

BARBARA GAWDA

ORCID: 0000-0002-6783-1779
basia.gawda@poczta.umcs.lublin.pl

Wstęp. Język emocji

Introduction. The Language of Emotions

W niniejszym numerze „Annales UMCS. Sectio J” znajdują się artykuły, w których zaprezentowano rozważania oraz opisano badania dotyczące różnego rodzaju aspektów relacji pomiędzy językiem i emocjami. Język emocji odnosi się do szerokiego zakresu zjawisk – chodzi zarówno o wyrażanie językowe/werbalne stanów emocjonalnych (nazywanie ich za pomocą języka), jak i niewerbalne; ponadto obejmuje on m.in. znaczenia metaforyczne. Wyrażanie emocji i potrzeba badania ekspresji emocjonalnej (nie tylko w formie werbalnej, ale też w innych rodzajach wyrazu) wydają się niezwykle ważne w psychologii i naukach pokrewnych. Znaczenie tej problematyki wynika przede wszystkim z funkcji emocji: poznawczej, komunikacyjnej, ekspresyjnej i innych (Łosiak 2007).

Złożoność relacji pomiędzy językiem i emocjami wyjaśnia konstruktywistyczna teoria konceptualnego aktu emocjonalnego (*conceptual act theory* – CAT) autorstwa L.F. Barrett (2006, 2012) (według tłumaczenia A. Jarosz jest to teoria konstruowanej emocji – na podstawie książki *How Emotions Are Made. The Secret Life of the Brain* Barrett z 2018 r.)¹. Zakłada się w niej, iż język pełni kluczową rolę w procesie emocjonalnym w takim sensie, iż ma charakter konstytuujący (Barrett, Lindquist, Gendron 2007; Lindquist, Barrett 2008a, 2008b, 2012; Lindquist, Gendron 2013). Wiele danych wskazuje na to, że język w bardzo zróżnicowany sposób uczestniczy w procesach percepcji i doświadczania emo-

¹ W niniejszym tekście będą używane obie nazwy tej koncepcji. Wydaje się bowiem, że oryginalna nazwa, wywiedziona bezpośrednio z tłumaczenia nazwy angielskiej, tj. „teoria konceptualnego aktu emocjonalnego”, w pewnych sformułowaniach lepiej oddaje istotę tej koncepcji niż określenie „teoria konstruowanej emocji”.

cji. Wykazano na przykład, iż osoby, które mają zakłócony dostęp do znaczenia słów emocjonalnych, przejawiają zakłócenia również w percepcji/odczytywaniu właściwych ekspresji emocji (Lindquist, Gendron, Barrett, Dickerson 2014). Bez takiego dostępu do zasobów leksykalnych nazywają wyrazy mimiczne, używając konkretnych określeń/zwrotów, np. *dzikie oczy* zamiast nazwy emocji *strach* (Lindquist i in. 2014). Rezultaty przeprowadzonych badań prowadzą do wniosku, że dostęp do indywidualnego leksykonu emocjonalnego, pojęć emocjonalnych i reprezentacji emocjonalnych jest kluczowym elementem rozumienia niuansów emocjonalnych i dostrzegania różnicowania ekspresji mimicznej.

Teoria konstruowanej emocji/konceptualnego aktu emocjonalnego jest inspirowana w pewnym sensie koncepcją K. Darwina, odwołuje się bowiem do adaptacyjnej funkcji emocji (Barrett 2013). Podobnie jak teoria ewolucji zakłada, iż kluczową właściwością człowieka jest adaptacyjność do różnych warunków środowiskowych. W tym ewolucyjnym programie ważną rolę odgrywają emocje. Są one wkomponowane w system adaptacyjny człowieka, a podstawą jest złożona struktura mózgu i układu nerwowego. Architektura mózgu stanowi bazę procesów interakcji z otoczeniem (Barrett, Satpute 2013). W interakcjach pojawiają się emocje, które znajdują się pod wpływem nadrzędnej zasady wydajności i elastyczności adaptacyjnej (Laland, Brown 2002).

Podobnie jak teoria emocji podstawowych teoria konstruowanej emocji zakłada, że istnieje zestaw uogólnionych, typowych dla danego gatunku, emocjonalnych epizodów. Jednak nie ma jednej skończonej liczby takich relacji pomiędzy określoną kategorią/nazwą emocji i określonym rodzajem behawioralnej adaptacji, np. w sytuacji strachu nie istnieje ograniczony zestaw potencjalnych zachowań, tzn. albo walka, albo ucieczka, albo zamrożenie, tak jak zakłada teoria emocji podstawowych (Barrett 2012; Gross, Canteras 2012). Człowiek nie jest biernym odbiorcą bodźców z otaczającego środowiska. Przeciwnie, reakcja emocjonalna jest konstruowana w danych okolicznościach, a nie wydobywana z posiadanych już zasobów podmiotu. Co więcej, ogólne procesy adaptacyjne nie wyjaśniają w sposób wystarczający zjawiska emocji, potrzebne są jeszcze pojęcia abstrakcyjne i język.

Teoria konstruowanej emocji, tak jak koncepcje aktywacyjne, przyjmuje, iż emocje stanowią odzwierciedlenie znaczenia czegoś (zdarzenia) dla podmiotu. Pojawiają się w sytuacjach, gdy osoba dostrzega znaczenie jakiejś sytuacji, analizując zarówno dane sensoryczne (*bottom-up*), jak i dane uprzednio zakodowane (*top-down*). Oznacza to, że teoria konceptualnego aktu jest bardziej zbliżona do aktywacyjnych konstruktywistycznych ujęć niż do aktywacyjnych ujęć przyczynowych.

Z kolei odnosząc teorię konstruowanej emocji do ujęć klasycznych, podkreśla się funkcjonalność (Barrett 2012). Emocja pojawia się w sytuacji, gdy aktywowane są „ucieleśniona” wiedza oraz dane percepcyjne czy fizyczne. Docho-

dzi wówczas do interakcji tych dwóch zestawów danych, w efekcie czego dane percepcyjne czy fizyczne zostają powiązane z danymi z reprezentacji w procesie doświadczania odczucia – w tym momencie ma miejsce stan emocjonalny.

Omawiana teoria, podobnie jak teorie społecznego konstrukttywizmu, podkreśla znaczenie sytuacji społecznych w procesie emocjonalnym. Skoro stan emocjonalny jest po części uwarunkowany zawartością zapisu w reprezentacjach poznawczych (czyli doświadczeniem emocjonalnym), to zapis ten pozostaje pod silnym wpływem czynników społecznych (w tym zakodowanego/przyswojonego słownictwa emocjonalnego, kulturowych norm dla danej kategorii emocjonalnej, rozwoju pojęć emocjonalnych w danym kontekście kulturowo-społecznym). Teoria konstruowanej emocji jest najprawdopodobniej czułym kulturowo narzędziem do opisu emocji. Kultura nie jest niezależna od emocji, ale też nie ma związku przyczynowo-skutkowego pomiędzy kulturą i emocjami. Emocje są naznaczone czynnikami kulturowymi poprzez wiedzę i zawartość struktur poznawczych osoby. Co więcej, są pochodnymi transmisji kulturowej, socjalizacji i akulturacji w procesie przetwarzania informacji oraz służą do strukturalizowania relacji i interakcji pomiędzy ludźmi (Barrett 2014).

Jaki związek ma język z emocjami w świetle koncepcji konstrukttywizmu, a dokładniej – w świetle koncepcji konstruowanej emocji? Według A. Wierzbickiej (2010), przedstawicielki semantyki kognitywnej, język jest środkiem do zapisu doświadczenia osobistego. Konceptualizując doświadczenie emocjonalne, człowiek wykorzystuje język. Koncepcje konstrukcjonistyczne zakładają, że emocje to psychologiczne wiązki podstawowych elementów obejmujących dane cielesne/fizjologiczne, percepcyjne, wzrokowe czy słuchowe oraz wiedzę pojęciową dotyczącą kategorii emocjonalnych. Innymi słowy, emocja powstaje w sytuacji interakcji danych pochodzących zarówno z receptorów (tj. procesów *bottom-up*), jak i z zapisu pamięciowego (tj. procesów *top-down*). Według koncepcji konceptualnego aktu emocjonalnego język odgrywa bardzo ważną i złożoną rolę w procesie nabywania pojęć emocjonalnych oraz ich wykorzystania w procesie doświadczania emocjonalnego (Lindquist 2013). Z badań międzykulturowych jasno wynika, iż język pełni rolę konstytuującą w odniesieniu do emocji (Lindquist, MacCormack, Shablack 2015). Podobnie badania neuropsychologiczne potwierdzają silne związki pomiędzy językiem i emocjami, np. w sytuacji ekspozycji obrazków prezentujących wyrazy mimiczne wcześniej wypowiedane słowa emocjonalne powodują zmniejszenie aktywacji tych struktur mózgu, które zazwyczaj aktywizują się przy rozpoznawaniu wyrazów mimicznych (Lindquist 2013).

Podstawowe trzy komponenty emocji według omawianej koncepcji to: odczucia afektu, doznania eksteroceptywne (np. wzrokowe, słuchowe) oraz wiedza pojęciowa. Afekty są odzwierciedleniem zmian cielesnych odczuwanych w postaci zróżnicowanego stopnia pobudzenia i walencji. Afekt jest efektem przetwarzania interoceptywnych danych. Odczucia eksteroceptywne dotyczą informa-

cji spoza ciała osoby odczuwającej emocję. Natomiast wiedza pojęciowa spaja dane interoceptywne i eksteroceptywne oraz pomaga w ustaleniu, nazwaniu czy określeniu, z jakim stanem osoba ma do czynienia i w jakim stanie się znajduje. Wiedza pojęciowa, kategorie emocjonalne i określenia emocjonalne mają charakter w pewnym sensie aprioryczny, służą bowiem nadaniu określonego znaczenia kombinacji bodźców intero- i eksteroceptywnych. Wiedza jednak nie ma charakteru statycznego. Język nie tylko jest wykorzystywany do określania czy nazywania stanów afektywnych. Jest on czynnikiem konstytuującym emocję. Pojęcia czy kategorie emocjonalne są kluczowymi komponentami procesu emocjonalnego. Nazywanie emocji to element doświadczania emocji. W tym aspekcie stanowisko Barrett (2018) w interesujący i istotny sposób rozstrzyga kwestie zróżnicowania doświadczenia emocji (reprezentacji emocji) i doświadczania emocji (aktu emocjonalnego). Wskazuje, iż to zróżnicowanie jest w istocie trudne do uchwycenia, ponieważ granica pomiędzy nimi jest niejednoznaczna. Odczuwać emocję w gruncie rzeczy oznacza uaktywnić reprezentację emocji i odwrotnie – nazywanie emocji może uaktywnić odczucia. Słowa emocjonalne, zawierające wiedzę na temat znaczenia danej emocji, stanowią już element doświadczania określonych emocji. Język zatem nie tylko pełni funkcję nadrzędną w stosunku do doznań intero- i eksteroceptywnych, doprowadzając do nadania im znaczenia, czyli nazwania ich, ale też przyczynia się do odczuwania emocji.

Wskazuje się, iż język w procesie nabywania pojęć przyczynia się do utworzenia reprezentacji emocji oraz ich kodowania/przechowywania. Ze względu na to, iż przyjmuje się, że pojęcia emocjonalne mają charakter „ucieleśniony”, można założyć, że nazwa określonej emocji jako abstrakcyjna kategoria językowa pełni funkcję integrującą różne komponenty pojęcia i w efekcie funkcję spajającą w odniesieniu do doświadczania emocji (Lindquist i in. 2015). Na przykład taka funkcja pojęcia/kategorii emocjonalnej sprzyja integracji danych odnośnie do aspektu fonologicznego i abstrakcyjnego, w wyniku czego oba aspekty dla danej emocji są przechowywane w pamięci jako nieodłączne. Wiele badań wykazało, iż w pojęciu emocji zawiera się szereg elementów, takich jak: dane interoceptywne (Barrett i in. 2007; Wilson-Mendenhall, Barrett, Barsalou 2013), specyficzne ze względu na modalność dane eksteroceptywne (wzrokowe, słuchowe, węchowe), specyficzne dane dotyczące przedmiotów i kontekstu, w jakich są one używane (Wilson-Mendenhall, Barrett, Simmons, Barsalou 2011; Wilson-Mendenhall i in. 2013), a także dane odnoszące się do aktywności typowych dla danych kategorii pojęciowych (Oosterwijk, Touroutoglou, Lindquist 2014). Pojęcia emocjonalne zawierają również: elementy abstrakcyjne; dane odnośnie do relacji osoby z jej środowiskiem, otoczeniem, innymi ludźmi; informacje pozyskane z szerokiego spektrum zasobów kulturowych, z którymi osoba ma do czynienia; specyficzne dane pozyskane w trakcie indywidualnego doświadczenia (np. specyficzne odczucia cielesne, dane percepcyjne związane z jakąś sytuacją emocjonalną przeżyta przez osobę). Taką strukturę

pojęć potwierdzają badania nad emocjonalną fluencją werbalną. Co więcej, dowodzą one, iż w strukturze pojęcia zawarte są też odniesienia do samooceny osoby i jej sytuacji społeczno-zawodowo-egzystencjalnej (Gawda 2017). Według teorii konceptualnego aktu emocjonalnego kategorie/pojęcia emocjonalne nie zawierają stałych, ukształtowanych społecznie i kulturowo, pojedynczych egzemplarzy czy pojedynczych elementów prototypowych. Nie istnieją „najlepsze egzemplarze” pasujące do danej kategorii. W teorii konstruowanej emocji istnieje wiele sensomotorycznych reprezentacji danej emocji, które współkonstruuują konceptualizację tej emocji. Owocuje to odczuwaniem różnorodnych odczuć w sytuacji aktu emocjonalnego określonego typu (np. złości). Istnieje jednak pewien zakres powtarzalności percepcyjnej. Czynniki sytuacyjne stanowią kluczowy element decydujący o tym, jakie elementy konceptualne zostaną aktywowane i jaki rodzaj odczucia się pojawi. Dzieje się tak, ponieważ pojęcia emocjonalne mają strukturę sieciową i w obrębie nadrzędnych sieci istnieje szereg subsieci odnoszących się do wielu różnych odmian odczucia emocjonalnego. Mogą zatem być aktywowane różne elementy sieci bądź różne konfiguracje elementów sieci czy konfiguracje subsieci danej emocji (Lindquist i in. 2015).

Z powyższych danych wynika, że język pełni istotne funkcje nie tylko w doświadczaniu i percypowaniu emocji, ale także w nabywaniu i kodowaniu emocji oraz doświadczeń emocjonalnych, przyczyniając się do ich systematyzowania i integrowania (Lindquist, Barrett, Bliss-Moreau, Russell 2006; Barrett, Bliss-Moreau 2009). Wiele danych z zakresu psychologii rozwojowej i poznawczej potwierdza takie stanowisko, np. wskazuje się, że małe dzieci (w okresie, kiedy rozpoznają kilka emocji podstawowych) funkcjonują tak, jak „racjonalni konstruktywiści”, gdyż posiadają wrodzone zdolności do kategoryzacji zjawisk (Xu, Kushnir 2013). W wieku 3–4 miesięcy u dziecka zaczynają się kształtować podstawy różnicowania kategorii naturalnych (np. odnośnie do zwierząt). W miarę rozwoju języka wzrastają możliwości w zakresie przyswajania pojęć emocjonalnych. Rozwój mowy dziecka przyczynia się do ukształtowania umiejętności różnicowania stanów emocjonalnych. Uczenie się, oparte na języku czy wzbogacone komunikatami językowymi, ma bardziej trwały charakter. Oznacza to, iż rozwój emocjonalny w znaczącym stopniu jest powiązany z rozwojem języka. Nabywanie pojęć emocjonalnych i rozwój emocjonalny ma miejsce również w innych okresach rozwojowych niż dzieciństwo, także w dorosłości. Język wspomagane nabywanie nowych pojęć, nowego rodzaju wiedzy (np. danych wizualnych) (Lindquist i in. 2015). W odniesieniu do powyższego zjawiska sformułowano „hipotezę zwrotnego nazywania”. Zgodnie z nią nazywanie określonych zjawisk (określanie ich przy pomocy języka) sprzyja integracji danych w sieci informacyjnej dotyczącej danego zjawiska (Lupyan 2012). Język i system pojęciowy są ze sobą połączone. Wynika to z faktu, iż język, umysł i pojęcia emocjonalne mają naturę sieciową, co w efekcie wyjaśnia ich liczne powiązania ze sobą.

Reasumując, można stwierdzić, iż pomimo tego, że badania relacji języka i emocji niosą za sobą pewne ograniczenia, istnieje szereg wyzwań dla tej problematyki, zarówno o charakterze teoretycznym, jak i aplikacyjnym. Ogólnie należy podkreślić, iż relacje te odnoszą się do uczenia się pojęć emocjonalnych, kodowania doświadczenia emocjonalnego, percepcji i regulacji emocji oraz doświadczania afektywnego. Lepsze zrozumienie funkcjonowania emocjonalnego człowieka jest uwarunkowane zrozumieniem jego języka i relacji język – emocje.

BIBLIOGRAFIA

- Barrett, L.F. (2006). Solving the Emotion Paradox: Categorization and the Experience of Emotion. *Personality and Social Psychology Review*, 10(1), 20–46.
DOI: https://doi.org/10.1207/s15327957pspr1001_2.
- Barrett, L.F. (2012). Emotions are real. *Emotion*, 12(3), 413–429.
DOI: <https://doi.org/10.1037/a0027555>.
- Barrett, L.F. (2013). Psychological Construction: The Darwinian Approach to the Science of Emotion. *Emotion Review*, 5(4), 379–389. **DOI:** <https://doi.org/10.1177/1754073913489753>.
- Barrett, L.F. (2014). The Conceptual Act Theory: A Précis. *Emotion Review*, 6(4), 292–297.
DOI: <https://doi.org/10.1177/1754073914534479>.
- Barrett, L.F. (2018). *Jak powstają emocje. Sekretne życie mózgu*. Warszawa: CeDeWu.
- Barrett, L.F., Lindquist, K.A., Gendron, M. (2007). Language as context for the perception of emotion. *Trends in Cognitive Science*, 11(8), 327–332.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tics.2007.06.003>.
- Barrett, L.F., Bliss-Moreau, E. (2009). Affect as a Psychological Primitive. *Advances in Experimental Social Psychology*, 41, 167–218. **DOI:** [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(08\)00404-8](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)00404-8).
- Barrett, L.F., Satpute, A.B. (2013). Large-scale brain networks in affective and social neuroscience: towards an integrative functional architecture of the brain. *Current Opinions in Neurobiology*, 23(3), 361–372. **DOI:** <https://doi.org/10.1016/j.conb.2012.12.012>.
- Gawda, B. (2017). *Struktura pojęć emocjonalnych. Wykorzystanie technik fluencji werbalnej*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Gross, C.T., Canteras, N.S.C. (2012). The many paths to fear. *Nature Reviews Neuroscience*, 13, 651–658. **DOI:** <https://doi.org/10.1038/nrn3301>.
- Laland, K.N., Brown, G.R. (2002). *Sense and nonsense: Evolutionary perspectives on human behavior*. New York: Oxford University Press.
- Lindquist, K.A. (2013). Emotions Emerge from More Basic Psychological Ingredients: A Modern Psychological Constructionist Model. *Emotion Review*, 5(4), 356–368.
DOI: <https://doi.org/10.1177/1754073913489750>.
- Lindquist, K.A., Barrett, L.F., Bliss-Moreau, E., Russell, J.A. (2006). Language and the perception of emotion. *Emotion*, 6(1), 125–138. **DOI:** <https://doi.org/10.1037/1528-3542.6.1.125>.
- Lindquist, K.A., Barrett, L.F. (2008a). Constructing Emotion: The Experience of Fear as a Conceptual Act. *Psychological Science*, 19(9), 898–903. **DOI:** <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02174.x>.

- Lindquist, K.A., Barrett, L.F. (2008b). Emotional complexity. W: M. Lewis, Haviland-Jones, J.M., Barrett, L.F. (eds.), *Handbook of Emotions* (s. 513–533). New York: Guilford Press.
- Lindquist, K.A., Barrett, L.F. (2012). A functional architecture of the human brain: Insights from emotion. *Trends in Cognitive Science*, 16(11), 533–554.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.tics.2012.09.005>.
- Lindquist, K.A., Gendron, M. (2013). What's in a Word? Language Constructs Emotion Perception. *Emotion Review*, 5(1), 66–71. **DOI: <https://doi.org/10.1177/1754073912451351>.**
- Lindquist, K.A., Gendron, M., Barrett, L.F., Dickerson, B.C. (2014). Emotion perception, but not affect perception, is impaired with semantic memory loss. *Emotion*, 14(2), 375–387.
DOI: <https://doi.org/10.1037/a0035293>.
- Lindquist, K.A., MacCormack, J.K., Shablack, H. (2015). The role of language in emotion: predictions from psychological constructionism. *Frontiers in Psychology*, 6(444).
DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2015.00444>.
- Lupyan, G. (2012). Linguistically modulated perception and cognition: the label-feedback hypothesis. *Frontiers in Psychology*, 3(54). **DOI: <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2012.00054>.**
- Łosiak, W. (2007). *Psychologia emocji*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Oosterwijk, S., Touroutoglou, A., Lindquist, K.A. (2014). The neuroscience of construction: what neuroimaging can tell us about how the brain creates the mind. W: L.F. Barrett, J.A. Russell (eds.), *The Psychological Construction of Emotion* (s. 11–143). New York: Guilford Press.
- Wierzbicka, A. (2010). *Semantyka. Jednostki elementarne i uniwersalne*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Wilson-Mendenhall, C.D., Barrett, L.F., Simmons, W.K., Barsalou, L.W. (2011). Grounding emotion in situated conceptualization. *Neuropsychologia*, 49(5), 1105–1127.
DOI: <https://doi.org/10.1016/j.neuropsychologia.2010.12.032>.
- Wilson-Mendenhall, C.D., Barrett, L.F., Barsalou, L.W. (2013). Situating emotional experience. *Frontiers in Human Neuroscience*, 7(764). **DOI: <https://doi.org/10.3389/fnhum.2013.00764>.**
- Xu, F., Kushnir, T. (2013). Infants Are Rational Constructivist Learners. *Current Directions Psychological Sciences*, 22(1), 28–32. **DOI: <https://doi.org/10.1177/0963721412469396>.**