

**Západočeská univerzita v Plzni**

**Fakulta filozofická**

**Bakalářská práce**

**Mimika jako součást neverbální komunikace  
s ohledem na věkové kategorie**

**Tomáš Holý**

Plzeň 2014

**Západočeská univerzita v Plzni**

**Fakulta filozofická**

**Katedra filozofie**

**Studijní program Humanitní studia**

**Studijní obor Humanistika**

**Bakalářská práce**

**Mimika jako součást neverbální komunikace  
s ohledem na věkové kategorie**

**Tomáš Holý**

*Vedoucí práce:*

PhDr. Lada Hanzelínová

Katedra filozofie

Fakulta filozofická Západočeské univerzity v Plzni

Plzeň 2014

Prohlašuji, že jsem práci zpracoval samostatně a použil jen uvedených pramenů a literatury.

Plzeň, duben 2014

.....

## **PODĚKOVÁNÍ**

Tímto bych chtěl především poděkovat vedoucí bakalářské práce paní PhDr. Ladě Hanzelínové za ochotu, za konzultace, poskytnuté informace, rady a připomínky, které mi pomohly při sestavování této bakalářské práce.

Také bych rád poděkoval všem, kteří se účastnili praktického výzkumu, za jejich ochotu a čas, který mi věnovali.

## OBSAH

ÚVOD.....	1
TEORETICKÁ ČÁST.....	2
<b>1 POJEM KOMUNIKACE.....</b>	<b>3</b>
1.1 Struktura komunikace .....	4
1.2 Formy komunikace.....	5
1.3 Druhy komunikace .....	6
<b>2 NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE .....</b>	<b>10</b>
2.1 Funkce neverbální komunikace.....	11
2.2 Druhy neverbální komunikace .....	13
2.3 Signály těla.....	19
2.3.1 <i>Typy signálů těla</i> .....	19
<b>3 MIMIKA.....</b>	<b>21</b>
3.1 Lidský obličej.....	22
3.1.1 <i>FACS</i> .....	23
3.2 Mimické svaly.....	24
3.2.1 <i>Zóny obličeje</i> .....	25
3.2.2 <i>Čelo a obočí</i> .....	25
3.2.3 <i>Oči</i> .....	26
3.2.4 <i>Nos</i> .....	27
3.2.5 <i>Ústa a brada</i> .....	28
<b>PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>30</b>
<b>4 VÝZKUM .....</b>	<b>31</b>
4.1 Cíle výzkumu .....	31
4.2 Metoda výzkumu.....	31
4.3 Charakteristika výzkumného vzorku.....	32
4.3.1 <i>Postup při výzkumu</i> .....	32
4.4 Interpretace získaných dat.....	33
4.4.1 <i>Junioři (studenti do 35 let)</i> .....	33
4.4.2 <i>Senioři (respondenti od 75 let)</i> .....	36
4.5 Vyhodnocení výzkumu .....	39
4.5.1 <i>Emoce radosti a štěstí</i> .....	40
4.5.2 <i>Emoce smutku a neštěstí</i> .....	41
<b>5 ZÁVĚR .....</b>	<b>43</b>
<b>6 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....</b>	<b>45</b>
<b>7 SUMMARY .....</b>	<b>49</b>
<b>8 PŘÍLOHY .....</b>	<b>50</b>

# ÚVOD

V běžném životě se setkáváme s různými lidmi a ocitáme se v situacích, při kterých je komunikování jedním z nejdůležitějších prostředků. Komunikace tvoří důležitou složku našeho života, denně vstupujeme do situací, v nichž pomocí komunikace utváříme a navazujeme nové vztahy. Jedná se o proces, při kterém dochází k předávání a získávání informací. Jak již vyplývá z názvu, tato bakalářská práce pojednává o neverbální komunikaci. Práce je rozdělena na dvě části, a to na teoretickou a praktickou.

Teoretická část se v první kapitole zabývá obecnou charakteristikou komunikace, strukturou, formami a druhy komunikace. Jsou zde uvedeny základní pojmy, se kterými se v komunikaci pracuje. Druhá kapitola se zaměřuje na neverbální komunikaci a její funkce. Dále jsou zde také uvedeny druhy mimoslovní komunikace a signály těla, pomocí kterých lidé mezi sebou neverbálně komunikují. Protože téma neverbální komunikace je velmi rozsáhlé, další kapitola se věnuje pouze jednomu druhu neverbální komunikace, konkrétně mimice. Tato kapitola se nejprve zabývá charakteristikou lidského obličeje, poté přechází k metodě FACS, jenž se zabývá rozpoznáváním veškerých pohybů obličeje a podle které bude proveden praktický výzkum. V neposlední řadě jsou uvedeny mimické svaly a popsány zóny lidského obličeje podle Paula Ekmana a Vlasty Střížové.

Praktická část se zabývá porovnáním dvou vybraných věkových kategorií. Kategorie jsou rozděleny na juniory a seniory. U nich budou sledovány projevy pozitivních a negativních emocí. Na jedné straně budou zaznamenány projevy radosti a štěstí a na straně druhé projevy smutku a neštěstí. Hlavní cíl praktického výzkumu představuje rozpoznání reakcí respondentů na dané podněty pomocí fotografického materiálu. Rozpoznávání reakcí na podněty bude prováděno pomocí metody FACS. Dále v této části práce bude uveden postup při praktickém výzkumu a také charakteristika rozpoznávání reakcí u obou věkových kategorií. Poslední část této kapitoly se věnuje vyhodnocení výzkumu.

## TEORETICKÁ ČÁST

# 1 POJEM KOMUNIKACE

Každý živý tvor je již od přírody vybaven určitými schopnostmi, které mu pomáhají zachycovat impulsy a zároveň mu umožňují vyhodnocování jejich smyslu. Je, zřejmě, že všichni se snaží nalézt nějakou zpětnou vazbu nebo alespoň mít ten správný nástroj, který nám to umožní. Člověk se odlišuje od ostatních živých tvorů tím, že je schopen vnímat, pozorovat či hodnotit sám sebe.<sup>1</sup>

Slovo komunikace má mnoho podob. „*Může být použito jako označení pro dopravní síť, přemísťování lidí, materiálu, ale také myšlenek, informací, postojů a pocitů od jednoho člověka k druhému.*“ „*Komunikačními prostředky mohou být jazyk, pošta, telegraf, telefon, počítač, rozhlas, televize, ale také autobusy, vlaky, letadla.*“<sup>2</sup>

Samotný pojem komunikace pochází z latinského *communicare* a v přesném překladu do češtiny znamená něco spojovat<sup>3</sup>. Jedná se o proces, který je důležitý nejen pro lidskou existenci, ale i pro existenci všech ostatních živočišných druhů. Jinými slovy, není to pouze proces, který se projevuje u lidí, ale též u jiných živočišných druhů, kteří se mezi sebou dorozumívají různými způsoby, jako například prostřednictvím pachů, dotyků či zvuků.

Komunikace u lidí je však svým způsobem specifická. Za základ existence člověka jako společenského tvora je považována právě komunikace. Bez komunikace by nemohli lidé žít a ani by se nemohla rozvíjet lidská společnost. Každý z nás má v sobě dědičnou výbavu, kterou převzal od svých rodičů. Tegze tuto výbavu označuje *geny*.<sup>4</sup> Jedná se o vlastnosti a vlohy určitých osob, které jedinci poskytují základní potřeby pro přežití. Na pozadí těchto prostředků neboli genů se vytváří jednotlivé kvality daného jedince, přičemž nejde pouze o dědění vlastností, ale též o předávání sdělení, která jsou jistým souhrnem znalostí. Samozřejmě nějakou dobu trvá, než se dané vlastnosti vyvinou. Teprve když jsou vyvinuty, je jedinec schopen přežít bez závislosti na ostatních.<sup>5</sup>

Definovat komunikaci není vůbec jednoduché, protože slovo komunikace má mnoho významů. Určitě ji můžeme nazvat jako řízenou, cílevědomou a soustavnou činnost, která do značné míry stanovuje význam všech verbálních či neverbálních

---

<sup>1</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 179.

<sup>2</sup> MIKULÁŠTÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 18.

<sup>3</sup> Tamtéž, s. 18.

<sup>4</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 34.

<sup>5</sup> Tamtéž, s. 34.



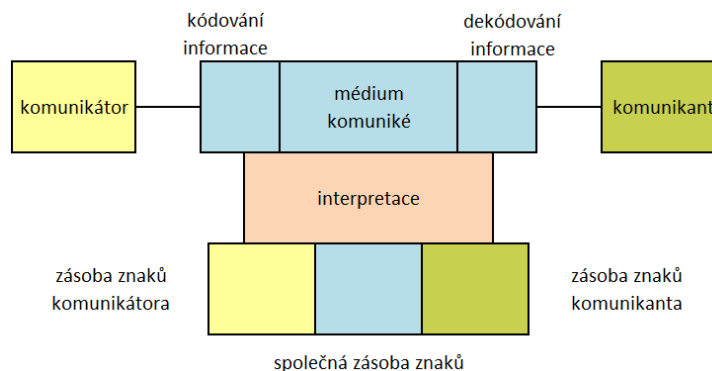
sdělení.<sup>6</sup> Například DeVito ji charakterizuje jako vzájemnou interakci mezi jedinci stejného druhu, při které dochází k přenosu informací a dorozumívání, tato interakce vede přímo od mluvčího k posluchači.<sup>7</sup>

Nakonečný zase říká, že jde o proces, při němž lidé sdělují informace, myšlenky, postoje, pocity a emoce jiným lidem.<sup>8</sup>

Nejpodrobněji termín komunikace popisuje Mikuláščík. Říká, že „*komunikace je přenosem a výměnou informací v mluvené, psané, obrazové nebo činnostní formě, která se realizuje mezi lidmi, což se projevuje nějakým účinkem.*“<sup>9</sup> Komunikaci potřebujeme, abychom se mohli k něčemu vyjádřit.

## 1.1 Struktura komunikace

Komunikace představuje proces, jehož struktura je tvořena základními činiteli. Nakonečný za tyto činitele považuje komunikátora, komuniké, komunikanta a komunikační kanál.<sup>10</sup> Komunikaci můžeme znázornit i pomocí schématu, které vidíme na obrázku č. 1.



Obr. č. 1: Komunikační schéma.<sup>11</sup>

Výše uvedené schéma potvrzuje, že informace, která má být sdělena, vychází od komunikátora. *Komunikátor* je osoba, která sděluje určitou informaci a kóduje ji tím, že své myšlenky promění v řeč, tedy mluví. Aby tato interakce byla úspěšná, musí komunikátor brát zřetel na určité faktory, které ji mohou ovlivnit. Těmito faktory jsou

<sup>6</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 34.

<sup>7</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 18.

<sup>8</sup> NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*, s. 158.

<sup>9</sup> MIKULÁŠTÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 19.

<sup>10</sup> NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*, s. 158.

<sup>11</sup> Tamtéž, s. 158.

především druh sdělované informace nebo také typ posluchače. Tím, že komunikátor mluví, vyjadřuje obsah jeho sdělení, které nazýváme *komuniké*. Během toho využívá dané médium, kterým může být například telefon. *Komunikant* je osoba, která přijímá a zároveň dekoduje obsah určitého verbálního sdělení, jenž komunikátor i komunikant interpretují prostřednictvím svých slov a pravidel určitého jazyka. Řeč, která byla vyslána od mluvčího, tedy komunikátora, je posluchačem, kterým je komunikant, proměněna opět v myšlenky. Za úspěšné sdělení, lze považovat takové, kterému komunikant porozumí a pochopí jeho význam. Posledním činitelem je *komunikační kanál*. Jedná se o označení cesty, po které komunikace probíhá.

Jistě každý z nás si vybaví, že když se někomu snažíme něco sdělit, tak to nemusí vždy proběhnout úspěšně. Setkáváme se tak s poruchou v komunikačním kanálu, jež narušuje informaci, která je právě posluchači sdělována. Tato porucha bývá označována jako *komunikační šum*. Ty mohou být způsobeny různými příčinami, například špatným zakódováním či dekodováním informace nebo přenos informací z nějakého důvodu nenalezne u posluchače zpětnou vazbu. Při přenosu informací záleží především na obou účastnících komunikace a na prostředí, v jakém se komunikace odehrává. Komunikační šumy jsou mnohdy způsobeny hlučným prostředím, nedoslýchavostí, nepozorností či špatným sdělením informace ze strany mluvčího. Prostřednictvím komunikačních šumů tedy dochází k nedorozumění mezi komunikátorem a komunikantem nebo k neporozumění obsahu sdělení.

Abychom těmto poruchám předešli či zamezili, musíme se zaměřit zejména na to: kdo hovoří, proč hovoří, kdy hovoří, jaký mají sdělená slova vliv na posluchače, kde hovoří a co hovoří.<sup>12</sup>

## 1.2 Formy komunikace

Formy komunikace nám říkají, jakou podobu bude naše dorozumívání mít. V této části kapitoly budeme hovořit o dvou základních formách dorozumívání, kterými jsou *verbální* a *neverbální* komunikace.<sup>13</sup>

Zřejmě většina lidí ví, že *verbální* komunikace je předávání informací prostřednictvím slov a řeči, tedy pomocí jazyka. Pojem verbální pochází z latinského *verbum*, což v českém překladu znamená slovo. Mikuláščík říká, že verbální komunikaci se

---

<sup>12</sup> HOLEČEK, V., MIŇHOVÁ J., PRUNNER P. *Psychologie pro právníky*, s. 255 – 256.

<sup>13</sup> MIKULÁŠTÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 12.

věnuje mnoho oborů, ale tím nejvíce známým je lingvistika, též označována jako jazykověda. Dále filologie, která je označována jako nauka o řeči a také filozofie.<sup>14</sup> Nakonečný říká, že hlavním prostředkem této formy komunikace je řeč, ať už mluvená, nebo psaná.<sup>15</sup>

Opakem verbální komunikace je komunikace *neverbální*. Tato forma komunikace je uskutečňována prostřednictvím mimiky, gestikulace a dotyků.<sup>16</sup> Neprobíhá prostřednictvím slov, ale projevy jsou sdělovány prostřednictvím těla.<sup>17</sup> Při neverbálních projevech každý pohyb těla vyjadřuje komunikaci. Mikuláščík říká, že se mnoho neverbálních projevů naučíme již v dětství tím, že se snažíme napodobovat své rodiče. Když se člověk nebude plně soustředit na své neverbální projevy, bude používat obdobná gesta jako jeho rodiče, jinými slovy okouká je od rodičů. Například mimické výrazy se budou podobat jeho otci či matce. Autor tvrdí, že neverbální komunikace není tak spolehlivá jako verbální, ale i pomocí neverbálních projevů lze zjistit mnoho údajů o člověku, například emoce, pocity či postoje. Není to však vůbec jednoduché vyčíst.<sup>18</sup>

Podle DeVita verbální a neverbální signály si většinou navzájem napomáhají a posilují se.<sup>19</sup> Jako například, že hněv se pokaždé neprojevuje pouze prostřednictvím řeči, ale často bývá vyjádřen také pozicí našeho těla, a to zejména mimikou. Poznáme to tak, že když se budeme hněvat, určitě se při tom nebudeme usmívat.<sup>20</sup>

### **1.3 Druhy komunikace**

V této podkapitole se budeme zabývat popsáním jednotlivých druhů komunikace. Hlavní zdroj představuje kniha *Komunikační dovednosti v praxi*, jejíž autorem je Milan Mikuláščík.

Autor rozlišuje mnoho druhů komunikace, které se od sebe určitým způsobem liší. Komunikace je proměnlivá a má rozsáhlou řadu možností, jež může mluvčí aplikovat či přetvářet. Závisí při tom na schopnostech daného jedince, zda je tak šikovný, aby své schopnosti plně využil a také jak dokáže využít metody, které má aktuálně k dispozici. Tyto metody musí být dodržovány za určitých okolností. Musí respektovat záměry

---

<sup>14</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 113.

<sup>15</sup> NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*, s. 163.

<sup>16</sup> Tamtéž, s. 158.

<sup>17</sup> Tamtéž, s. 158.

<sup>18</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 123.

<sup>19</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 30.

<sup>20</sup> Tamtéž, s. 30.

a odlišnosti daného jedince, s nímž komunikujeme. Než začneme s vysvětlením jednotlivých druhů, musíme podotknout, že v jednom sdělení je obsaženo více druhů komunikace, které jsou využívány společně a současně. Často je používáme společně, aniž bychom si toho byli vědomi.

Mikuláščík uvádí jako první druh *záměrnou* komunikaci, při níž si je mluvčí vědom toho, co sděluje, a podoby jeho dorozumívání se shodují s podobami jeho úmyslu. Opakem je komunikace *nezáměrná*. V tomto případě dochází ke sdělení informace ze strany mluvčího jiným způsobem, než předtím zamýšlel, to bývá většinou zapříčiněno stresem či jinými emočními faktory.

V případě, kdy si je mluvčí vědom toho, co sděluje a jakým způsobem to sděluje, jedná se o *vědomou* komunikaci. Ta mnohdy probíhá současně s komunikací *záměrnou*, ale ne vždy odpovídá záměru, kterého mluvčí chtěl dosáhnout. Jestliže mluvčí neudrží vědomý dohled nad celým obsahem sdělení či jen nad částí jeho sdělení, označujeme to jako komunikaci *nevědomou*. Ta též probíhá mnohdy současně s komunikací *nezáměrnou*.

Komunikaci dále členíme podle toho, jestli je řízena racionálním způsobem. Jedná se o komunikaci *kognitivní*, v jejímž průběhu jsou upřednostňovány logické části. Proto ji považujeme za logickou a smysluplnou. Její protiklad tvoří komunikace *afektivní*, která se projevuje zejména city, a řízena pomocí emočních výrazů.

Autor také dále zmiňuje, že v každém výrazu komunikace je obsažen projev, který slouží k posuzování a do jisté míry naznačuje, zda předmět, kterým může být posluchač nebo obsah nějakého sdělení, jsou chápány pozitivně či negativně. Je nutné si uvědomit, že jedno a totéž chování může být dvěma lidmi posuzováno naprosto rozdílně. Například když nás jeden člověk za něco kritizuje, druhý nás může naopak vychvalovat, což nám dokazuje, že pro toho, kdo něco či někoho posuzuje, jsou důležité vždy jiné priority. To nám trochu napovídá, že rozlišujeme komunikaci *pozitivní*, která dává znamení souhlasu, schválení a úžasu, a že i nepříjemné záležitosti je možno hodnotit pozitivně. Pozitivní komunikace se objevuje především ve vztazích, tam kde je oboustranná vazba. Nejen, že někomu něco sdělujeme, ale též předpokládáme, že se dočkáme odpovědi. Když dva lidé v sebe nebudou mít jistou důvěru, dá se předpokládat, že oba budou činit pro své dobro, nikoli pro dobro společné. Pro *negativní* komunikaci jsou typické projevy odmítnutí, nesouhlasu, napadání,

napomínání, kritiky, ale rovněž přetvařování, ukryvání nebo zastírání. Negativní komunikace v žádném případě nemůže vzbudit pozitivní odezvu opačné strany.

Informace, které si lidé mezi sebou předávají, jsou v mnoha případech shodné, vzájemně si neodporují. V tomto případě jde o *shodnou* komunikaci. Na druhé straně stojí komunikace *neshodná*. Pro ni je typické, že informace, které jsou ostatním lidem předávány, se neshodují, tudíž jsou v nesouladu.

Dalším důležitým faktorem, který má velký vliv na komunikaci, je počet osob, které se komunikace účastní. Tento typ komunikace je specifický hlavně tím, že člověk nekomunikuje s ostatními lidmi, ale s prožitky, které jsme měli s ostatními lidmi, a které mají vliv na to, jak komunikujeme sami se sebou. Jedná se o *intropersonální* komunikaci. Ta může být náznakem určitého onemocnění (například schizofrenie), nebo přípravy na nějakou důležitou komunikační činnost. Též může být jedním z projevů vnitřních konfliktů člověka, tedy situace, kdy člověk sebe samotného do něčeho nutí, hledá východisko, které je pro něj příznivější, a snaží se tak vyřešit problém své psychiky. Mluvčí a posluchač je jeden a ten samý člověk, který se potýká sám se sebou. Mikuláščík dává názorný příklad. Jestliže učitel vyčítá studentovi, že nebyl dostatečně naučený, začne se poté student zaměřovat především sám na sebe, zkoumá své svědomí a chápe kritiku, která mu byla řečena. Nezaměřuje se na cizí osoby. Nyní jsme hovořili o komunikaci se sebou samotným. Na opačné straně tak stojí komunikace, která se týká dvou lidí, tu nazýváme komunikací *interpersonální*. Může mít podobu rozhovoru, či nějakého dohadování, při němž jsou využívány veškeré prostředky komunikace. Jelikož jde o komunikaci mezi dvěma lidmi, je tak zde proto větší možnost aplikace zpětné vazby. Ke vzniku poruch či různých šumů v komunikačním kanále dochází zcela výjimečně, jelikož oba účastníci poznají, kdy je protějšek nesoustředěný.

Přeci jen o trochu složitější je *skupinová* komunikace, a to proto, že mluvčích, tedy osob, kteří potřebují předat informace nebo nějaké mínění, není méně. Jestliže je přítomno více mluvčích, dochází k intruzi, neboli ke „skákání do řeči“, což způsobuje rozruch či konflikt. Samozřejmě záleží na velikosti skupiny. V malých skupinách jsou přenosy informací více strukturované, naopak v neformálních skupinách mohou aktéři lépe podat zpětnou odpověď. Jestliže sdělujeme informace širšímu publiku, jedná se o *masovou* komunikaci. Hlavními nástroji této komunikace jsou noviny, magazíny, knihy, billboardy, televize, rádio a internet. Možnosti pro zpětnou odpověď jsou zde

více omezené, protože mnohdy se dostaví až po dokončení projevu nebo přednesu. Neverbální projevy, jako tleskání, rozruch nebo záměrné rušení, mohou být vyjádřeny i během projevu mluvčího.

Dále autor ve své knize hovoří o komunikaci, která se odehrává mezi příslušníky odlišných kultur, přičemž je důležité znát jejich určité odlišnosti a brát na ně ohled. Nazývá ji *mezikulturní* komunikací. Ta narušuje zábrany mezi lidmi a tím napomáhá k tomu, aby se lidé na celém světě navzájem poznali nebo se spřátelili. Zábrany, které mohou narušit mezikulturní komunikaci, jsou samozřejmě dány rozdílnými jazyky, ale též mravy, morálkou, pravidly, časovými pásmy či vzhledem. Překonávání těchto zábran je složitou a dlouhodobou záležitostí, jelikož vše, co se liší od civilizace, lidé pocítují jako negativní.

Jestliže sdělování informací probíhá jedním směrem a v situacích, kde je potřeba si zachovat autoritu, jde o *jednosměrnou* komunikaci. Ta probíhá tak, že jeden hovoří a druhý naslouchá. Při dorozumívání pozice komunikátora a komunikanta je stále stejná. Naopak když se pozice komunikátora a komunikanta v průběhu sdělování informací mění, probíhá tedy dvěma směry, jedná se o komunikaci *dvousměrnou*. Při této komunikaci je velký prostor pro zpětnou vazbu.

V případě, kdy divák popisuje, komentuje či nějakým způsobem do komunikace vstupuje, jde o *metakomunikaci*, v přesném překladu to znamená komunikace o komunikaci. Je to stav, při kterém se divák buď přímo účastní komunikace, nebo stojí mimo ni. Následně tedy komunikuje ve dvou rovinách, v metajazyce a současně jako mluvčí. Nejde jen o oznámení nějaké informace, ale též o naznačení toho, že příjemce sdělení porozuměl. V některých případech může být postačujícím znamením zaznění „hm“. Tento signál může změnit podobu přijetí informace. „*V komunikačním podtextu bývá sděleno vše, co nemůže být sděleno přímo, komunikátor tím vyjadřuje svůj postoj a snaží se u příjemce něco vyvolat*“<sup>21</sup>

---

<sup>21</sup> MIKULÁŠTÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 32 – 38.

## 2 NEVERBÁLNÍ KOMUNIKACE

V této kapitole se budeme zabývat funkcemi a druhy neverbální komunikace. Dále budeme charakterizovat signály těla a jejich typy, které rozlišujeme. Neverbální komunikace znamená poměrně rozsáhlý pojem, který obsahuje mnoho skupin lidských výrazů.

Z historického hlediska je neverbální komunikace starší než řeč, jelikož už v minulosti se neverbálními projevy mezi sebou dorozumívala zvířata.

Neverbální projevy mohou odhalit, jak myslíme, a přispívají k poznávání sebe i lidí v našem okolí. Základními pojmy pro neverbální komunikaci jsou rozpor a nejasnost, které pomáhají pozorujícímu nalézt spojitost mezi obsahem a formou, dojmem a skutečností a mezi neverbálním a verbálním. Hovoříme-li o neverbální komunikaci, současně hovoříme o potřebě získávání znalostí, poznání, orientace ve světě, hledání určitého smyslu či nalezení rozporu.<sup>22</sup>

Z výše zmíněných pojmů nás nejvíce zajímá *rozpor*, který lze vysvětlit jako vnímání nesouladu. Je to podnět, jenž nás vybízí k tomu, abychom otestovali danou skutečnost, a podněcuje k hledání a pátrání. Rovněž nás motivuje ke zkoumání určitých fenoménů, následně nám pomáhá se v nich lépe orientovat a posuzovat je. „*Rozpor představuje potřebu srovnávat mezi pozorovaným jevem na jedné straně a naší zkušeností, stanovenou normou, získanými vědeckými poznatky nebo obvyklostí výskytu určitého projevu, na straně druhé.*“<sup>23</sup> Jestliže se zbavíme rozporu, jinými slovy řečeno najdeme ten pravý význam či ho správně určíme, naše zkoumání je ukončeno. Když chceme někomu něco sdělit, můžeme to sdělit kromě řeči také jinými projevy.

DeVito tyto projevy označuje jako různé podoby držení těla, jeho pohyby, dotyky, výrazy obličeje, pohledy a pohyby očí, rychlost a hlasitost řeči, změny vzdáleností mezi dorozumívajícími, záleží i na druhu oděvu či jeho barevném provedení a také na způsobu jakým komunikující nakládají s časem.<sup>24</sup>

Prostřednictvím neverbálních projevů můžeme sdělit například:

- emoce;
- postoje a vztahy k druhým osobám;
- současný psychický stav;

---

<sup>22</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 17.

<sup>23</sup> Tamtéž, s. 17.

<sup>24</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 125.

- zájem o přátelení a snahu změnit postoj partnera;
- snaha o to, aby se vzájemný vztah vyvíjel.<sup>25</sup>

## 2.1 Funkce neverbální komunikace

Podle DeVita verbální a neverbální komunikace často probíhají současně, a to především proto, aby naše mínění byla vyjádřena co nejpřesněji. V průběhu komunikace se lidé snaží zakrývat své neverbální projevy prostřednictvím slov, ale pokud umíme dobře rozpoznávat neverbální projevy, alespoň částečně se dozvíme, co slovy skrývají.<sup>26</sup> „*Ačkoli neverbální komunikace slouží ke stejnému účelu jako komunikace verbální, výzkumníci našli několik specifických funkcí, pro něž jsou neverbální sdělení obzvláště důležitá.*“<sup>27</sup> DeVito tyto funkce neverbální komunikace rozčlenil do pěti základních kategorií.

První funkcí, s níž se při neverbální komunikaci běžně setkáváme, je *vytváření a řízení dojmů*. Většina z nás si jistě vybaví, když s někým komunikujeme, pozorujeme ho a vytváříme si tak o něm různé dojmy. DeVito říká, že tyto dojmy si vytváříme o lidech nejen podle tělesných proporcí, barvy pleti či druhu oděvu, ale také podle toho, zda se na nás daný člověk směje, zda se na nás dívá či nikoliv. Na základě těchto dojmů vyhodnocujeme, co je to za člověka a jaký vlastně je. Na druhou stranu i my dáváme příležitost ostatním lidem, aby si o nás vytvořili určité mínění na základě dojmů, podle kterých je hodnotíme my. Dále DeVito zmiňuje, že dojmy si řídíme sami, řídíme si tedy i dojem, který děláme my na ostatní. Například když působíme na člověka tím, že máme radost, i když ve skutečnosti tomu tak není a jsme smutní.<sup>28</sup>

Další funkcí, kterou DeVito uvádí, je *utváření a vymezení vztahů*. Většinu svých vztahů dáváme najevo prostřednictvím neverbálních projevů. Vztah lidé nejčastěji vyjadřují vzájemným držením se za ruce, dlouhými očními kontakty nebo také nošením podobného oděvu. Projevy neverbální komunikace nám mohou naznačit pozici člověka nebo také jeho nadřazenost. „*K dojmu vysokého postavení patří také uvolněný postoj a rozmáchlá gestikulace, na rozdíl od strnulosti, napětí a nepatrné*

<sup>25</sup> HOLEČEK, V., MIŇHOVÁ J., PRUNNER P. *Psychologie pro právníky*, s. 262.

<sup>26</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 153.

<sup>27</sup> Tamtéž, s. 153.

<sup>28</sup> Tamtéž, s. 153.



*gestikulace, která může působit dojmem nejistoty.*<sup>29</sup> Podle toho, jaký dojem na nás člověk udělá, se dále rozhodneme, zda má cenu utvářet nějaký vztah, či nikoliv.

DeVito zmiňuje další funkci, která také patří k neverbálním projevům. Jedná se o *řízení konverzace a sociálních interakcí*. Když s někým hovoříme, dáváme mu najevo prostřednictvím neverbálních signálů, že jsme schopni reagovat na to, co právě řekl. Například přikývnutí hlavou během rozhovoru může být náznakem toho, že dotyčného posloucháme a vnímáme ho a že jsme schopni odpovědět na to, co řekl. Naopak neverbálně také dáváme najevo to, že neposloucháme a že chceme, aby rozhovor byl ukončen.<sup>30</sup>

Další funkce, se kterou se při komunikaci setkáváme také velmi často, je *ovlivňování a klamání*. Lidi samozřejmě ovlivňujeme a klameme verbálními projevy, ale také projevy neverbálními. Například jedním z projevů neverbálního ovlivňování je, když soustředěným pohledem člověku dáváme signál, že nás to zajímá. Když už člověk dokáže tímto způsobem někoho ovlivnit, většinou dokáže i klamat či lhát. Téměř každý člověk zná, jaké to je, když nám někdo třeba sděluje pomocí očí a mimických výrazů, že jsme mu sympatičtí, přitom tomu tak vůbec není a jde mu v první řadě jen o to, aby z nás dostal potřebné informace nebo abychom mu pomohli. Dalo by se říci, že neverbální projevy slouží jako detektory lži. Hartley k tomu dodává, že nebudeme muset nic předstírat, či dělat ze sebe někoho, kým nejsme, a to právě pokud se naučíme ovládat a řídit své chování a zároveň se naučíme ovlivňovat dojem, který děláme na ostatní, a způsob, jakým se ostatní k nám chovají.<sup>31</sup>

DeVito se to snaží o něco více přiblížit, a tak uvádí jeden konkrétní příklad. U člověka, „*který se vyhýbá zrakovému kontaktu, vrtí se a jeho verbální i neverbální projevy si odporují, můžeme předpokládat, že lže.*“<sup>32</sup> Je však důležité říci, že není vůbec jednoduché rozeznat neverbální projevy lidí a poznat tak, zda někdo lže či ne, protože projevy si můžeme také vyložit špatně a dojít tak k nesprávnému hodnocení člověka.

Poslední funkcí neverbální komunikace, kterou DeVito uvádí, je *vyjadřování emocí*. Neverbálně lidé sdělují velkou část toho, co právě prožívají, jako třeba radost, smutek, štěstí či neštěstí. Tyto prožitky jsou sdělovány prostřednictvím mimických

---

<sup>29</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 153 – 154.

<sup>30</sup> Tamtéž, s. 154.

<sup>31</sup> HARTLEY, M. *Řeč těla v praxi*, s. 13.

<sup>32</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 154.

svalů. Mimo projevy obličeje, prožitky mohou být vyjádřeny také postojem, držením těla, gesty nebo očním kontaktem.

Na závěr bychom k tomu mohli dodat snad jen to, že „*neverbální signály často pomáhají komunikovat nemilá sdělení, taková, která by byla lidem nepříjemná ve formě slov.*“<sup>33</sup> Běžná situace, kterou jistě každý dobře zná, je, když s daným člověkem nechceme hovořit. Náš oční kontakt s ním je minimální a zachováváme si od něho určitý odstup.<sup>34</sup>

## 2.2 Druhy neverbální komunikace

Když se lidé dorozumívají neverbálními projevy, užívají k tomu vědomě i nevědomě řadu oblastí svého těla. Nás bude nejvíce zajímat mimika, kterou se následně budeme podrobněji zabývat v následující kapitole.

Mikuláščík rozlišuje několik základních druhů neverbální komunikace:

- mimika,
  - vizika;
- kinezika,
  - gestika;
- proxemika;
- haptika;
- posturika;
- chronemika.<sup>35</sup>

Prvním a jistě známým druhem neverbální komunikace je *mimika*. Mikuláščík ji charakterizuje jako pohyby obličejových svalů, pomocí kterých můžeme vyjádřit emoce. Dále říká, že mimika nám dává najevo to, co právě prožíváme nebo jaký máme vztah k předmětu, o němž právě mluvíme.<sup>36</sup> Tegze říká, že pomocí lidské tváře poznáváme a identifikujeme jiné lidi. „*Typické anatomické znaky a typické mimické výrazy v obličejí nám pomáhají poznat člověka i v případě, že si změni účes, barvu vlasů*

---

<sup>33</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 154.

<sup>34</sup> Tamtéž, s. 154.

<sup>35</sup> MIKULÁŠTÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 125 – 131.

<sup>36</sup> Tamtéž, s. 125.

nebo začne nosit brýle“.<sup>37</sup> Prostřednictvím mimických svalů můžeme vyjádřit osobní pocity, a to i ty, co jsou velice jemné.<sup>38</sup> Křivohlavý doplňuje, že nejde pouze o emoce, které sdělujeme prostřednictvím mimiky, ale také o kulturně tradovaná gesta, kterými jsou například projevy obličeje při kýchaní nebo zívání.<sup>39</sup> Mimika je typická hlavně tím, že dokáže sdělit informaci o aktuálním stavu psychiky druhého člověka, ale také vyjadřuje projev emocí, které jsou pro daného člověka typické (například když je nějaký člověk pořád zamračený, nemusí to být výraz toho, že se neustále zlobí). Jak uvádí Mikuláščík, mimika se nemusí pokaždé shodovat s tím, co člověk v daný okamžik prožívá. Například v situacích, kdy se někdo směje, i když se hněvá. U každého člověka jsou projevy mimických svalů jiné, ale i přesto lze několik základních emočních projevů z lidského obličeje vyčíst.<sup>40</sup> Jaké projevy to jsou, se dozvíme v další kapitole.

Dalším druhem neverbální komunikace, který Mikuláščík zmiňuje a který řadíme do oblasti obličeje jako mimiku, je *vizika*. Ta zahrnuje veškeré pohledy očí, které pracují jako sdělovače nebo snímače. Je důležité, jak je oční kontakt častý a jak dlouho trvá. Pease uvádí, že při komunikaci záleží na tom, aby se lidé dívali z očí do očí, a pokud člověk něco skrývá nebo předstírá, doba po kterou se nám dívá do očí, trvá zhruba třetinu celkové doby rozhovoru.<sup>41</sup> Je potvrzeno, že když chce člověk při komunikaci někoho ovlivnit, jeho pohledy jsou jiné, než když nejde o ovlivňování. Podle Křivohlavého při pozorování řeči očí je důležité zaměření pohledu.<sup>42</sup> Při komunikaci prostřednictvím očí musíme sledovat směr, kterým se jedinec dívá, a také kam se dívá. Nelze opomenout dobu trvání pohledu, to znamená, jak dlouho se naše oči dívají na daný předmět. Doba pohledu trvá vždy jen několik vteřin. Při oční komunikaci sledujeme i četnost pohledů, ta nám říká, jak často se díváme při komunikaci na daný předmět. Křivohlavý uvádí i další důležité faktory, které je potřeba sledovat při této komunikaci. Jedná se o sled pohledů, celkový objem pohledů, o úhel pootevření očních víček, průměr zornice, odklon směru pohledu od normály obličeje, tvary a pohyby očí a tvary vrásek kolem očí.<sup>43</sup>

Do oblasti neverbální komunikace patří také *kinezika*. „*Kinezikou rozumíme spontánní pohyby různých částí těla, které nemají význam gest. Někteří autoři pojem*

---

<sup>37</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 305.

<sup>38</sup> Tamtéž, s. 305.

<sup>39</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 34.

<sup>40</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 126.

<sup>41</sup> PEASE, A. *Řeč těla*, s. 80.

<sup>42</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 77 – 79.

<sup>43</sup> Tamtéž, s. 77 – 79.

*kinezika považují za pojem nadřazený pojmu gestika.*<sup>44</sup> Každý člověk se projevuje určitými pohyby, které ho odlišují od ostatních. Někteří lidé se podle těchto pohybů dají poznat na větší vzdálenost. Přestože se jedná o pohyby, které užíváme nevědomě, mohou nám o člověku sdělit určité údaje. Hall ve své knize uvádí, že kinezika je řeč těla, a též potvrzuje, že tato řeč těla je nejčastěji nevědomá.<sup>45</sup> Existuje celá řada kinezických pohybů. Mikuláščík uvádí různé příklady, jako když se jedinec hladí na bradě, dává nám tím najevo, že přemýšlí, nebo když se drbe na temeni hlavy, může to signalizovat, že je rozčilený nebo že přemýšlí.<sup>46</sup> Křivohlavý poukazuje na to, že když sledujeme pohyby nějakého jedince, je důležité se zamyslet nad tím, co jim přecházelo, a také na to, co po nich bude následovat, nikoli si pouze všimnout pohybu v krátkém okamžiku.<sup>47</sup> „*Pozornost se přitom věnuje nejen druhu končetiny, která se pohybuje, ale i rozsahu pohybu a době jeho trvání.*“<sup>48</sup>

Jak je již uvedeno v předchozím odstavci, kinezika může být pokládána za druh komunikace, jenž je nadřazený *gestice*. Základy gestiky lze hledat již ve starověku, kdy byla pokládána za jednu z významných součástí řečnického umění. Dalo by se říci, že nejprve vznikla gesta a až poté se začaly vyvíjet verbální projevy. Gestikou se rozumí veškeré pohyby rukou, hlavy nebo nohou, které nejčastěji děláme úmyslně. Tyto pohyby často doprovázejí verbální projevy.<sup>49</sup> Dle Křivohlavého gesta v mnoha případech naznačují to, co by se dalo říci slovy, ale aby to dotyčný člověk lépe pochopil, je lepší, když se to předvede. Například když je mnoho lidí v jedné místnosti a dohadují se mezi sebou, najednou vystoupí mocný muž, udeří rukou do stolu a zakřičí: Klid! Pomocí tohoto gesta jasně dává najevo, čeho je schopen dosáhnout. Oproti slovům mají gesta jakousi tvořivou sílu, pomocí níž sdělují něco více než jen myšlenky.<sup>50</sup> Pomocí gest lze popsat především velikosti tvarů, nebo různá rozdělení, jejichž účelem je, aby ten, komu to oznamujeme, sdělení lépe porozuměl. Samozřejmě nejčastěji užíváme gesta úmyslně, ale také ta která děláme neúmyslně. Hartley ve své knize uvádí, že i malé neúmyslné gesto může prozradit naše prožitky, může odhalit například zlost, napětí či nervozitu. Tato malá neúmyslná gesta proběhnou většinou ve zlomcích vteřiny, ale pokud je zachytíme, mohou nám pomoci odhalit to, co člověk

---

<sup>44</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 128.

<sup>45</sup> HALL, Edward T. *The dance of life*, s. 230.

<sup>46</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 128.

<sup>47</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 68.

<sup>48</sup> Tamtéž, s. 68.

<sup>49</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 127.

<sup>50</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 71.

skutečně skrývá.<sup>51</sup> Mikuláščík uvádí, že i gesta souvisí s kulturou, protože každá civilizace může užívat jiná, a abychom jim porozuměli, musíme je chápat v souvislosti s kulturním kontextem.<sup>52</sup>

Při komunikaci hraje důležitou roli vzdálenost, ze které s dotyčným komunikujeme. Mikuláščík tuto vzdálenost při komunikaci označuje pojmem *proxemika*. Když s někým komunikujeme, samozřejmě k tomu potřebujeme určitý prostor, abychom měli pocit pohodlí a cítili se bezpečně. Každý vyžaduje jiný prostor, tudíž záleží na daném jedinci a na kulturních rozdílech.<sup>53</sup> Křivohlavý říká, že na rozdíl od mimiky má proxemika výhodu v tom, že vzdálenost mezi komunikujícími je větší, lze ji totiž měřit v metrech.<sup>54</sup> Běžně se v životě setkáváme s tím, že se blízkosti lidí nemůžeme vyhnout. Může to být nepříjemné, a to proto, že nám někdo narušil naši intimní zónu.<sup>55</sup> V případě, že někoho známe nebo nám je sympatický, prostor, který ke komunikaci potřebujeme, je menší.<sup>56</sup> Zpravidla ženy si udržují větší vzdálenost než muži, a pokud se s někým potkáváme prvně, vzdálenost je větší než při druhém setkání. Každý člověk si udržuje bezpečný odstup, který si zachovává, jelikož se v něm cítí bezpečně. Mikuláščík rozlišuje čtyři základní vzdálenosti. První je *intimní vzdálenost*, tedy vzdálenost od úplného dotyku do půl metru. Užívá se v intimních vztazích. Při běžné komunikaci se lidé v této vzdálenosti necítí dobře. Další je *osobní vzdálenost*, ta je už o něco větší, přesně od půl metru do dvou metrů. Vzdálenost má o něco větší rozmezí, protože závisí na tom, o čem se hovoří, zda není rušné prostředí či na jakém místě se hovoří. Mikuláščík také rozlišuje vzdálenost, která se týká lidí hovořících ve skupině. V tomto případě jde o *skupinovou vzdálenost*. Obvykle bývá od jednoho metru až do deseti metrů. Tato vzdálenost se užívá při komunikaci, kdy mluvčí hovoří k určité skupině lidí v jedné místnosti, například ve třídě. Poslední typ představuje *veřejná vzdálenost*, ta je od dvou do sto metrů. Jde například o situaci, kdy prezident něco sděluje občanům na náměstí.<sup>57</sup>

Mikuláščík ve své knize představuje další druh komunikace, kterým je právě *haptika*, často také nazývána jako dotyková komunikace. Tato komunikace probíhá prostřednictvím dotyků, ale také bývá doprovázena mimikou a vizikou. Autor

---

<sup>51</sup> HARTLEY, M. *Řeč těla v praxi*, s. 14.

<sup>52</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 127.

<sup>53</sup> Tamtéž, s. 127.

<sup>54</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 43.

<sup>55</sup> THIEL, E. *Řeč lidského těla prozradí víc než tisíc slov*, s. 103.

<sup>56</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 129.

<sup>57</sup> Tamtéž, s. 129 – 130.

zdůrazňuje, že je potřeba rozlišit, kterých částí těla se lidé mezi sebou dotýkají a o jaký druh dotyku se jedná.<sup>58</sup> Nakonečný dotykovou komunikaci popisuje jako tělesný kontakt mezi lidmi, při němž hrají významnou roli tělesné zóny, které naznačují, kdo se koho smí dotýkat. Například rodiče vlastních dětí, přátelé či milenci. Při tomto dotyku s lidmi je důležitý především jejich věk a vztah, jaký mezi sebou mají.<sup>59</sup> Haptiku zkoumala již řada vědců a potvrdilo se tedy, že hmat je druhým nejdůležitějším smyslem a má velmi vysokou rozeznávací schopnost.<sup>60</sup> „*Je možno rozlišit určitá doteková pásma těla, která jsou respektována v rámci dotekové komunikace:*

- *pásma společenské, profesionální a zdvořilostní (ruce a paže),*
- *pásma osobní, přátelské (paže, ramena, vlasy, obličeje),*
- *pásma intimní, erotické a sexuální (neomezené).“<sup>61</sup>*

Velmi častým dotykem je, když někomu podáváme ruku nebo když ho poplácáme po rameni. Například podání ruky dokáže o člověku sdělit mnoho, jako zejména kdo je či jaké je jeho pracovní postavení.<sup>62</sup>

Při komunikaci je důležité „*držení těla, napětí nebo uvolnění, náklon, poloha rukou, nohou, hlavy konfigurace všech částí těla a směr natočení těla.*“<sup>63</sup> Všechny tyto postoje a polohy těla jsou řazeny pod pojem *posturika*. Mikuláščík říká, že při komunikaci dvou lidí mezi sebou je potřeba zaměřit se na jejich postoje a polohy těla a rozpoznat především to, co mají společného. Poloha a postoj těla lidí při komunikaci nám pomáhají zjistit, co si lidé myslí, jaký mají lidé vztah mezi sebou a také jaký mají vztah k danému sdělení. Jestliže jsou postoje stejné, je to znamení toho, že si navzájem neodporují a rozumí si. V opačném případě, tedy jestliže postoje stejné nejsou, si lidé většinou mezi sebou nerozumí nebo si nějakým způsobem odporují.<sup>64</sup> Křivohlavý polohy těla rozčlenil do tří základních skupin, a to vstoje, vsedě a vleže. Tyto polohy těla jsou často doprovázeny verbálními projevy, například když vstoje hovoříme o předklonu, naznačujeme to tím, že se předkloníme, nebo když vleže hovoříme o schoulení, tak se to také snažíme předvést změnou polohy těla.<sup>65</sup>

---

<sup>58</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 130.

<sup>59</sup> NAKONEČNÝ, M. *Sociální psychologie*, s. 167.

<sup>60</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 55.

<sup>61</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 130.

<sup>62</sup> Tamtéž, s. 131.

<sup>63</sup> Tamtéž, s. 127.

<sup>64</sup> Tamtéž, s. 127.

<sup>65</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 61.

Jestliže budeme hovořit o tom, jak lidé během komunikace nakládají s časem, bude nás zajímat pojem *chronemika*. Jak uvádí ve své knize Mikuláščík, záleží na tom, jestli člověk při komunikaci mrhá časem, jestli schválně komunikaci prodlužuje nebo jestli se snaží vše sdělit co nejrychleji a komunikaci tak ukončit. Je důležité, aby se lidé naučili čas využívat správným způsobem a nemrhali jím. Jistě všichni známe, jaké to je na někoho čekat. Když na někoho čekáme a on přijde pozdě nebo nepřijde vůbec, můžeme ho považovat za nespolehlivého a příště už na něj čekat nebudeme. Měli bychom jít lidem příkladem a být dochvilní. V neverbální komunikaci hraje čas významnou roli, jestliže bude komunikace probíhat co nejrychleji, je velmi pravděpodobné, že nebude sdělen celý obsah sdělení, nebo naopak když bude komunikace prodlužována, bude sděleno i něco, co není podstatné a my tak nepochopíme, co bylo hlavním smyslem komunikace. „*Chronemika se týká také vzájemné komunikační vyváženosti obou stran, tedy toho, jak každý z účastníků respektuje právo obou stran na stejné časové vstupy do rozhovoru.*“<sup>66</sup> DeVito rozlišuje dva typy času, kulturní a psychologický. Kulturní čas se ještě dělí na formální a neformální. Formální čas je rozdělován na roky, měsíce, týdny, dny, hodiny, minuty a vteřiny, kdežto čas neformální zahrnuje časové pojmy jako například dnes, zítra, teď, večer, nikdy a pozdě. Každá kultura může mít jiný přístup k času, přičemž zachovává určitý časový plán, jenž říká, kdy co máme udělat. Psychologický čas je spojován s minulostí, přítomností a budoucností. Minulost vnímáme jako opakování událostí. Přítomnost žijeme tím, co je, a nemyslíme na minulost nebo budoucnost. Budoucnost vnímáme tak, že si vytváříme určité plány, které se následně snažíme realizovat.<sup>67</sup> Všichni z nás jsme pány svého času, proto bychom si ho měli sami organizovat. Hall ve své knize představuje ještě jeden typ času, kterým je čas biologický.<sup>68</sup> Vědecky je potvrzeno, že mnoho živých organismů lze označit jako biologické hodiny, které řídí rytmus jejich chování. Zvířata a dokonce i rostliny často vykazují činnosti, které se pravidelně jednou za den opakují. Těmi činnostmi mohou být například rychlost či teplota metabolismu a mohou mít i genetický základ.

---

<sup>66</sup> MIKULÁŠČÍK, M. *Komunikační dovednosti v praxi*, s. 131.

<sup>67</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 147 – 149.

<sup>68</sup> HALL, Edward T. *The dance of life*, s. 16.

## 2.3 Signály těla

Jak již bylo řečeno, naše tělo komunikuje pomocí pohybů a gest, ale také svým celkovým vzhledem. Pomocí signálů těla sdělujeme informace druhým lidem, proto jsou velmi důležité pro naši denní komunikaci, většina z nás je používá nevědomě. Řada vědců zkoumala projevy neverbální komunikace a došli k závěru, že je potřeba pohyby těla nějakým způsobem rozlišit.

Níže je uvedeno a následně vysvětleno pět základních druhů signálů těla podle DeVita, prostřednictvím nich lidské tělo neverbálně komunikuje:

- gesta;
- ilustrátory;
- afektivní projevy;
- regulátory;
- adaptéry.<sup>69</sup>

### 2.3.1 Typy signálů těla

DeVito rozlišuje čtyři základní druhy signálů těla. Prvním signálem jsou *gesta*. Jedná se o znaky, které přímo interpretují slova a fráze. Například často používané gesto, které zobrazuje znak O.K., palec a ukazovák jsou spojeny do podoby písmene O a tím nám říkají, že je vše v pořádku. Když vztyčíme palec nahoru, dáváme tím někomu najevo dobře odvedenou práci, nebo ukazovák a prostředník v tvaru písmena V, které symbolizuje vítězství. Tyto znaky používáme úmyslně a vědomě k oznámení týchž významů, které mají určitá slova či slovní spojení. Každá kultura používá speciální gesta, takže je potřeba dávat si pozor, kde a za jakých okolností je užíváme. Jako příklad odlišného významu gesta nám poslouží tvar písmena V, které může mít v různých kulturách odlišný význam. Užívá se běžně a ve většině zemí dává najevo vítězství. Ale pokud zároveň při tomto výrazu otočíme dlaň směrem ke své tváři, Angličané jej budou chápat urážlivě, stejně tak jako když vztyčíme prostředník ve Spojených státech amerických.<sup>70</sup>

---

<sup>69</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 125.

<sup>70</sup> Tamtéž, s. 126.



Druhým typem signálů jsou *ilustrátory*, ty skutečně ilustrují či posilují verbální signály, které doprovázejí. Například když mluvíme o něčem, co se nachází napravo od nás, gestikulujeme směrem doprava. Často jsou naše gesta doprovázena pomocí rukou, hlavy nebo celého těla. Ilustrátory též slouží k naznačení nějaké podoby či velikosti předmětu, o kterém právě mluvíme.<sup>71</sup>

Dalším typem signálů jsou *afektivní projevy*. Pomocí nich vyjadřujeme převážně výrazy obličeje, a to prostřednictvím mimických výrazů, jako je úsměv či zamračení. Můžeme říci, že tyto projevy bývají mnohdy doprovázeny pohyby rukou i celého těla. Užíváme je k posílení slovních výrazů nebo jako záměnu slov. Jedním z příkladů těchto projevů je, když se na svého přítele usmějeme, abychom mu tím sdělili, že ho rádi vidíme.<sup>72</sup>

Nedílnou součástí projevů našeho těla jsou *regulátory*, tedy signály, které monitorují, dohlížejí a udržují řeč ostatních lidí. Dobrým a zcela běžným příkladem je, když s někým hovoříme a během rozhovoru přikyvujeme. Dáváme mu tím na vědomí, že může pokračovat v řeči a že ho vnímáme.<sup>73</sup>

Posledním, ale též důležitým projevem těla, který DeVito zmiňuje, jsou *adaptéry*. Lze je též nazvat jako gesta, jejichž prostřednictvím dáváme najevo uspokojení nějaké individuální potřeby. Rozlišujeme tři typy adaptérů. Prvním jsou adaptéry, které si zřejmě vybaví každý z nás. Týkají se vlastní osoby a řadíme sem třeba škrábání na hlavě, které nás zbavuje nepříjemného šimrání. Dále jsou adaptéry zaměřené na osobu, se kterou mluvíme, jako například když druhému sundáme smítko z obleku nebo mu upravujeme límec u košile. Třetí typ představují adaptéry orientované na předměty, tím může být například neuvážené pohrávání s tužkou.<sup>74</sup>

---

<sup>71</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 126.

<sup>72</sup> Tamtéž, s. 126.

<sup>73</sup> Tamtéž, s. 126.

<sup>74</sup> Tamtéž, s. 126.

### 3 MIMIKA

Tato kapitola bude celá věnována projevům mimiky a konkrétním částem lidského obličej. „*Lidský obličej včetně očí je pravděpodobně nejdůležitějším zdrojem neverbálních signálů.*“<sup>75</sup> Je téměř nemožné nekomunikovat prostřednictvím obličej, protože většina komunikace se uskutečňuje pomocí výrazů obličej. Podle DeVita oproti ostatním částem těla pomocí mimiky můžeme sdělit pocity, emoce, souhlas a sympatie. Někteří vědci zjistili, že pomocí mimiky lze projevit šest základních druhů emocí: štěstí, hněv, smutek, odpor, opovržení a zájem.<sup>76</sup>

Lewis ve své knize uvádí, že mnoho lidí je schopno přesně rozeznat základní emoce, a to i když se na danou osobu dívají jen krátce. Nejlépe však jsme schopni rozeznat náznaky strachu nebo nervozity.<sup>77</sup> Jsou samozřejmě také lidé, kteří mají s klamáním zkušenosti, a pokud se rozhodnou, že nás oklamou, povede se jim to. Lewis mezi tyto lidi řadí zejména zkušené hráče hazardních her, lidi, kteří pracují v oblasti právního poradenství, nebo pracovníky v oblasti lékařství.<sup>78</sup> Dále pokládá několik otázek. Jak například víme, že nám lékař říká pravdu, když nám sděluje, že náš zdravotní stav je naprosto v pořádku? Netají nám tak něco? A jak si můžeme být jisti tím, že nám skutečně říká pravdu? Odpověď na tuto otázku je jediná, řekne nám to řeč těla, ta nikdy nelže. Lidé se často nechají oklamat tím, že věří výrazům, „*naše společnost je nadměrně soustředěna na obličej a my často druhé podle výrazu obličej posuzujeme.*“<sup>79</sup>

Psycholog Paul Ekman uvedl, že i když naše slovní výrazy pro popsání toho, co se děje v naší tváři, jsou poněkud omezené, je díky svalům v obličejí lidská tvář schopná vyjádřit přes tisíc odlišných projevů obličej.<sup>80</sup> Tyto svaly pracují tak rychle, že to mnohdy ani není možné zaregistrovat. Jedná se o zlomky vteřiny. Zachytit však můžeme pláč a smích, jedná se totiž o dva velmi nápadné neverbální projevy. Tyto dva projevy jistě každý pozná, jsou vyvolávány impulsy, které jsou nám známy a již mnoho

---

<sup>75</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 127.

<sup>76</sup> Tamtéž, s. 128.

<sup>77</sup> LEWIS, D. *Tajná řeč těla*, s. 196.

<sup>78</sup> Tamtéž, s. 196.

<sup>79</sup> Tamtéž, s. 196.

<sup>80</sup> KŘIVOHLAVÝ, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 34.

let ve většině situacích probíhají stejným způsobem, jako podle jedné a té samé předlohy.<sup>81</sup> Mnoho psychologů se zabývalo tím, kolik druhů emocí je možné rozlišit.

Jaro Křivohlavý rozčlenil druhy emocí, které se v lidském obličejí projevují do sedmi základních skupin:

1. „šťěstí – nešťěstí,
2. *neočekávané překvapení – splněné očekávání,*
3. *strach a bázeň – pocit jistoty,*
4. *radost – smutek,*
5. *klid – rozčílení,*
6. *spokojenost – nespokojenost, až znechucení,*
7. *zájem – nezájem.*<sup>82</sup>

Je potřeba připomenout, že se jedná pouze o základní druhy emocí, i když samozřejmě existují i další druhy emocí, které se v obličejí projevují.

DeVito označuje mimickou komunikaci i komunikaci prostřednictvím internetu, a to proto, že když někomu chceme něco sdělit, především emoce, které prožíváme, obvykle k tomu využíváme různá grafická zobrazení, neboli „smajlíky“.<sup>83</sup>

### **3.1 Lidský obličej**

V Lewisově knize se můžeme dozvědět, že již v době starověkého Řecka řada herců nosila jakousi masku, kterou označovali jako personu. Pomocí tohoto názvu později vznikl výraz personalita neboli osobnost, a „*tak byla osobnost dlouho spojována s lidským obličejem.*“<sup>84</sup> Téměř každý člověk zná ze svých zkušeností, že výrazy obličejí je obtížné zachytit a rozpoznat, protože obličej je schopný vyjádřit mnoho výrazů během zlomku vteřiny. Vědci se řadu let zabývali studií lidského obličejí a zjistili, že když se lidé dívají do tváře mladých a atraktivních osob, vyvolává to v nich velmi dobrý pocit a mají o těchto lidech často dobré mínění, například tyto lidi vnímají spíše jako bohaté než chudé. Naopak lidé, kteří svým vzhledem nikoho nezaujmu a jsou neatraktivní, jsou často vnímáni jako neúspěšní a chudí.<sup>85</sup> Dokonce „*americký*

---

<sup>81</sup> KŘIVOHlavý, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*, s. 35.

<sup>82</sup> Tamtéž, s. 36.

<sup>83</sup> DEVITO, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*, s. 127.

<sup>84</sup> LEWIS, D. *Tajná řeč těla*, s. 196.

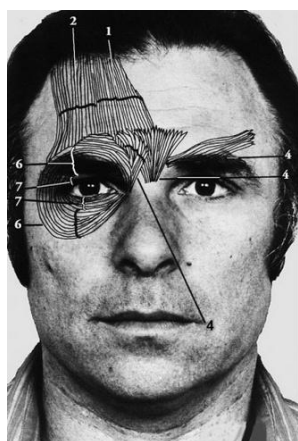
<sup>85</sup> Tamtéž, s. 197.

sociolog Robert Agnew z Emory University se domnívá, že někteří provinilci se dopouštějí nepěkných činů, protože si sami o sobě myslí, že mají nepříjemný obličej.<sup>86</sup>

Toto zkoumání se potvrdilo a ukázalo se, že mladíci, jejichž tvář byla označena jako horší, častěji porušovali zákony než ti, kteří měli tvář hezčí.

### 3.1.1 FACS

V této podkapitole představíme metodu, podle které budeme provádět praktický výzkum. FACS (Facial Action Coding System), přeloženo do češtiny jako kódovací systém obličejových pohybů, je metoda pomocí níž je možné rozpoznávat veškeré pohyby obličeje. Tuto metodu v roce 1978 vyvinuli američtí psychologové Paul Ekman a Wallace Fiesen. Paul Ekman, americký profesor a psycholog, je známý především zkoumáním neverbálních projevů a snahou o porozumění neverbálnímu chování lidí. Nejprve se Ekman zaměřil na pohyby rukou a gesta, později se začal zajímat o mimické výrazy a projevy obličeje. Z výrazů obličeje se zajímal především o emoce. Ekmanovo zkoumání se osvědčilo, opravdu je možné pomocí této metody zachytit veškeré pohyby lidského obličeje, proto ji také využívá řada vědců nebo slouží policistům k zjišťování informací v průběhu vyšetřování.<sup>87</sup> Ekman tvrdí, že neexistuje žádný výraz obličeje, který by nemohl být popsán pomocí metody FACS.<sup>88</sup> Níže nalezneme obrázek, na kterém psycholog Paul Ekman vyznačil některé obličejové svaly.



1. Oční sval pro pohyb vnitřního obočí
2. Oční sval pro pohyb vnějšího obočí
4. Oční sval pro pohyb horního a spodního obočí
6. Horní a spodní lícní sval
7. Sval pro pohyb horního a spodního očního víčka

(překlad autor)

**Obr. č. 2:** Svaly vztahující se k obočí, čelu a očním víčkům podle Paula Ekmana.<sup>89</sup>

<sup>86</sup> LEWIS, D. *Tajná řeč těla*, s. 197.

<sup>87</sup> EKMAN, P. *FACS*, [online] 2014 [cit 2014-03-09]. Dostupné z: <http://www.paulekman.com/facs/>.

<sup>88</sup> Tamtéž, [cit 2014-03-09].

<sup>89</sup> EKMAN, P. *FACS manual*, [online] 2014 [cit 2014-03-10]. Dostupné z: <http://www.face-and-emotion.com/dataface/facs/guide/FACSIV1.html#219886>.

O svalech, které jsou výše uvedeny, Ekman tvrdí, že jsou při projevech snadno rozlišitelné, jelikož jejich výrazy probíhají pomaleji.<sup>90</sup> Tyto svaly ještě společně s ostatními mimickými svaly budeme pozorovat v praktické části této bakalářské práce. Následně budeme vyhodnocovat, jakým způsobem vybraní respondenti reagovali na dané podněty, jaké mimické svaly se projeví nejvíce a co jsme pomocí mimických svalů z lidské tváře vyčetli.

### 3.2 *Mimické svaly*

Tegze říká, že mimické svaly jsou jedním z nejdůležitějších nástrojů sloužících k dorozumívání. Záleží na tom, jak člověk dokáže pracovat s mimickými svaly, a pokud umíme číst z lidské tváře, můžeme tak zjistit mnoho prožitků.<sup>91</sup> Mimické svalstvo „*má schopnost vyjadřovat prožitky a ovlivnit prožívání sociálního kontaktu, má obrovský význam při poznávání druhých lidí.*“<sup>92</sup> Díky tomu, že má tyto schopnosti, ho lze považovat za samostatný orgán, jehož prostřednictvím je možné navázat vztahy s ostatními lidmi.<sup>93</sup> Ekman uvádí, že projevy štěstí se dají rozpoznat na 98 % z dolní části obličeje, překvapení se rozpoznává nepřesněji z horní části obličeje, a to v oblasti čela a obočí přibližně z 79 %, výrazy smutku a strachu se rozpoznávají nejlépe z očí a očních víček, a to z 67 %, a hněv se projevuje rovnoměrně po celém obličeji.<sup>94</sup>

Určitě všem je známo, ať už ze života nebo z médií, že mimika je velmi důležitá, například při hře pokeru, kdy hráče může prozradit jakýkoli mimický výraz a následně také prozradit, jakou kartu právě drží v ruce nebo co zamýšlí.<sup>95</sup> Když člověk s někým komunikuje, snaží se zaměřit na obličej druhého a tím, že se na něj dívá, se snaží vyčíst jakýkoli výraz, který by mu naznačil, co si člověk myslí nebo co právě prožívá. Jinými slovy lze říci, že mimické svaly částečně souvisí s tím, co právě prožíváme nebo co máme na mysli.<sup>96</sup>

---

<sup>90</sup> EKMAN, P. *FACS manual*, [online] 2014 [cit 2014-03-10]. Dostupné z: <http://www.face-and-emotion.com/dataface/facs/guide/FACSIV1.html#219886>.

<sup>91</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 309.

<sup>92</sup> Tamtéž, s. 305.

<sup>93</sup> Tamtéž, s. 305.

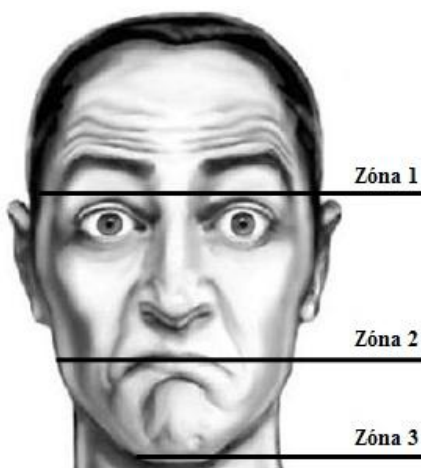
<sup>94</sup> EKMAN, P. *FACS manual*, [online] 2014 [cit 2014-03-11]. Dostupné z: <http://face-and-emotion.com/dataface/facs/manual/Purpose.html#913668>.

<sup>95</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 306.

<sup>96</sup> Tamtéž, s. 306.

### 3.2.1 Zóny obličeje

V předchozí kapitole je uvedeno, že pomocí obličeje lze vyjádřit různé druhy emocí a prožitků. Střížová ve své knize zmiňuje, že k těm nejvíce patrným signálům řadíme právě projevy obličeje. „*Již od dětství se člověk projevuje mimikou a již malé dítě se učí mimiku předstírat.*“<sup>97</sup> Ekman se zabýval zkoumáním lidského obličeje, především třemi základními částmi obličeje.<sup>98</sup> Pro lepší orientaci je na následující straně umístěn obrázek, na kterém jsou vyznačeny jednotlivé zóny lidského obličeje. První zóna je v horní části obličeje, do které patří čelo a obočí. Do druhé zóny řadíme oči, nos, líce a horní ret a do zbylé spodní části obličeje, tedy do třetí zóny, patří spodní ret a brada.<sup>99</sup>



Obr. č. 3: Zóny lidského obličeje.<sup>100</sup>

### 3.2.2 Čelo a obočí

Jak je již výše uvedeno, a samozřejmě to každý ví, obočí a čelo jsou v horní části obličeje. Prostřednictvím čela lze vyjádřit řadu emocí, ty je možné vyčíst z vrásek, například „*kolmé vrásky při vzhlednutí vyjadřují hluboké zamýšlení, zatímco kolmé vrásky při vizuálním kontaktu znamenají pochyby partnera a kolmé vrásky při*

<sup>97</sup> STŘÍŽOVÁ, V. *Prezentace informací a komunikace*, s. 135.

<sup>98</sup> EKMAN, P. *FACS manual*, [online] 2014 [cit 2014-03-14]. Dostupné z: <http://face-and-emotion.com/dataface/facs/manual/AU4.html#913694>.

<sup>99</sup> STŘÍŽOVÁ, V. *Prezentace informací a komunikace*, s. 135.

<sup>100</sup> Tamtéž, s. 135. Obrázek převzat z: <http://m.cdn.blog.hu/je/jegboszi/image/aj%C3%A1nl%C3%B3/arcos2.JPG>.

*pohlédnutí kzemi vyjadřují nespokojenost, pochyby, závist.*<sup>101</sup> Jestliže se někdo něčemu diví, má zavřená ústa a na čele má vodorovné vrásky, a když má ústa otevřená, vyjadřuje tím zděšení. Tím, že se člověk dotýká čela, nám dává na vědomí různé signály. Jedním z častých signálů je přejíždění si rukou po čele, což signalizuje únavu.<sup>102</sup> Každý z nás se dokáže zamračit. Tegze zamračení popisuje jako jednání, které naznačuje, že podnět, který na daného jedince působí, mu není zrovna příjemný.

Jak předchozí strana uvádí, do této části obličeje řadíme i obočí. Obočí je spojováno s řadou mimických projevů, například když obočí zvedneme, dáváme tím najevo, že nás něco zajímá.<sup>103</sup>

### 3.2.3 Oči

Oči jsou velmi důležité jak pro lidi, tak i pro zvířata. U mnoha zvířat jsou oči orgánem, který jim pomáhá zajistit potravu. Přesto nelze říci, že by ostatní smysly nebyly důležité. Zrak je pokládán za nejdůležitější smysl, jelikož *„velká část kontaktu s okolním světem se uskutečňuje naším zrakem.*<sup>104</sup> Z očí lze rozpoznat emocionální stavy, které mohou signalizovat překvapení, strach, hněv, radost i smutek.<sup>105</sup> Oči jsou neustále v pohotovosti a pomáhají nám k lepší orientaci a poznávání okolí. Tegze tvrdí, že lidské oko je velmi bystré, a pokud je člověk dobrým pozorovatelem, může pomocí očí zachytit spoustu informací.

Dále zmiňuje, že při očním kontaktu se nejprve většina lidí snaží udržet vzájemný oční kontakt a teprve potom se snaží postřehnout ostatní detaily, jako je velikost zorniček, oční pohyby, délka pohledu či emoční vzdálenost.<sup>106</sup> Jestliže má člověk zorničky rozšířené, dává nám tím najevo, že je pozitivně naladěný, naopak většinou když zorničky jsou zúžené, člověk je naladěný negativně. Hartley ještě k tomu dodává, že *„pokud spatříme něco, co nám připadá přitažlivé nebo zajímavé, zornice se rozšíří a zvětší, na druhé straně pokud v nás něco vzbudí pocity jako zlost nebo nepřátelství, naše zornice se zúží a zmenší,*<sup>107</sup> lze je tak přirovnat k velikosti

---

<sup>101</sup> STRÍŽOVÁ, V. *Prezentace informací a komunikace*, s. 135.

<sup>102</sup> Tamtéž, s. 135.

<sup>103</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 311.

<sup>104</sup> Tamtéž, s. 320.

<sup>105</sup> STRÍŽOVÁ, V. *Prezentace informací a komunikace*, s. 135.

<sup>106</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 323.

<sup>107</sup> HARTLEY, M. *Řeč těla v praxi*, s. 30.

špendlíkových hlaviček. Jestliže je oční kontakt během komunikování s druhou osobou přiměřený, znamená to přátelství, důvěřování a snahy dorozumění se.<sup>108</sup>

### 3.2.4 Nos

Nedílnou součástí pěti smyslů, kterými je každý člověk vybaven, představuje čich. Právě pomocí čichu zachycujeme různé vůně a pachy a k tomu, abychom je mohli rozlišovat, nám slouží smyslový orgán, kterým je právě nos.<sup>109</sup> Při komunikaci se často dotýkáme nosu rukama, a to většinou aniž bychom si toho byli vědomi. Pokud tedy chceme člověka nějakým způsobem hodnotit, musíme si dát na tyto neverbální projevy pozor. Tegze uvádí, že když se jedinec při rozhovoru rukou dotýká nosu, nemusí to pokaždé být znamením toho, že nám lže nebo že je nepoctivý. Lze tedy říci, že když se někdo podrbe na nose nebo na obličej, nelze ho hned vnímat jako nepoctivého nebo ho obviňovat z jiných špatných záměrů. Střížová s tím souhlasí a podle ní to také nemusí být signál toho, že je člověk špatný nebo nepoctivý, například když si člověk rukou tře hřbet nosu, dává nám signál, že přemýšlí nebo že je zvědavý.<sup>110</sup> „*Mnohdy jde jen o výraz potřeby dostat se lépe do kontaktu se sebou a lépe se koncentrovat do sebe, získat čas k přemýšlení apod.*“<sup>111</sup> Často jde jen o neuvědomělý projev. Tegze popisuje povytažení nosu, též nazývané jako jeho ohrnutí, které nám dává najevo odmítavou reakci na působící podnět. Proto se již dlouhou dobu používá výraz, který jistě všichni známe, když nám někdo řekne „neohrnuj“ nad tím nos, říká nám, abychom si toho vážili a neodmítali to. Pohnutí nosem směrem nahoru může být také projevem agrese. Dobře viditelný projev agrese je možné vyzpozorovat u zvířat, když povytahují svaly kolem nosu a snaží se zvednout horní ret a ještě přitom ukazují zuby.<sup>112</sup> U lidí vyjadřování agrese probíhá podobným způsobem, jen to není tak dobře viditelné.

---

<sup>108</sup> HARTLEY, M. *Řeč těla v praxi*, s. 34.

<sup>109</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 313.

<sup>110</sup> STRÍŽOVÁ, V. *Prezentace informací a komunikace*, s. 137.

<sup>111</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 313.

<sup>112</sup> Tamtéž, s. 313.



### 3.2.5 Ústa a brada

Ústa a brada se nachází ve spodní části obličeje. Ústa jsou orgánem, který nám slouží od narození jako hlavní prostředek komunikace a zajišťuje nám, abychom přežili. Již v raném věku ústa dítěti slouží jako orgán, pomocí něhož rozlišuje to, co se dá jíst a co ne, a také slouží k vyjadřování emotivních stavů, jako například radosti, smutku, hněvu či pláče. Ekman potvrzuje, že ústa jsou velmi důležitá pro vyjadřování velké části emocí.<sup>113</sup> Jak tvrdí Tegze, součástí úst je také svalstvo kolem úst, zejména svalstvo nad horním rtem, které je velmi jemné a slouží jako ukazatel duševního napětí.<sup>114</sup> Jestliže chceme vyjádřit radost či smutek, budeme pohybovat koutky úst nahoru a dolů.

Součástí úst jsou samozřejmě i rty a jazyk. „*Úzké, sevřené rty, zcela zatažené znamenají odstup, rezervovanost a je-li spodní ret vztažený mezi zuby, pak protějšek pocítuje rozpaky nebo pocit podřízenosti.*“<sup>115</sup> Rty umožňují téměř nekonečné množství akcí, slouží především k artikulaci řeči, ale také ke kontaktu partnerů při sexuálním styku.

Také jazyk plní několik důležitých funkcí. Podílí se na důležitých procesech, jako je mluvení, přijímání potravy a rozlišování chutí. Také ve spojení s ústy, rty a ostatními svaly kolem úst má vliv na intenzitu prožitku.<sup>116</sup>

Též důležitou částí obličeje, kterou musíme zmínit, je brada. Jak je již známo, brada zaujímá místo na dolní čelisti, která je důležitá především při mluvení. Tegze se ve své knize zaměřuje nejvíce na to, jak se brada podílí na vytváření emocionálních prožitků a také čím jsou tyto prožitky vyvolávány.<sup>117</sup> Říká, že jako všechny ostatní svaly jsou i žvýkací svaly velmi důležité při vyjadřování emocí. Právě žvýkací svaly ve spolupráci s dolní čelistí jsou považovány za svaly nejvíce výkonné. Pomocí dolní čelisti dáváme najevo emocionální prožitky jako například radost, smutek či agresi. U člověka, který se bude snažit vyjádřit prožitek agrese, to bude vypadat tak, že dolní čelist bude vysunuta ven a brada bude vysunuta dopředu.<sup>118</sup> To, jak bude dolní čelist a brada vysunuta dopředu, záleží na tom, jak bude silný prožitek agrese. Tu lze z pohybů dolní čelisti a brady poměrně jednoduše vyčíst, stačí chvíli pozorovat, jakým

---

<sup>113</sup> EKMAN, P. *FACS manual*, [online] 2014 [cit 2014-03-14]. Dostupné z: <http://www.face-and-emotion.com/dataface/facs/guide/FACSIV1.html#219886>.

<sup>114</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 313.

<sup>115</sup> STRÍŽOVÁ, V. *Prezentace informací a komunikace*, s. 137.

<sup>116</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 314 – 315.

<sup>117</sup> Tamtéž, s. 328.

<sup>118</sup> Tamtéž, s. 329.

způsobem daný jedinec bradou pohybuje.<sup>119</sup> Velmi často se také užívá výraz, který zní, že někomu „spadla brada“, toto vystihuje přesný výraz „člověka, který byl silným podnětem natolik ohromen, že nebyl schopen akce.“<sup>120</sup> Jedná se o proces, při kterém dochází k prudkému uvolnění svalů na dolní čelisti a k znehybnění organismu, následně tak dochází k poklesnutí brady.<sup>121</sup> Tegze dále uvádí, že je možné pohyby dolní čelisti zaznamenat také při líbání milenců. Pohyby dolní čelisti a brady jsou při vyjadřování emocionálních prožitků často doprovázeny dalšími pohyby těla.<sup>122</sup>

---

<sup>119</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 329.

<sup>120</sup> Tamtéž, s. 330.

<sup>121</sup> Tamtéž, s. 330.

<sup>122</sup> Tamtéž, s. 330.

## **PRAKTICKÁ ČÁST**

## 4 VÝZKUM

V předešlých kapitolách bylo již řečeno, jaké druhy emocí lze vyjádřit pomocí mimických výrazů. V této kapitole budeme zkoumat výrazy obličeje a projevy emocí vzorku respondentů. Zaměříme se na výrazy emocí, které signalizují na jedné straně radost a štěstí a na druhé straně smutek a neštěstí.

### 4.1 Cíle výzkumu

Cílem tohoto výzkumu je zjistit a porovnat, jakým způsobem se projevují emoce u dvou věkových kategorií a zda můžeme v těchto projevech najít odlišnosti. Budeme vyhodnocovat, jakým způsobem budou respondenti reagovat na dané podněty, zjišťovat, jaký projev emocí je nejvíce výrazný a naopak jaký nejméně.

### 4.2 Metoda výzkumu

V průběhu této práce již bylo zmíněno, že k provedení praktické části byla využita metoda FACS. Tato metoda byla zvolena, jelikož pomocí ní je možné z výrazů obličeje zjistit, co nám člověk sděluje nebo co má na mysli a je možné zjistit všechny projevy, které signalizují emoce.<sup>123</sup> Výhodou této metody je, že výrazy obličeje nezkreslují projevy mimických svalů a emocí, a to hlavně proto, že umožňuje měření asymetrie obličeje.<sup>124</sup> Jinými slovy řečeno, metoda FACS nám pomáhá rozpoznat projevy nepravidelných částí obličeje.

Ekman rozlišil několik částí lidského obličeje, na které je potřeba se zaměřit, když se snažíme z mimických výrazů něco vyčíst. Mezi tyto důležité části řadí čelo, obočí, oči, nos, ústa a dolní čelist.<sup>125</sup>

---

<sup>123</sup>EKMAN, P. *FACS*, [online] 2014 [cit 2014-03-22]. Dostupné z: <http://www.paulekman.com/paul-ekman/>.

<sup>124</sup>Tamtéž, [cit 2014-03-22].

<sup>125</sup>Tamtéž, [cit 2014-03-22].

### **4.3 Charakteristika výzkumného vzorku**

Výzkum je zaměřen na dvě věkové kategorie, a to na juniory (studenty ve věku do 35 let) a na seniory (ve věku nad 75 let). Výzkumný vzorek představuje celkem 12 respondentů, z toho 7 mužů a 5 žen, odpovídajících výše stanoveným kategoriím. Praktický výzkum byl proveden v okolí mého bydliště, na Západočeské univerzitě v Plzni a v Městském centru sociálně rehabilitačních služeb v Domažlicích. Jelikož senioři mají více vrásek v obličeji, očekávám, že bude těžší jejich výrazy rozpoznat, naopak u juniorů je vrásek minimum, a tak výrazy budou pravděpodobně lépe rozeznatelné.

#### **4.3.1 Postup při výzkumu**

Abych mohl s výzkumem začít, učinil jsem nejprve výběr vhodných obrázků, u kterých jsem očekával, že mohou vyvolat určité zamýšlené emoce. Celkem jsem vybral 6 obrázků (viz příloha č. 1), přičemž po jejich předložení jsem u obrázků 1, 2 a 3 očekával pozitivní výrazy obličeje, jako je radost a štěstí, a u obrázků 4, 5 a 6 jsem naopak očekával negativní výrazy obličeje, jako je smutek a neštěstí.

V tomto odstavci zmíníme, jakým způsobem byly číslovány fotografie respondentů a obrázky, které jim byly předloženy. V příloze č. 2 a 3 jsme fotografie označili čísly, přičemž první číslo označuje pořadí respondenta a druhé konkrétní obrázek, na který se respondent díval (viz příloha č. 1). Například u fotografie označené 2.5 nám číslo 2 říká, že respondentem je Jaroslav M. (v pořadí tedy druhý respondent) a číslo 5 nám sděluje, že se díval na obrázek č. 5 (na kterém jsou oběti války). Hlavním pozitivem tohoto číslování fotografií je, že při podrobnějším rozboru z nich můžeme odvodit mimické projevy jednotlivých respondentů při reakci na určitý obrázek. Toto číslování jsem zvolil především proto, abych mohl respondenty navzájem porovnávat a aby byly uvedené údaje přehledně uspořádány.

Výzkum byl prováděn v takovém prostředí, aby se respondenti mohli plně soustředit a jejich projevy byly přesné a nezkreslovaly jejich emoce. Obrázky respondentům byly předkládány v papírové podobě, střídavým způsobem a s určitým časovým intervalem, aby si je respondenti mohli dostatečně prohlédnout a aby byly zachyceny jejich co nejpřesnější mimické projevy.

Řada vědců uvádí, že výrazy obličeje není vůbec jednoduché zachytit, protože většinou probíhají ve zlomcích vteřiny. Toto se mi v průběhu provádění výzkumu skutečně potvrdilo. Abych této skutečnosti předešel a zároveň aby tento výzkum byl opravdu účelný, veškeré mimické výrazy jsem zaznamenal pomocí zařízení v podobě videa. Následně jsem z videa nejpřesnější a nejvýraznější projevy vyjmul a zhotovil z nich fotografie, které jsou obsaženy v příloze č. 2 a 3.

Všichni respondenti souhlasili s poskytnutím jejich fotografií a údajů a byli seznámeni s tím, že budou poskytnuty pouze pro účely této bakalářské práce. Postupoval jsem s velkým zřetelem na ochranu osobních údajů respondentů a jako doklad v příloze č. 4 je přiložen jeden vzor s podpisem respondenta.

#### **4.4 Interpretace získaných dat**

V této kapitole se zaměříme na to, jaké jsou mimické výrazy u obou vybraných věkových kategorií. V první řadě se budeme zabývat projevy juniorů, tedy studentů do věku 35 let a následně přejdeme k tomu, jaké jsou projevy seniorů tedy respondentů nad 75 let.

Z výzkumného šetření lze vyvodit závěr, že mimické projevy jsou stejné u mužů i u žen, a proto jsou charakterizovány společně.

##### **4.4.1 Junioři (studenti do 35 let)**

Nejprve se budeme zabývat tím, jaké byly reakce juniorů po předložení všech pozitivních obrázků, které měly vyvolat emoce radosti a štěstí. Jedná se o emocionální projevy juniorů, které jsou zobrazeny na všech fotografiích označených x.1, x.2 a x.3 (viz příloha č. 2). Všechny fotografie jsme navzájem porovnávali a zjistili jsme, že na každé z nich je očividný úsměv, který je právě signálem emocí radosti a štěstí. Pozitivní obrázky č. 1, 2 a 3 (viz příloha č. 1) u všech respondentů vyvolaly pozitivní emoce. Při pohledu na všechny fotografie juniorů, na nichž je vidět jejich pozitivní výraz v obličeji, si jistě každý všimne úsměvu, který nám dávají najevo vytažením koutků úst nahoru. To, že emoce radosti a štěstí byly silné, lze vypožorovat z toho, že úsměv byl tak výrazný, že u většiny respondentů byl viditelný i chrup. Podíváme-li se na obočí, uvidíme, že je zvednuté nahoru, což nám naznačuje, že působící podněty vyvolaly

pozitivní reakci a respondenty zaujaly. Potvrzuje to i Tegze, jenž ve své knize uvádí, že když někdo jeví zájem o nějakou věc, má zvednuté obočí.<sup>126</sup> Co se týče výrazu očí, na některých fotografiích je vidět, že oční víčka jsou téměř zavřená, to bývá mnohdy spojeno s úsměvem. Na základě těchto mimických výrazů můžeme s jistotou říci, že po shlédnutí všech 3 pozitivních obrázků, byly u respondentů vyvolány emocionální projevy radosti a štěstí, které byly dobře viditelné při pozorování úst, obočí a očí.

Nyní budeme rozpoznávat reakce juniorů, které jsme zachytili po shlédnutí jednotlivých pozitivních obrázků. Nejvíce výrazné emocionální projevy radosti a štěstí jsou viditelné na fotografiích označených x.3 (viz příloha č. 2). Projevily se po předložení obrázku č. 3 umístěného v příloze č. 1. Na těchto fotografiích je u většiny respondentů velmi výrazný úsměv, při němž koutky úst jsou vytaženy nahoru a je viditelný i chrup. Na fotografiích 4.3 a 6.3 respondenti chrup viditelný nemají, ale úsměv u nich lze také rozpoznat především z koutků úst, které mají podobně jako ostatní respondenti také vytaženy nahoru. Můžeme tedy říci, že projevy radosti a štěstí na fotografiích x.3 jsou u juniorů nejlépe rozpoznatelné z úst, které vyjadřují úsměv. Dalším výrazem, ze kterého je možné rozpoznat na těchto fotografiích emoce radosti a štěstí, je výraz očních víček, které mají téměř všichni respondenti přivřené. Pouze u fotografie 4.3 jsou plně otevřené, a tak z očí lze vyzorovat radostný výraz. Radost a štěstí jsou dobře rozpoznatelné také na fotografiích x.2, které se týkají reakcí na obrázek č. 2 (viz příloha č. 1). Nejlépe rozpoznatelné emoce při reakci na obrázek č. 2 jsou z výrazu obočí, které je zvednuté nahoru, čímž nám respondenti dávají najevo, že je obrázek zaujal a vyvolal u nich emoce radosti a štěstí, které se následně projeví jako úsměv. Proto si úsměvu můžeme všimnout také na všech fotografiích označených x.2, na nichž většina respondentů má ústa zavřená s koutky vytaženými nahoru. Výjimkou je pouze fotografie 1.2, na níž se úsměv projevil obdobně jako u reakcí na obrázek č. 3, kdy ústa byla otevřená a s viditelným chrupem. Po shlédnutí obrázků č. 1 (viz příloha č. 1) byly projevy emocí radosti a štěstí podobné jako při reakcích na obrázek č. 2. Obočí bylo zvednuté nahoru a koutky úst byly též vytaženy nahoru, u fotografií 2.1 a 5.1 se úsměv navíc projevil otevřením úst s viditelným chrupem. Projevy radosti a štěstí jsme zaznamenali u všech respondentů a byly u všech reakcí na pozitivní obrázky podobné. Nejvíce výrazné projevy radosti a štěstí se však vyskytly po

---

<sup>126</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 311.

předložení obrázku č. 3 v příloze č. 1. Důležitými výrazy, podle kterých jsme rozpoznali emoce radosti a štěstí byly výrazy úst, obočí, očních víček a očí.

V běžném životě se často setkáváme s vyjadřováním emocí různých stavů, které nám zrovna nemusí být příjemné. Mezi tyto emocionální stavy patří především smutek a neštěstí. Poté co jsme v první části výzkumu porovnali reakce juniorů na pozitivní obrázky, přešli jsme k tomu, jaké byly také jejich reakce na obrázky negativní. Nejprve jsme porovnávali jejich reakce po shlédnutí negativních obrázků č. 4, 5 a 6 (viz příloha č. 1), jež měly vyvolat emoce smutku a neštěstí. Mimické projevy, které souvisí s těmito obrázky, jsou velmi dobře vidět na fotografiích označených x.4, x.5 a x.6 (viz příloha č. 2). V průběhu vyhodnocování všech reakcí na negativní obrázky jsme zaregistrovali, že nejvíce výrazné byly projevy úst. Ta byla u všech juniorů zavřená a u juniorů na fotografiích 2.5, 2.6, 3.6, 4.5, 4.6, 5.5 a 5.6 byly koutky úst výrazně protaženy dolů, z čehož lze usoudit, že podnět v nich vyvolal silné emoce smutku a neštěstí. Jestliže se podíváme na jejich obočí, zjistíme, že není zvednuté jako u pozitivních emocí, ale naopak je zamračené. To nám naznačuje, že podnět v nich vyvolal negativní emoce. Zamračené obočí se projevilo u všech juniorů, přičemž nejlépe viditelné je na fotografiích 2.4, 2.5 a 2.6. Emoce smutku a neštěstí můžeme mnohdy vyčíst i z výrazu očí a očních víček. V tomto případě lze říci, že výraz očí je u všech juniorů opravdu smutný, jelikož oči nejsou rozjasněné jako u projevů radosti a štěstí. Podíváme-li se na oční víčka, u některých juniorů uvidíme, že jsou přivřená. Přivřená víčka tak můžeme vidět na fotografiích 1.4, 2.4, 2.5, 2.6, 3.5 a 6.4. Jak ve své knize uvádí Tegze, přivřená oční víčka jsou důkazem skutečnosti, že člověk prožívá velmi silné emoce.<sup>127</sup> Na základě toho můžeme říci, že po předložení negativních obrázků se u některých juniorů emoce smutku a neštěstí projevily přivřením očních víček. Projevy smutku a neštěstí jsme zaregistrovali i na dolní čelisti, která byla více posunuta směrem dolů. Můžeme říci, že negativní emoce, jimiž jsou smutek a neštěstí, byly zaznamenány u všech juniorů.

Poté, co jsme vyhodnotili, že smutek a neštěstí se projevily u všech juniorů po předložení všech negativních obrázků, porovnávali jsme také, jaké byly reakce juniorů po předložení jednotlivých negativních obrázků. Po prozkoumání jednotlivých fotografií jsme poznali, že nejvíce výrazné emocionální projevy smutku a neštěstí jsou viditelné na fotografiích x.5 a x.6 (viz příloha č. 2), které se u respondentů projevily

---

<sup>127</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 327.



po shlédnutí obrázků č. 5 a 6 umístěných v příloze č. 1. Reakce všech juniorů na tyto obrázky byly podobné. To jsme rozpoznali především z výrazů jejich úst, která byla uzavřená a jejich koutky byly protaženy dolů. Nejvíce protažené koutky úst je možné vidět u fotografií 2.6, 3.6, 4.5, 4.6, 5.5 a 5.6. Po shlédnutí obrázků č. 5 a 6 (viz příloha č. 1) jsme si na fotografiích 2.5, 2.6, 4.6 a 6.6 všimli, že junioři mají mírně přivřená oční víčka, což také souvisí s tím, že jejich obočí je zamračené. Lehce přivřená oční víčka a zamračené obočí nám u respondentů potvrzují projevy smutku a neštěstí. Smutek a neštěstí můžeme vyzorovat také z polohy dolní čelisti, která je více posunuta dolů. Pokud porovnáme fotografie x.4 s fotografiemi x.5 a x.6, zjistíme, že projevy se mezi sebou podobají především proto, že na všech fotografiích mají junioři zavřená ústa a jejich dolní čelist je posunuta více dolů než při vyjadřování pozitivních emocí. Po porovnání reakcí juniorů na jednotlivé negativní obrázky jsme vyvodili závěr, že nejlépe rozpoznatelné emoce smutku a neštěstí jsou z fotografií x.5 a x.6 (viz příloha č. 2), které byly vyvolány po shlédnutí obrázků č. 5 a 6 (viz příloha č. 1). Z těchto fotografií jsme negativní emoce nejlépe rozpoznali z výrazů úst, očních víček, obočí a dolní čelisti. Je nutné podotknout, že smutek a neštěstí lze identifikovat i z fotografií x.4 (viz příloha č. 2), na nichž mají respondenti ústa zavřená a dolní čelist posunutou dolů více než při projevech radosti a štěstí. Projevy smutku a neštěstí jsme zaregistrovali u všech juniorů, přičemž jejich hlavními sdělovači byla ústa, oční víčka, obočí a dolní čelist.

#### **4.4.2 Senioři (respondenti od 75 let)**

Nyní se budeme zabývat mimickými projevy u seniorů. Obdobně jako u juniorů jsme se nejprve zaměřili na to, jakým způsobem reagovali senioři na všechny pozitivní obrázky a jak se u nich projevovaly emoce radosti a štěstí (viz příloha č. 3). Tyto emoce je možné vidět na všech fotografiích, které jsou označené x.1, x.2 a x.3. Projevy respondentů jsme mezi sebou porovnávali a došli jsme k závěru, stejně jako u předešlé věkové kategorie, že jejich reakce na obrázky č. 1, 2 a 3 (viz příloha č. 1) vyvolaly pozitivní reakci, která se projevila jako úsměv. Ten je možné vyzorovat především z jejich úst, která mají koutky vytažené nahoru. U všech seniorů jsou viditelné vrásky na tvářích, které jsou též signálem radosti. Zaměříme-li se na obočí, senioři mají obočí zvednuté, což stejně jako u juniorů signalizuje zájem o působící podnět. Z těchto

mimických výrazů u seniorů můžeme říci, že na všechny 3 pozitivní obrázky všichni respondenti reagovali projevy pozitivních emocí. Emoce radosti a štěstí byly skutečně viditelné a nijak nezkreslovaly mimické výrazy obličeje.

Dále jsme se zaměřili na to, zda se vůbec lišily reakce seniorů po předložení jednotlivých pozitivních obrázků. Stejně jako u všech juniorů byly nejvýraznější projevy radosti a štěstí i u všech seniorů zaznamenány při reakci na obrázek č. 3 (viz příloha č. 1). Konkrétně se jedná o všechny fotografie označené x.3 (viz příloha č. 3). Podobně jako u většiny fotografií, na nichž jsou junioři, můžeme vidět i u těchto fotografií velmi výrazný projev úsměvu, při němž je respondentům vidět i chrup. Rozdíl se nalézá pouze u fotografie 8.3 (viz příloha č. 3), kde respondent nemá viditelný chrup, ale přesto z jeho výrazu lze rozpoznat projevy radosti, a to především z otevřených úst s koutky nahoru, z očí, které jsou rozjasněné, a z obočí které, je zvednuté nahoru. Dále fotografie označené x.3 (viz příloha č. 3) se liší od ostatních tím, že respondenti mají výrazně zvednuté obočí, čímž dávají najevo, že je daný obrázek zaujal. Pouze u fotografie 11.3 (viz příloha č. 3) není možné říci, zda se u respondenta na obočí radost a štěstí projeví, jelikož obočí není dostatečně viditelné kvůli brýlím, které ho z velké části zakrývají. Ale i tak lze říci, že obrázek č. 3 (viz příloha č. 1) na seniory působil pozitivně. Další výraz, podle kterého lze projevy radosti a štěstí rozpoznat, je výraz očí. Všechny fotografie reakcí, které jsme zachytili při pohledu na pozitivní obrázky, signalizují radostný výraz v očích tím, že oči jsou rozjasněné. Dále z očí lze vyčíst projevy radosti a štěstí proto, že pohled směřuje přímo na obrázek a nikoli mimo něj. To je také signálem, že podnět na respondenty působil pozitivně. Na základě těchto mimických projevů můžeme říci, že na fotografiích všech seniorů po předložení jednotlivých pozitivních obrázků je možné spatřit projevy emocí radosti a štěstí. Obdobně jako u juniorů byly projevy u všech seniorů výrazné a byly u všech pozitivních obrázků velmi podobné. Nejvíce výrazné projevy radosti a štěstí se projevíly po předložení obrázku č. 3 (viz příloha č. 1). Též stejně jako u juniorů důležitými výrazy, které nám tyto projevy pomohly rozpoznat, byly výrazy úst, obočí a očí.

V předešlých dvou odstavcích jsme porovnávali mimické projevy seniorů při reakci na pozitivní obrázky. Nyní uděláme totéž při reakci na obrázky negativní. Jedná se o obrázky č. 4, 5 a 6 (viz příloha č. 1).

Nejdříve jsme sledovali, jakým způsobem reagovali senioři na všechny negativní obrázky a jak se u nich projevily emoce smutku a neštěstí. Projevy těchto emocí jsou na fotografiích označených x.4, x.5 a x.6 (viz příloha č. 3). Také jako u juniorů, když jsme fotografie reakcí na negativní obrázky porovnávali, jsme u většiny seniorů zjistili, že emoce smutku a neštěstí souvisejí s ústy, která jsou zavřená a jejich koutky jsou protáhlé směrem dolů. Dále jsme se zaměřili na výraz obočí, které tentokrát není zvednuté, jako bylo při projevech radosti a štěstí, ale je zamračené. V průběhu jsme sledovali i výraz očí, který je při projevech těchto emocí také velmi důležitý. Střížová se ve své knize vyjadřuje k výrazu očí tak, že pomocí očí lze rozpoznat emocionální stavy, do nichž řadí především smutek.<sup>128</sup> Ze všech fotografií seniorů vyplývá, že oční víčka mají mírně přivřená. Jak již bylo uvedeno u juniorů, když jsou oční víčka přivřená, naznačují nám, že člověk prožívá velmi silné emoce.<sup>129</sup> V tomto případě se jedná o prožívání negativních emocí smutku a neštěstí. Emocionální výrazy smutku a neštěstí byly obdobně jako u juniorů i u seniorů zaznamenány na dolní čelisti. Ta byla více posunuta dolů než při projevech radosti a štěstí. Z výrazů všech respondentů, které jsou na fotografiích x.4, x.5 a x.6 (viz příloha č. 3), lze vyvodit, že po předložení všech 3 negativních obrázků byly u všech seniorů zaznamenány projevy negativních emocí, kterými byly smutek a neštěstí.

Když jsme zjistili, že reakce seniorů na všechny negativní obrázky se shodovaly, snažili jsme se také porovnat, zda se nějak lišily jejich reakce po předložení jednotlivých negativních obrázků. Jak je již uvedeno v předchozím odstavci, výrazy smutku a neštěstí se projeví u všech seniorů. Nejlépe viditelné jsou však na fotografiích x.5 a x.6, přičemž tyto reakce byly vyvolány po shlédnutí obrázků č. 5 a 6 (viz příloha č. 1). Na základě zachycených projevů smutku a neštěstí můžeme říci, že tyto reakce do jisté míry souvisí také s tím, že všichni senioři prožili dobu, ze které jsou obrázky č. 5 a 6 pořízeny. Tudíž lze říci, že jejich reakce souvisejí i s jejich představami. Všechny projevy seniorů po předložení negativních obrázků č. 5 a 6 (viz příloha č. 1) byly podobné. Jejich ústa byla zavřená, koutky úst byly mírně protaženy dolů, oční víčka byla přivřená, obočí bylo zamračené a dolní čelist byla také více posunuta dolů. U seniorů, kteří jsou na fotografiích 8.5, 8.6, 9.5 a 9.6, byly jejich koutky úst více protažené dolů a navíc jejich oční pohledy směřovali do země. Můžeme tedy říci, že u těchto dvou respondentů emoce smutku a neštěstí byly nejvíce zřetelné.

---

<sup>128</sup> STRÍŽOVÁ, V. *Prezentace informací a komunikace*, s. 135.

<sup>129</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 327.

Tegze ve své knize dodává k očním pohybům to, že „*přerušeni očního kontaktu či přenesení pohledu na jiné místo v prostoru není jednoznačným důkazem viny, ale jen dokladem intenzity nepříjemného napětí, s jakým je celá situace prožívána.*“<sup>130</sup> Z tohoto tvrzení lze vyvodit, že když oční pohled člověka směřuje do země, dává nám tím najevo, že podnět na něj nedělá pozitivní dojem, proto očima uhýbá. To nám potvrzuje vyjádření negativních emocí seniorů. Projevy negativních emocí jsou dobře viditelné i na fotografiích x.4 (viz příloha č. 3), které byly zachyceny při reakci na obr. č. 4 (viz příloha č. 1). Podíváme-li se na tyto fotografie, zjistíme, že se z velké části podobají výrazům které jsou na fotografiích x.5 a x.6 (viz příloha č. 3), a to i přesto, že koutky úst nejsou tolik protažené dolů. I zde můžeme nalézt sdělovače emocí smutku a neštěstí. Hlavními kritérii pro rozpoznání negativních emocí, které jsme z tváře seniorů vyčetli, byly výrazy úst, očních víček, očí, obočí a dolní čelisti.

#### **4.5 Vyhodnocení výzkumu**

Hlavním cílem praktického výzkumu bylo zjistit, zda je možné rozpoznat emocionální projevy radosti a štěstí a smutku a neštěstí u dvou věkových kategorií. Jak již bylo řečeno, emoce byly zkoumány u juniorů (studentů do 35 let) a u seniorů (respondentů od 75 let). Vyhodnocoval jsem, zda se jejich projevy emocí podobaly či nikoliv. V průběhu práce bylo také uvedeno, že výzkum byl prováděn podle metody FACS, jejímž autorem je psycholog Paul Ekman.

Předtím, než jsem výzkum započal, očekával jsem, že na základě 6 vybraných obrázků, z nichž první 3 měly vyjadřovat emoce radosti a štěstí a zbylé 3 emoce smutku a neštěstí (viz příloha č. 1), budou u respondentů tyto emocionální projevy dobře viditelné. Toto očekávání se na základě praktického výzkumu potvrdilo. U všech respondentů byly skutečně tyto mimické projevy rozpoznatelné.

Dále jsem očekával, že projevy emocí u seniorů budou hůře rozpoznatelné než u juniorů, jelikož senioři mají více vrásek v obličeji. V tomto směru se však mé očekávání nenaplnilo. V průběhu zpracovávání výzkumu jsem zjistil, že emoce radosti, štěstí, smutku a neštěstí jsou výrazné u obou věkových kategorií. Na základě praktického výzkumu lze vyvodit závěr, že tyto druhy emocí můžeme rozpoznat i bez rozdílu věku, pohlaví a také bez rozdílu, zda člověk má nebo nemá vrásky.

---

<sup>130</sup> TEGZE, O. *Neverbální komunikace*, s. 327.

#### 4.5.1 Emoce radosti a štěstí

Ekman tvrdí, že projevy radosti a štěstí, smutku a neštěstí se projevují nejvíce ve spodní části obličeje.<sup>131</sup> To se mi v praktickém výzkumu skutečně u obou věkových kategorií potvrdilo. Při reakci na pozitivní obrázky byly u všech respondentů zaznamenány emoce radosti a štěstí především v dolní části obličeje, a to z výrazů úst, které vyjadřovaly úsměv. Jak je již v předchozí části práce uvedeno, v dolní části obličeje se úsměv projevil tím, že respondenti mají vytažené koutky úst nahoru, dokonce u některých respondentů byly emoce radosti a štěstí natolik silné, že mají viditelný i chrup. Radost a štěstí bylo možné u respondentů vypořadovat také z toho, že jejich dolní čelist se vyskytovala v jiné poloze, byla více posunuta nahoru než u projevů smutku a neštěstí. Emoce radosti a štěstí se projevíly v prostřední části obličeje a to ve výrazu očí a očních víček. Za důkaz lze považovat, že v očích respondentů je viditelný radostný výraz a jejich pohled směřuje přímo na obrázek, nikoli mimo něj. Zaměříme-li se na oční víčka respondentů, jistě si všimneme, že většina z nich má oční víčka přivřená. To nám také signalizuje projevy radosti a štěstí. Přivřená víčka souvisí s tím, že člověk prožívá silné emoce. Dále projevy radosti a štěstí bylo možné vypořadovat z horní části obličeje, tedy z obočí. Na pozitivní obrázky většina respondentů reagovala zvednutím obočí, čímž nám dala najevo, že je působící podnět zaujal.

Budeme-li hodnotit emoce radosti a štěstí, lze říci, že tyto emoce jsou u obou věkových kategorií nejvíce patrné ze spodní části obličeje, z výrazů úst, na nichž se u všech respondentů projevil úsměv. U některých respondentů byl při úsměvu viditelný i chrup. Při pohledu na dolní čelist bylo také možné zachytit projevy radosti a štěstí, jelikož dolní čelist byla více posunuta nahoru. Jistě lze říci, že radost a štěstí je možné vyčíst i z prostřední části obličeje, a to z očí a očních víček. V očích u většiny respondentů je viditelný radostný výraz a také pohled očí směřuje přímo na působící podnět. Oční víčka nám též naznačují projevy radosti a štěstí tím, že jsou přivřená, což v tomto případě souvisí s úsměvem. Důležitou roli při rozpoznávání emocí radosti a štěstí hrála také horní část obličeje, ve které jsme sledovali obočí. Většina respondentů měla obočí zvednuté, a tak můžeme říci, že je podnět zaujal.

---

<sup>131</sup> EKMAN, P. *FACS manual*, [online] 2014 [cit 2014-03-27]. Dostupné z: <http://www.face-and-emotion.com/dataface/facs/guide/FACSIV1.html#219886>.

## 4.5.2 Emoce smutku a neštěstí

Jak je již uvedeno v předchozí části této práce, podle Ekmana se emocionální projevy smutku a neštěstí stejně jako projevy radosti a štěstí projevují nejlépe ve spodní části obličeje.<sup>132</sup> Toto Ekmanovo tvrzení se potvrdilo i zde. S vyjadřováním emocí smutku a neštěstí se v běžném životě setkáváme velmi často, a tak zřejmě každý z nás ví, jak takové projevy vypadají. V průběhu zpracovávání došlo ke zjištění, že u respondentů obou věkových kategorií byly zachyceny emoce smutku a neštěstí, které prozradily především výrazy jejich úst, která byla zavřená. Jejich koutky byly navíc protaženy dolů. Jak popisuje Ekman, ústa s protaženými koutky směrem dolů jsou typickým projevem smutku a neštěstí.<sup>133</sup>

Další mimický projev, který je možné v dolní části obličeje u většiny respondentů zaznamenat, je poloha dolní čelisti. Dolní čelist je více posunuta dolů než u projevů radosti a štěstí, to dle našeho názoru souvisí s ústy, jejichž koutky jsou protaženy dolů.

Jelikož emoce smutku a neštěstí představují silné emoce, stejně jako radost a štěstí, projevují se také v oblasti očí a očních víček. Co se týče očí, tyto negativní emoce se oproti pozitivním emocím lišily především tím, že u všech respondentů oči nebyly rozjasněné a u některých z nich oční pohled nesměřoval přímo na působící podnět, což je důkazem, že v nich byly vyvolány negativní emoce a podnět na ně nepůsobil pozitivně. Obdobně jako u prožívání radosti a štěstí si můžeme všimnout i u prožívání smutku a neštěstí, že respondenti mají mírně přivřená oční víčka. Při prožívání smutku a neštěstí mají respondenti oční víčka méně přivřená než při radosti a štěstí, což souvisí s tím, že se neusmívají.

Velmi důležitým mimickým projevem, jenž se týká horní části obličeje při vyjadřování smutku a neštěstí, je výraz obočí. Dle mého názoru u všech respondentů je patrné, že jejich obočí je zamračené, z čehož lze skutečně vyvodit prožívání negativních emocí, jimiž jsou smutek a neštěstí.

Nejvíce patrné emoce smutku a neštěstí jsou u všech respondentů ze spodní části obličeje, a to z výrazů úst, jejichž koutky mají všichni respondenti protažené dolů. Smutek a neštěstí je viditelný i na výrazu dolní čelisti, ta je posunuta více dolů. Co se týče prostřední části obličeje, výraz očí je smutný, u některých respondentů dokonce

---

<sup>132</sup>EKMAN, P. *FACS manual*, [online] 2014 [cit 2014-03-28]. Dostupné z: <http://www.face-and-emotion.com/dataface/facs/guide/FACSIV1.html#219886>

<sup>133</sup>Tamtéž, [cit 2014-03-28].

oční pohled směřuje mimo působící podnět. Oproti pozitivním projevům jsou oční víčka pouze mírně přivřená. To bylo zapříčiněno především tím, že se respondenti neusmívali. Horní část obličeje byla při projevech smutku a neštěstí stejně důležitá jako při projevech radosti a štěstí. Zamračené obočí u všech respondentů je důkazem, že podnět na ně působil negativně a vyvolal v nich emoce smutku a neštěstí.

## 5 ZÁVĚR

Komunikace je důležitým prostředkem, pomocí kterého předáváme a získáváme informace. Je důležitá pro každého z nás, jelikož nám pomáhá utvářet a navazovat nové vztahy. Jak již bylo uvedeno v úvodu, práce je koncipována do dvou částí, teoretické a praktické.

Teoretická část je rozdělena do prvních třech kapitol, přičemž první kapitola práce je věnována obecné charakteristice, struktuře, formám a druhům komunikace. Další kapitola se zaměřuje na neverbální komunikaci, jsou popsány její funkce, charakterizovány druhy neverbální komunikace a uvedeny signály těla důležité pro mimoslovní komunikaci. Třetí kapitola je zacílena na mimiku, nosné téma této práce. V této kapitole je charakterizován lidský obličej a je představena metoda FACS, podle které lze rozpoznat pohyby obličeje. Podle této metody je proveden praktický výzkum. Musíme zmínit, že ve třetí kapitole jsou také uvedeny a popsány mimické svaly a zóny obličeje podle Ekmana a Střížové.

Praktická část navazuje na předcházející tři kapitoly. Cílem této části bylo pomocí výzkumu určit a rozpoznat reakce na podněty u dvou věkových kategorií, a to u juniorů (studentů do 35 let) a seniorů (respondentů nad 75 let). Nejprve byla provedena charakteristika projevů pozitivních a negativních emocí u juniorů a měly být rozpoznány determinanty těchto emocí. Následně totéž bylo provedeno u druhé věkové kategorie, zaměřené na seniory.

Z dolní části obličeje pro rozpoznávání emocí radosti a štěstí jsou důležitá ústa, která signalizují úsměv, jsou otevřená a mají koutky vytaženy nahoru. Při projevech radosti a štěstí je někdy i viditelný chrup. Za důležitou považujeme dolní čelist, která je posunuta nahoru. V prostřední části obličeje jsou důležitými sdělovači radosti a štěstí oči a oční víčka. Z očí lze vyčíst radostný výraz a pohled směřující na působící podnět. S úsměvem souvisí oční víčka, ta jsou ve většině případů přivřená. Záleží to však na intenzitě prožitku. Poslední část obličeje, která nám naznačuje emoce radosti a štěstí, je obočí. U respondentů jsme zaznamenali pozvednuté obočí, které nám dalo najevo zájem o působící podnět.

Emocionální projevy smutku a neštěstí se projevily pomocí stejných sdělovačů jako projevy radosti a štěstí. V dolní části obličeje se smutek a neštěstí projevily tak, že ústa byla zavřená a jejich koutky byly protaženy dolů. Dolní čelist byla posunuta také



níže. V prostřední části obličeje lze smutek a neštěstí vyzorovat obdobně jako u projevu radosti a štěstí a to z očí a očních víček. Z očí je viditelný smutný výraz a pohled někdy směřuje i mimo působící podnět, nejčastěji do země. Oční víčka bývají přivřená, což je zapříčiněno prožíváním silných emocí. Co se týče horní části obličeje, velmi dobrým sdělovačem smutku a neštěstí je obočí, které bývá nejčastěji zamračené.

Na základě provedení praktického výzkumu jsem došel k závěru, že podle metody FACS lze skutečně pozitivní a negativní projevy rozpoznat. Emocionální projevy radosti a štěstí na jedné straně a smutku a neštěstí na straně druhé byly dobře rozpoznatelné ze všech tváří respondentů, jelikož se jedná o projevy, jež jsou vyjádřeny silnými emocemi. U obou věkových kategorií se emoce projevíly podobnými mimickými výrazy, lze tedy konstatovat, že tyto projevy emocí nejsou pro různé věkové kategorie odlišné. Práce proto svými závěry potvrdila teoretické předpoklady.

## 6 SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

**DEVITO**, Joseph A. *Základy mezilidské komunikace*. 1. Vyd. Praha: Grada Publishing, 2001. ISBN: 80-7169-988-8.

**HALL**, Edward T. *The dance of life*. 1. Vyd. New York: Copyright: 1983. ISBN: 0-385-19248-7.

**HARTLEY**, M. *Řeč těla v praxi*. 1. Vyd. Praha: Portál, 2004. ISBN: 80-7178-844-9.

**HOLEČEK**, V., **MIŇHOVÁ** J., **PRUNNER** P. *Psychologie pro právníky*, 2. Vyd. Plzeň: Aleš Čeněk, 2007. ISBN: 978-80-7390-065-9.

**KŘIVOHLAVÝ**, J. *Jak si navzájem lépe porozumíme*. 1. Vyd. Praha: Svoboda, 1988. ISBN nevedeno.

**LEWIS**, D. *Tajná řeč těla*. Praha: Victoria Publishing, 1999. ISBN: 80-85605-49-X.

**MIKULÁŠTÍK**, M. *Komunikační dovednosti v praxi*. 1. Vyd. Praha: Grada Publishing, 2003. ISBN: 80-247-0650-4.

**NAKONEČNÝ**, M. *Sociální psychologie*. 1. Vyd. Praha: Academia, 1999. ISBN: 80-200-0690-7.

**PEASE**, A. *Řeč těla*. 1. Vyd. Praha: Portál, 2001. ISBN: 80-7178-582-2.

**STŘÍŽOVÁ**, V. *Prezentace informací a komunikace*. 1. Vyd. Praha: Vysoká škola ekonomická v Praze, Oeconomica, 2010. ISBN: 978-80-245-1714-8.

**TEGZE**, O. *Neverbální komunikace*. 1. Vyd. Praha: Computer Press, 2003. ISBN: 80-251-01-83-5.

**THIEL, E.** *Řeč lidského těla prozradí víc než tisíc slov.* 1. Vyd. Bratislava: Plasma service, 1993. ISBN:80-901412-1-8.

## INTERNETOVÉ ZDROJE

**EKMAN, P.** *FACS*, [online] 2014. Dostupné z: <http://www.paulekman.com>, [2014-03-09].

**EKMAN, P.** *FACS manual*, [online] 2014. Dostupné z: <http://face-and-emotion.com/dataface/facs/manual/TOC.html>, [2014-03-10].

## ZDROJE OBRÁZKOVÉ PŘÍLOHY

### **OBR. č. 1.**

[http://www.wallcoo.net/animal/Animal\\_Photography\\_Macro\\_Animal\\_HD\\_Wallpapers\\_1920\\_1600/wallpapers/1920x1200/A%20yellow%20duckling.html](http://www.wallcoo.net/animal/Animal_Photography_Macro_Animal_HD_Wallpapers_1920_1600/wallpapers/1920x1200/A%20yellow%20duckling.html), [2014-03-02].

### **OBR. č. 2.**

<http://zahrada-zivota1.webnode.cz/duhove-srdce/skupinove-sdileni/radost-naseho-vnitriho-ditete/>, [2014-02-10].

### **OBR. č. 3.**

<http://www.zdeko-puzzle.cz/do-300-dilku/10190742-radostne-setkani.html>, [2014-02-14].

### **OBR. č. 4.**

[http://zpravy.idnes.cz/pomuze-rozhovor-nebo-plac-radi-psycholog-obetem-od-studenky-prz-/domaci.aspx?c=A080812\\_134525\\_domaci\\_pei](http://zpravy.idnes.cz/pomuze-rozhovor-nebo-plac-radi-psycholog-obetem-od-studenky-prz-/domaci.aspx?c=A080812_134525_domaci_pei), [2014-02-27].

### **OBR. č. 5.**

[http://zpravy.idnes.cz/pred-150-lety-zacala-valka-severu-proti-jihu-americy-stale-rozdeluje-1jt-/zahranicni.aspx?c=A110412\\_154947\\_zahranicni\\_ipl](http://zpravy.idnes.cz/pred-150-lety-zacala-valka-severu-proti-jihu-americy-stale-rozdeluje-1jt-/zahranicni.aspx?c=A110412_154947_zahranicni_ipl), [2014-03-04].

### **OBR. č. 6.**

<http://www.koncentracni-tabory.estranky.cz/fotoalbum/nezarazene/kt-osvetim/mrtvoly-zavrazdenych-obeti--leden-1945.jpg.html>, [2014-03-01].

### **OBR. č. 3 – Zóny lidského obličej**

<http://m.cdn.blog.hu/je/jegboszi/image/aj%C3%A1nl%C3%B3/arcos2.JPG>, [2014-02-12].

## 7 SUMMARY

In the daily life we meet with different people, and we find ourselves in situations where the communication is one of the most important resources. Communication is an important component of our daily lives, we are entering a situation in which the use of communication and establish new relationships we form. This is a process, in which experiencing transmission and gathering information. According to the name of this bachelor, it deals with the non-verbal communication. The thesis is divided into two parts - theoretical and practical ones.

The theoretical part is divided into the first three chapters, with the first chapter of the work is devoted to the General characteristics, structure, forms and modes of communication. The next chapter is focused on non-verbal communication; its features are described, characterized by the kinds of nonverbal communication and body signals that are important for the nonverbal communication. The third chapter is targeted at facial expressions, which is the main theme of this work. In this chapter, is characterized by the human face, and the FACS method is introduced, according to which it is possible to detect facial movements. According to this method is practical research. It should be noted that in the third chapter are also listed and described the facial muscles and the facial area according to Ekmana and Střížové.

The practical part follows on from the previous three chapters. The aim of this part of the research was to identify and recognize by using responses to stimuli in two age categories for juniors (students up to 35 years) and seniors (respondents over 75 years). First were the characteristics of expressions of positive and negative emotions in the juniors and should be recognized as determinants of these emotions. Subsequently, the same thing was done for the other age categories, i.e. for seniors.

On the basis of the implementation of practical research we have come to the conclusion that according to the FACS method positive and negative symptoms can be really recognized.. The emotional expressions of joy and happiness on the one hand and sadness and misery on the other side were the recognizable face of all the respondents, since the speeches which expressed strong emotions. In both ages are emotions expressed similar mimic expressions can be therefore concluded that these emotions are not different for different age categories. Therefore, its work the conclusions confirmed the theoretical assumptions.

## 8 PŘÍLOHY

### PŘÍLOHA I.

Obrázky vyjadřující emoce radosti a štěstí



Obr. č. 1



Obr. č. 2



Obr. č. 3



Obrázky vyjadřující emoce smutku a neštěstí



Obr. č. 4



Obr. č. 5



Obr. č. 6

## PŘÍLOHA II.

Junioři (studenti do 35 let)

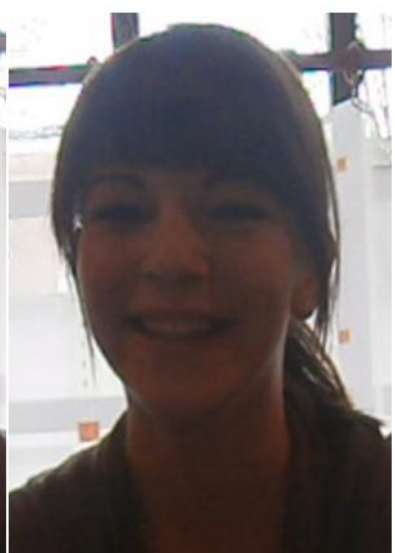
**Nikol K. 19 let**



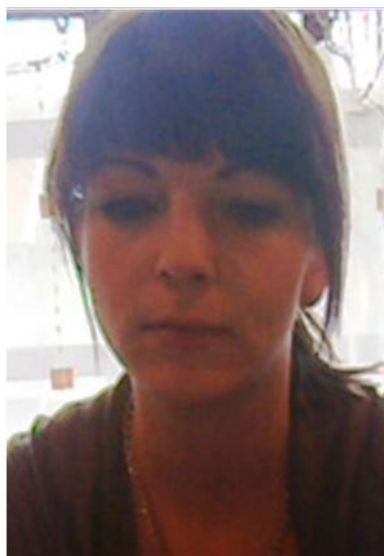
1.1



1.2



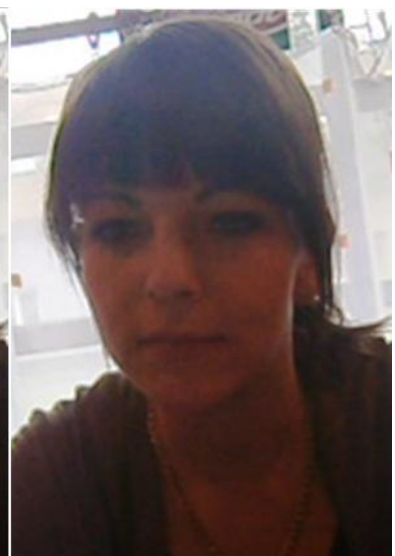
1.3



1.4



1.5



1.6

**Jaroslav M. 23 let**



2.1



2.2



2.3



2.4



2.5



2.6

**Roman K. 23 let**



3.1



3.2



3.3



3.4



3.5



3.6

**Jana B. 24 let**



4.1



4.2



4.3



4.4



4.5



4.6

Jiří M. 27 let



5.1



5.2



5.3



5.4



5.5



5.6

**Petr K. 33 let**



6.1



6.2



6.3



6.4



6.5



6.6

### PŘÍLOHA III.

Senioři (respondenti od 75 let)

**Antonín T. 76 let**



7.1



7.2



7.3



7.4



7.5



7.6



**Jaroslav H. 78 let**



8.1

8.2

8.3



8.4

8.5

8.6

**Olga Ch. 81 let**



9.1



9.2



9.3



9.4



9.5



9.6

**Zdeňka K. 85 let**



10.1

10.2

10.3



10.4

10.5

10.6

**Marie H. 85 let**



11.1



11.2



11.3



11.4



11.5



11.6

**František K. 86 let**



12.1

12.2

12.3



12.4

12.5

12.6

## PŘÍLOHA IV.

Souhlas s poskytnutím fotografií a údajů jednoho z respondentů

Já níže podepsaný (podepsaná):

Jméno a příjmení: Tomáš Aubouin věk: 76

Souhlasím se zveřejněním mých fotografií a údajů souvisejících s mou reakcí na předložené obrázky pouze pro účely zpracování bakalářské práce pana Tomáše Holého, studujícího filosofickou fakultu na ZČU v Plzni - humanitní studia.

Datum: 18.3.2014

Podpis: 