia dát pri jednotlivých premenných (sebakritickosť a sebasúcit). Použili sme *Kolmogorov-Smirnovov test*, nakoľko súbôr respondentov bol väčší ako 50 (N=84). Bližšie sme sa pozreli na schopnosť rozpoznávať jednotlivé emócie, najmä súcit, medzi skupinami vysoko a nízko sebasúcitných a vysoko a nízko sebakritických jednotlivcov. Respondentov sme rozdelili do skupín na základe toho, či správne určili konkrétny výraz emócie, alebo ho neurčili správne. Následne sme testovali rozdiely medzi týmito skupinami v sebakritickosti a sebasúcite na základe *Mann-Whitneyho U-testu*. Nakoniec sme testovali medzipohlavné rozdiely v schopnosti rozpoznávať tvárový výraz súcitu pomocou *Chi-kvadrátu*.

Výsledky

Prvou úlohou bol výpočet normality pre jednotlivé premenné. Sebasúcit zisťovaný pomocou škály SCS nebol normálne distribuovaný $p = 0,024$. Sebakritickosť sa preukázala ako normálne rozložená v súbore participantov $p = 0,073$. Na základe analýzy normality a zhodnotenia, že pracujeme s ordinálnymi premennými sme pre ďalšiu prácu zvolili použitie neparametrických testov.

Zamerali na schopnosť rozpoznávať jednotlivé tvárové výrazy emócií. Respondenti mali možnosť zvoliť jednu z deviatich ponúkaných odpovedí (radosť, smútok, súcit, prekvapenie, strach, hnev, znechutenie, opovrhnutie a neutrál) pre konkrétnu fotografiu s emocionálnym výrazom. Mieru rozpoznania jednotlivých emocionálnych výrazov z fotografií muža a ženy v percentách uvádzame v tabuľke č. 1.

Tabuľka 1: Schopnosť rozpoznávať tvárové výrazy emócií (v %)

Emócia	Fotografia ženy	Fotografia muža
Radosť	96,4	94
Smútok	58,3	50
Súcit	40,5	22,6
Prekvapenie	91,7	95,2
Strach	65,5	2,4
Hnev	72,6	50
Znechutenie	82,1	65,5
Opovrhnutie	41,7	63,1
Neutrál	86,9	76,2

Zdroj: vlastné spracovanie

Respondenti najlepšie rozpoznávali výraz radosti. Radosť v podaní ženy správne identifikovalo 96,4 % ľudí a radosť v podaní muža správne identifikovalo 94 % opýtaných. Spomedzi emócií stvárňovaných ženou respondenti najmenej rozpoznávali súcit. Napriek tomu odpoveď „súcit“ mala najvyšší podiel (40,5 %) spomedzi ostatných odpovedí pri hodnotení fotografie ženského súcitu. Medzi emóciami stvárňovanými mužom bol najslabšie rozpoznávaný strach (2,4 %) pričom 73,8 % respondentov tento výraz určilo ako prekvapenie. Súcit v podaní muža rozpoznalo menej respondentov (22,6 %), ako súcit v podaní ženy (40,5 %).

Podľa Mann-Whitneyho neparametrického testu je signifikantný rozdiel v miere sebasúcitu medzi jednotlivcami, ktorí správne označili odpoveď „súcit“ pri ženskej fotografii súcitu, a medzi tými, ktorí označili akúkoľvek inú odpoveď, $Z = -2,175$, $p = 0,03$. Pričom jednotlivci, ktorí správne rozpoznali súcit, skórovali v sebasúcite vyššie (mean rank = 49,51), ako tí, ktorí súcit správne nerozpoznali (mean rank = 37,73). Zároveň sme Mann-Whitneyho testom otestovali ako sa vzájomne líšili respondenti, ktorí správne rozpoznali a nerozpoznali súcit na ženskom obrázku v miere sebakritickosti. Menované skupiny sa vzájomne nelíšili v miere sebakritickosti $Z = -0,146$, $p = 0,884$. Rovnako sme postupovali pri testovaní rozdielov medzi skupinami pri fotografii s mužským výrazom súcitu. Mann-Whitneyho test nepreukázal signifikantný rozdiel medzi jednotlivcami, ktorí správne určili výraz súcitu na mužskej fotografii a jednotlivcami, ktorí ho správne neurčili v miere sebasúcitu $Z = -1,289$, $p = 0,197$. Pri hodnotení miery sebakritickosti sme taktiež nezaznamenali signifikantný rozdiel medzi respondentmi, ktorí správne a nesprávne určili výraz súcitu na fotografii s mužskou tvárou. Pre údaje o ostatných rozdieloch v sebasúcite a sebakritickosti pri schopnosti rozpoznávať jednotlivé emócie pozri tabuľku č. 2.

Tabuľka 2: Rozdiely v sebasúcite a sebakritickosti jednotlivcov na základe schopnosti správne detekovať tvárový výraz emócie na tvári ženy

Emócia	rozdiel v SeS (p)	správna	nesprávna	rozdiel v SK (p)	správna	nesprávna
		odpoveď	odpoveď		odpoveď	odpoveď
		Mean	Mean		Mean	Mean
		Rank	Rank		Rank	Rank
Radosť	0,555	42,80	34,33	0,445	42,91	31,50
Smútok	0,902	42,22	42,89	0,820	41,99	43,21
Súcit	0,030*	49,51	37,73	0,884	42,97	42,18

Prekvapenie	0,512	43,03	36,71	0,078	43,91	27,00
Strach	0,895	42,75	42,02	0,236	44,78	38,17
Hnev	0,356	40,99	46,50	0,456	41,29	45,72
Znechutenie	0,748	42,10	44,33	0,519	41,70	46,17
Opovrhnutie	0,670	41,16	43,46	0,884	42,96	42,17
Neutrál	0,775	42,21	44,45	0,729	42,86	40,14

Legenda: SeS – sebasúcit; SK – sebakritickosť; * $p < 0,05$

Zdroj: Vlastné spracovanie

Tabuľka 3: Rozdiely v sebasúcite a sebakritickosti jednotlivcov na základe schopnosti správne detekovať tvárový výraz emócie na tvári muža

Emócia	rozdiel v SeS (p)	správna odpoveď Mean Rank	nesprávna odpoveď Mean Rank	rozdiel v SK (p)	správna odpoveď Mean Rank	nesprávna odpoveď Mean Rank
Radosť	0,161	41,55	57,50	0,093	41,37	60,30
Smútok	0,876	42,92	42,08	0,809	41,86	43,14
Súcit	0,197	36,16	44,35	0,534	39,45	43,39
Prekvapenie	0,800	42,66	39,38	0,049*	41,33	65,88
Strach	0,024*	81,00	41,56	0,200	64,25	41,97
Hnev	0,704	43,51	41,49	0,281	45,36	39,64
Znechutenie	0,318	40,57	46,16	0,989	42,53	42,45
Opovrhnutie	0,458	44,01	39,92	0,206	45,07	38,11
Neutrál	0,817	42,84	41,40	0,740	42,01	44,08

Legenda: SeS – sebasúcit; SK – sebakritickosť; * $p < 0,05$

Zdroj: Vlastné spracovanie

Pri hodnotení výrazov emócií stvárnených ženou sme okrem rozdielov v miere súcitu pri expresii súcitu nezaznamenali významné rozdiely pri rozpoznávaní iných emócií. Rovnako tomu bolo pri miere sebakritickosti. Pri schopnosti rozpoznávať jednotlivé emócie stvárňované mužom sme zaznamenali významný štatistický rozdiel v miere sebasúcitu pri rozpoznávaní strachu a významný rozdiel taktiež v miere sebakritickosti pri rozpoznávaní prekvapenia.

Testovali sme tiež medzipohlavné rozdiely v schopnosti rozpoznávať výraz súcitu. Muži a ženy sa významne nelíšili v schopnosti rozpoznávať tvárový výraz súcitu na tvári ženy $\chi(1) = 1,965$, $p = 0,161$. Nezistili sme medzipohlavné rozdiely v schopnosti rozpoznávať tvárový výraz súcitu na tvári muža $\chi(1) = 0,841$, $p = 0,359$.

Diskusia

V našom výskume sme sa zamerali na schopnosť rozpoznávať emócie z výrazu tváre. Testovali sme primárne emócie, ale najmä súcitný výraz. Zaujímalo nás, či sú jednotlivci schopní rozpoznať výraz súcitu, a ako táto schopnosť súvisí s ich mierou sebasúcitu a sebakritickosti.

Jednotlivci boli schopní rozpoznať všetky tvárové emócie, ktoré sme im ponúkli, okrem mužského výrazu strachu. Väčšina respondentov v tomto prípade volila odpoveď „prekvapenie“. Podľa prác Ekmana a kolegov (napr. Ekman, 1993, 1994, 1999; Ekman & Fieson, 2015) sú práve tieto dva výrazy veľmi podobné a ľudia majú často problém s ich rozpoznaním. Pri mužskom výraze prekvapenia väčšina respondentov volila správnu

odpoveď. Výrazy primárnych emócií (radosť, smútok, hnev, znechutenie, strach a prekvapenie) boli rozpoznávané pri mužskom aj ženskom variante viac ako 50 percentami respondentov (okrem vyššie spomenutého strachu). Výraz súcitu (Baránková et al., manuscript in preparation) a výraz opovrhnutia boli rozpoznávané v značne nižšej miere (od 22,6 % do 63,1 % respondentov v jednotlivých variantoch). Súcit je emóciou, ktorú niektorí autori považujú za primárnu, pričom jej výraz nebol doposiaľ podrobne preskúmaný (McEwan et al., 2014; Widen et al., 2011). Widen a kolegovia (2011) skúmali jednotlivé výrazy emócií, ktoré popísal Ekman a pridali k nim výrazy strápnenia, opovrhnutia, súcitu a hanby. Podobne ako v našej štúdii, zistili nižšie percento rozpoznania týchto emócií oproti primárnym emóciám v prípade, že si respondenti mohli vybrať odpoveď z pripraveného zoznamu emócií. V prípade, že mali respondenti pomenovať výraz, ktorý vidia na fotografii, menej ako 10 % respondentov odpovedalo správne v prípade opovrhnutia a súcitu.

Zistili sme, že existuje rozdiel v úrovni sebasúcitu medzi jednotlivcami, ktorí správne a nesprávne označili výraz súcitu na ženskej tvári. Ľudia, ktorí správne určili tento výraz dosahovali vyššiu hodnotu sebasúcitu. McEwan et al. (2014) hovoria, že ľudia, ktorí majú vyššiu mieru sebakritickosti, majú problém s rozpoznávaním tvárového výrazu súcitu. Pri meraní sebakritickosti sme toto tvrdenie nemohli podprieť. Ak však vnímame sebasúcit ako opozitum sebakritickosti, môžeme vidieť istú paralelu medzi naším zistením a spomenutým výskumom. Nezistili sme žiaden rozdiel v sebasúcite ani v sebakritickosti u tých, ktorí správne či nesprávne určili výraz súcitu na mužskej tvári. Táto skutočnosť môže súvisieť so stereotypmi o prežívaní resp. potláčaní emócií v rámci pohlaví. Nezaznamenali sme taktiež žiaden rozdiel medzi pohlaviami v schopnosti rozpoznať výraz súcitu na ženskej či mužskej tvári.

Ako nasledujúce smerovanie nášho výskumu vidíme skúmanie tvárového výrazu súcitu na väčšom súbore populácie. Dôležitým faktorom je taktiež vytvorenie fotografií tohto výrazu s viacerými modelmi rôzneho veku a pohlavia. Kanov et al. (2010) poukazujú na dôležitosť súcitu v organizácii. Proces všimania, prežívania a odpovedania na utrpenie druhých sa môže stať podstatnou súčasťou organizačného života. Na pracovný a študentský život sa vo svojom výskume zamerala aj Sirois (2014), ktorá dokladá, že nízka úroveň sebasúcitu súvisí s prokrastináciou, pričom nízky sebasúcit v tomto prípade čiastočne vysvetľuje nepriamy efekt prokrastinácie na zvyšujúci sa stres. V tejto súvislosti je možné pracovať so sebasúcitom, okrem iného, ako mediátorom stresu. Spomínaní autori dokladajú, že súcit a sebasúcit je podstatnou súčasťou nášho pracovného a profesijného života. Preto je potrebné nadviazať na ich zistenia a skúmať túto problematiku v súvislostiach organizačného života. Rozvoj, či diagnostika súcitu a sebasúcitu prostredníctvom rozpoznávania tvárových výrazov emócií je možným novým smerom vo využívaní poznatkov nadobudnutých výskumom súcitu a sebasúcitu či ostatných ľudských emócií. Aj Silsbee (2010) svojou publikáciou vnáša do povedomia aplikáciu mindfulness/všímavosti (ktorá je podstatnou súčasťou sebasúcitu (Neff, 2003)) v pracovnej oblasti. Konkrétne pojednáva o všímavom koučingu.

Ako limity našej štúdie vnímame počet participantov, ako aj zastúpenie jednotlivých pohlaví a vekových skupín. Fotografie, ktoré sme predkladali respondentom boli vytvorené za pomoci dvoch modelov, preto mohli do procesu hodnotenia emócií respondentmi vstupovať aj iné premenné, ako je pohlavie, vek či atraktivita modelov.

Záver

Štúdia bola zameraná na rozpoznávanie tvárových výrazov emócií. Obzvlášť sme sa zamerali na výraz súcitu, ktorý je možným kandidátom na primárnu emóciu, teda môže mať

rozpoznateľný tvárový výraz spájajúci sa s touto emóciou. Respondenti rozpoznávali tvárový výraz súcitu v nižšej miere ako výrazy ostatných primárnych emócií. Zistili sme, že respondenti, ktorí správne určili výraz súcitu na ženskej tvári dosahovali vyššiu mieru sebasúcitu ako tí, ktorí určili nesprávnu emóciu. Nezistili sme nijaké rozdiely v sebakritickosti medzi jednotlivcami, ktorí správne či nesprávne určovali jednotlivé emocionálne výrazy na tvárach muža a ženy. Pokračovanie nášho výskumu vidíme v rozšírení súboru respondentov, ako aj v rozšírení datasetu fotografií emócií, na ktorých budú viacerí modeli. Taktiež je zaujímavá oblasť pracovnej a organizačnej psychológie v súvislosti so súcitom a sebakritickosťou, ktoré sa zatiaľ príliš neskúmajú.

Pod'akovanie

Článok vznikol vďaka grantovej podpore VEGA 1/0578/15.

Literatúra

- [1] ARIMITSU, K. and S.G. HOFMANN, 2015. Cognitions as mediators in the relationship between self-compassion and affect. *Personality and Individual Differences*, **75**, 41-48. ISSN 0191-8869.
- [2] BARÁNKOVÁ, M., J. HALAMOVÁ, M. GABLÍKOVÁ, J. KORÓNIOVÁ, B. NAGYOVÁ and B. STRNÁDELOVÁ, 2016. Analysis of facial expression of compassion elicited by a video recording. *Manuscript in preparation*.
- [3] DIEDRICH, A., M. GRANT, S.G. HOFMANN, W. HILLER, and M. BERKING, 2014. Self-compassion as an emotion regulation strategy in major depressive disorder. *Behaviour Research and Therapy*, **58**, 43-51. ISSN 0005-7967.
- [4] EKMAN, P., 1993. Facial expression and emotion. *American Psychologist*, **48**(4), 384-392. ISSN 1935-990X.
- [5] EKMAN, P., 1994. All emotions are basic. In: P. EKMAN a R. DAVIDSON, eds. *The nature of emotion*. New York: Oxford University Press, s. 15-19. ISBN 9780195089448.
- [6] EKMAN, P., 1999. Facial expressions. In: T. DALGLEISH a M. POWERS, eds. *Handbook of cognition and emotion*. New York: John Wiley & Sons Ltd., s. 301-320. ISBN 9780470013496.
- [7] EKMAN, P. and V.W. FRIESEN, 1982. Felt, false and miserable smiles. *Journal of Nonverbal Behavior*, **6**(4), 238-252. ISSN 1573-3653.
- [8] EKMAN, P. a V.W. FRIESEN, 2015. *Emoce pod maskou: Poznám, co si myslíš, podle toho, jak se tváříš*. Brno: BizBooks. ISBN 978-80-265-0422-1.
- [9] EKMAN, P., V.W. FRIESEN and J. HAGER, 2002. *Facial action coding system: The manual on CD-ROM. Investigator's Guide*. 2nd ed. Salt Lake City: Research Nexus. ISBN 0-931835-01-1.
- [10] GILBERT, P., M. CLARKE, S. HEMPEL, J.N.V. MILES and C. IRONS, 2004. Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. *British Journal of Clinical Psychology*, **43**, 31-50. ISSN 2044-8260.
- [11] GILBERT, P., K. MCEWAN, L. GIBBONS, S. CHOTAI, J. DUARTE and M. MATOS, 2012. Fears of compassion and happiness in relation to alexithymia, mindfulness, and self-criticism. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, **85**(4), 374-390. ISSN 2044-8341.

- [12] GILBERT, P. and S. PROCTER, 2006. Compassionate mind training for people with high shame and self-criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, **13**, 353-379. ISSN 1099-0879.
- [13] HALAMOVIČ, J., 2015. Možnosti intervencie pri práci s vysoko sebakritickým klientom. *Psychoterapie*, **9**(3), 146-154. ISSN 1802-3983.
- [14] HALAMOVIČ, J., M. KANOVSKÝ a M. PACÚCHOVÁ, 2016. Psychometrická analýza a faktorová štruktúra Škály foriem sebakritickosti a sebaoprotivania/ Forms of self-criticizing and self-reassuring Scale (FSCRS). *Československá psychologie*, under review. ISSN 0009-062X.
- [15] HORNIAKOVÁ, K., 2015. Preklad a predbežná psychometrická analýza škály Self-Compassion Scale. *Nepublikovaná bakalárska práca*. Bratislava: Univerzita Komenského.
- [16] KANOV, J.M., S. MAITLIS, M.C. WORLINE, J.E. DUTTON, P.J. FROST and J.M. LILIUS, 2004. Compassion in organizational life. *American Behavioral Scientist*, **47**(6), 808-827. ISSN 1552-3381.
- [17] KELLY, A.C., K. VIMALAKANTHAN and K.E. MILLER, 2014. Self-compassion moderates the relationship between body mass index and both eating disorder pathology and body image flexibility. *Body Image*, **11**, 446-453. ISSN 1740-1445.
- [18] KELTNER, D., 2005a. The forms and functions of embarrassment. In: E.L. ROSENBERG a P. EKMAN, eds. *What the face reveals*, 2nd ed. New York: Oxford University Press, s. 158-160. ISBN 9780195179644.
- [19] KELTNER, D., 2005b. Signs of appeasement: Evidence for the distinct displays of embarrassment, amusement, and shame. In: E.L. ROSENBERG a P. EKMAN, eds. *What the face reveals*, 2nd ed. New York: Oxford University Press, s. 133-157. ISBN 9780195179644.
- [20] MACBETH, A. and A. GUMLEY, 2012. Exploring compassion: A meta-analysis of the association between self-compassion and psychopathology. *Clinical Psychology Review*, **32**, 545-552. ISSN 0272-7358.
- [21] MCEWAN, K., P. GILBERT, S. DANDENEAU, S. LIPKA, F. MARATOS, K.B. PATERSON and M. BALDWIN, 2014. Facial expressions depicting compassionate and critical emotions: The development and validation of a new emotional face stimulus set. *PLoS ONE*, **9**(2), 1-8. ISSN 1932-6203.
- [22] NEFF, K.D., 2003. The development and validation of a scale to measure self-compassion. *Self and Identity*, **2**, 223-250. ISSN 1529-8876.
- [23] SILSBEE, D., 2010. *The mindful coach: Seven roles for facilitating leader development*. John Wiley & Sons.
- [24] SINGER, T. – KLIMECKI, O.M., 2014. Empathy and compassion. *Current Biology*, **24**(18), R875-R878. ISSN 0960-9822.
- [25] SIROIS, F.M., 2014. Procrastination and stress: Exploring the role of self-compassion. *Self and Identity*, **13**(2), 128-145. ISSN 1529-8868.
- [26] STRAUSS, C., B.L. TAYLOR, J. GU, W. KUYKEN, R. BAER, F. JONES and K. CAVANAGH, 2016. What is compassion and how can we measure it? A review of definitions and measures. *Clinical psychology review*, **47**, 15-27. ISSN 02727358.

- [27] WIDEN, S.C, A.M. CHRISTY, K. HEWETT and J.A. RUSSELL, 2011. Do proposed facial expressions of contempt, shame, embarrassment, and compassion communicate the predicted emotion? *Cognition and Emotion*, **25**(5), 898-906. ISSN 1464-0600.
- [28] ZUROFF, D.C., G. SADIKAJ, A.C. KELLY and M.J. LEYBMAN, 2016. Conceptualizing and measuring self-criticism as both a personality trait and a personality state. *Journal of personality assessment*, **98**(1), 14-21. ISSN 1532-7752.