

# Emoce

**Emoce** tvoří důležitou složku psychických dějů. Lze je definovat jako **soubor psychických a fyziologických fenoménů**.

## Funkce emocí

Emoce:

- *charakterizují reakci jedince na danou situaci*
- představují významný *řídící regulační mechanismus*
- *usměrňují aktivitu jedince*
- *uspokojují naše potřeby*
- automaticky *dirigují lidské tendence a vztahy*
- *překonávají i pudy*
- vedou k *potlačení strachu ze smrti*
- hrají významnou roli v oblasti *sexuální touhy* apod.

## Prožívání emocí

Emoční prožitky lze rozdělit:

- **prožitky** – odrážejí kladnou nebo zápornou hodnotu podnětové situace ve vztahu k potřebám jedince
- **afekty** (= krátkodobá vyladění) a **nálady** (= protrahovaná vyladění)
  - ← jedná se o podněty kladné či záporné k předmětům a jevům *vnějšího a vnitřního prostředí a k vlastním projevům*
  - ← slouží k *taktickým programům*
- **city** a **vyšší emoce** – podněty kladné či záporné týkající se *perspektivních, dlouhodobých vztahů*
  - ← hlavní – **lásky, nenávist**
  - ← city slouží k strategickým cílům

## Emoční okruh a jeho mediátory

- vedle **subjektivního prožitku** mají emoce i projevy **somaticko-vegetativní**, a to hlavně *negativní emoce*
  - motorické projevy se dají potlačit (smích, pláč, gesta), vegetativní nikoli (změny svalového tonu, krevní tlak, tep, atd.)  
→ může to vést až k **psychosomatickým chorobám**
  - anatomický podklad pro vznik a prožívání emocí představuje tzv. **emoční okruh**:
  - představuje jej: hypothalamus, hypofýza, kůra nadledvin, retikulární formace, talamus, limbický systém, kůra
  - podílí se na něm *souhra podkorových oblastí s kůrou*
- **mediátory** hrající roli v náladě:
  - *deprese*: noradrenalin, serotonin, dopamin, acetylcholin, GABA
  - *strach*: GABA, NA, serotonin
  - *agrese*: GABA, serotonin, NA, dopamin



*Smích léčí. Ale jen ty, kteří se umějí smát.*  
(Jiří Žáček)

## Rozdělení emocí

### Dle základního zaměření

- 1. **kladné, libé** (radost, láska)  
2. **záporné, nelibé** (žal, nenávist)
- 1. **stenické, mobilizující** (zlost)  
2. **asthenické, demobilizující** (smutek)

### Dle intenzity a časového průběhu

- **emoční zabarvení pocitů a vjemů** (libé, nelibé)
- **afekty** (krátkodobé, prudké emoční reakce)
- **nálady** (protrahované emoční stavy)
- **city** a **vyšší emoce**

## Dle hierarchického uspořádání

- **nižší** (podněty z vitální oblasti, uspokojení základních potřeb)
- **vyšší** (společenské, specificky lidské)
  - *city intelektuální* (spojené s intelektuální činností)
  - *city estetické*
  - *city morální*
  - *city etické*

## Afekty a jejich poruchy

- **rychle začínající a rychle odeznívající** emoční reakce
- doprovázeny zřetelnými reakcemi **vegetativními a mimickými**
- tendence k **neuváženému jednání** (lze je zvládnout volně, ovšem je zapotřebí si osvojit výchovou a sebekázeň)
- vznik záleží na dispozicích a okamžitém stavu emotivity
- **každý afekt má tendenci k vybití**
  1. *přesunutí afektu* – dojde k vybití např. *na jiné osobě*
  2. *městnání afektu* – po sérii nedostatečně intenzivních a sčítajících se podnětech, poslední způsobí *neadekvátní výbuch*

## Poruchy afektů

- **Patický afekt**
  - neobvykle *intenzivní*
  - na jeho vrcholu dojde ke krátkodobému *zákalu vědomí* → může dojít k závažné události (vražda, sebevražda, atd.) ← *chybí vzpomínka*
  - poměrně vzácný
  - *etiologie*:
    - po silném záchvatu epilepsie
    - alkohol
    - demence
    - i u normálních lidí – při hladovění, vyčerpání, apod.
- **Patická afektivní dráždivost**
  - sklon k *nadměrně silným afektům*
  - *etiologie*:
    - hlavně u *organických mozkových afekcí* – ateroskleróza, demence, oligofrenie, intoxikace, alkoholismus
- **Paroxysmální afekty**
  - *etiologie*:
    - biologičtí činitelé: feochromocytom, léze temporálního laloku, epilepsie
- **Emoční labilita**
  - *měnlivé emoce i na slabé podněty*
  - *etiologie*:
    - příčina povahová
    - organická porucha (ateroskleróza, demence)
- **Emoční inkontinence**
  - reakce s *patickým pláčem i na neemoční podněty*
  - *etiologie*:
    - typicky u aterosklerózy mozku
- **Hypersenzitivita**
  - *lehký vznik emocí* – jsou trvalejší než u lability
- **Afektivní ambivalence**
  - *v témže okamžiku protikladné emoce* (lásky x nenávisť)
  - *etiologie*:
    - schizofrenie
- **Fobie**
  - *vtíravé strachy*, mají i emoční součást, charakteristická je ovšem vtíravost

## Nálady a jejich poruchy

- nálada je **déletrvající nastavení emočního systému**
- je bazí pro řadu psychických pochodů
- není vázána na obsah vědomí, ale **ovlivňuje charakter ostatních funkcí** – pozornost, vstřípivost, paměť, pohotovost, hodnocení, motivaci, afekty, atd.
- intenzivní, opakované působení určitých podnětů může modifikovat náladu:
  - *faktory fyzikální* – teplota prostředí, atmosférický tlak, geomagnetické pole, vlhkost, slunce, délka dne, roční období, denní doba
  - *faktory chemické* – jedy, drogy, psycholeptika, dysleptika, dysforika, antidepresiva
  - *faktory metabolické* – podrážděnost u hypoglykémie a hypertyreózy, úzkost kardiaků a astmatiků, premenstruační syndrom, poporodní deprese, toxoinfekce, exhaustace, hlad, hubnutí, nemoci CNS
  - *faktory psychologické* – hlavně kvalita nálady

## Patické nálady

- **charakteristika:**
  - *intenzita a délka trvání* (měsíce až leta)
  - *nezávislost vzniku na psychogenních faktorech*
  - *vliv na osobnost*
- je důležité si uvědomit, že existuje patická endogenní nálada – lidová psychologická moudrost připisuje každé změně nálady zážitků
- **typy:**
- **euforická** = blažená
  - *výskyt:* afekce frontálního laloku
- **expanzivní** = vysoká aktivita, sebevědomí
  - *výskyt:* mánie, hebefrenie
- **exaltovaná** = pocit blaha, nadšení
  - *výskyt:* epilepsie, hysterické psychotické stavy
- **apatická** = snížené tempo, lhostejnost, ztráta iniciativy
  - *výskyt:* deprese, demence, toxikománie
- **explosivní** = výbušná
  - *výskyt:* epilepsie, chronický alkoholismus, explosivní psychopatie
- **bezradná** = neschopnost rozhodování, je prožívána nelibě
  - *výskyt:* deprese, schizofrenie
- **úzkostná** = pocit napětí, neklidu, hrozí sebevražda
  - *výskyt:* deprese, schizofrenie, epilepsie, demence
- **depresivní** = smutek, bezútěšnost, strach, velké nebezpečí sebevraždy!
  - *výskyt:* deprese, schizofrenie, epilepsie, demence

## City a jejich poruchy

- nejčastějšími poruchami jsou:
  - **nerozvinutí citů**
  - **ztráta vyšších citů**
  - **snížení vyšších citů**
- *etiologie:*
  1. *vrozeně* – lidé necitliví, bezohlední
  2. *organickou poruchou* – oligofrenie, tumory, encefalitidy, úrazy, apod.
- *projevy:*
  - *egocentrismus, nevкус, netaktnost, neomalenost, obhroublost*
  - *infantilní a hysterické osobnosti* – na jedné straně vřelé a oddané, na druhé straně bezohledné a nenávislné
  - *vášně* = přehnané city – sběratelství, hráčství, kariérismus, žárlivost, atd.
  - některé *hypersenzitivní nadměrně svědomité osoby* – nadměrné vyvinutí vyšších citů

## Odkazy

### Externí odkazy

- Emoce (česká wikipedie)
- Emotion (anglická wikipedie)

### Zdroj

- BENEŠ, Jiří. *Studijní materiály* [online]. [cit. 2009]. <<http://jirben.wz.cz>>.