

Stud

Mnohé z emocí, které v nás život vyvolává, jsou sociálně vztažné, jejich vystoupení je vázáno na sociální situace, na přítomnost druhých lidí. Jednou z takových typických sociálních emocí je pocit trapnosti, který vzniká, když subjekt vyvolá pozornost svého sociálního okolí tím, že porušil nebo nesplnil jeho očekávání nebo normu, uvědomil si to a má proto problém se svým sebehodnocením (E. Goffman, 1956). Například když polije svému hostiteli ubrus kávou, je to pro oba trapné; jindy může vzniknout situace, která je trapná pro subjekt, ale směšná pro jeho okolí.

M. Lewis (1995) píše, že jedinec se v trapné situaci stal středem pozornosti svého okolí i pozornosti vlastní. Příčinou je tedy nějaké chybné chování, přestoupení či opomenutí, zanedbání či přehlédnutí nějakého standardu chování. Někteří psychologové považují pocit trapnosti za předstupeň, či za slabší pocit studu (H. Schmitz, 2006).

Složitějším pocitem je stud; stydíme se za sebe nebo v některých případech i za jiné, když je u nás nebo u nich odhaleno něco, co by mělo být utajeno; mnozí lidé však nepocítují spolu s tak postiženou osobou stud, ale škodolibost. S. S. Tomkins (1963) vymezuje stud jako

komplex pocitů pokoření, porážky, pochybení, selhání a zdůrazňuje, že hrůza a hoře bolí, jsou to duševní rány navozené zvnějšku, pronikající povrch, ale „stud je pocítován jako vnitřní muka, jako nemoc duše... proniká do srdce člověka nehlouběji“. Postižený si uvědomuje, že se druhým stává zdrojem posměchu, opovržením, že je druhými odsuzován. Proto si v pocitu studu zakrývá tvář, klopi oči a přerušuje tak kontakt s druhými, nejraději by se „propadl do země“, pokouší se odvrátit pozornost od dané situace, nebo se jí či sobě samému vysmívá, nezřídka i přchá. Ve studu „já prožívá já“, je vnímána diskrepance mezi reálným a ideálním egem (D. Ulich a Ph. Mayring, 2003) a devalvace ega.

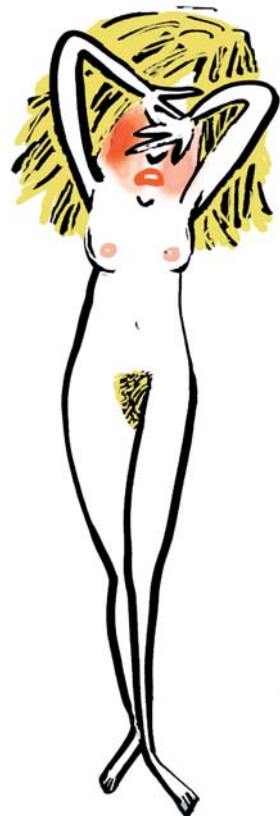
Stud se tedy vztahuje na subjektivní pojetí hodnot, které mají velký společenskokulturní význam, a opět tu vystupuje sociální vztažnost: subjekt má pocit, že byl svým sociálním okolím odhalen a tím byl znevážen a vyvolal opovržení druhých – pocit studu je velmi nepříjemná „reflexivní emoce“. Pro svou sociální vztažnost a zážitkovou intenzitu bývá stud označován jako „sociální úzkost“. Stud zasahuje hodnotu ega hlouběji a devalvuje ji výrazněji než pocit trapnosti.

Text prof. PhDr. Milan Nakonečný
Teologická fakulta JU v Českých Budějovicích,
katedra psychologie

Trapasy mohou být někdy směšné, situace vyvolávající stud jsou politováníhodné. V tomto smyslu se pocit studu může spojovat s pocitem viny a jako stud ze sebe sama může aktivovat zábrany pro nemorální a opovržení hodné chování; může tak působit jako vnitřní regulátor jednání, jako jeho preventivní útlum.

Existuje několik forem studu: mravní (stud ze sebe sama po provedení něčeho obecně nepřijatelného); sexuální stud (vyvolaný porušením norem sexuálního chování, resp. proniknutím někoho do intimní sféry sexuálního života subjektu); další formou je výše uvedený sociální stud a posléze instinktivní stud, spojený s ostýchavostí ve styku s druhými lidmi, který souvisí se sebeomezováním (G. H. Seidler, 1995).

Psychickou vlastností osobnosti je stydlivost, zvýšená pohotovost pro reakci emocí



studu, spojená s ostýchavostí. V. Rost (1990) analyzoval evoluční hledisko, tj. funkci studu, a soudí, že souvisí s „emocionálními pravidly soužití, která jsou důležitá v období přechodu izolovaného jednotlivého lovce ke koordinovanému skupinovému lovu“; to souvisí s instalací „emočního smyslu pro spravedlnost, jehož oporou, vedle studu a vděčnosti, byly také lítost, rozhořčení, pocit viny“ a další emoce. Stud je jakýsi „emocionální protihráč“ sexuální libovůle, exhibicionistických a agresivních tendencí, „brzdí příliš extrovertní chování“ a nežádoucí výboje do sociálních oblastí (Rost).

Stud má tedy instinktivní základy, ale také naučené formy, které souvisejí se sebehodnocením, identifikací a internalizací určitých hodnot (např. zloděj se za svůj čin nemusí stydět sám ze sebe a je-li dopaden, nemusí se stydět ani před jinými); stud vyžaduje určitou úroveň morálního vývoje, tj. respektování určitého systému společenských hodnot.

Stud – i když ne vždy – provází červenání se. Tento „mysteriózní fenomén“ se dosud nepodařilo odůvodnit (C. E. Izard, 1981), ačkoli se o to pokoušel již Ch. Darwin (1872), který to vysvětloval tím, že obličej je středem pozornosti druhých. Ovšem pak vzniká paradox: ve studu by člověk nejraději druhým zmizel z očí a neupoutával pozornost zčervenáním, které je vůči nekontrolovatelnou reakcí autonomní nervové soustavy... ■

Kresby: Luděk Bárta

František Houdek Indikátor lidství

„Počáteční překvapení se změnilo v hrdost na dílo manželů, a do jisté míry i na vlastní účast na projektu, vždyť díky němu válka skončila možná až o rok dříve, než se čekalo... Když se však mezi oslavnými výroky začala z různých stran objevovat slova ‚barbarství‘, ‚brůza‘, ‚masová vražda v Hirošimě‘, manželky začaly váhat, zpytovaly svědomí, ale odpověď na zaseté pochybnosti nenacházely. Hrdost a stud...“

Tohle jsem si ve vzpomínkách Laury Fermi, manželky jednoho z protagonistů vývoje americké jaderné bomby, přečetl před nějakými třiceti lety. Tehdy jsem ještě o věcech poněkud přemýšlel... Dosud jsem znal především „vývojovou“ formu studu, tedy ostych (provázený pýřením, co to se mě natrápilo!), maximálně ještě coby jedinec mladistvé sobecký zacítil jsem tu a tam stud ve smyslu osobní hanby za některé své adolescentní výstřelky. Tím už jsem nakročoval k „vyšší“, „etické“ formě studu. Paní Fermi mi tuto formu podstatně rozšířila: stud jako pocit zahanbení lze cítit i za skutky jiných, dokonce i těch, které osobně neznáme a nikdy nepotkáme!

Zatímco lítost může fungovat mimoběžně s etikou (kupříkladu Fritzi Haberovi přišlo strašně líto, že mu velitelství nepovolilo během první světové války provést první útok otravným plynem ve větším rozsahu), stud ve smyslu hanby přímo vyvěrá z etických zásad (pravda, třeba pokřivených).

Sociální stud je podle mě nejvyšší forma studu a jeden z nejvyšších projevů lidství. A tady využiji příležitosti prezentovat svůj zcela čerstvý zážitek. Kateřina Jacques a biomasa, lapálie notoricky známá. My doma televizor nemáme, ale v práci si to kolegové (v drtivé většině ve věku mých dětí) pouštěli z internetu; dokonce to považovali za takovou bombu, že na to sezvali celou naši partu včetně mé fosilní maličkosti. A pak se mi to stalo. Jestli paní Jacques nevěděla, nebo jenom ve stresu upadla do okna, mi začalo připadat zcela nepodstatné. Já jsem se totiž styděl, tolik, až mi naskočil ruměnek. Za ni a hlavně za moderátora, který jí griloval vskutku nelítostně a s neskrývanou rozkoší. Však nedosti. Jak jsem zvyklý pořádku si všimnout lidí kolem, kolegové se v mých očích rozdělili na dva tábory. Jedni, mladí kluci, se tím královsky bavili. Druhým, holkám a dvěma mužům po čtyřicítce, to přišlo spíš trapné. Později jsem o tom s nimi mluvil. U prvních převládala reakce typu: „Proč bych se měl stydět za to, že je někdo blbej a leze do televize?“ U druhých pak: „Když já se trápil společně s ní...“

Nevím, příslušné školy nemám, ostatně, tady by asi beztak byly k ničemu. Doufám ale, že „moji kluci“ časem vyrostou, jako (snad) já. Bytostně totiž cítím, že bez schopnosti sociálního studu skončíme v pekle. ■



Libuše Koubská Zaprášené nohy v posteli

Nestyd' se a zarecituj básničku, zazpívej písničku! Styd' se, zase ses počural/a! Chovej se slušně, abychom se za tebe nemuseli stydět! Těch rozporných imperativů, které jsme na téma studu vyslechli v dětství, bylo bezpočet. Psychologické slovníky říkají, že stud je specificky lidská, výchovou získaná emoce. Dosud málo prozkoumaná, doširoka rozběhnutá. Zahrnuje hrůzu z vyzpěvování koled tetičkám pod vánočním stromkem (ostych, tréma, trapnost), z nočního nedoběhnutí na záchod (hanba z mokré matrace), povinnost zdravit, dodržovat dané slovo, nelhat, nekrást, nepodvádět druhé, nebrat úplatky, nešťourat se vidličkou v uchu.

Studem prý člověk projevuje schopnost odstupe vůči sobě samému, dokazuje tak, že mu na něm samotném záleží. Možná je to i pravda, třeba se jedná opravdu o užitečný podnět, který zařídí, že osmnáctiletá holka nepodlehne o pětadvacet let staršímu ženatému pánovi jen proto, že se stydí, že má po celodenním trajdání Stromovkou špinavé nohy, a proto si nemůže sundat sandálky a tudíž ani nic dalšího. Ale zase kdyby se nestyděla za svou zaprášenost, možná by se leccos naučila a příště by už mohla být velice užitečná nějakému nešťastnému stydlivkovi.

Nechci však choulostivou oblast nijak zlehčovat. Vždyť už Platón tvrdil, že ten, kdo není schopen

Co je lepší: červenat se pod peřinou, nebo před druhými?

studu, má být usmrcen jako nákaza obce. Bezostyšnost chápal jako zhoubu, jako nebezpečný mor.

Schopnost se stydět může být ovšem také kruté zneužitá, veřejný posměch, pohrdání a ponižování fungují například v totalitních společnostech jako účinné, mnohdy smrtící zbraně.



Ten, kdo není bez skrupulí, některé věci neudělá, protože by se prostě styděl. Ale je otázka, jestli sám před sebou, nebo spíš, jak soudil Jean-Paul Sartre, v té podobě, v jaké se jeví druhým lidem. Co je tedy lepší, červenat se pod peřinou, nebo před druhými? Podle odborníků toho víme o neurofyziologii studu málo; určitě však to, že patří k emocím vyššího řádu, jež souvisejí se sebeuvědomováním. Také to, že je stud emoce velmi obtížná, emoce, za kterou se stydíme. Že bývá častější příčinou deprese než například vina, protože se vztahuje ke slabosti a bezmocnosti. Že i psychoanalytik může zažít stud kvůli tomu, že vyvolal pocit studu u pacienta.

Příznačné pro dnešní dobu je však jedno: určitě se oslabil sexuální stud (což není nic, za co bychom se měli stydět, naopak), ale zesílil stud emocionální (což je ovšem přinejmenším na pováženu). ■

Michael W. Pospíšil

Co bychom si počali bez fíkového listu...

Bez pocitu studu by vlastně nemohl být svět doopravdy lidský. Zvířata se nestydí. I když máme občas tendenci svým domácím mazlíčkům přisuzovat vlastnosti lidské, vaše kočička či pesek se zcela bez zábran před vámi či – ó bože, dokonce i před cizími – vykálí či pomiluje. Ani je nenapadne, aby se schovávali do ústraní. U normálně konstituovaného člověka je tomu naopak. K oběma výše popsaným aktivitám vyhledává intimitu. A nejenom to, o těchto „záležitostech“ ani nemluví! Platí zde zásada, že co se „nedělá“, o tom se ani nezmiňujeme. A když už o nich hovoříme, přecházíme často k upravování

pravdy, abych neřekl rovnou ke lžím či výmyslům. To platí především o sexualitě, k níž se vážou nejrůznější fantazmata, hlavně u mužské části lidského pokolení.

Malé dítě pocitu studu nezná. Až teprve život v lidské společnosti ho naučí stydět se. Bylo by zajímavé zjistit, jak a kdy tento pocit začal vznikat. V této souvislosti si nelze nevzpomenout na Adama a Evu, hada a fíkovový list. To ale není příliš vědecké vysvětlení. Přesto nám připomíná, že tím prvotním impulzem bylo pravděpodobně poznání a nějaká formující se společenská pravidla. Jednoduché zakrytí pohlavních orgánů se začalo vyvíjet směrem k rafinovanějším způsobům. O pár století či tisíciletí později se tomu začalo říkat móda.

Jelikož se lidské společnosti vyvíjely na různých koncích planety v kontextu různých filozofických, náboženských i společenských pravidel, je pocit studu výrazně odlišný, žijeme-li jako členové kmenů lovců v Africe či Austrálii, v zemích, kde vládne islám či kde je většinový katolicismus anebo protestantství. Každá lidská společnost aplikuje různé kódy, jimiž se její členové řídí, nechtějí-li se postavit mimo pravidla. V zemích, kde je aplikován silný islám, není myslitelné, aby žena vyšla na ulici

nezahalená, ať už jenom závojem či burkou, v méně svázaném světě vládou ve sele minisukně, tanga a jiné rafinovanosti zdůrazňující krásu ženského těla (velmi relativní pojem!).

Při jedné dávné návštěvě v kdysi jednoznačně majoritním protestantském Holandsku jsem si všiml, že okna většiny domů neměla záclony, a to ani v přízemních bytech. Bylo do nich „nestoudně“ vidět. Ptal jsem se proč a bylo mi řečeno, že protestanti tak dávají najevo, že nedělají nic, za co by se měli stydět. No prosím! Tak se naučme před letními dovolenými pochopit i respektovat pravidla zemí, kam zamíříme, a přejme si, aby vzájemný respekt fungoval na všechny strany. ■

