

Univerzita Palackého v Olomouci

Cyrlometodějská teologická fakulta

Institut sociálního zdraví



Faktory ovlivňující emoční projev v rodném jazyce a ve druhém jazyce  
naučeném

Factors affecting emotional expression in the native language and in  
the second language learned

Diplomová práce

Olomouc 2024

Autor: Bc. Sabina Jonuzi

Vedoucí práce: MUDr. Michal Kryl

## **Prohlášení**

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracovala samostatně, že jsem řádně citovala všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.

V Olomouci, dne 15. 4. 2024

podpis

Sabina Jonuzi

## **Poděkování**

Tímto bych chtěla poděkovat zejména MUDr. Michalovi Krylovi za profesionální vedení této diplomové práce, za jeho pozitivní přístup, motivaci a dávání potřebné zpětné reflexe, která byla velkou esencí při tvorbě samotné. Beze sporu díky patří participantům za poskytnutí cenných osobních informací o jejich žité zkušenosti, které jsou důležitou součástí práce a inženýru Zdeňkovi Černému za profesionální jazykovou a formátovou revizi textu. Bez podpory rodiny a mých blízkých přátel by se psalo těžko, díky i Vám!

**Klíčová slova**

emoce – nálada – kultura – city – jazyk – řeč – komunikace

**Key words**

emotions – mood – culture – feelings – language – communication

## **Abstrakt**

Diplomová práce se zabývá prozkoumáním emocionálního vyjadřování ve dvoujazyčném kontextu, s důrazem na to, jak bilingvismus ovlivňuje intenzitu a kvalitu emočních projevů. Empirická část využívá kvalitativní metody k analýze rozdílů v emočním vyjadřování mezi mateřským a druhým jazykem účastníků. Výzkum ukazuje, že jazyk má významný vliv na emoční projevy, což je ovlivněno faktory jako jazyková plynulost, kulturní normy a osobní identita. Příběhy účastníků poskytují hlubší vhled do toho, jak jedinci přizpůsobují své emoční projevy v různých jazykových a kulturních kontextech. Závěry práce zdůrazňují důležitost pochopení vztahu mezi jazykem, emocemi a identitou v multilingválních a multikulturních prostředích, což má významné důsledky pro oblasti psycholingvistiky, sociální psychologie a vzdělávání.

## **Abstract**

The thesis explores the expression of emotions in a bilingual context, focusing on how bilingualism affects the intensity and quality of emotional expressions. The empirical section utilizes qualitative methods to analyze differences in emotional expression between participants' native and second languages. The research demonstrates that language significantly influences emotional expressions, affected by factors such as linguistic fluency, cultural norms, and personal identity. Participants' stories provide deeper insights into how individuals adjust their emotional expressions in different linguistic and cultural contexts. The conclusions of the work highlight the importance of understanding the relationship between language, emotions, and identity in multilingual and multicultural environments, which has significant implications for the fields of psycholinguistics, social psychology, and education.

# Obsah

Úvod .....	9
<b>Teoretická část .....</b>	<b>10</b>
<b>1 Emoce .....</b>	<b>10</b>
1.1 Co jsou emoce a k čemu slouží .....	10
1.1.1 Hlavní představitelé jednotlivých kategorií dle Golemana.....	10
1.2 Složky emocí.....	11
1.3 Funkce emocí.....	12
1.4 Diferenciace emocí a emoční komplexita.....	13
1.5 Intenzita a diferenciace emocí .....	14
1.6 Rozdíl mezi emocí a náladou.....	15
1.7 Emoční inteligence.....	16
1.8 Rozdíl mezi emočně inteligentním a neinteligentním projevem .....	16
1.9 Emoční učení a vliv rodiny na emoční vývoj.....	17
<b>2 Kultura a její koncepty.....</b>	<b>19</b>
2.1 Co je kultura.....	19
2.2 Komplexní koncept kultury .....	19
2.3 Koncept kultury v kulturně diverzní společnosti .....	20
2.4 Emoce a kultura.....	21
2.5 Interkulturní rozdíly v rodinné výchově a socializace dětí.....	22
2.6 Emoce a zdvořilost v jazycích a kulturách .....	23
2.7 Emoční rozdíly mezi rodným a druhým naučeným jazykem.....	23
2.8 Enkulturační .....	24
2.9 Akulturační .....	24
2.10 Pojetí „Self“ .....	25
2.11 Kolektivismus a individualismus .....	26
<b>3 Jazyk, řeč a bytí.....</b>	<b>27</b>
3.1 Bytí a řeč.....	27
3.2 Jazyk.....	27
3.2.1 Jazyk a emoce .....	27
3.2.2 Jazyk a kultura .....	28
3.2.3 Jazyk, kultura a emoce .....	29
3.3 Řeč a vnitřní řeč.....	30

3.3.1	Řeč .....	30
3.3.2	Vnitřní řeč .....	31
3.4	Cítění jazyka .....	32
3.4.1	Bilingvismus .....	32
3.4.2	Bilingvismus a identita .....	32
<b>4</b>	<b>Komunikace a možné ovlivňující faktory (emočního) vnímání .....</b>	<b>34</b>
4.1	Komunikace .....	34
4.2	Funkce a motivace komunikování, druhy komunikace.....	35
4.2.1	Funkce komunikování.....	35
4.2.2	Motivace ke komunikaci .....	35
4.2.3	Druhy komunikace .....	38
4.3	Faktory ovlivňující (emoční) vnímání.....	39
	<b>Empirická část .....</b>	<b>40</b>
<b>5</b>	<b>Metodologie výzkumu .....</b>	<b>40</b>
5.1	Etická stránka výzkumu .....	40
5.2	Cíl výzkumu.....	41
5.3	Charakteristika výzkumného problému .....	41
5.4	Charakteristika výzkumného vzorku .....	41
5.5	Soubor výzkumných otázek.....	42
5.6	Metody zpracování dat .....	44
<b>6</b>	<b>Kategorie analýzy .....</b>	<b>46</b>
6.1	Vztah mezi jazykem a identitou, vztah mezi jazykem a emocemi.....	46
6.2	Učení se jazyku a adaptace v zahraničním prostředí.....	52
6.3	Kulturní rozdíly a vliv zahraničního prostředí na identitu.....	56
6.4	Vnitřní monolog a sebezpůsobení .....	59
6.5	Faktory ovlivňující identitu.....	61
6.6	Přizpůsobení se po návratu .....	66
<b>7</b>	<b>Diskuse .....</b>	<b>70</b>
	<b>Závěr .....</b>	<b>72</b>
	<b>Příloha č.1: Informovaný souhlas .....</b>	<b>74</b>
	<b>Příloha č.2.: Seznam použité literatury a internetových zdrojů.....</b>	<b>76</b>



# Úvod

V této diplomové práci se zaměřuji na prozkoumání faktorů, které ovlivňují emoční projevy jedinců v jejich rodném jazyce a ve druhém jazyce, který se naučili. Toto téma představuje klíčovou oblast výzkumu v psycholingvistice a sociální psychologii, jelikož emoční projevy jsou neodmyslitelně spjaty s lidskou komunikací a interpersonálními vztahy. Zvláštní pozornost je věnována tomu, jak se emoční výrazy liší v závislosti na jazykovém a kulturním kontextu, a jak tyto rozdíly ovlivňují mezilidskou komunikaci a sociální interakce v multikulturním prostředí. Práce je strukturována do několika klíčových kapitol, které postupně odhalují různé aspekty zkoumaného tématu. Začínáme teoretickým základem, kde jsou představeny klíčové koncepty a přehled relevantní literatury. Následuje metodologická část, která detailně popisuje postupy výzkumu. Empirická část se věnuje analýze získaných dat a interpretaci výsledků v kontextu stanovených výzkumných otázek. Závěrečná kapitola shrnuje hlavní zjištění práce, diskutuje její teoretické a praktické implikace a navrhuje možné směry pro budoucí výzkum v této oblasti. Tato práce si klade za cíl nejen přispět k existujícímu vědeckému diskurzu o emocích a jazyce, ale také poskytnout užitečné vhledy pro pedagogy, psychology a všechny, kteří se pohybují v multilingválním a multikulturním prostředí.

Motivace pro tento výzkum pramení jak z osobního zájmu o psychologii a jazykovou diverzitu, tak z rostoucího významu multikulturního soužití v globalizovaném světě. Ve světě, kde se setkávání různých kultur a jazyků stává čím dál tím běžnějším, je pochopení nuancí emočního projevu v různých jazycích nezbytné pro efektivní komunikaci a vzájemné porozumění.

V teoretické části práce se věnuji přehledu existujících výzkumů a teorií týkajících se vztahu mezi jazykem, emocemi a kulturou. Analyzuji, jak různé jazykové struktury a kulturní normy ovlivňují způsoby, jimiž lidé vyjadřují své emoce, a jak se tento projev mění, když komunikují ve svém druhém jazyce.

V metodologické části popisuji přístupy a techniky, které byly využity pro sběr a analýzu dat, včetně kvalitativních rozhovorů. Tyto metody byly zvoleny s cílem hlouběji proniknout do subjektivních zkušeností jedinců a porozumět komplexnosti jejich emočních projevů.

# **Teoretická část**

## **1 Emoce**

### **1.1 Co jsou emoce a k čemu slouží**

Podle Golemana (1995) v Oxfordském slovníku angličtiny je pojednáno o emocích jako o „jakémkoliv rozrušení nebo znepokojení myslí, pocitu, vášni, či stavu mentálního rozrušení nebo rozčilení“. Osobně využívá termín „emoce“ k popisu pocitů a s nimi spojených myšlenek, psychických a fyzických stavů, také široké škály motivací k určitému chování. Říká, že zohledníme-li různorodé varianty, odchylky, nuance a kombinace jednotlivých emocí, lze hovořit o existenci stovky různých emocí. Na intuitivní úrovni jsme schopni rozlišit mnohem více jemných citových odstínů než kolik lze vyjádřit slovně.

#### **1.1.1 Hlavní představitelé jednotlivých kategorií dle Golemana**

**Hněv** – zuřivost, hrubost, nenávisť, zloba, popuzenost, rozhořčení, roztrpčenost, zatrpkllost, zaujatost, podrážděnost, otrávenost, nepřátelství a v extrému až patologická nenávisť a násilí.

**Smutek** – žal, zármutek, neradostnost, sklíčenost, neveselost, melancholie, sebeobviňování, osamělost, zoufalství a v patologickém extrému až těžká deprese.

**Strach** – úzkost, nervozita, ustaranost, zděšení, obavy, zlé předtuchy, ostýchavost, podezřívavost, popudlivost, pochybnosti, hrůza, děs, lekavost, v psychopatologii pak fobie a panika.

**Radost** – štěstí, úleva, spokojenost, blaho, potěšení, pobavenost, hrdost a zadostiučinění, smyslové potěšení a rozkoš, vzrušení, nadšení, zanícení, uspokojení, euforie, extáze, rozmarnost, v extrému pak mánie.

**Láska** – přátelství, důvěra, tolerance, vřelost, přijetí, laskavost, přitažlivost, oddanost, obdiv, zamilovanost, okouzlení.

**Překvapení** – šok, údiv, ohromení, úžas.

**Rozhořčený odpor** – pohrdání, opovržení, znechucení, přezíravost, averze, nelibost, zhnusení, ošklivení si.

**Hanba** – vina, stud, zármutek, zklamání, výčitky svědomí, poníženost, lítost, pocit pokoření, zkušenost a kajicnost

V každé z těchto kategorií lze identifikovat základní principy, které jsou základem pro vznik nekonečných variací a odstínů. Nálady jsou od těchto základních principů trochu vzdálenější, jsou méně intenzivní a trvají déle než emoce. Když se nálada oddálí od základních emocí, temperament ještě více ustupuje: je to tendence k určitým emocionálním stavům nebo náladám, která ovlivňuje, zda se cítíme melancholicky, šťastně nebo nervózně. Na druhé straně existují jasně definované emoční poruchy, jako je klinická deprese nebo chronická úzkost. (Goleman, 1995).

## 1.2 Složky emocí

Atkinsonová et al., 2012 uvádí, že složky emocí jsou různé aspekty, které tvoří celkový prožitek emocí. Emoce mohou být intenzivní a obsahovat alespoň šest složek. Jednou z hlavních složek je subjektivní prožívání, což jsou pocity spojené s emocemi. Druhou složkou je tělesná reakce, která může být viditelná v podobě třesu nebo zvýšeného hlasu. Třetí složkou jsou myšlenky a přesvědčení, které se objevují spolu s emocemi. Čtvrtou složkou je výraz obličeje, který může být výrazným znakem prožívání konkrétních emocí. Pátou složkou jsou globální reakce na prožitek, což znamená, že svět může být vnímán jako nepříjemné místo. Šestou složkou jsou tendence jednání, které se objevují spolu s emocemi, jako například agresivní chování při prožívání vzteku.

- 1) Subjektivní emoce.
- 2) Vnitřní tělesné reakce, zvláště ty, na nichž se podílí autonomní nervový systém.
- 3) Kognitivní hodnocení nebo přesvědčení, že se odehrává pozitivní nebo negativní událost.
- 4) Výraz obličeje.
- 5) Reakce na emoci.
- 6) Tendence jednání.

Emoce vznikají interakcí všech těchto složek. Například, pokud kognitivní hodnocení situace ukazuje na to, že vás pokladní v obchodě okrádá, pravděpodobně budete cítit vztek. Pokud vstoupíte do takové situace s předchozím vztekem, vaše tendence hodnotit její chování jako nečestné bude ještě silnější. (Nolen-Hoeksema et al., s.389, 2012)

## 1.3 Funkce emocí

### Motivační funkce

Příjemné emoce subjektivně přispívají k naší motivaci k provádění činností, zvyšují naši energii a reakční rychlost, a také posilují naši důvěru v naše schopnosti. Tyto emoce soustředí naši pozornost a chování k aktivitám, které jsou v souladu s naším emočním stavem a pro které máme dostatek motivace. Naopak, nepříjemné emoce nás odvádějí od určitých aktivit, a zaměřují naši pozornost a chování na jiné směry, které jsou často v souladu s našimi nepříjemnými emocemi. (Nývltová, 2015)

### Obranná funkce

Nepříjemné emoce subjektivně signalizují možné riziko nebo ohrožení. Dále tím, že ovlivňují naši energii a motivaci, nás chrání před započítím aktivit, které by vyžadovaly více sil, než jsme momentálně ochotni či schopni poskytnout. Naopak subjektivně příjemný emoční prožitek, který následuje po vykonání nějaké aktivity, nám poskytuje informaci o prospěšnosti této činnosti pro náš organismus. (Nývltová, 2015)

### Regulační funkce

Emoce připravují naši mysl a tělo na následující reakci, která obvykle následuje po vyvolání dané emoce. Záměrnou změnou emočního stavu můžeme ovlivnit i ostatní mentální funkce a celkové fungování těla. Pohled na význam emocí v psychologii se začal měnit s objevením informací o biochemických procesech v organismu spojených s emocemi a s poznatky o vztazích mezi psychikou a fungováním těla.

Psychické a tělesné procesy jsou propojeny do jednoho systému, kde jakákoli změna v jedné oblasti způsobí změny v celém systému. Dlouhodobé změny v psychických procesech, zejména v emocionálním prožívání, se dříve či později projevují v tělesných funkcích, a naopak změny v tělesném stavu a biochemických procesech mohou ovlivnit psychiku – emocionální prožívání a kognitivní funkce.

Současní studenti pravděpodobně rozumějí těmto vzájemným souvislostem, ale v počátcích 90. let to nebylo běžné. Mnozí studenti tehdy tvrdili, že "emoce nemají vliv na tělesné procesy" nebo že "psychický stav nemá vliv na tělesné zdraví". (Nývltová, 2015)

## Kognitivní funkce

Emoce hrají roli při hodnocení vnímaných podnětů a informují nás o tom, co je pro nás v okolním světě dobré nebo špatné. Všechny podněty, se kterými se setkáváme, automaticky vyhodnocujeme emocionálně ve vztahu k sobě jako příjemné nebo nepříjemné, bezpečné nebo ohrožující. Emoce nám také umožňují poznat, co se děje uvnitř našeho těla, protože jakékoli změny ve funkci jednotlivých orgánů, začínající nemoci nebo stavy vyčerpání, se okamžitě projevují změnou emocionálního prožívání. K porozumění vnitřních procesů v těle nestačí pouze kognitivní procesy, jako je vnímání a myšlení. Emocionální hodnocení přicházejících podnětů má zásadní význam pro přežití živočichů, protože jim umožňuje rychle identifikovat potenciální nebezpečí. (Nývltová, 2015)

### 1.4 Diferenciace emocí a emoční komplexita

Atkinsonová et al. uvádí, že autonomní nervová soustava bezpochyby ovlivňuje intenzitu prožívání emocí. Ale mění autonomní aktivace samotnou povahu emoce? Existuje jednotný fyziologický vzorec pro radost, jiný pro vztek a další pro strach? Tato otázka pochází z doby, kdy Williams James napsal svou práci před více než sto lety (James, 1884). James tvrdil, že vnímání tělesných změn je subjektivním prožitkem emoce: „*bojíme se, protože utíkáme*“, „*zlobíme se, protože nás někdo udeřil*“. Carl Lange, dánský fyziolog, přišel ve stejné době s podobným názorem, ale pro něj tělesné změny představovaly autonomní aktivaci. Jejich sjednocený názor je znám jako James-Langeova teorie, která tvrdí, že vnímání autonomní aktivity tvoří prožitek emoce, a protože odlišné emoce cítíme odlišně, musí pro každou emoci existovat odlišný vzorec. James-Langeova teorie tedy tvrdí, že autonomní aktivace diferencuje emoce. Walter Cannon v roce 1927 vznesl na tuto teorii tři zásadní otázky:

„1) Vzhledem k tomu, že vnitřní orgány jsou relativně necitlivé struktury a jsou málo inervovány, dochází k vnitřním změnám příliš pomalu na to, aby byly zdrojem emočního prožitku.

2) Umělé navození tělesných pocitů spojených s emocemi, například injekce chemické látky, jako je adrenalin, nevytváří prožitek opravdové emoce.

3) Zdá se, že vzorec autonomní aktivace se u různých emočních stavů příliš neliší. Například srdeční tep se nám zrychluje stejně v situaci, kdy dostaneme na někoho vztek, jako když spatříme člověka, kterého milujeme.“ (Nolen-Hoeksema et al., s. 394, 2012)

## 1.5 Intenzita a diferenciacie emocí

Dále Atkinsonová rozebírá a uvádí, že je zřejmé, že naše hodnocení situace může ovlivnit, jak intenzivně prožíváme emoce. Například, když jsme v autě, které se řítí ze strmého svahu, můžeme cítit strach nebo dokonce hrůzu. Ale pokud víme, že auto je součástí toboganu, strach bude obvykle menší. Když nám někdo řekne, že se na nás nemůže ani podívat, můžeme cítit vztek nebo se cítit dotčeni, pokud jde o přítele, ale pokud jde o někoho, koho jsme nikdy předtím neviděli, pravděpodobně nás to tolik nevyvede z míry. V těchto případech naše kognitivní hodnocení situace určuje, jak intenzivně prožíváme emoce.

Kognitivní hodnocení také může hrát velkou roli v tom, jak rozlišujeme různé emoce. Na rozdíl od autonomní aktivace, která je spíše jednotná, přesvědčení vyplývající z hodnocení mohou být různorodá a umožňují nám rozlišovat mnoho různých emocí. Proces hodnocení může být velmi rychlý, což může vysvětlit, proč některé emoce vznikají tak rychle.

Když popisujeme kvalitu emocí, často zdůrazňujeme kognitivní hodnocení. Například, říkáme: *"měla jsem strach, protože jsem byla opuštěná."* Nečestné jednání a pocit opuštěnosti jsou přesvědčení, která jsou výsledkem kognitivního procesu. Výzkumy ukazují, že kognitivní hodnocení může být dostatečné k určení kvality emocí. To znamená, že pokud by u pokusných osob byl navozen neutrální stav autonomní aktivace, kvalita jejich emocí by byla určena pouze hodnocením situace. (Nolen-Hoeksema et al., 2012)

## 1.6 Rozdíl mezi emocí a náladou

Emoce a nálady jsou dvě různé formy prožívání emocí, které se liší svou intenzitou, trváním a způsobem, jakým ovlivňují chování a myšlení jednotlivce. Emoce jsou krátkodobé, intenzivní a specifické prožitky, které se objevují v reakci na určitou situaci nebo podnět. Mají obvykle jasný zdroj a jsou spojeny s konkrétní událostí nebo myšlenkou. Nálady jsou dlouhodobější a méně intenzivní než emoce. Mohou být spojeny s určitými událostmi nebo myšlenkami, ale jejich zdroj nemusí být tak jasný jako u emocí. Například, když máte náladu naštvanosti, může to být způsobeno několika různými faktory. Těmi může být stres, únava nebo obecně nepříjemná situace. Emoce a nálady se také liší v tom, jak ovlivňují chování jedince. Emoce obvykle vedou k okamžitému jednání nebo reakci, zatímco nálady mohou ovlivňovat chování a rozhodování na delší dobu.

Tento rozdíl mezi emocemi a náladou byl popsán v mnoha studiích o emocích a psychologii. Mezi autory, kteří se zabývali tímto tématem patří například Robert Plutchik, Paul Ekman a Richard Lazarus.

Jedním z klíčových autorů je Paul Ekman, který je známý svou prací na rozpoznávání emocí skrze mikro expresi a mikro výrazy. V jeho knize „Emotions Revealed: recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life (2003)“ se zabývá rozdíly mezi emocemi a náladami a předkládá svůj vlastní pohled na to, jak se tyto stavy liší. Emoce jsou krátkodobé a silné a soustředí se na konkrétní situace či události, zatímco nálady jsou obecnější a mohou trvat déle. Emoce často vznikají jako reakce na vnější stimuly, zatímco nálady mohou být ovlivněny různými faktory a nejsou vázány přímo na konkrétní událost. (Ekman, 2003) Plutchik tvrdí, že nálady jsou méně intenzivní a méně specifické než emoce, a že se mohou měnit rychleji a snadněji. (Plutchik, 1980).

## 1.7 Emoční inteligence

Goleman tvrdí, že emoční inteligence je klíčovým faktorem pro osobní a profesionální úspěch, protože pomáhá lidem lépe porozumět sobě i ostatním a efektivněji se vyrovnávat se životními výzvami.

Emoční inteligence podle Daniela Golemana se skládá ze čtyř hlavních oblastí:

- 1) Sebepoznání: Schopnost rozpoznat své vlastní emoce, porozumět jejich příčinám a důsledkům.
- 2) Seberegulace: Schopnost řídit své emoce a reakce tak, aby byly adekvátní situaci, a vyhnout se impulzivnímu chování.
- 3) Sociální dovednosti: Schopnost porozumět emocím a potřebám ostatních lidí, budovat a udržovat pozitivní vztahy a efektivně komunikovat.
- 4) Empatie: Schopnost vcítit se do pocitů a perspektiv ostatních lidí, což vede k lepšímu porozumění jejich reakcím a chování.
- 5) Mezilidské vztahy: Je-li člověk schopen vcítit se do emocí ostatních a jednat v souladu s tím, má tendenci mít uspokojivé mezilidské vztahy. (Goleman, 1995)

## 1.8 Rozdíl mezi emočně inteligentním a neinteligentním projevem

Emočně inteligentní reakce jsou ty, které vhodně odpovídají situaci a podnětu, berou v úvahu kontext dané situace a umožňují vyjádření vnitřních emocí. Emočně inteligentní jedinci nejsou zcela nevzrušení nebo neemotivní, ale zároveň si udržují kontrolu nad svými emocemi a nedochází u nich k explozivním nebo nekontrolovaným projevům. Tato schopnost reakce lze nazvat adekvátním vyjádřením emocí, které vyžaduje porozumění základním pravidlům projevu, zejména na neverbální úrovni. Klíčovou vlastností je schopnost sebeovládání, tj. schopnost ovládat své vzrušení, emoce a impulzy. K emoční inteligenci dále patří schopnost vhodného výběru emocionálního chování. (Vybíral, 2005)

Oproti tomu máme příklad emočně neinteligentního chování. Můžeme pozorovat nadměrné a neuvážené projevy jak negativních, tak někdy i pozitivních emocí, které mohou být zraňující nebo vydírající. Tyto projevy mohou také zahrnovat okázalé chování, které působí jako falešné a neupřímné. Je zřejmé, že v danou chvíli není "emočně inteligentní" ztratit kontrolu a reagovat emocionálním výbuchem. Takové chování může vyvolávat negativní asociace spojené s přehnaností. (Vybíral, 2005)



## 1.9 Emoční učení a vliv rodiny na emoční vývoj

Rodina je důležitým sociálním a vzdělávacím prostředím pro růst a rozvoj dítěte a hraje roli v uspokojování potřeb všech členů. Dítě poskytuje nekonečný zdroj inspirace pro rodiče a představuje otevřenou budoucnost. Interakce s dítětem přináší rodičům zkušenosti specifické pro lidské vztahy. (Bronfenbrenner, 1972)

Emoční vztah mezi rodiči a dítětem má dvě hlavní složky, pozitivní a negativní. Rodiče mohou dítě přijímat a projevovat mu lásku a pozitivní emoce v různé míře, avšak mohou také vykazovat citový odstup, rezervovanost a dokonce odmítání. Způsob, jakým se projevují tyto různé emoce, určuje základní formy emočního vztahu. Tyto formy jsou definovány podle poměru mezi pozitivními a negativními projevy emocí a určují základní charakter vztahu rodičů k dítěti.

Formy emočního vztahu k dítěti:

- Pozitivní (nebo extrémně pozitivní) emocionální vztah, ve kterém dominují projevy pozitivních aspektů.
- Střední emocionální vztah, kde jsou vyvážené projevy jak pozitivní, tak negativní složky. Nicméně může také přecházet do podoby negativně nakloněného vztahu, který vykazuje tzv. dvojí vazbu nebo ambivalentní postoj.
- Negativní emocionální vztah, kde jsou výrazné projevy negativních aspektů (dítě nepocituje emoční podporu a porozumění ze strany rodičů). (Gillnerová, 2004)

Během předškolního období děti většinu času tráví doma, což znamená, že jsou silně ovlivněny chováním svých rodičů. Rodiče samotní jsou ovlivňováni různými faktory, jako je například zvýšený stres, který může negativně ovlivnit emocionální vývoj dětí, protože stresovaní rodiče mají menší kapacitu vytvořit příjemné a podporující prostředí. Důsledky emocionálního vývoje mohou mít vliv na budoucí chování jedinců, avšak jejich dopad závisí na dalších faktorech a každopádně ovlivňují životy jednotlivců. (Marryat et al., 2015)

Pro dítě je klíčové, aby rodiče vykonávali psychologické rodičovství, které spočívá v jejich vnitřním, psychickém a emocionálním přijetí dítěte. Rodiče by měli vytvářet pro své dítě pocit bezpečí a stability. Rozvod rodičů nebo jakákoliv jiná ztráta v rodině může být pro vývoj dítěte rizikovou situací. (Matějček, 2008)

Jedním z klíčových prvků socializace je způsob, jakým rodiče reagují na emoce svých dětí. Pokud rodiče potlačují pocity, zejména ty negativní, může to mít negativní dopad na emoční vývoj dítěte tím, že nedostatečně zahrnuje určité aspekty emocionálních zkušeností. (Langmeier & Krejčířová, 2006)

## **2 Kultura a její koncepty**

### **2.1 Co je kultura**

Definice kultury podle Průchy (Průcha, 2007) je celkový soubor prostředků a mechanismů, které umožňují specifickou adaptaci lidí k vnějšímu prostředí. Tento soubor zahrnuje program chování jednotlivců a skupin, který je formován sociokulturními vzory a předávaný prostřednictvím kulturního dědictví. Kultura se projevuje formou 1) výtvorů lidské činnosti, 2) sociokulturních pravidel (normy, hodnoty, kulturní vzorce), 3) idejí (kognitivních systémů) a 4) institucí organizujících lidské chování. (Linhart et al, 1996)

V oblasti interkulturní psychologie je často diskutován i pojem "kulturní vzorce", který má značný význam. Kulturní vzorce jsou podle Soukupa (Soukup, 2000) charakterizovány jako:

- Kulturní vzorce jsou předem naučené a normativní vzorce chování v běžných situacích, které se projevují formou běžných pravidel, zvyků, právních norem a sociálních tabu.
- Kulturní vzorec je soubor vzorců chování, hodnot a norem, který je charakteristický pro danou společnost. Tento systém je obecně přijímán a napodobován, zapojuje se do procesu socializace jednotlivců, udržuje se a reprodukuje se v kulturních artefaktech a stabilizuje se v běžných pravidlech a zvyklostech. (Linhart et al, 1996)

Kulturu také můžeme definovat jako kolektivní soubor postojů, chování a symbolů, které jsou sdíleny velkým počtem lidí a obvykle se předávají z jedné generace na druhou. Mezi postoje patří přesvědčení, hodnoty, znalosti, názory, pověry a stereotypy. Chování zahrnuje široké spektrum norem, sociálních rolí, zvyků, tradic, obyčejů, postupů a módních stylů. Symboly pak představují věci nebo myšlenky, kterým lidé přiřkládají určitý význam. (Shiraev & Levy, 2020)

### **2.2 Komplexní koncept kultury**

Podle dánského autora Jensena se současně s rozvojem multikulturních společností popisný koncept kultury stále častěji používá mimo oblast antropologie. V antropologii však začíná narůstat kritický přístup k myšlence, že by bylo možné definovat moderní

a složité společnosti na základě jednoho jednotného konceptu kultury. Namísto toho se začaly používat složitější koncepty, jako jsou subkultury, spolu-kultury a manažerské kultury. V těchto složitějších konceptech je kultura chápána jako soubor znalostí, významů a hodnot, které jednotlivci sdílejí a vyjednávají s ostatními v různých sociálních komunitách.

Výzkumníci, kteří pracují s těmito složitými koncepty kultury, se v zásadě shodují na několika bodech: Kultura není statickým jevem, ale spíše dynamickým procesem, který se neustále vyvíjí. Nespočívá v předem daných entitách, ale je spíše tvořena několika komunitami, se kterými jednatel může nebo nemusí sdílet určité aspekty kultury. Důležitost kultury nelze předem přesně určit; vždy záleží na konkrétní situaci a na tom, jak kultura ovlivňuje danou situaci.

Zjednodušeně řečeno, kultura je tím, co vám pomáhá interpretovat váš život a podle čeho se zapojujete do různých aktivit. Například v různých kulturách se můžete setkat s různými názory na to, co je vhodné jíst.

Tento komplexní koncept kultury se snaží pochopit rozpory, které kulturu definují. Na jedné straně se snažíme komunikovat dánsky, ale na druhé straně chceme zdůraznit, že existuje mnoho různých způsobů, jak být dánský. V našem případě si můžeme „dánský“ nahradit „český“. (Jensen & Iben, 2007)

### **2.3 Koncept kultury v kulturně diverzní společnosti**

Autorka této diplomové práce se domnívá, že tato podkapitola je snadno aplikovatelná i na českou společnost, v níž v důsledku války na Ukrajině přibylo ukrajinských občanů, kteří mají odlišné kulturní zvyklosti, pojetí i sebevyjadřování. Interkulturní osvěta by tak mohla pomoci české společnosti ve vnímání interkulturních odlišností nejen v hlavním městě, ale i napříč Českem, kde se donedávna tento jev tolik neprojevoval.

Jensen (Jensen & Iben, 2007) vysvětluje tuto problematiku následovně:

Abstraktní a složité koncepty kultury jsou nutné k popisu skutečně různorodé společnosti. Na jedné straně jsou lidé žijící v tradičních komunitách, kde se kultura mění pomalu a antropologové mohou pozorovat stabilitu zvyků. Na druhé straně jsou děti z těchto komunit v kontaktu s jinými kulturami a musí se vyrovnávat s moderním a tradičním životem, včetně používání moderních technologií (sms zprávy) a praktikování náboženských zvyklostí.

Kultura hraje klíčovou roli v multikulturním Dánsku, a to jak historicky, tak v současnosti. Bývala používána k popisu "jiných" a k vytváření rozdílu mezi "námi" a "nimi". Použitím profesionálního přístupu k pochopení kultury můžeme lépe reagovat na obecné popisy etnických skupin. Pomáhá nám rozpoznat, že lidé mohou mít odlišné hodnoty, vnímání reality a způsob komunikace.

## **2.4 Emoce a kultura**

Způsoby, jakými vyjadřujeme a interpretujeme emoce jak v sobě samých, tak u ostatních, se částečně mění podle naší kultury. Ačkoli jsme schopni poměrně dobře odhadovat emoce u lidí z jiných kultur na základě jejich mimických pohybů nebo tónu hlasu, přesnější jsme v odhadování emocionálního stavu lidí z naší vlastní kultury. Základní nebo univerzální teorie emocí vysvětlují naši schopnost identifikovat emoce u ostatních napříč kulturami tím, že naznačují existenci omezeného počtu základních emocí, které jsou univerzálně a vrozeně rozpoznávány. Hranice mezi jednotlivými emocemi nejsou tak jednoznačné, jak naznačují základní teorie emocí. K prožívání specifické emoce je zapotřebí ohodnotit interní a externí faktory. Ohodnocení je považováno za kontinuální a dynamický proces, což znamená, že emoce, která je v daný okamžik pociťována se neustále mění. Pokud jde o kulturní rozdíly, teorie ohodnocení je vysvětluje tím, že kultura ovlivňuje to, jak hodnotíme situace, a tím i naše emoční prožitky.

Lidé v různých kulturách sdílejí mnoho slov o emocích, jejichž význam se může lišit. To může vysvětlovat významnou kulturní variabilitu ve slovním vyjádření emocí. Některá slova o emocích jsou tak jedinečná pro určitý jazyk a/nebo kulturu, že nemohou být přímo přeložena do jiného jazyka. Konstrukcionistické teorie, jenž navrhuje seznam myšlenek o konstrukcích emocí, včetně jazyka a kontextu, uznávají důležitost kultury a jazyka ve studiu emocí, což může poskytnout rámec pro zkoumání vztahu mezi kulturou, jazykem a emocemi. Nakonec existují teoretické pohledy, které kombinují teorii ohodnocení s konstrukcionistickým přístupem. (Dylman et al., 2020)

## 2.5 Interkulturní rozdíly v rodinné výchově a socializace dětí

Výchova dětí v rodině je značně ovlivněna kulturními vzorci a normami charakteristickými pro jednotlivá etnika a národy. Tyto vzorce označují způsoby, jakými rodiče vychovávají své děti, a také jejich pohled na mládež a intergenerační vztahy a komunikaci v rodině.

Studie ukazují, že různá etnika a národy mají specifické normy a vzorce pro výchovu dětí nejen v rodině, ale také v předškolních institucích. Nejčastěji se interkulturní rozdíly ve výchově zjišťují analýzou chování a komunikace matek s dětmi. Například studie provedená W. Priedlmeierovou a G. Trommsdorfovou v roce 1999 srovnávala chování německých a japonských matek v interakci s dvouletými dětmi. Tato studie zkoumala emoční reakce matek v různých přirozených situacích. Zjištěné rozdíly mezi japonskými a německými matkami potvrzují existenci kulturních variací ve výchově dětí.

V západních kulturách se rodiče často zaměřují na posilování autonomie a nezávislosti svých dětí, protože je vnímají jako individuální bytosti. Naopak, ve východních kulturách jsou děti často považovány za pokračování rodičů samotných, což vede k důrazu na přizpůsobivost k sociálním očekáváním jako hlavnímu cíli výchovy. Japonské a korejské matky kladou důraz na citový vztah a fyzický kontakt s dětmi, zatímco americké matky často podporují vyjádření potřeb dětí. (Průcha, 2007)

B. von Kopp (Kopp, 2000) prezentuje empirické srovnání procesu socializace mládeže v Německu a Japonsku, což dokládá existenci rozdílných kulturních modelů výchovy dětí v obou zemích. V japonských rodinách je klíčový důraz kladen na vyhýbání se konfliktům a přizpůsobování se normám rodičů, zatímco v německé společnosti dochází k postupnému snižování autority rodičů a výchova směřuje k podpoře větší autonomie dětí. Tento rozdíl má za následek, že němečtí rodiče více než jejich japonské protějšky očekávají, že školní prostředí bude podporovat samostatnost jejich dětí.

Další interkulturní srovnávací studie potvrzují, že rodinná výchova se liší v různých etnických, rasových a náboženských společenstvích. Jean Ispa (Ispa, 1994) prováděl srovnání výchovných idejí a chování u ruských a amerických matek a učitelek mateřských škol. Shromáždil data prostřednictvím dotazníků a rozhovorů s matkami a pedagogickými pracovníky předškolních zařízení v ruských a amerických městech na počátku devadesátých let. Tato zjištění naznačují, že výchova dětí v ruské společnosti je více kolektivistická na rozdíl od americké společnosti, která je spíše individualistická.

## **2.6 Emoce a zdvořilost v jazycích a kulturách**

Byly prokázány rozdíly v projevu emocí mezi různými kulturami. Studuje se, jak lidé různých etnických a národnostních skupin vyjadřují své emocionální stavy, což je ovlivněno strukturou jejich jazyka, a jak kulturní normy určují způsob komunikace ve společnosti. Například v ruštině a polštině existují slova a fráze s vysokým emocionálním nábojem, která nemají přesné ekvivalenty v angličtině. Termíny jako je ruské slovo „nadryv“ (duševní rozpolcenost) nebo v polštině slovo „toska“ (tesklivost) nelze přímo přeložit do angličtiny, protože anglicky mluvící nemají zkušenost s těmito pocity a anglosaská kultura nezná odpovídající výrazy pro tyto duševní stavy. Někteří autoři interpretují tyto rozdíly jako projev národního charakteru („ruská duše“) nebo jako důsledek klimatických podmínek (melancholie obyvatel Skandinávie). (Wierzbicka & Harkins, 2001)

S tím souvisí rozdíly v interkulturním projevu zdvořilosti. Ukazuje se, že různé etnické skupiny a národy mají odlišné způsoby vyjadřování zdvořilosti. Zatímco v některých společnostech je projev zdvořilosti spíše střídmy a jednoduchý, v jiných kulturách představuje komplexní systém rituálů, které doprovázejí omluvy, žádosti, poděkování, vyjádření pochybností, nesouhlasu a podobně.

Jako příklad zdvořilostní strohosti lze uvést chování Finů, jejichž projevy prosby a díky jsou relativně jednoduché, bez formálních komplimentů. Naopak v řecké kultuře existuje poměrně formální systém rituálů při vyjadřování vděčnosti. Toto souvisí s formálností oslovení v prostředí školství. Ve Finsku je zcela běžné vzájemné neformální oslovení mezi učiteli a žáky či studenty. Na středních i vysokých školách je obvyklé, že studenti oslovují učitele jejich křestním jménem a používají tykání, aniž by užívali akademické tituly – což je naprosto neobvyklé v české a mnoha dalších společnostech. (Průcha, 2007).

## **2.7 Emoční rozdíly mezi rodným a druhým naučeným jazykem**

V článku Catherine Caldwell-Harris se popisují rozdíly v emocionálnosti mezi mateřským a cizím jazykem, jež jsou důležité pro naše každodenní životy. Emoční rezonance jazyka může pomáhat při učení, rozhodování a porozumění druhým. V psychoterapii mohou bilingvní jedinci přecházet ze svého méně plynulého jazyka do plynulého a opačně, aby získali emocionální distanc k danému tématu. Ve společnostech,

kde partneři nemusejí sdílet rodný jazyk, naopak sdílení rodného jazyka usnadňuje intimní spojení a emocionální propojení; nedostatek těchto prvků může vést k frustraci a nedorozumění. Autorka článku se zaměřuje na důsledky v oblastech forezních rozhovorů, rozhodování a reklam (jazyky používané v psychoterapii a intimní jazyky byly diskutovány jinde). Forezní vyšetřování zahrnuje práci s dvojjazyčnými podezřelými. (Caldwell-Harris, 2015)

## **2.8 Enkulturation**

Podle Soukupa (Soukup, 2000) je enkulturation ontogeneze jedince, která zahrnuje proces formálního i neformálního přijímání kulturních norem a zkušeností během jeho života.

Podle Psychologického slovníku (Hartl a Hartlová, 2000) je enkulturation proces, takto nazývaný kulturní antropologií, na rozdíl od pojmu kulturní transmise užívaným interkulturní psychologií. Oba tyto pojmy ve skutečnosti označují stejný děj, během něhož jedinec od narození do dospělosti získává a přijímá prvky určité kultury.

## **2.9 Akulturation**

Akulturation označuje proces sociálních a kulturních změn, které nastávají v důsledku setkání a interakce různých kultur. Koncept akulturation byl poprvé představen v roce 1935 R. Redfieldem, R. Lintonem a M. J. Herskovitsem, kteří tento jev definovali jako důsledek setkání jednotlivců nebo skupin pocházejících z různých kultur, což vede k modifikaci původních kulturních vzorců. Proces akulturation je často spojován s difuzí kulturních prvků a migrací etnických skupin. Na individuální úrovni je akulturation chápána jako proces sociálního učení.

Empirický výzkum akulturation se často zaměřuje na analýzu různých aspektů kulturních kontaktů a jejich důsledků. Proces akulturation lze obecně rozdělit do pěti základních fází: konfrontace kultur, akceptace cizích kulturních prvků, jejich začlenění do vlastního kulturního systému, modifikace vlastního kulturního systému a akulturační reakce. Výsledkem akulturation může být buď ztráta vlastní kulturní identity a asimilace do dominantní kultury, nebo vzájemné obohacení a vznik nového sociokulturního systému. (Sociologický ústav AV ČR, V.V.I. (n.d.). Sociologická encyklopedie: Akulturation. Zdeněk R. Nešpor (Hlavní editor))



Překlad definice akulturace podle cambridgeského slovníku je následující:

Jedná se o proces změny, díky kterému se stáváme více podobní lidem z jiné kultury, nebo proces způsobení změny u někoho tak, že se tímto způsobem stává podobnější lidem z jiné kultury. (Cambridge University Press. (bez data))

## 2.10 Pojetí „Self“

Interkulturní psychologie přináší významný teoretický přínos oblasti psychologie osobnosti a vývojové psychologie prostřednictvím svého zkoumání vztahu mezi kulturou a konceptem Self. V rámci vývojové psychologie je Self charakterizováno jako autonomní jádro osobnosti, individualizovaný subjekt zkušenosti, který projevuje svou podstatu spontánním projevem. Pojetí Self, rozlišující mezi Pravým a Falešným Self, interpretuje Falešné self jako nesprávnou identitu, přizpůsobenou sociálním normám. Je třeba poznamenat, že západní výzkum zaměřený na pojetí Self měl více různorodých směrů (Smith, 2009; Fisek, 2009).

I když vývojová psychologie tradičně chápala vývoj jedince jako vzájemnou interakci dvou impulzů – přizpůsobení se společnosti a současně individuaci, interkulturní psychologie se zaměřuje na detailnější zkoumání toho, jak různé kultury formují podobu Self.

V interkulturní psychologii je Self chápáno jako součást osobnosti, která reguluje vztahy jedince s okolím. Pod vlivem Hofstedova výzkumu hodnot zkoumala, jak jsou tyto vztahy regulovány v individualistických a kolektivistických kulturách. Bylo zjištěno, že jedinci v individualistických kulturách častěji utváří své Self jako nezávislé a autonomní, zatímco v kolektivistických kulturách je vnímáno jako vzájemně provázané s ostatními ke vztahu k nim (Smith, 2009, s. 143-156). (Skotáková, 2013)

Termín "Self" označuje způsob, jakým jedinec reprezentuje svou identitu a zkušenosti. Většina psychologů se shoduje na tom, že Self se projevuje na rozhraní vnitřních biologických procesů jedince a jejich eko kulturního prostředí. Rozlišuje se vnitřní a vnější svět, a oba tyto světy ovlivňují náš pocit sebe sama různými způsoby, což následně odráží charakteristiky kultury, ve které žijeme. (Shiraev & Levy, 2020)

## **2.11 Kolektivismus a individualismus**

Kolektivismus a individualismus jsou hlavními rysy kultur, které se nejčastěji diskutují a studují. Individualismus znamená zaměření na sebe a na blízké členy skupiny, jako je rodina, zatímco kolektivismus zdůrazňuje zájem o ostatní a dodržování tradičních zvyků a hodnot.

V kolektivistických kulturách jsou skupinové normy navrženy tak, aby usměřňovaly jednání jednotlivců. Lidé v těchto kulturách preferují řešení problémů, které podporují harmonii. Naopak lidé v individualistických kulturách častěji používají soutěživé strategie. Kolektivismus je běžný v asijských kulturách, tradičních společnostech a postkomunistických zemích, zatímco individualismus převládá v západních kulturách. Například lidé v Severní Americe jsou obvykle nezávislejší a projevují větší míru individualismu než lidé v západní Evropě. Jiné skupiny obvykle ukazují vyšší míru vzájemné závislosti a kolektivismu ve srovnání s těmito regiony. (Shiraev & Levy, 2020)

## 3 Jazyk, řeč a bytí

### 3.1 Bytí a řeč

V epochálním díle "Bytí a čas" (1927) se německý filozof Martin Heidegger zabývá konceptem bytí, který definuje jako základní charakteristiku všeho, „co jest“ (fundamentální ontologie). (Heidegger, 2008) Podle Heideggera je bytí to, co spojuje všechna jsoucna. Tedy všechna jsoucna kolem nás mají společné toto bytí. Mezi těmito jsoucnými můžeme rozlišit například objekty jako dům nebo stůl, které se vyskytují, ale nemají povědomí o svém vlastním bytí. Pak je zde lidská bytost, kterou Heidegger označuje jako "Dasein" neboli „Pobyt“. (Heidegger, 1993) "Dasein" se vždy vztahuje ke světu, je vždy „ve světě“. Na rozdíl od jsoucna, jež se (pouze) vyskytují, člověk existuje. Lidská bytost není pouze živou bytostí, disponuje existencí, která je její podstatou. (Heidegger, 1993)

Z hlediska *daseins*analýzy je pobyt (*dasein*, tedy živoucí člověk) nadán mj. rozuměním svému bytí ve světě (*In-der-Welt-sein*). A toto se děje prostřednictvím *řeči*. Řeč tak konstituuje lidskou existenci. „...teprve řeč člověku umožňuje, aby byl bytostí, již jako člověk jest.“ (Heidegger, 2020)

### 3.2 Jazyk

U Františka Koukolíka se dočteme, že jazyk je výsledek komplexní neuronální aktivity, která umožňuje vyjádření a vnímání duševních stavů skrze sluchové a grafické symboly nebo gesta, využívající sensorické nebo motorické funkce, které nebyly původně specializovány pro tento účel. Řeč je pak způsobem, jakým se jazyk vyjadřuje. (Koukolík, 1997)

Podle Čermáka je jazyk abstraktní systém, který umožňuje uchovávání a přenos informací, a tím i komunikaci. Pro jeho aplikaci je potřeba vhodně strukturované hmoty nebo energie. Jazyk slouží jako základní nástroj lidské komunikace a dorozumívání. (Čermák, 1994)

#### 3.2.1 Jazyk a emoce

Jazyk je spojený s emocemi kvůli jeho složitosti, významu pro naši identitu a blízkému vztahu k vnímání, paměti a myšlení. Naše zkušenosti a okolí také ovlivňují jeho použití.

Když se učíme mateřský jazyk, slova jsou zahrnuta se zkušenostním, vnímavým a emocionálním významem, který je odpovědný za jejich zakotvení v lexikálních sítích a v paměti. Poté, když rozumíme slovu nebo větě, jsou aktivovány vizuální, sluchové, motorické nebo emocionální procesy k reprezentaci referentů, proto můžeme tvrdit, že porozumění zahrnuje mentální simulaci zkušenosti. (De Vega, 2005)

Některá slova mají větší emocionální intenzitu než jiná. Existují slova, která přímo vyjadřují emoce, jako je radost, strach nebo nenávisť, kdežto jiná slova mohou naznačovat emocionální nabuzení, ale samy o sobě nevyvolávají konkrétní emoce (tzv. emočně naložená slova), jako jsou nehoda, oslava nebo nemoc. (Pavlenko, 2008) Emoční náboj těchto slov ovlivňuje, jak naše mysl a mozek zpracovávají informace, přestože se projevuje odlišně u jednotlivých typů slov. (Kazanas & Altarriba, 2016)

Pokud studie tvrdí, že používání našeho druhého nebo třetího jazyka snižuje naši emoční reaktivitu, naznačuje to dvě důležité věci: za prvé, naše komunikace může být k obsahu více lhostejná a naše zapojení také může být slabší; za druhé, určité jazykové úkoly, jako je rozpoznávání, čtení nebo vyhledávání určitých slov, mohou být ovlivněny nižším emocionálním nábojem slov ve druhém jazyce. (Ferré et al., 2010; Opitz & Degner, 2012)

### **3.2.2 Jazyk a kultura**

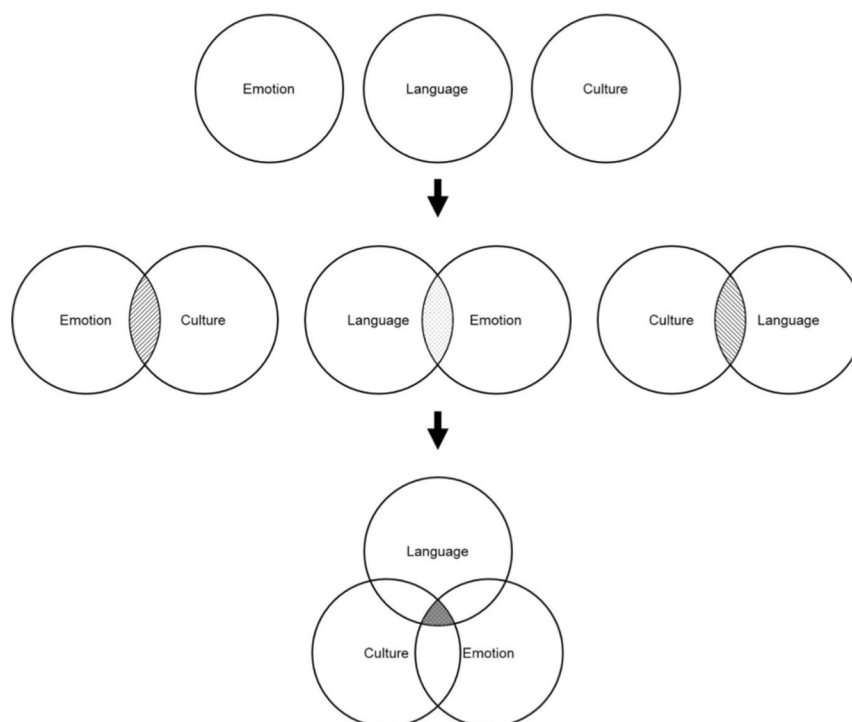
Historicky, během mnoha generací, kolektivní významy a společné zvyklosti sloužily jako referenční body a formovaly normativní očekávání pro jednotlivce, pro jejich představu o sobě a pro jejich osobní motivaci k určitému chování. Jazyk je chápán jako nedílná součást kultury, která se vyvinula jako prostředek, skrze který se odrážejí specifické aspekty této kultury. Aby lidé mohli efektivně komunikovat v rámci určité kultury, musí sdílet společná slova pro důležité rysy osobnosti. Rozdílné kulturní kontexty mohou vést k odlišným konotacím a používání jazyka v různých situacích. Důležitým kulturním rozměrem je individuální – kolektivistický přístup, který ovlivňuje vnímání jedince v rámci společnosti a jeho emocionální projevy. Druhou metodou, jak se zabývat tímto tématem, je studovat dvojjazyčnost, což umožňuje lidem přepínat mezi různými kulturami v závislosti na použitém jazyce. Jak a kdy je získán druhý jazyk, může ovlivnit míru kulturní adaptace a smíšení mezi jednotlivými kulturami. (Dylman et.al, 2020)

### 3.2.3 Jazyk, kultura a emoce

Článek v předchozí kapitole pojednává o kultuře ve spojení s jazykem, zatímco v této kapitole autorka vychází ze závěru výše zmiňovaného článku, který shrnuje uvedenou problematiku a konstatuje, že se zaměříme na to, jak kultura, jazyk a emoce spolu souvisejí a proč je to důležité. Existuje spousta studií, které se zabývají tím, jak tyto aspekty ovlivňují naše chování a myšlení. Některé se zaměřují na to, jak se emoce liší napříč kulturami, ale málo teorií bere v potaz vliv jazyka na mezikulturní emoce. Stejně tak se mnoho výzkumů snaží pochopit spojení mezi jazykem a emocemi, ale kultura obvykle zůstává v pozadí. Tyto studie poskytují důležité poznatky, ale je otázkou, zda dostaneme kompletní obrázek, pokud se zaměříme pouze na jeden aspekt. Existuje několik významných prací, které se snaží pochopit interakci mezi emocemi, kulturou a jazykem. Například Ogarkova zkoumá, jak slova vyjadřující emoce v různých jazycích odrážejí kulturní rozdíly. Existují také studie, které naznačují, že naše reakce na emocionální slova může být ovlivněna sociálními a kulturními normami.

Jednou z výzev je metodologie. Jak můžeme tyto otázky dál zkoumat? Další otázkou je definice emocí a jakým způsobem to ovlivňuje náš výzkum. Zájem o vzájemnou interakci mezi kulturou, jazykem a emocemi roste, ale je potřeba provést více výzkumů. Jazyk hraje klíčovou roli v naší komunikaci i myšlení, a proto je nezbytné porozumět, jak tyto faktory spolu souvisejí, abychom skutečně pochopili lidské emoce. (Dylman et al., 2020)

Ukázka schématu propojení z článku, viz. níže. (Dylman et al., 2020, s.4)



### 3.3 Řeč a vnitřní řeč

#### 3.3.1 Řeč

Řeč není jen signálem komunikačním, ale je to rovněž nástroj porozumění a starostí o sebe a své bytí.

Řeč je dalším významným tématem pro Heideggera, který ji nepovažuje pouze za prostředek komunikace, ale za prostředí, v němž se projevuje bytí. Řeč podle něj přináší světlo do bytí. Pro Heideggera je řeč tedy esencí bytí a prostředím, v němž lidská existence přebývá. Když přemýšlíme o bytí, máme blízko k básněni. (Condrau, 1998)

Řeč je osobní mentální proces, během něhož jedinec využívá jazyka zejména k vyjádření a formování myšlenek a ke komunikaci s ostatními. Taktéž můžeme chápat řeč jako konkrétní schopnost používat jazyk. Jedná se o jedinečnou lidskou dovednost. (Vágnerová, 2016)

Schopnost mluvit považujeme za získanou spíše než za vrozenou, ale existuje předpoklad, že k jejímu zvládnutí využíváme určité přirozené predispozice, které se vyvíjejí v průběhu naší účasti ve verbálních interakcích. Důležitost řeči spočívá především v možnosti

komunikace, což nám umožňuje efektivně se dorozumívat ve společnosti. (Kelnarová & Matějková, 2010)

### **3.3.2 Vnitřní řeč**

#### **Vývoj vnitřní řeči a její význam pro myšlení**

Vnitřní řeč hraje klíčovou roli v procesu našeho myšlení, až do té míry, že někteří psychologové považují vnitřní řeč za totožnou s myšlením samotným. Podle jejich názoru je myšlení pouze potlačenou, zpožděnou a bez zvukovou formou řeči. Přesto psychologie dosud nedokázala vysvětlit, jak dochází k přeměně vnější řeči na vnitřní, ani kdy a jakým způsobem se tato změna odehrává a jaké jsou genetické charakteristiky tohoto procesu. (Vygotskij, 2004)

Výzkum vnitřní řeči přinesl řadu hypotéz. Bez ohledu na to, zda se vnitřní řeč vyvíjí pomocí šeptání, egocentrické řeči („Způsob užívání jazyka v raném stadiu ontogeneze, při němž dítě hovoří převážně jen samo pro sebe, nevede dialog s lidmi, kteří jej obklopují, souhrnně řečeno, jeho řečová činnost není sociálně zaměřená.“) nebo se rozvíjí společně s vnější řečí či se objevuje až v pozdějším věku. (Vygotskij, s.33, 2004) Možnost zkoumat vnitřní řeč a s ní spojené myšlení jako určitého stadia ve vývoji každé formy kulturního chování zůstává otevřená. Základním závěrem výzkumu je, že vnitřní řeč se postupně vyvíjí díky akumulaci funkcí a strukturálních změn, odděluje se od vnější řeči. Řečové struktury, které si jedinec osvojuje, se stávají základními strukturami jeho myšlení. (Vygotskij, 2004)

#### **Podstata vnitřní řeči**

Vnitřní řeč, také nazývaná nevyslovená nebo tichá řeč, představuje formu řeči, která se odehrává v našem nitru a není přímo sdělena verbálně. Podle Millera je to řeč bez zvuku, což znamená, že není provázena fyzickými zvuky. Watson ji popisuje jako normální vnější řeč, ale nedokončenou. Vygotskij také zmiňuje Bechtěreva, který definuje vnitřní řeč jako řečový reflex, který není vyjádřen pomocí pohybu artikulací. (Vygotskij, 2004)

Vnitřní mluvení je částečnou funkcí vnitřní řeči, kde jde o řečový pohyb s iniciálním charakterem, který však není provázen artikulačními pohyby nebo se projevuje nejasnými pohyby. Správné pochopení vnitřní řeči vyžaduje pochopení její specifické psychologické

povahy a rozpoznání jejích rozdílů od vnější řeči a myšlení. Vnitřní řeč je zaměřena na nás samotné, zatímco vnější řeč je určena pro ostatní. Egocentrická řeč může poskytnout klíč k porozumění vnitřní řeči, která představuje náročnou oblast psychologického zkoumání. (Vygotskij, 2004)

### **3.4 Cítění jazyka**

Jazyky jsou silně provázány s emocemi. Jejich fyzická podstata souzní s emocionálním obsahem, který nesou všechna slova. Je toto tvrzení platné pro všechny jazyky, které používáme? Nové výzkumy ukazují, že lidé, kteří se učí druhý jazyk po svém mateřském jazyce, mohou mít tendenci vnímat jedním jazykem méně emocí než druhým. Ve svém článku se tomu věnuje Natividad Hernández a Ana Blanco Canales. Zaměřují se na některé důsledky této situace a na nedávné poznatky o tom, jak se cítíme při komunikaci ve druhém jazyce. (Hernández, N., & Canales, A. B. (bez data))

#### **3.4.1 Bilingvismus**

V dnešní době je bilingvismus častější než monolingvismus. Bilingvní jedinec je definován jako osoba, která používá ve svém každodenním životě dva nebo více jazyků s různou účinností v závislosti na situaci a s rozdílnými úrovněmi jazykových dovedností podle svých individuálních potřeb. Existuje široká škála bilingvních osob, které získávají jazykovou kompetenci různými způsoby: někteří se učí dva jazyky současně doma, jiní je získávají ve škole; mohou se je naučit jako dospělí v různých sociálních, akademických nebo pracovních kontextech, nebo jako děti v rodinném prostředí. Někteří jedinci mohou být stejně schopní v obou jazycích, zatímco jiní mohou mít ve vědomostech jednoho jazyka převahu. Kromě toho někteří bilingvní jedinci utvářejí svou kulturní identitu pod vlivem obou sociálních hodnotových systémů, zatímco jiní mohou zůstat neznalí kulturních praktik druhého jazyka. (Grosjean, 1999)

#### **3.4.2 Bilingvismus a identita**

Zde autorka této práce odkazuje na článek, který se věnuje vztahu mezi bilingvismem a identitou při vyjadřování emocí a myšlenek. Autoři článku provedli analýzu, jejíž základním cílem bylo zkoumat různé faktory ovlivňující výběr jazyků používaných k vyjádření emocí a myšlenek. Studie se snaží demonstrovat, že první jazyk (L1) není vždy preferovanou volbou a že někdy je jako první vybrán druhý jazyk (L2), nebo dokonce může dojít ke kombinaci obou jazyků v analyzovaných procesech.



K podpoře této hypotézy byla provedena studie mezi deseti bilingvními účastníky, kteří byli vyzváni k odpovědi na soubor otázek týkajících se jazyků, ve kterých vyjadřují emoce a myšlenky. Výzkum se zaměřil na emocionální vyjádření v první části a na kognitivní procesy ve druhé části. Výsledky ukázaly rozdíly v preferencích jednotlivců, které pravděpodobně souvisí s jejich individuálními zkušenostmi a prostředím. Bilingvální identita je ovlivněna tím, jaký jazyk zvolí pro vyjádření emocí a myšlenek v různých situacích. Různé faktory, včetně kultury a osobních preferencí, přispívají k procesu konstrukce identity bilingvních jedinců. Tento výzkum podporuje názor, že volba jazyka je ovlivněna subjektivními a individuálními faktory. (Bakić, Škifić, 2017)

## 4 Komunikace a možné ovlivňující faktory (emočního) vnímání

### Jaké faktory ovlivňují emoční náboj slov ve druhém jazyce?

Studie, které prováděly korelace mezi emočním nábojem a externími proměnnými, jsou jednotné v tom, že věk, kontext získávání jazyka a úroveň ovládnutí druhého jazyka ovlivňují emocionalitu jazyka. Zdůrazňují, že studenti druhého jazyka, kteří prošli druhotnou socializací, vnímají emočnost v druhém naučeném jazyce větším způsobem (Harris, 2004; Pavlenko, 2004; Dewaele, 2006). Pozdější věk a formálnější kontexty zdánlivě méně zvyšují emočně hluboké zkušenosti, což vede k tomu, že slovní zásoba má méně asociací se svým emočním kontextem. (Dewaele, 2006)

### 4.1 Komunikace

*Lidská společnost je v podstatě sít' vztahů mezi lidmi. Když si ji představíme jako rybářskou sít', pak uzly představují lidi a provázky či lana vztahy mezi lidmi. Ale co vlastně je toto lanová v lidském světě? Jedna odpověď je, že je to komunikace. (Argyle a Trower, 1979)*

Etymologie slova komunikace naznačuje, že původní pojetí tohoto pojmu bylo širší. Dnešní příručky a slovníky sice definují komunikaci jako "proudění informací z jednoho bodu (ze zdroje) k druhému bodu (k příjemci)" nebo jako "přenos nebo vytváření znalostí", ale původní význam slova *communicatio* znamenal "vespolné účastnění" a *communicare* znamenalo "činit se společným, sdílet něco společně". Někteří psychologové chápou komunikační výměnu jako kombinaci jak sdělování, tak sdílení. (Vybíral, 2005) Podle Hausenblase, kterého Vybíral ve své knize uvádí, je komunikace široce definována jako "obcování lidí, společné podílení se na nějaké činnosti ve vzájemném kontaktu". I když se účastníme jen slovní výměny mezi dvěma lidmi jako pozorovatelé, naší přítomností a svědectvím této výměně ovlivňujeme, jak informace proudí, a mohou být jiné, kdybychom nebyli přítomni.

Lidskou komunikaci lze rozebírat různě podle toho, zda:

- Se řídíme terminologií kódování a dekodování (komunikovaná zpráva je viděna jako slovní nebo mimoslovní kód).
- Se řídíme teorií o uskutečňování záměru a vytváření významů (zpráva je v mysli produktora nedílně spjata s významem a záměrem).
- Bereme v úvahu proměňující se kontext, ve kterém se nachází adresát (bereme ohled na toho, s kým mluvíme).
- Se díváme na komunikaci jako na dialog, resp. jako na cirkulující komunikační prostředí (paradigma intersubjektivit). (Vybíral, 2005, s.26)

## **4.2 Funkce a motivace komunikování, druhy komunikace**

### **4.2.1 Funkce komunikování**

Vybíral uvádí pět hlavních funkcí našeho komunikování:

- Informovat – předat zprávu, doplnit jinou, „dát ve známost“, oznámit, prohlásit... (informativní funkce).
- Instruovat – navést, zasmějit, naučit, dát recept... (instruktážní funkce).
- Přesvědčit, aby adresát (po)změnil názor: získat někoho na svou stranu, zmanipulovat, ovlivnit... (persuasivní funkce).
- Vyjednat, domluvit (se) – řešit a vyřešit, dospět k dohodě (funkce vyjednávací nebo operativní).
- Pobavit – rozveselit druhého, rozveselit sebe, rozptýlit... (funkce zábavní). (Vybíral, 2005, s. 31)

### **4.2.2 Motivace ke komunikaci**

Motivace ke komunikaci je přítomna u každého jednotlivce. Její intenzita se liší v závislosti na různých faktorech, jako je sympatie k druhé osobě, náš fyzický stav, znalost jazyka partnera, vzájemné porozumění, očekávání budoucího porozumění, naléhavost obsahu, který chceme sdílet. Naše motivace ke komunikaci je formována těmito okolnostmi.

Existuje mnoho druhů motivace. Autorka této práce vybrala v závislosti na propojení s empirickou částí následující:

### **Motivace sdružovací**

Toužíme po vytvoření vztahu. Z funkce fatické (kontaktní), která je součástí mnoha komunikačních výměn, vyplývá, že častým motivem pro komunikaci je uspokojení potřeby blízkého kontaktu. Tato potřeba je jedním ze základních kamenů lidských potřeb, kde lidská spokojenost v mnoha jiných oblastech je přímo závislá na naplnění právě této potřeby komunikovat a být součástí něčeho. Člověk potřebuje pravidelně prožívat pocit sounáležitosti, cítit jistotu, že je součástí něčeho, že má porozumění, a že není osamělý. Z toho vyplývá přirozená lidská potřeba volně konverzovat, potřeba jednoduše si popovídat o čemkoliv. Komunikace slouží nejen k přenosu obsahu, ale také k vyjádření a upevnění vztahových záměrů: navázání kontaktu, udržení kontaktu, rozvoj, obnovení; vyjádření dominance ve vztahu, porovnávání s druhým; přerušování, "zaskočení" druhého, ukončení; nabídnutí podpory, povzbuzení... **Komunikujeme, abychom se spojovali.** (Vybíral, 2005)

K propojení s empirickou částí je nutno vysvětlit, jak autorka tuto motivaci chápe. Na základě žité zkušenosti si sama otestovala, jak je významná motivace sdružovací. Sama motivaci pocítovala, když žila v zahraničí. Tenkrát nedostatečně osvojený jazyk byl velkou bariérou v komunikaci pro to začlenit se a být součástí něčeho. To způsobovalo jistý pocit frustrace. Ke zlepšení žití v zahraničí přispělo autorce postupné osvojování jazyka v praktickém pojetí a navazování nových kontaktů. V konečné fázi se dostalo uspokojivého pocitu sounáležitosti a opuštění pocitu samoty.

### **Motivace sebezpotvrzovací**

Tím, že se druhý člověk rozhodne s námi hovořit, nám projevuje jedno z největších a nejpřirozenějších uznání toho, že pro něj máme hodnotu. Tím pádem si i uvědomujeme svoji hodnotu a vážnost sebe sama. Komunikací s ostatními také objevujeme, rozvíjíme a potvrzujeme naši osobní identitu, posilujeme a upřesňujeme náš vlastní obraz o sobě – pojetí „self“, o kterém tato práce pojednává v kapitole 2. Skrze komunikaci se stáváme sami sebou. Když například trváme na svém stanovisku během opakovaných konfliktů, utvrzujeme svou identitu. Částečně tak komunikujeme "pro sebe", kvůli sobě samým. (Vybíral, 2005)

Autorka na základě své osobní zkušenosti soudí, že osvojením druhého naučeného jazyka v novém prostředí může člověk postupně sebepojetí i sebeobraz obohatit, a dokonce i vylepšit.

### **Motivace adaptační**

Pomocí komunikace signalizujeme a projevujeme naše postavení, naši pozici ve společnosti nebo naše profesní role. Při tomto procesu se jak verbálně, tak neverbálně (například řečí těla, oblečením, doplňky jako jsou kufřík nebo automobil) přizpůsobujeme očekávaným rolím a stereotypům, případně je aktivně narušujeme, abychom hráli konvenční komunikační hry a signalizovali tím naši konformitu nebo rezistenci vůči konvencím. Těmito strategiemi se začleňujeme a integrujeme do společnosti. Tento přístup volíme s cílem být přijati a nepodléhat odmítnutí ostatními. Skrze komunikaci se přizpůsobujeme našemu okolí. Lidé, kteří nejsou adaptovaní, jsou často pozorovatelní právě svou odlišnou komunikační strategií. (Vybíral, 2005)

Viditelně odlišná komunikace (díky výše uvedené neadaptivitě) může vést u okolí na jedné straně k rozpoznání jazykové bariéry, na straně druhé i k jisté míře separovanosti od zbytku společnosti. Ta díky tomu neadaptované jednotlivce nemusí přijmout nebo může mít od nich zkreslená očekávání. Nejde jen o komunikační bariéru, ale i o projev „nesounáležitosti“. Tito lidé se oprávněně cítí jako cizinci. K tomu se může vázat předpojatost v rámci obrazu o konkrétní kultuře a jistá očekávání od ní. Autorku této práce napadá, že výše zmíněné fenomény mohou prožívat ukrajinští obyvatelé České republiky, kteří zde pobývají v důsledku války ve své zemi. Česká společnost může být vůči nim do značné míry předpojatá a společně s předpojatostí může být ovlivněno i očekávání od dané menšiny. Tímto tato menšina (a nejen tato) může pravděpodobně trpět, neboť předpojatost českého národa může ovlivnit, a dokonce i omezit jejich pracovní život či sociální začlenění. Společnost je pak rozdělená na „my“ a „oni“, čemuž se autorka práce věnuje v kapitole 2 a to konkrétně v podkapitole „Koncept kultury v kulturně diverzní společnosti“.

### **Motivace existenciální**

Existenciální touha po komunikaci není pouze o interakci s ostatními lidmi nebo s námi samotnými, ale také o spojení s vnitřní oporou, jako je například víra v Boha. Tuto motivaci můžeme chápat jako nadřazený princip. Prostřednictvím komunikace

člověk nalézá smysl života – a právě z tohoto důvodu má zájem o komunikaci. Pokud výsledek komunikace přináší životní spokojenost, člověk naplňuje své poslání a účel na tomto světě. Komunikací strukturujeme a utváříme časové a životní fáze. Bez komunikace by naše existence byla obtížně udržitelná; pouze bychom přežívali a pravděpodobně bychom nezažívali autentické prožitky. Život získává smysl díky výměně myšlenek, vzpomínek a zkušeností s druhými lidmi, skrze slova i beze slov. Komunikací odvracíme pocity beznaděje; už to, když máme někoho, kdo nás poslouchá, kdo s námi trpělivě a povzbudivě hovoří, může sloužit jako prevence proti depresi či melancholii. Komunikujeme, abychom udržovali duševní zdraví a zachovávali si naši lidskou integritu. (Vybíral, 2005)

V podkapitole 2.6. „Emoce a zdvořilost v jazycích a kulturách“ zmiňujeme kulturní rozdíly jako projev národního charakteru či důsledky klimatických podmínek – melancholie obyvatel Skandinávie. U existenciální motivace je možné díky komunikaci předejít, jak je výše uvedeno, depresi, či melancholii. Představme si situaci, kdy český hovořící student s teoretickou výbavou anglického jazyka vyjede do zahraničí. Jeho praktická zdatnost ve druhém, naučeném jazyce je velmi chabá. Může se jednat kupř. o skandinávskou zemi, kde obyvatelé jsou melancholičtí, což zjevně počasí samo navozuje. Najednou student zjišťuje, že jeho komunikační (ne)zdatnost ho omezuje v sebe projevu, začlenění se a také v prožitku a sdílení emocí, které mu velká změna přinesla/přináší. Najednou je sám, takzvaně „hozen do vody“, musí si poradit a začít pracovat na praktickém užívání teoreticky naznaného jazyka. Tato autorčina žitá skutečnost přinesla otázky do empirické části této práce, kde se ptá participantů, jak se jim dařilo, a jak náročný jejich pobyt v novém prostředí byl.

### **4.2.3 Druhy komunikace**

Verbální komunikace představuje formu symbolického dorozumívání, kde klíčovým prvkem je použití jazyka. (Gibson, 1992)

Neverbální se týká předávání informací pomocí gest, mimiky a také prostřednictvím postoje a udržované vzdálenosti. Funkce neverbální komunikace může zahrnovat vyjádření emocí, regulaci komunikace nebo úplné nahrazení verbálního projevu. Neverbální sdělení může ovlivnit význam verbálního sdělení a může s ním být i v rozporu. (Vybíral, 2005)

### **4.3 Faktory ovlivňující (emoční) vnímání**

V této kapitole shrneme potenciálně ovlivňující faktory (emočního) vnímání, které se váže i k samotnému projevu. Celá teoretická část skýtá nabídku různých faktorů jako je autonomní nervová soustava (ANS), která ovlivňuje intenzitu prožívání emocí, vlastní hodnocení situace a ovlivňuje prožívané emoce. Dále také kognitivní hodnocení hraje roli v rozlišení různých emocí. Rodina a její vliv na sociálním učení a předávání žitých vzorců společně s emočním vztahem s rodiči a sociálním prostředím, ve kterém žijeme, ovlivňuje toto vnímání. Veškeré faktory jsou vzájemně propojeny, stejně tak jako kultura, jež popisuje a ovlivňuje společnost, ve které žijeme, a tato společnost ovlivňuje naše vnímání. Tím je ovlivněna i naše interpretace vnímaných emocí. Nejen společnost je ovlivňovaná kulturou, ale také i naše hodnocení situací a naše emoční prožitky. Struktura jazyka a kulturní normy určují způsoby komunikace. Interakce různých kultur, takzvaná kulturní diverzita, rysy kultur a rys osobnosti jsou dalšími ovlivňujícími faktory. Vnitřní řeči ovlivňujeme proces našeho myšlení a tím i percepci s vyjádřením. S tím souvisí i bilingvismus, jež tvoří kulturní identitu díky vícero sociálním hodnotovým systémům. Věk a kontext získávání jazyka a jeho úroveň ovládnutí ovlivňují emocionální vnímání a projev jazyka.

## **Empirická část**

### **5 Metodologie výzkumu**

Metodologie výzkumu fenomenologické analýzy interpretace (IPA) je kvalitativní přístup používaný k porozumění a interpretaci subjektivních zkušeností a perspektiv jednotlivců. Následuje stručný popis metodiky IPA:

- Zaměření na subjektivní zkušenost – hlubší porozumění subjektivních zkušeností a perspektiv jednotlivců.
- Induktivní přístup – data jsou analyzována bez předem stanovených hypotéz nebo teoretických rámců.
- Kvalitativní rozhovory – data jsou získávána prostřednictvím otevřených hlubokých rozhovorů, které umožňují participantům volně vyjádřit své zkušenosti a pocity.
- Transkripce a analýza – nahrávky jsou přepsány do textové podoby. Následuje jejich analýza – deskriptivní a interpretativní. Deskriptivní se věnuje popisu a identifikaci vzorů a témat v datech, interpretativní se snaží porozumět hlubšímu významu.
- Reflexivita a iterativní proces – při zpracování je důležitá reflexe vlastních předsudků výzkumníka a snaží se minimalizovat jejich vliv na analýzu dat.
- Závěry a interpretace – výsledky analýzy jsou interpretovány a prezentovány v širších teoretických a praktických implikacích. Interpretace jsou prezentovány ve formě popisů, které ilustrují různé aspekty subjektivní zkušenosti.

Metodologie IPA poskytuje prostředky k porozumění a interpretaci subjektivních zkušeností a perspektiv jednotlivců, což může být cenné zejména v oblastech psychologie, sociologie a dalších společenských vědách. (Bohatá, P. (2015))

#### **5.1 Etická stránka výzkumu**

Podle Švaříčka a Šed'ové (2007, s.43) je každý výzkum povinen dodržovat určitá etická pravidla, která autorka při přípravě diplomové práce dodržela a respektovala. Všechna účast na výzkumné části byla zcela dobrovolná a anonymní. Zprvu byli participanté instruováni psanou formou pomocí komunikační platformy WhatsApp,



e-mail a Facebook, kde byli informováni o účelu a charakteristice výzkumu. Dozvěděli se o časové náročnosti a seznámili se s udělením souhlasu o zpracování dat autorkou diplomové práce, souhlas zahrnoval i informaci, že se bude rozhovor nahrávat na diktafon pro doslovný přepis a následné kódování provedených rozhovorů. Participanti si mohli vybrat, zdali interview chtějí absolvovat on-line formou či osobně.

## 5.2 Cíl výzkumu

Cílem šetření této práce je zjistit veškeré možné faktory, jež ovlivňují emoční projev u člověka, který hovoří více jazyky než svým rodným a zúžit tak široký okruh možných faktorů, aby pole šetření mohlo být konkrétnější pro navazující kvantitativní sběr dat v dalších potenciálních pracích.

## 5.3 Charakteristika výzkumného problému

V empirické části práce se autorka snaží zmapovat faktory ovlivňující emoční projev ve dvou odlišných jazycích. Pro výzkum bylo vybráno 5 participantů. Jedná se o ženy a muže hovořící odlišnou paletou jazyků.

## 5.4 Charakteristika výzkumného vzorku

**Výběr vzorku:** Záměrem autorky bylo shrnout faktory ovlivňující již zmíněný emoční projev a zúžit tak okruh případného dalšího šetření v navazující práci. Oslovila různorodé participanty. Základním kritériem pro výběr participantů bylo, aby každý z nich disponoval alespoň jedním dalším naučeným jazykem, který aktivně používá, a měl zahraniční zkušenost.

Zúčastněné osoby rozhovorů byli jak ženy, tak i muži. V textu jsou nazýváni participanty. Pro orientaci ve výzkumných vzorcích budou jednotliví participanti označeni číslem. Rozhovory byly zrealizovány celkem s 5 lidmi.

**Participant 1** je Čech, který hovoří česky, anglicky, španělsky a latinsky. V rozhovoru se věnujeme druhému jazyku angličtina. Žije v Česku, za sebou má zahraniční pobyt v Dánsku. Pracuje jako administrativní podpora obchodního týmu v investiční společnosti. **Participant 2** je Čech a v Česku žije. Hovoří anglicky a německy, absolvoval zahraniční pobyt na Maltě a dále několikaleté studium v Dánsku. Nyní pracuje pro nadnárodní společnost, kde využívá své znalosti anglického i německého jazyka. V rozhovoru se soustředíme pouze na angličtinu. **Participant 3** je Čech, který hovoří

česky, anglicky a německy. V rozhovoru se věnujeme vybranému druhému jazyku, angličtině. Participant v česku žije a má za sebou dva zahraniční pobyty. Jeden ve Finsku, druhý v Norsku. **Participant 4** je Ukrajinec žijící v česku. Hovoří ukrajinsky, česky a trochu anglicky. V rozhovoru se věnujeme rozdílu mezi českým a ukrajinským jazykem. Pracuje jako skladník a ke své práci využívá primárně český jazyk. **Participant 5** je Čech žijící v česku. Hovoří anglicky, trochu rusky. Svou zahraniční zkušenost má ze studií v Dánsku. Je studentem a zároveň pracuje pro investiční firmu jako specialista podpory obchodního týmu.

## 5.5 Soubor výzkumných otázek

Následující uvedené otázky jsou rozděleny do osmi okruhů. Jednotlivé okruhy nabízejí set otázek. Výzkumný okruh otázek nese zkratku „VOO“.

### VOO1

Říká se, kolik jazyků umíš, tolikrát jsi člověkem. Znáš toto rčení?

Zajímalo by mě, co si o tom myslíš?

Cítíš se v jazycích jinak? Myslím tím emoce (strach, smutek, radost, hněv, znechucení, překvapení, důvěra).

Vnímáš rozdíl při verbalizaci těchto emocí? / Daří se ti je sdělovat?

Mám na konec této části dvě konkrétní otázky na to, jak se ti vyjadřuje v daném jazyce tyto dva aspekty:

- Umění se omluvit.
- Vyjádření pocitu vděčnosti.

### VOO2

Kde ses naučil druhému jazyku?

Mohl bys konkretizovat, kdy ses jej naučil?

Jak se ti dařilo? / Jak moc to bylo náročné v novém prostředí?

Zaregistroval jsi ovlivnění danou kulturou?

### VOO3

Když zazní emočně silnější slova v druhém jazyce, jak je prožíváš?

Při odpovědi následující:

Jak je prožíváš ve svém rodném jazyce?

Mohl bys mi některá z těchto slov konkretizovat?

#### **VOO4**

Proces prožívání a myšlení probíhá někdy i formou vnitřního monologu, který se sebou vedeme. Je ten tvůj monolog jiný v rodném jazyce a druhém naučeném? Jaké má dopady v prožitkové sféře? Liší se obsahová forma těchto monologů (struktura, volená slova)? Například ve stresu před zkouškou něco prožívám a něco si sám sobě v duchu říkám.

#### **VOO5**

Máš tu překvapivou zkušenost, že ti některá slova/reakce nešly vyjádřit? Nebo jsi měl potíže s jejich vyjádřením? A mohu se zeptat proč?

#### **VOO6**

Zažil jsi rozdíl s uvědoměním, zmapováním a pojmenováním emocí v rodném jazyce a druhém naučeném?

#### **VOO7**

Které faktory si myslíš, že mohly ovlivnit tvoji identitu v cizím jazyce?

Mohu se zeptat na to, zdali jsi zaregistroval/a nějakou změnu v oblasti své identity v cizím jazyce? Tou identitou mám na mysli sebeprožívání – kdo jsem, jak se prožívám, kým jsem a celkově vztah k sobě.

#### **VOO8**

Zahraniční zkušenost může být velkým přínosem nejen v oblasti učení a získání nových zkušeností, ale taktéž pro osobní rozvoj. Zajímalo by mě, když se vracíš do své rodné země a opět mluvíš na denní bázi svým rodným jazykem, pociťuješ nějaký diskomfort? Pokud ano, tak proč?

## **5.6 Metody zpracování dat**

### **Metoda sběru dat**

Autorka si pro své šetření zvolila formu kvalitativního, polostrukturovaného rozhovoru. Při vytváření otázek čerpala nejen ze svých vlastních zkušeností ze studií v zahraničí ale i z rozhovorů, které doposud vedla se svými známými a přáteli, kteří zažili podobnou zkušenost.

Většina rozhovorů byla uskutečněna on-line, některé osobně. Rozhovory, které byly uskutečněny osobně, byly zaznamenány na zvukový záznam autorčina mobilního telefonu. Rozhovory uskutečněné přes on-line platformu ZOOM byly zaznamenány skrze nahrávání uvedené platformy.

Otázky k rozhovoru si autorka vytvořila ve vztahu k cíli její diplomové práce a vycházela z osobní žité zkušenosti. Konkrétní otázky k uvedené problematice sestavila tak, aby participanti měli dostatečný prostor k vyjádření jejich myšlenek, zkušeností, postojů a potenciálních úvah a nápadů.

### **Kvalitativní rozhovory**

Hendl a Reml (2017, str. 84) uvádějí, že kvalitativní rozhovor může zahrnovat otázky otevřeného charakteru. Podle nich výzkumník používá volnější metody dotazování, avšak může také mít připravena specifická témata, kterým se chce věnovat.

K rozhovorům měla autorka připravené otevřené otázky, pro které participantům poskytla dostatek prostoru na zodpovězení. Rozhovory trvaly průměrně 45-60 minut, záleželo na tom, jak rozsáhlými odpověďmi participanti odpovídali, zda byly položeny doplňující otázky, které samo sebou výzkum vytvořily autentičtější.

Před začátkem rozhovoru byly zaslány/komunikovány participantům veškeré důležité informace. Důvod a k čemu budou odpovědi použity, časová náročnost rozhovoru a otázky, na které se autorka dotazovala. Obdrželi taktéž informaci, že jejich odpovědi budou dále využity v této diplomové práci, která bude veřejně dostupná. Z důvodu ochrany osobních údajů všichni participanti podepsali informovaný souhlas, který je v archivu autorky práce. Z důvodu ochrany osobních údajů jsou jednotliví participanti označeni číslem.

## **Analýza dat**

U každého rozhovoru byl proveden transkript, jež nebude součástí této práce a je v archivu autorky na vyžádání. Dále bylo provedeno kódování transkriptu, autorka tedy vyňala jí vyhodnocené nejdůležitější a konkrétní odpovědi na uvedené otázky. Témata pak rozdělila do přehlednějších okruhů a vypsala závěr svého výzkumného šetření. Kódování probíhalo pomocí tvoření myšlenkové mapy, na níž byly vizualizovány vzájemné souvislosti. Myšlenková mapa byla nástrojem pro identifikaci opakujících se významných pojmů, které byly následně použity k systematickému kódování jednotlivých částí vzorku. Vytvořené kategorie poslouží jako základ pro analýzu výsledků výzkumu v další sekci. Kategorie jsou uspořádány nezávisle na sobě a jejich pořadí nemá hlubší význam. Pro přehlednost jsou specifické kódy uvedeny níže:

- 1) Vztah mezi jazykem a identitou, vztah mezi jazykem a emocemi.
- 2) Učení se jazyku a adaptace v zahraničním prostředí.
- 3) Kulturní rozdíly a vliv zahraničního prostředí na identitu.
- 4) Vnitřní monolog a sebeprožívání.
- 5) Faktory ovlivňující identitu.
- 6) Přizpůsobení se po návratu.

## 6 Kategorie analýzy

### 6.1 Vztah mezi jazykem a identitou, vztah mezi jazykem a emocemi

„Kolik jazyků umíš, tolikrát jsi člověkem.“ Tato pomyslně jednoduchá věta nás zavádí do hloubky jazykové identity a jejího vlivu na naši osobnost a chování. Během našeho výzkumu jsme se setkali s různými názory a zkušenostmi, které potvrzují, že schopnost mluvit více jazyky ovlivňuje nejen způsob, jakým vnímáme sami sebe, ale také naše sociální interakce a profesní možnosti.

Někteří participanté sdílejí společný názor na to, že znalost jazyků má zásadní dopad na jejich životní dráhu. Získání jazykových dovedností otevírá dveře na trhu práce a nabízí nové možnosti a perspektivy. Schopnost komunikovat v jiném jazyce, než mateřském se stává výhodou, která může rozhodovat o úspěchu či neúspěchu při hledání zaměstnání.

Zároveň však naše výzkumy naznačují, že jazyková kompetence má daleko širší dopad. Participanté popisují, jak se jejich osobnost a chování mění v závislosti na jazyku, který právě používají. Získání nového jazyka znamená nejen osvojení nových slov a gramatických pravidel, ale také přijetí nového mentálního rámce a kulturní identity. Jakmile začnou mluvit jazykem, který není jejich mateřským, stávají se jinými lidmi, otevírají se nové možnosti pro vyjádření a seberealizaci.

Zdá se, že každý jazyk nese s sebou svůj vlastní soubor hodnot, postojů a emocí, které ovlivňují naše myšlení a jednání. Během našeho výzkumu jsme se zaměřili na to, jakým způsobem se tyto faktory promítají do života jednotlivců, kteří ovládají více než jeden jazyk. Analýza jejich zkušeností nám poskytne hlubší vhled do komplexního vztahu mezi jazykem a identitou v dnešním globálním světě. Níže uvádíme jednotlivé odpovědi participantů.

#### Participant 1

Participantka poznamenává, že znalost cizího jazyka, v tomto případě angličtiny, otevírá více pracovních příležitostí a rozšiřuje možnosti. „... *když si hledáš práci a umíš jiný jazyk než ten mateřský, tak vlastně v dnešní době máš větší pravděpodobnost, že tu práci dostaneš, protože umíš třeba anglicky nebo německy a vlastně celkově ten trh práce se ti otvírá mnohem víc a nabízí ti jiný možnosti. Takže to je jako jeden způsob, jak to vnímám...*“ Cítí se v angličtině sebejistěji, což pozitivně ovlivňuje její emoční projev

a umožňuje jí lépe zvládat emoce, aniž by to měnilo její základní identitu. Také zmiňuje, že určitá slova mají v mateřském jazyce, češtině, silnější emoční náboj než v angličtině. *emočně silnější slova... v rodném jazyce to je velký špatný proto si myslím, že jako do tý angličtiny utíkám, abych to nemusela prostě vnímat no a dokážu si představit, že kdybych seděla třeba v kanceláři a někdo mi řekl to negativní, co mi řekla jedna kolegyně v angličtině, tak to asi jako píchne, ale nebude to tak bolet, nebude to tak hrozný jako v tý češtině.*“

*„...je mi ta angličtina, nevím proč, je mi nějakým způsobem bližší než ta čeština... v angličtině jsem více sebevědomější, nedělá mi to problém chovat se více sebevědoměji než v té češtině.*“

*„A ve sdělování emocí, nevidím jako mezitím rozdíl kromě toho sebevědomí...“*

## **Participant 2**

Participantka souhlasí, že znalost různých jazyků jí umožňuje prožívat různé identity. Zejména po zkušenosti s angličtinou během Erasmu si uvědomuje, že nový jazyk jí dává svobodu být opravdu sám sebou, osvobozeným od domácích předsudků a očekávání. Poukazuje na to, že mluvení cizím jazykem mění její chování, myšlení a vnímání sebe, což přináší pocit svobody a nezávislosti na názorech okolí.

*„V angličtině se mi mnohem lépe daří emoce sdělovat, protože mi přijde, že v češtině je to – něco se od tebe očekává, i v té společnosti, když jsem se teď vrátila a jsem v československé společnosti, jsou to lidé, kteří mě znali před tím a některé věci jsou těžší, že v téhle společnosti jsme se o takových věcech nebavili – jako o pocitech. Kdežto když si někde, když jsem odjela poprvé na Erasmus, tak máš s těmi lidmi podobné zážitky, podobný cíl a prožíváte spolu ty emoce a jste otevření se o nich bavit a emoce jsou součástí toho zážitku, ať už je to jazyk nebo nové prostředí.*“

*„...emočně silnější slova... si myslím, že je to úplně jedno, v jakém jazyce by to pro mě bylo. Nenesu si nic takového, k čemu bych to dokázala přirovnat. A i kdyby mi někdo řekl něco bolavého v tom i tom jazyce, tak mi to stejně ublíží. S tímhle se nedokážu ztotožnit.*“

*„Přijde mi, že je to jednodušší vyjadřovat situace, emoce a všechno v angličtině. Nevím proč, je možné, že je to tím, že tím jazykem žiju, poslouchám, čtu, mluvím... posledních 10 let. Takže vlastně určité věci mi jdou víc emočně vyjadřovat, protože mám k tomu nějakou určitou emoční vazbu versus v té češtině, tím, že jsem zpátky v česku*

*a jsem 4 roky single, tak jsem v té češtině strašně dlouho neřešila, tak nevím, jakým způsobem bych to vyjadřovala. Nebo jak navázat konverzaci na tohle téma, protože nemám k hrozně moc slovům emoční vazbu, protože jsem ten jazyk nepoužívala. Emoční vazba se mi vytratila. Je možné, že angličtina je i jednodušší jazyk než čeština.*

*„...mě čeština přijde strašně krásná, tím, jak je komplikovaná, že máme tisíc slov pro jeden výraz, ale tím že těch slov se dá použít tolik, které popisují tu stejnou událost, tak je těžké si k tomu vytvořit tu emoční vazbu, protože to každý používá jinak.“*

### **Participant 3**

Participantka souhlasí, že se v každém jazyce cítí odlišně, což ovlivňuje její chování. Diskutuje o svých zkušenostech s používáním různých jazyků a jak to ovlivňuje její chování a schopnost vyjádřit se. Zmiňuje, že v angličtině se cítí sebejistější a schopná vyjádřit své myšlenky i bez dokonalé znalosti všech slov. Na druhou stranu, v němčině se cítí méně pohodlně a její schopnost vyjadřovat se je omezenější. Zaznamenává také, že někdy, díky omezené slovní zásobě v angličtině, dokáže najít přesnější slova pro popis svých pocitů, což paradoxně může vést k lepšímu vyjádření. V češtině se setkává s tím, že musí více popisovat své pocity, aby byla správně pochopena, zatímco v angličtině může použít méně slov, která přesněji vystihují její stav. Zmiňuje také problém se škatulkováním emocí v češtině, kde jedno slovo může vést k rychlým závěrům o jejím stavu, zatímco v angličtině to vnímá jako méně problematické. Celkově hovoří o tom, jak různé jazyky umožňují různé úrovně vyjadřování emocí a jak to ovlivňuje její komunikaci a sebeprožívání.

*„Souhlasím s tím a mluvím teda jako plynne anglicky, umím a domluví se i německy, takže v každém tom jazyce mám pocit, že se jako chovám jinak jo a je to na základě toho asi, kolik toho znám z toho jazyku.“*

*„...jo v tý angličtině jsem schopná myslím si, že jako vyjádřit cokoliv teď, jakože už si fakt jako věřím, že jsem schopná to i popsat i když nevím třeba přesně ty slova, tak jsem schopná domluvit se, cokoliv... jako sdělit prostě co mám jako na srdci v tý němčině už tolik jako třeba ne, to už prostě tam jenom jako směr, kolik je hodin, představit se a to, takže v angličtině cejtím se jako sebejistější a nastaly situace, kdy jsem jako něco nevěděla, ale už třeba mě to tolik neznervózňovalo jako kdysi.“*



„...přemýšlím nad nějakýma situacema třeba konkrétníma, tím že třeba neznám úplně všechny prostě slova v tom jazyce, tak se mě snáz třeba popisovalo jako co cejtím v té angličtině, ale jakože někdy prostě v češtině mám jako problém fakt najít to správný slovo, který to jako vyjadřuje, ale asi v angličtině, jak mám omezenou tu slovní zásobu, tak dokážu, což je jako zvláštní, když teď jako nad tím přemejšlím. prostě vždycky, když jsem měla nějakou situaci a mluvila jsem anglicky, tak jsem vždycky měla pocit, že jsem našla přesně správný jako slovo, ač mám jako menší tu slovní zásobu. V některých situacích mám pocit, že se vyjadřuju líp a myslím si, že to je právě tím, že nemám tolik ty slovní zásoby, tak nemám třeba potřebu tolik jako okecávat, ale řeknu přímo prostě jaksi tak jak to je no...“

„A emočně náročný slova, nooo... jo je to trošku jak s tou omluvou, když je to fakt jako nějaká vypjatá nepříjemná situace nebo i kdyby to byla nějaká vyhrocená jako diskuse, jako ve třídě nebo prostě mi někdo nadával, tak v té angličtině si myslím, že bych to prostě nechala jako na sebe vysypat a počkala bych až to skončí...“

„... je to takový... anglicky prostě řekneš úzko ale už to, že řekneš v češtině mě je úzko, slovo úzko už jako od úzkosti, tak člověk si prostě zaškatulkuje úzkost, a tak seš úzkostná nebo seš dneska jenom smutná nebo co ti vlastně je? Jo, že možná toto škatulkování.... V té češtině já mám hrozně problém s tím, jako fakt mě tam i vadí to, že přesně nemůžeš úplně použít jako přesně tady ty slova, jako že ti je úzko, že prostě se cejtíš jako úzkostně dneska nebo tak, a hrozně mě vadí, že jako nebo ne vždycky, ale je mi to prostě nepříjemný, že k tomu, abys jako řekla, jak se cejtíš, tak ty to musíš tak strašně jako detailně popsat, aby vlastně pochopili, že ti není jenom, jako, že ses špatně vyspala a nebo že prostě jenom něco, ale že ti fakt je třeba na té duši fakt jako blbě jako sledem nějakých událostí, který se třeba staly během toho tejdne, ale v té angličtině tomu použiješ prostě přesně to jedno slovo, který přesně rezonuje se mnou úplně v té angličtině to tak jako vnímám, že vždycky jsem schopná jako najít 1- 2 slova, který přesně rezonují s tím, jak já se cejtím. Kdežto v té češtině musíš přesně jako tam to musíš popsat, jak se cejtíš než abys jako jenom řekla, že se tak cejtíš no... Jako představa, že přijdu domů, mamka se mě zeptá jak se mám, já jí řeknu - no bylo mi celý den jako úzko, tak jako ona mě řekne:“ no jo no, tak se vyspi, to bude lepší.“

Přemýšlím, jestli to prostě i není jako trošku způsobený tím, že prostě to téma nějaký jako té duše nebo bolení té duše, je jako náročný prostě obecně a teď, když jako se máš bavit

*s někým, jako komu je fakt špatně, je mu jako smutno, jakože smutno v tom smyslu, že prostě nevím, že fakt jako je to na hovno, že prostě spoustu lidí jako fakt radši volí to, že jako je tak jako odbydou, ale jako nechtěj tě odbýt... v angličtině se mě možná někdy snáz vyjadřujou ty emoce ať negativní tak pozitivní. Možná proto, že třeba nemám tolik tý slovní zásoby, tak se mě jako snáz hledaj ty slova, který mám a anglicky jako jsem měla pocit, že přesně to slovo, který jsem k tomu vyjádření zvolila naplnilo to, co jsem jako chtěla, chápeš.“*

#### **Participant 4**

K tomuto tvrzení se staví tak, že ho vnímá jako pravdivé. Uvádí, že každý jazyk pochází z nějakého státu a je charakteristický pro jeho kulturu a mentalitu, což vede k tomu, že člověk se stává někým jiným, když mluví jiným jazykem. Zmíněné tvrzení ilustruje tím, že cítí rozdíl mezi češtinou a ukrajinštinou, přičemž v ukrajinštině se cítí mileji, což připisuje něžnějšímu projevu tohoto jazyka. Participant vnímá, že i když se musí v práci přizpůsobit, v hloubi duše zůstává Ukrajincem s ukrajinskými hodnotami. Zdůrazňuje, že i když může znít jinak, když mluví různými jazyky, má pocit, že jeho identita zůstává stejná.

Zmiňuje, že čeština je pro něj tvrdší a hrubější jazyk, zatímco ukrajinština je pro něj něžnější a příjemnější v projevu. Dále uvádí, že i když žije mimo Ukrajinu, je hrdý na to, že ukrajinsky mluví, což se promítá do jeho mluveného projevu.

*„Myslím si, že je to pravda, protože, jak to říct, každé jazyk samozřejmě pochází z nějakého státu a každý stát je jinej a má svoji kulturu, mentalitu a v tomhle se ty jazyky, jak to říct, liší. Člověk se stává někým jiným, když mluví jiným jazykem. Když se nad tím zamyslím, tak pocitově uvnitř sebe, když se tak vyjadřuju, tak jsem furt stejnej. Emoce se mi daří sdělovat.“*

*„A emočně silnější slova... no, jsou mi přirozenější v češtině, když matka začne nadávat v ukrajinštině, tak je to takový zlejší. Já jsem zvyklý na ty český...“*

*„Když je to něco důležitého, emočního, něco, co fakt vím, že nějak mě to nutí, aby to pro matku bylo pohodlný, tak mluvím v ukrajinštině, aby ta situace celá byla pohodlná, aby ona, jak to říct, aby opravdu rozuměla každému slovu, aby nepřišla do omylu, že jsem řekl něco rychle česky a ona by mi nerozuměla ale kejvala by mi, ale nerozuměla mi, tak si to pak domýšlí. V tu chvíli na ní mluvím ukrajinsky.“*

„No ale když teda ten rozhovor vzbuzuje u tebe emoce, tak jestli si zažil rozdíl si je uvědomit a pojmenovat v té ukrajinštině nebo v té češtině nebo máš to na stejno?“

„No, furt tam převažuje ta čeština. Určitě, je to jednodušší, můj mozek funguje v češtině. Mluvím jednou tejdně s mámou ukrajinsky nebo ještě s babičkou, když si voláme.“

„A tam vnímáš rozdíl mezi tím svým emočním projevem?“

„Cítím se takovej, jakože vím, kdo jsem, že nejsem Čech, ale jsem Ukrajinec. Cítím se pohodlněji, jak to říct, no, protože s někým tou ukrajinštinou mluvím a že ten člověk neumí česky a že musím mluvit ukrajinsky a pro mě je to taková pohodlná challenge, teď si dám 20minutový rozhovor v ukrajinštině s někým a jsou některá slova, kdy babička si to domyslí, já ji to řeknu v češtině. Ale v těch rozhovorech jde vidět, že mluvím a z ničeho nic nemám slova, občas to vypadává. Ta ukrajinština, zní to líp pro mne, zrovna fráze „Mám tě rád“. Protože ta ukrajinština je něžnější v projevu.“

„Přijde ti to milejší.“

„Ano, celkově ten jazyk.“

## **Participant 5**

Participantka hovoří o svém vnímání a prožívání emocí v různých jazycích. Souhlasí s myšlenkou, že znalost různých jazyků ovlivňuje prožívání emocí, a popisuje, jak se v češtině cítí emocionálně silněji než v angličtině. V češtině má pocit, že některé emoce jsou pro ni tak intenzivní, že se jim snaží vyhnout. Raději je vyjádří v angličtině, kde jsou pro ni méně intenzivní. Zmiňuje, že v angličtině nemá problém vyjádřit emoce jako láska, zatímco v češtině to může být obtížnější, pokud druhá strana nevyjádří city první. Dále popisuje, jak v zahraničí začala lépe rozumět svým emocím a učila se je lépe identifikovat a komunikovat, což ji vedlo k vedení deníku pro lepší porozumění svým pocitům.

*"Ano, souhlasím s tímto rčením, znám ho a myslím si o něm, že je pravdivé. A v těch jazycích se cítím jinak. Určitě bych řekla, že v češtině mám problém verbalizovat určité emoce, protože jsou pro mě natolik silné, že se snažím je vyjadřovat primárně česky, anglicky, protože mám tu zkušenost, že v angličtině spíš tu emoci cítím a vnímám tak, jiné neprožívám tak moc, jako v té češtině. V té češtině, v určitých situacích, cítím tak velký*

*nával emocií, že se mi třeba chce brečet, a protože nechci brečet třeba před někým, tak je to můj obranný mechanismus, takže vlastně je kolikrát raději ani neřeknu.“*

*„Když zazní emočně silnější slova v druhém jazyce, tak je prožívám s tou rezervou. A ano, vnímám je, vzbuzují ve mě nějaké emoce, ale ten můj emoční projev není tak silný, jako v českém jazyce. Jo, v té češtině jsou emoce hodně silné, takže mě kolikrát třeba ženou k pláči, a konkrétní slova teďka momentálně si nevybavím.“*

*„V češtině mám potíž s jejich vyjádřením, nedokážu vyjádřit lásku, třeba k přátelům, partnerovi ano, ale přátelům, že mám tě rád, a tak dále, to moc ne, pokud mi to neřeknou první. A v té angličtině prostě nemám s tím problém, nevím a nedokážu říct proč.“*

*„Jo, v té angličtině, a tam jsem si uvědomila, že v češtině, když jsem zažívala třeba nějaký smutek, tak se projevil agresí. Když jsem zažívala strach, tak jsem mohla projevit taky jako nějakou formou agrese třeba, kdežto v té angličtině, v tom zahraničí, když jsem byla, když jsem byla s těmi fajn lidmi kolem sebe, mě obklopovali tady tyhle lidi, tak jsem si začala jakoby klást otázky: "Proč se mi to děje? Co přesně cítím? Jestli to je smutek, jestli to je nějaký strach, jestli to je opravdu zlost nebo nějaké znechucení, nebo je to radost?" Takže jsem si začala pak jako i vést nějaký deník, kde jsem si to zapisovala, abych věděla, jak se zrovna cítím, a jak tu emoci prožívám.“ „Zároveň jsem se snažila ty emoce taky komunikovat.“*

## **6.2 Učení se jazyku a adaptace v zahraničním prostředí**

V této kategorii se budeme věnovat různým způsobům, jakými se jedinci učí jazyky a přizpůsobují se novým kulturám. Odpovědi účastníků odhalují pestrou paletu zkušeností, od neformálního učení doma až po strukturované vzdělávací programy a každodenní vystavení cizímu jazyku. Tyto příběhy nám umožní prozkoumat, jak se jazykové dovednosti a kulturní adaptace odrážejí v osobním rozvoji a mezikulturní komunikaci, zdůrazňující význam těchto procesů pro formování osobní identity a schopnosti účinně komunikovat v multikulturním prostředí.

### **Participant 1**

Participantka popisuje svou cestu k učení se angličtině, která začala v dětství a byla ovlivněna různými faktory, včetně domácího prostředí, kde se starala o zahraniční studenty, což ji přimělo komunikovat a učit se "rukama nohama". Poznává, že tato

praktická zkušenost byla pro ni přínosnější než formální vzdělávání ve škole. Její jazykové dovednosti se dále rozvíjely sledováním filmů v angličtině, a nakonec životem s cizincem v České republice. Vyjadřuje, že ačkoliv se v Dánsku cítila doma a integrovaně, v Itálii měla pocit, že je tam jen na návštěvě. Také zmíní, že měla určitý kulturní vliv na svého dánského partnera, který díky ní zdokonalil svou angličtinu a změnil své chování.

*„...tak nějak všude možné vlastně částečně ve škole že jo, tam byl ten začátek. Potom když moje matka měla různé studenty v rámci práce tady na návštěvě a měla se o ně starat, tak jsem se už od nějakých 10-12 let hodně starala já a trávila jsem s nimi čas já, takže jsem se nějak musela naučit rukama nohama něco říkat a bylo to vlastně příjemnější se to učit takhle než v té škole, kde jsi za to jako známkováná. Takhle tou praxí to bylo mnohem lepší a pak se to nějak asi jako postupem tím, že mi začaly vadit filmy dabovaný v češtině, tak jsem začala poslouchat filmy v angličtině a seriály a vlastně finální tečka byla to, že jsem žila dlouho s cizincem v česku...“*

*„...mluvit jsem začala asi 12 let mi bylo, tam už jsem jako byla schopná dát dohromady věty, samozřejmě ne ve škole, tam to jako vůbec nešlo tam - to ne, ale když jsem se právě s někým viděla nebo když jsme letěli do Irska se školou, tak tam to bylo jako v pohodě hmm...“*

*„V Dánsku, tak tam mi bylo dobře to mi bylo dobře až jako na pár věci, že se mi nedařilo najít práci, ale taky jsem byla jako hodně mladá a opravdu bez zkušeností ale necítila jsem se tam jako, že bych tam nepatřila. Takže třeba když přijedu do Itálie, tak tam ten pocit mám takovej, že jsem furt jenom na návštěvě a nedokážu si představit tam jako zakotvit a být. V tom Dánsku možná i tím, že jsem tam jako měla partnera, tak to bylo mnohem jako domáctější a teďka i když tam jedu třeba na Vánoce, tak jedu domů...“*

*„...vliv kultury, no, tam to bylo spíš naopak, že já jsem ovlivňovala toho dánského partnera, který se zdokonalil v angličtině a který se začal vyjadřovat a chovat trošku jinak...“*

## **Participant 2**

Participantka popisuje, jak její cesta k učení angličtiny začala v raném školním věku, ale většinu svých jazykových dovedností získala sledováním amerických sitcomů, což jí umožnilo rozvíjet komunikativnost. Pobyt na Maltě během programu Erasmus a následný

přesun do Dánska jí daly příležitost, praxi a sebevědomí v mluvení anglicky, zejména díky interakci s lidmi, pro které angličtina nebyla mateřským jazykem. Toto prostředí snížilo její obavy z komunikace a posílilo její jazykové dovednosti.

*„Začala jsem ve třetí třídě/ druhé na základní škole ale upřímně, nejvíce jsem se naučila anglicky tím, že jsem se začala dívat na americké sitcomy. Začala jsem si stahovat seriály v angličtině, protože tehdy to nebylo rychle přeložené, bylo to vtipné a byla jsem ráda, že to vůbec mělo titulky a tím podle mě jsem se naučila nejvíce tu komunikativnost. Takže od druhé třídy ve škole, ale mluvit jsem se tam nenaučila, možná gramatiku, ale vlastně kolem 14 jsem začala koukat na ty seriály.“*

*„Pro mě, nejdříve jsem se přestěhovala na Maltu, kde jsem byla na Erasmu a pak až jsem se dostala do Dánska. Na Maltě to nebylo náročné, protože angličtina je tam oficiální jazyk, je tam maltština a angličtina a tím, že nás tam přijelo hodně mezinárodních lidí, pro který angličtina nebyla prvním jazykem a bavili jsme se primárně spolu, tak to bylo v pohodě. Protože se tolik nestydíš, sami nemají tu angličtinu skvělou. Maltani, Angličani a lidi z Ameriky co tam byli, tak s těmi jsem byla ze začátku lehce nervózní, ale po tom jsem zjistila, že mám jednu z těch lepších angličtin, asi díky těm seriálům nebo nevím, takže jsem nad tím přestala přemýšlet a když jsem se přestěhovala do Dánska, tak už vůbec jsem nad tím nepřemýšlela. Protože, tím, že nejsou sami rodilí mluvčí, tak je to jiný pocit.“*

### **Participant 3**

Participantka popisuje svou dlouhodobou cestu učení se angličtině, která začala již v mateřské školce. Zvláště pozitivně vzpomíná na vliv bulharské učitelky, která jí v mládí přiblížila angličtinu velmi praktickou cestou. Přestože měla obavy z mluvené angličtiny, mezinárodní zkušenosti a setkání s lidmi, kteří anglicky mluvili dobře, jí pomohly tyto obavy překonat. Zvláštní zmínku si zaslouží pobyt ve Finsku, kde se musela anglicky domluvit téměř ve všech situacích, což pro ni bylo významným krokem ke zlepšení jazykových dovedností a k získání sebevědomí v anglickém jazyce.

*„Začalo to asi v mateřské školce, kde jsem se poprvé setkala s angličtinou. Pamatuji si naši učitelku, angličtina mi šla dobře a nikdy jsem s tím neměla problém. Pak ve škole, na základce a střední, jsem angličtinu cítila nejvíce ve třetím a čtvrtém ročníku, když nám přišla nová učitelka z Bulharska. Žila už asi 20 let v Čechách, ale česky moc neuměla,*

*takže s námi mluvila jenom anglicky. Teď to vnímám jako velký přínos pro mou angličtinu, přestože jsem z ní měla velký strach, protože byla náročná.“*

*„Jak jsem říkala, věděla jsem, že se domluví, ale v zahraničí jsem cítila velký ostych mluvit anglicky. Pomohla mi Polka, která byla na několika výjezdech a anglicky mluvila velmi dobře. Díky ní a jedné dívce z Turecka jsem se hodně rozmluvila. Ve Finsku jsem skoro pořád mluvila anglicky a s Čechy jsem nebyla moc. Chtěla jsem si zlepšit angličtinu, protože jsem měla strach z mluvení, i když psaní a čtení mi problémy nedělaly. Finsko mi dalo hodně; ocitla jsem se v mnoha situacích, kdy jsem musela mluvit jenom anglicky. Jsem na sebe pyšná, že jsem tam jela sama a že jsem si angličtinu tak dobře osvojila.“*

#### **Participant 4**

Naučil se česky ve školce, kam začal chodit po návratu rodiny z Ukrajiny do České republiky. Vzpomíná na to, že ve školce měl obtíže s komunikací, což bylo pro něj zpočátku smutné, jelikož neměl kamarády. Později se však spřátelil s dalším Ukrajincem, se kterým se vzájemně učili česky, což mu výrazně pomohlo

*„Česky, no ani nevím. Já jsem si odchodil školku, takže pravděpodobně ve školce. Já si to nepamatuju. Moje matka neuměla česky, když sem přijela zpátky z Ukrajiny, to mi právě byly ty tři roky, takže nikdo z rodiny neuměl česky. Já jsem se to učil od dětí, od učitelek ve školce...Špatně se mi dařilo v novém prostředí, ve školce jsem se nemohl s nikým domluvit, byl jsem z toho smutný, že jsem neměl kamarády, naštěstí jsem potkal Petra, byl Ukrajinec a byl ve stejné situaci, tak jsme se spolu bavili ukrajinsky a zároveň jsme se oba učili česky, takže jsme se doplňovali...já jsem se v česku narodil, s tím, že hned jak jsem se narodil, tak jsme jeli na Ukrajinu, tam jsme byli 3 roky a zase jsme se vrátili zpátky.“*

#### **Participant 5**

Participantka popisuje svou cestu k učení se druhého jazyka, která začala již na základní škole a pokračovala až do jejího bakalářského studia. Hlubší porozumění a pevnější osvojení jazyka nastalo během jejího pobytu v zahraničí během bakalářských studií, kde se teoretická a gramatická část jazyka, kterou se naučila v českém školství, rozšířila o praktickou zkušenost. Tuto praktickou zkušenost považuje za klíčovou. Přestože měla teoretické znalosti, uvědomila si, že je neumí efektivně uplatnit v praxi, což vedlo

k nedorozuměním ohledně její osobnosti, kdy ji lidé kvůli tomu mohli považovat za introverta.

*„Druhý jazyky jsem se naučila na základní škole už od 2. nebo 3. třídy a pokračovala jsem až do bakalářského studia. Na bakalářském studiu jsem odjela do zahraničí, tam jsem si ten jazyk osvojila daleko lépe a pevněji, takže teoretickou a gramatickou část toho jazyka jsem si osvojila nejvíce v rámci českého školství, poté v rámci praxe, a to bylo to nejdůležitější. Jak se mi dařilo a jak to bylo náročné? Bylo to náročné, dost, i přesto, že jsem měla teoretickou výbavu toho jazyka, tak jsem ji neuměla v praxi. Takže si spousta lidí myslelo, že jsem introvert, byť tomu tak není.“*

### **6.3 Kulturní rozdíly a vliv zahraničního prostředí na identitu**

Toto téma zahrnuje diskusi o dopadu kulturních rozdílů mezi různými zeměmi na osobní identitu, emocionální prožívání a adaptaci v cizím prostředí.

Téma zkoumá změny v osobní identitě a adaptaci na nové prostředí po návratu do rodné země nebo při pobytu v zahraničí.

Postoj účastníků k vlivu zahraničního prostředí na jejich identitu lze shrnout následovně:

#### **Participant 1**

Zdůrazňuje vliv partnerského vztahu a soužití s cizincem na její jazykové osvojení, emoční projevy a chování.

Zmiňuje, že partnerský vztah a soužití s cizincem ovlivnily nejen její osvojení jazyka, ale také partnerův projev emocí a chování.

*„...tam to bylo spíš naopak, že já jsem ovlivňovala toho dánského partnera, který se zdokonalil v angličtině a který se začal vyjadřovat a chovat trošku jinak.“*

#### **Participant 2**

Participantka se zamýšlí nad zkušenostmi získanými během pobytu v Dánsku, které ovlivnily její pohled na sociální interakce a individualismus. Zmíněné aspekty zahrnují odmítání závisti a pomluv, důraz na osobní názory nad společenskými očekáváními a výběr aktivit podle vlastních zájmů. Tyto zkušenosti se staly součástí jejího přístupu k životu po návratu do Česka.



*„Jéžiš, to je těžký rozlišit. Přivezla jsem si toho strašně moc. To, jak jsme se bavily, že si lidi v Dánsku nezávidí a že se lidi nepomlouvají. Já jsem to tak měla i před tím, ale strašně moc jsem si to uvědomila těmi diskusemi, které jsme měli tam. A když jsem v Česku, tak se snažím těchto konverzací neúčastnit anebo se snažím na to poukázat většinou z toho sociálního aspektu. Druhá věc je ten individualismus, což bych řekla, že v Dánsku je strašně – resp. to jsem si přivezla já, že je hodně důležité, co si o dané situaci myslíš sám než za společnost.“*

*„Všichni moji kamarádi hrají tenis, ale mě baví badminton, tak já půjdu raději hrát badminton s někým novým než se zařadit do toho tenisového kolektivu jenom proto, protože to všichni kolem mě hrajou“ nebo podívat se na film jenom pro to, že ostatní říkají, že je dobrý. Je to ten jiný druh individualismu, kdy si sama uvědomíš, co vlastně chceš a nevím, zase – jestli je to dospíváním, je to možné, že jsem tenkrát byla ještě děcko a teď mám víc dospělácký myšlení (směje se, pozn. editora), nebo je to, je tam strašně moc vlivů, asi nad tím moc přemýšlím, ha ha...“*

### **Participant 3**

Participantka zmiňuje nejistotu ohledně toho, zda si z mezinárodních zkušeností, zejména z pobytu v Norsku, přivezla nějaké kulturní nebo jiné aspekty, které by integrovala do svého chování nebo myšlení. Vyjadřuje, že i přes uplynulé čtyři roky od svého pobytu si není jistá, zda došlo k nějakému významnému přijetí nebo změně v jejím přístupu nebo identitě, která by byla přímo ovlivněna těmito zkušenostmi.

*„...jako to nevím, jestli ano, asi jako nemám pocit, že bych nějak jako fakt převzala nějaký ... no nebo nevnímám to třeba, nebo třeba jsem si přivezla, ale už tak přece jenom je to jako 4 roky a přemejšlím, jestli teď třeba z toho Norska, jestli jsem to nějak...ale ne nevnímám to...“*

### **Participant 4**

Participant zaznamenal kulturní rozdíly mezi Ukrajinou a Českem. Zmínil například české tradice a jídlo (řízky, salát, Vánoce, pivo) jako součást české kultury, která na něj měla vliv. Poznamenal také, že je plně schopen rozlišit český způsob života a mentalitu, ačkoli se za Čecha nepovažuje.

Neztotožňuje se s některými aspekty české kultury, jako je závist a napětí obyvatel, které vnímá mezi Čechy. V ukrajinštině cítí větší hrdost a spojení se svou původní kulturou.

*„Určité ovlivnění, řízky, salát, Vánoce, pivo, to je taková kulturní záležitost. Celkově ten, no už si můžu 100% říct, že vím, jací jsou Češi i když se za Čecha nepovažují.“*

*„No, pro mě vždycky byla, jak to říct, kultura, tady v česku ještě nějaká je? Haha. Taky už rozlišuju Čechy a Pražáky. Ale co se týče kulturního šoku. Jojo, když jsem přijel na Ukrajinu, v Česku jsem byl zvyklej. Na té Ukrajině to bylo takové, lidi jsou tam uvolněnější, nebojí se vyjádřit, dodržují kulturní zvyky a tradice a už to mi přijde, že jsem vlastně rád, že jsem Ukrajinec a překvapilo mě to v pozitivním. Samozřejmě, každý národ má svoje mouchy, žádný národ s kulturou nejsou dokonalí, vždycky tam byly momenty, že jsem si říkal, že tohle se děje jenom na Ukrajině. Že jdeš třeba domů, dám příklad, bydlíš v paneláku, babička bydlela ve městě 30 tisíc obyvatel, jdeš domů z kalby a před panelákem se ti tam pase kráva. Bučí tam, pastýř tam stojí, kouří cigáro, hlídá si ji a hned vedle stojí barák a bydlí tam rodinka a mají krávy a frajer si ji jen venčil a nikomu to nepřišlo divný. Tady, běhat mezi barákama s krávou, si policajti řeknou, seš normální? Ty lidi jsou volnější. Já si pamatuju, že jsem si mohl na sídlišti zapálit oheň, nedovedu si představit, že v Praze nebo nějakém menším městě rozdělám oheň mezi domy. To si buřty neopeču.“*

## **Participant 5**

Participantka mluví o tom, jak byla ovlivněna kulturou země, ve které pobývala, konkrétně dánskou kulturou. Změny, které pocítila, se týkaly různých aspektů života, od stylu života a udržitelnosti až po bio a ekologický přístup. Kromě toho zaznamenala vliv na svůj osobní přístup k sobě samotné, inspirovaný dánským způsobem života, který klade důraz na rovnováhu mezi prací a osobním životem a další související hodnoty.

*„A co se týče ovlivnění dané kultury, určitě to na mě mělo vliv, jak už ve stylu života a udržitelnosti, nebo nějakého bio postoje a ekologického postoje, tak samozřejmě i v rámci nějakého přístupu k sobě samotné, to, jak Dánové, jako žili, nějaký work-life balance a tak dále.“*

## 6.4 Vnitřní monolog a sebepožívání

V této kapitole se zaměříme na zkoumání, jak mezinárodní zkušenosti a kulturní interakce ovlivňují naši identitu a sebepožívání. Pět různých vyprávění nabízí pohled na komplexní procesy adaptace, sebereflexe a vývoje, kterými jednotlivci procházejí v rámci působení v multikulturním prostředí.

### Participant 1

Participantka popisuje, že i když je v Česku, často přepíná svůj vnitřní monolog do angličtiny, což pro ni představuje určitý druh úniku. Cítí se při tom dobře, i když občas narazí na problém s vybavením si určitého českého slova. V takových případech začne přemýšlet o tom slově v češtině, ale nakonec se vrátí k angličtině, kde je schopna si daný koncept či myšlenku lépe a více způsoby vysvětlit.

*„Když jsem v Česku, tak přepnu vnitřní monolog zpátky do angličtiny. Je to zase nějaký můj únik. Cítím se v tom skvěle ale jsou tam třeba nějaký prostě teďka jsem třeba říkala, že si nemůžu vzpomenout na slovo v češtině a pak třeba začnu přemýšlet nad tím slovem v češtině ale vrátím se zpátky do té angličtiny, kde bych si ho v angličtině třikrát vysvětlila 6 různějma větama, ale v té češtině nevím...“*

### Participant 2

Uvádí, že nemá vnitřní monolog v češtině a že její vnitřní monolog je v angličtině. Přiznává, že tento monolog je pravděpodobně odlišný, protože je o deset let starší než v době, kdy mluvila česky. To naznačuje, že její sebepožívání a způsob, jakým přemýšlí o sobě a světě, se proměnily nejen díky změně jazyka, ale i s jejím věkem a zkušenostmi. Participantka popisuje vliv věku, životních zkušeností a sebereflexe na svůj vnitřní monolog v různých jazycích. Toto téma lze zkoumat v kontextu osobního rozvoje a adaptace na nové prostředí.

*„Nemám vnitřní monolog v češtině. Už. Anglicky, německy ne. Určitě je ten monolog jiný, protože jsem o 10 let starší, tak si říkám úplně jiné věci, než když jsem byla mladá studentka nebo přemýšlím nad věcmi jiným způsobem. Já vůbec nevím, co ti k tomu mám říct.“*

*„Těžko říct, jestli je to tím přemýšlením v jazyce nebo jsou to životní zkušenosti, které jsem získala v tom novém jazyce, které mi umožňují si ty myšlenky dál brát tímto způsobem.“*

*Někdy je pro mě těžší tu češtinu teď používat ve všem. Třeba se vyjadřovat teď. Možná kdybychom se teď bavily anglicky, bylo by to lepší.“*

### **Participant 3**

Popisuje, jak některá slova v češtině pro ni mají silnější emoční náboj než ve světě anglických sprostých slov, která pro ni nemají takový význam. Uvádí, že když je na sebe našťvaná, není schopná si v angličtině v duchu nadávat stejně intenzivně jako v češtině. Toto odráží rozdíl v jejím sebeprožívání a vnitřním monologu v závislosti na jazyce.

*"Je pravda, že angličtinu umím použít na sebe pozitivně. Má to dvojitý efekt, že je to pozitivní, řeknu si, že jsem dobrá, ale ještě že jsem schopná si to říct v té angličtině. Angličtina mě občas přiměje pochválit se, když si uvědomím, jak dlouho jsem se ji učila, a myslím si to v hlavě, ale já nevím, někdy to stačí si to jen říct v duchu, protože jsem opravdu na sebe pyšná, že jsem schopná, že jsem byla schopná dvakrát vyjet někam do zahraničí a fungovat tam sama za sebe a ještě k tomu cizím jazykem a neměla jsem tam nikoho, na koho bych se obrátila česky mluvícího, a možná to má pro mě pořád takovou váhu, že jsem schopná fungovat v angličtině, že když se ještě pochválím, a je to prostě jenom úplně jednoduchá věta, fráze, tak možná to pro mě má fakt silnější váhu, než kdybych si řekla česky, že jsem dobrá."*

### **Participant 4**

Uvádí, že se mu daří verbalizovat emoce stejně, ať už mluví česky nebo ukrajinsky. Při zamýšlení nad tímto tématem uvádí, že i když se pocitově uvnitř sebe cítí stejně, když vyjadřuje emoce, vnější projev je pro něj stejný v obou jazycích. Toto naznačuje, že nevnímá výrazný rozdíl ve své schopnosti vyjadřovat emoce mezi jeho mateřským jazykem a druhým jazykem, což může odrážet jeho dlouhodobou adaptaci na obě jazykové a kulturní prostředí. Mluví sám se sebou jenom v češtině a ani nemyslí v ukrajinštině, myslí jen v češtině. Toto naznačuje, že je pro něj čeština jeho primární jazyk pro vnitřní monology a sebereflexi, i když uvádí, že je Ukrajinec.

Má pocit, že když mluví ukrajinsky, je hrdější a cítí se pohodlněji, což odráží jeho vztah k sobě samému a k jeho ukrajinské identitě. Ukrajinština je pro něj jazykem, ve kterém se dotýká emocí intenzivněji, a to zejména v konfrontačních situacích nebo když vyjadřuje emoce rodinným členům.

*„...jako když mluvím sám se sebou, Mluvím se sebou jenom v češtině. V ukrajinštině ani nemyslím, já myslím jen v češtině.“*

*„Skoro mi to přijde, jako by ta čeština pro tebe byla rodný jazyk.“*

*„Jak říkám, samozřejmě, bydlím tady 28 let, takže to je o prostředí i. Kdybych bydlel 28 let v Číně, tak asi umím líp čínsky než ukrajinsky. I kdybych nechtěl, tak tím jazykem umím líp. Já bych se mohl bichlit ukrajinštinu hory doly, ale neuměl bych ten jazyk lépe než tu češtinu.“*

### **Participant 5**

Participantka popisuje rozdíl mezi svým vnitřním monologem v češtině a angličtině. Ve svém českém monologu je k sobě kritičtější, zatímco v angličtině je její přístup k sobě samotné a k situacím, které se jí nedaří, mnohem pozitivnější a konstruktivnější. V angličtině si říká, že má prostor na zlepšení a motivuje se k tomu, aby zůstala v klidu. Tento pozitivnější přístup přisuzuje vlivu svého sociálního okolí v zahraničí, od kterého si tento způsob reakce na výzvy osvojila.

*„Hmm, co se týče mého monologu, tak určitě je jiný, a můj monolog v angličtině je pozitivnější, není negativní jako v češtině. V té češtině prostě, když se něco stane, tak si vlastně řeknu: "Ježíš, ty seš pitomá." V té angličtině je to tak, že něco se mi nepodaří, nebo mi něco nejde, a já si řeknu: "Jo, máš tady prostě prostor na zlepšení, nic se neděje, buď v pohodě, v klidu, máš čas." A myslím si, že to je tím, že jsem to převzala od svých okolních přátel v zahraničí, kdy jsem přejímala jejich přístup v takových situacích.“*

## **6.5 Faktory ovlivňující identitu**

### **Participant 1**

Participantka diskutuje o svém pocitu většího sebevědomí a pohodlí při mluvení anglicky ve srovnání s češtinou. Popisuje, že se v angličtině cítí volněji a je ochotnější čelit situacím, které by v češtině považovala za nepříjemné. Zdůrazňuje, že když mluví anglicky s kýmkoli a kdekoliv, nebojí se soudů a může se svobodně bavit o jakémkoliv tématu. Dále popisuje, že čeština má bohatší slovní zásobu s mnoha výrazy pro jedno vyjádření, které mohou být interpretovány různě, zatímco angličtina je v jejím vnímání jednodušší a má jasně definované výrazy.

*„...myslím si, že jak jsem říkala, že prostě od té češtiny utíkám od té angličtiny to to je to sebevědomí, nemám konkrétní faktory.“*

*„...když mluvím anglicky, tak si přijdu víc jako víc v pohodě a nemám problém se vystavit situacím, který mi jsou v češtině nepříjemný...“*

*„...no to je ta situace, co jsem co jsem popisovala, že vlastně, když se budu bavit s kýmkoliv anglicky v jakémkoliv prostředí a je mi jedno odkud ty lidi jsou, tak vlastně jsem schopná s nimi řešit jakýkoliv téma, protože mě nesoudí...“*

*„...ta barvitost těch slov, ta slovní zásoba češtiny, kdy pro jedno vyjádření máš x výrazů, ale můžou se pochopit různými způsoby kdežto v té angličtině prostě ten jazyk je jednodušší, je jasně definovaný...“*

## **Participant 2**

Participantka hovoří o svých zkušenostech a pocitech spojených s odchodem ze svého domovského prostředí a adaptací v zahraničí. Klade důraz na pocit nezávislosti a svobody, který s sebou přináší vzdálenost od známého sociálního a kulturního prostředí, rodiny a přátel. Zmíněný pocit svobody však zahrnuje i nejistotu a zodpovědnost, jelikož v případě problémů není, na koho se spolehnout. Také zmiňuje, že zahraniční prostředí přináší možnost komunikovat bez obavy z odsouzení a že z finančního hlediska je v zahraničí větší tlak a nutnost se o sebe postarat, což může být motivující, ale také zdrojem obav.

*„...Pro mě určitě to odčlenění od té společnosti, ve který jsem byla, i od rodiny, přátel i od kulturních českých předpokladů nebo standardů. Tak to určitě byl největší faktor, mít tam takový ten distanc toho. A to taky, co jsem říkala, ten menší pocit jistoty, který máš v tom zahraničí nebo já jsem měla pocit většího nebezpečí a nezávislosti. Je to freedom určitě ale nemáš tu safety na co můžeš dopadnout. Když se něco posere, tak tady jsem měla pořád teoreticky, kdo by mě podpořil ale tam jsi odkázanej opravdu sám na sebe.“*

*„...Oproštění se od samostatnosti. A taky to, že vlastně můžeš mít, že tě nikdo nebude soudit, máš opravdu tu možnost věci si rozhodnout sám a když uděláš nějakou blbost, tak si za to můžeš sám a poučíš se z toho do příště, ale nevím, jestli bych to nazvala faktorem. A ještě druhá věc, která mě napadla – peníze. Což je podle mě faktor, protože ano v Dánsku ta podpora státu pro studenty je dobrá, i pro mezinárodní studenty je dobrá, ale je tam taky ta nejistota, jestli ji dostaneš. A vlastně prvních pár měsíců, než ji*

*dostaneš a najdeš si práci, tak je vše dražší. Třikrát tak dražší a vlastně tady, když bych neměla na to, zaplatit si byt, tak jsem mohla od rodičů dojíždět. Tam takovou možnost nemáš. Tam si musíš zaplatit vše. Jídlo, byt, cestování. Nemusíš mít peníze na to, dojet domů jinak než stopem. Po té finanční stránce tam byla jakoby větší zodpovědnost a obava, já jsem z toho měla obavu. Osobně jako rodina bychom s tím neměli problém, resp. naši, já tím, že jsem to nechtěla řešit přes naše, tak pro mě peníze hrály velkou roli v motivaci, dělat věci určitým způsobem, kdežto tady v česku to nebylo tak hrozné.“*

### **Participant 3**

Participantka diskutuje o své zkušenosti s učením se a používáním angličtiny během pobytu v zahraničí. Zmiňuje, že zkušenost ji donutila rychle dospět, neboť se musela naučit komunikovat v angličtině bez pomoci ostatních. Toto sebeobslužné prostředí jí dalo pocit nezávislosti a sebejistoty, zejména při zvládnání důležitých úkolů jako návštěvy lékaře či úřadů. Dále popisuje, jak občas automaticky přechází do myšlení v angličtině, což je pro ni nyní normální a nevnímá to jako něco neobvyklého. Toto občasné myšlení v angličtině jí připomíná, že je schopná fungovat v cizím jazyce a kultuře, což pro ni představuje důležitou součást její identity.

*„...tak mám pocit, že v tom cizím jazyce, i tím, že jsem si ho začala osvojovat v cizí zemi, kam jsem jela sama, mě to trochu dospěla. Musím komunikovat v cizím jazyce a tam nikoho nemám za prdeli pořád a jinak, než anglicky se nedomluvim. To mi dalo i nějaký pocit, že vím, že jsem o sebe schopná se postarat, ale to souvisí vlastně s tou angličtinou. Tam jsem nemluvila česky, nemohla se domluvit, a to, že jsem byla schopná fungovat 5 měsíců v cizím jazyce a zařídít si i důležité věci, řešila jsem doktora, úřady, a všechno tohle jsem byla schopná udělat v angličtině sama. To souvisí hodně s tím, že jsem byla v cizině sama. Ale možná nevím, cítím se hrozně dobře, když někomu řeknu, že jsem schopná mluvit anglicky a domluvit se, a že mi to nedělá problém, nebo když se mě někdo zeptá, a říkám jo, a oni jsou tím trochu takoví, jako, no tak jsem dobrá, trochu namyšlená v tu chvíli, jak jsem se bavila o těch vnitřních monolozích.“*

Doplňující otázka: stalo se ti nebo stává se ti někdy že přepneš a sama k sobě jako mluvíš v angličtině?

*„...jo jo pořád, pořád stává, že občas jako, že jako přemejšlim prostě anglicky, ale v tu chvíli úplně je to jako normální a pak prostě říkám, ty jo jako tak pak zas jako přepnu...stává se mě to jako pořád“*

Doplňující otázka: jak se v tom cítíš?

*„No, teď už mi to nějak jde, neprožívám to tak, ale vím, že když jsem byla na začátku ve Finsku, přemýšlela jsem skoro pořád anglicky. To bylo tím, že jsem tam byla, ale pak, když jsem byla zpátky v Česku a znovu se začleňovala do českého prostředí, i rok nebo dva po Finsku jsem pořád přemýšlela anglicky. Říkala jsem si, že je to vlastně husté, že je to něco, co spousta lidí nezažije. Ne, že bych byla dobrá nebo ne dobrá, ale je to prostě zajímavé, že i když jsem Češka a žiju v Čechách, přemýšlím v jiném jazyce.“*

#### **Participant 4**

Participant vyjadřuje, že ačkoli se v práci musí někdy přizpůsobit českému prostředí, jeho identita zůstává pevně ukrajinská. Cítí se hrdě na své ukrajinské kořeny a toto citění je pro něj důležité při mluvení ukrajinštinou. Zaznamenal také kulturní rozdíly mezi Čechy a Ukrajinci, kde Čechy vnímá jako závistivější a uzavřenější, což se mu nezamlouvá. Jazyk má pro něj velký emocionální náboj, přičemž ukrajinština je pro něho emotivnější a osobnější, zatímco čeština je vnímána jako tvrdší a v konfrontacích se v ní necítí tak zranitelně.

*„... mentalitou jsem furt Ukrajinec, i to, jak se chovám, žiju, nebo... ale někdy se musíš, jak to říct, třeba v té práci, tam se musíš přizpůsobit, ale neřeknu, že se chovám jako Čech. Kdybych teď mluvil v ukrajinštině, tak ani nepoznáš, že jsem to já, ale myslím si, že je to jen sluchový. V hloubi duše jsem furt Ukrajinec jsem furt stejnej. Mám nějaký hodnoty ukrajinský. Všiml jsem si, že Češi jsou hrozně závistiví, upjatý, jako by je furt něco žralo a oni to potřebují ventilovat a s tím já se neztotožňuji v tomto prostředí, kde se nacházím, což je Praha, Česká republika.“*

Takže bys řekl, že ta identita je stejná, až na to, že zníš jinak, ale ty sám jsi pořád stejný?

*„Ano, jsem stejný. Jako když mluvím ukrajinsky, to je důležitý dodatek, jak to říct, no jsem takovej hrdější. Jakože, mluvím tím jazykem a že ho ovládám, i když žiju celý život jinde a jsem hrdej, odkud jsem, a to se promítá do toho mluveného projevu v té ukrajinštině no. No ta čeština, říkám, je to nádhernej jazyk, ale je hrubější, tvrdší. Říkám, když mi někdo něco vyčítá v ukrajinštině, tak je to pro mě zní hmusně. Víc si to беру k srdci. V češtině ne. Jako odosobnění... já, když se dostávám do konfrontace v češtině, tak vím, jak to říct, mám argumenty, vím, jak v té konfrontaci mluvit a moc se nad tím nezamýšlím, začnu dokazovat svoji pravdu. V té ukrajinštině se více*



*zaposlouchám, není to tak spontánní, dvakrát si promyslím, co odpovím. To je zas i o tom, co je to za člověka. Jak říkám, ta ukrajinština je pro mě... asi jak si to řekla, jsem v té ukrajinštině více zranitelnější.“*

Myslíš si, že je to tím, že je to jazyk, ve kterém si byl vychovaný?

*„Určitě, tak matka furt řvala ukrajinsky, tak to si člověk zapamatuje, babička s dědou taky. Ten, když začal v ukrajinštině.“*

Takže se tě ta ukrajinština dotýká více než ta čeština?

*„Určitě.“*

Kdyby ten děda na tebe začal rvát česky?

*„Určitě by se mě to tolik nedotýkalo.“*

## **Participant 5**

Participantka popisuje, jak různé faktory ovlivnily její identitu. Zmíněny jsou zejména lidé kolem ní, způsob vyjadřování, který převzala od ostatních, přístup k sobě samé a sebepéče. Důležitým aspektem její změněné identity je i změna vnitřního monologu, který probíhá v angličtině; ten jí umožňuje vnímat svět z klidnější a pozitivnější perspektivy. Kromě toho zmiňuje i změnu v přístupu k času, životu, a dokonce i počasí. Tyto změny připisuje vlivu mezinárodního okolí, setkávání se s lidmi z různých kultur a podobně nastavené studentské skupině, ve které se pohybovala.

*„Faktory, které si myslím, že mě ovlivnily jako identitu, tak to jsou určitě lidi, způsob toho vyjadřování, který jsem okoukala, přístup k sobě samotnému, nějakou sebepéči jsem se naučila. Naučila jsem se žít. Ta změna identity pro mě je celý ten vnitřní monolog, jakmile si povídám sama se sebou v angličtině a mysl mám přepnutou, je to jako bych si nasadila brýle, přes které vidím jinak. Klidněji, hezčeji... I přístup k času, k životu, k počasí... Cítím hodně velký rozdíl. Ale rozhodně velkou práci na tom udělalo okolí, jiná mentalita, cizinci, a hlavně jakési podobné nastavení celé té studentské international skupiny...“*

## 6.6 Přizpůsobení se po návratu

Tyto popisy naznačují, že návrat do rodné země po delším pobytu v zahraničí může být pro jednotlivce komplexní zkušeností, která zahrnuje proces znovu-adaptace a smíšené pocity spojené s tímto přechodem.

### Participant 1

Participantka hovoří o pozitivním vlivu zahraničního pobytu na osobní rozvoj a pocity sebevědomí. Zároveň se vrací k tématu kulturního šoku při návratu do vlasti a konfrontace s českou kulturou a prostředím.

*„...do Čech? nechtěla jsem sem, kdybych měla dostatek peněz, tak už se nevrátím, návrat byl hrozný, nelíbila se mi zase ta česká nátura prostě přijela sem, všichni potřebovali vědět všechno, všichni všechno kritizovali a já třeba nemám ráda, jak všichni generalizují celej ten sever stylem že je tam draho...“*

*„...systém státu, sociální podpora školství, trh práce, celkově starost o zaměstnance, já jsem vlastně i zažila práci v Dánsku jako ne, tohle ne, návrat – byl to velkej kulturní šok...“*

### Participant 2

Participantka popisuje své zkušenosti s přizpůsobením se po návratu do rodné země, včetně komunikace v mateřském jazyce a zacházení s kulturním šokem. Toto téma lze zkoumat v kontextu psychologických a sociálních faktorů adaptace na nové prostředí.

*„Ne, protože já jsem se ze začátku bavila s těma vrstevníkama. Se všema, který se taky vrátili ze zahraničí. Moje nejlepší kamarádky byly nuceny se vrátit z Londýna kvůli covidu. Takže my jsme ten čas trávily spolu, jazyková bariéra tam nebyla a už tehdy jsme spolu mluvily napůl česky a napůl anglicky, protože si těma slovy pomáháš. Naším bylo třeba těžký vysvětlit, co dělám za práci, protože jsem tu slovní zásobu v češtině neměla, protože byla hodně specifická.“*

*„Kulturní šok jsem nezažila, protože jsem pracovala v mezinárodním prostředí a ke všemu byl covid. Spíš byl šok z covidu než z toho, že jsem zpátky v Česku, byl covid a já byla 90 % s cizinci, a ještě online a ve Znojmě, když jsem byla, tam to bylo, že vlastně ti lidi, co byli nuceni přestěhovat se a měli partnery a ti mluvili anglicky. Takže i doma jsme mluvili částečně anglicky i v té rodině. Takže ta angličtina tam pořád měla pro mě místo.“*

### Participant 3

Participantka popisuje své pocity po návratu domů z pětíměsíčního pobytu v zahraničí. Pocítila určitý diskomfort z toho, že občas nenašla vhodné české slovo a místo toho jí na mysl přišla anglická slova. Dále vyjadřuje pocit „návratové depky“, který vznikl při konfrontaci s rutinou a známým prostředím doma oproti novým zážitkům, lidem a systémům, se kterými se setkávala během svého pobytu v Norsku a Finsku. Tento pocit byl umocněn uvědoměním si, že se nyní bude muset vrátit k používání výhradně češtiny, což přispělo k jejímu pocitu omezenosti po zkušenostech s mezinárodním a mnohojazyčným prostředím.

*„No, asi žádný výrazný kulturní šok ne, spíš jsem si připadala, že nevím, občas diskomfort jsem měla v tom, že jsem byla 5 měsíců pryč a měla jsem občas problém najít to české slovo a cítila jsem se občas blbě, že mi tam skáčou anglická slova místo českých a že si nemůžu vzpomenout na to české vyjádření. Přece jsem nebyla tak dlouho pryč, abych nebyla schopná se vyjádřit, ale ne, asi jsem necítila nějaký diskomfort, spíš diskomfort v tom návratu, že jsem zas doma a že mě teď čeká prostě to stejné. A tak jsem to zažívala, a takovou tu návratovou depku, že když jsi někde, třeba nevím, jenom to, že jsi na dovolené a vracíš se, tak je to takové, že zpátky, a to jsem měla, že možná i, že jsem žila v zahraničí a teď jsem zas doma. No, taková ta rutina, myslím, nic nového, a že teď tady, všechno znám. V tom Norsku, Finsku, jsem se více chodila a všechno to bylo nové, noví lidé a nové zvyky a nové nějaké, ne rituály, ale prostě mají jiný systém, jak fungují, a teď zas to stejný, tak, asi spíš takhle než třeba v tom jazyce, no. A zas budu muset, zas budu mluvit jenom česky, a tak, to jo no...“*

### Participant 4

Popisuje svůj návrat z Ukrajiny do České republiky jako proces adaptace. Po návštěvě Ukrajiny mu trvalo asi jeden den, než se plně zadaptoval na život v České republice. Zmínil, že když se vrátil a šel s přáteli ven, naskakovaly mu ukrajinské výrazy, což vytvořilo "mišmaš" v jeho hlavě.

*„Joo, když si vzpomenu, když jsem přijel na Ukrajinu, trvalo mi adaptovat se tam 3 dny, a když jsem se vrátil do Česka, tak mi to trvalo tak den, když jsem šel s klukama ven, tak mi naskakovaly slova v ukrajinštině, byl to hroznej mišmas. Jak říkám, to bylo ještě. No do 15 jsem měl tu češtinu s ukrajinštinou půl na půl. Oba rodiče mluvili ukrajinsky,“*

*pak jsem jezdil na dva měsíce tam. Tehdá to bylo dejme tomu čeština 60 % a ukrajinština 40. Ted' je to spíš čeština 80 % a ukrajinština 20 %.*

No a prožil si třeba, že sis řekl po návratu, že ti bylo lépe v té ukrajinštině? Že bys raději mluvil v té ukrajinštině i tady?

*„Já jsem byl vždycky rád, že jsem se vrátil k té češtině. Bylo to jednodušší, vždycky. Bejvalo to, že jsem byl na Ukrajině, byl jsem tam dva týdny a s lidmi jsem se bavil, ale pořád jsem nemohl plně vyjádřit to, co jsem chtěl. Umím se i emočně vyjádřit, ale furt to nebylo 100 %, pořád jsem hrozně moc přemýšlel nad tím, co chci říct.*

No a když ses vrátil po takovém dobrodružství zpátky sem, tak posteskló se ti třeba?

*„Spíš po kamarádech než po prostředí. Po těch lidech. Já jsem měl do jisté doby kamarády, na které jsem se těšil na Ukrajině a i tady. A bohužel, cesty se rozcházejí, a to byli příbuzný a kamarádi. Já jsem nejel na Ukrajinu, že chci na Ukrajinu, já jsem jel za lidmi. Samozřejmě, říkám, ty lidi tam nejsou vypjatí, když ti chtějí něco říct, tak ti to řeknou.*

Jo, ale tak nějak jsem z toho zavnímala pocit větší svobody, takže když ses vrátil po tom zpátky do toho Česka, po tom měsíci/dvou, tak jestli jako sis neřekl, hmmm, tady mi ta Ukrajina chybí.

*„No ne, já jsem byl vždycky rád, že jsem vyrůstal v Česku. Vždycky, protože představa, že bych vyrůstal tam, říkám, proč tam žijou volně? Pamuje tam anarchismus ve smyslu, lidi žijou bídu, ale volně, podle sebe. Tak jak ji chtějí žít.“*

## **Participant 5**

Vyjadřuje, že se při návratu do Česka cítila nepohodlně, hlavně kvůli nutnosti mluvit česky. Uvádí, že jí bylo duševně lépe, když mohla používat angličtinu, protože čeština je pro ni tvrdší jazyk, ke kterému má silné emoční vazby a spojené prožitky. Tento diskomfort pociťovala zejména na začátku svého návratu, ale s časem se situace zlepšila a nyní se již cítí v Česku dobře.

*„A co se týče návratu do zpět do mé rodné země, tak ano, když jsem se vracela, pociťovala jsem diskomfort. Byla to jedna z důležitých věcí, proč se mi nechtělo do Česka, že budu muset mluvit s Čechy, právě proto, že jsem věděla, že v té angličtině mi je duševně lépe než v té češtině. Jo, ta čeština, přece jenom, je tvrdá, k těm slovům mám nějakou*

*emocionální vazbu, nějaký prožitý příběh, zkušenost, takže pociťovala jsem velký diskomfort. Teď, jak už tady jsem dlouhodobě, tak je to dobrý, už, ale ze začátku to bylo hodně těžké... “*

## 7 Diskuse

Naše empirická zjištění ukazují, že jazyk, ve kterém jedinec komunikuje, má významný dopad na intenzitu a prožívání emocí. Toto pozorování rezonuje s předpoklady Daniela Golemana, který ve své práci o emoční inteligenci zdůrazňuje význam sebepoznání a schopnosti rozpoznat a vyjádřit emoce v kontextu osobní identity. Naše práce poskytuje empirické důkazy podporující Golemanovu teorii, protože ukazuje, že jedinci mají tendenci prožívat a vyjadřovat emoce intenzivněji v mateřském jazyce, což je přímější projev jejich emocionálního self.

Paul Ekman, další klíčová postava v oblasti studia emocí, navrhuje, že existují základní emoce, které jsou univerzální pro všechny lidi. Naše zjištění však naznačují, že i když mohou být emoce univerzální, způsob, jakým jsou vyjádřeny a prožívány, je hluboce ovlivněn jazykem a kulturou.

Naše práce rovněž reflektuje poznatky Erica Shiraeva a Davida Levyho, kteří se zaměřují na vliv kultury na psychologické procesy a zdůrazňují, jak kulturní faktory formují emoční prožívání a vyjadřování. Naše empirické zjištění, která ukazují na rozdíly v emočním vyjadřování mezi mateřským a druhým jazykem, tak doplňují jejich teorii o kulturně specifických vzorcích v emocionálním chování.

Aneta Pavlenko se zabývá emocemi v multilingválním kontextu a jejich vlivem na identitu jedince. Naše zjištění podtrhují její názory na to, jak jazyková plynulost a kulturní začlenění ovlivňují emoční vyjadřování a sebe-percepci, což je důležitý přínos k porozumění emočním aspektům bilingvismu a multilingvismu.

Jensenova práce, která zkoumá, jak se kulturní rozdíly projevují v každodenních interakcích a komunikačních stylech, nabízí cenný vhled do toho, jak mohou být emocionální projevy ovlivněny nejen individuálními faktory, jako je jazyková plynulost, ale také širšími sociokulturními dynamikami. V kontextu naší práce přispívá jeho zkoumání k přesvědčení, že emoční vyjadřování je značně formováno kulturou, ve které se jedinec pohybuje, a že jazyk slouží jako klíčový nástroj. Jensenovu práci lze chápat tak, že emocionální vyjadřování je hluboce zakotveno v sociální síti a kulturních a jazykových faktorech. V empirické části práce jsme poté objevili, že emocionální projevy účastníků se lišily v závislosti na kulturním kontextu a jazyce, což odráží Jensenovu argumentaci o vlivu kulturních vzorců na chování jednotlivců. Tato korelace

mezi teoretickými koncepty a empirickými zjištěními posiluje argument, že emoční vyjadřování je formováno komplexní interakcí mezi jazykem, kulturou a osobní identitou, a zdůrazňuje význam zohlednění kulturních aspektů při studiu emocí.

Závěrem, diskusí v diplomové práci úspěšně propojujeme empirická zjištění s teoretickými předpoklady Golemana, Ekmana, Shiraeva a Levyho a Pavlenko. Tímto způsobem nejenže potvrzujeme relevanci jejich teorií pro pochopení emocionálního vyjadřování v různých jazykových a kulturních kontextech, ale také otevíráme dveře pro další diskusi a výzkum. To naznačuje potřebu rozšíření existujících teorií o emocích o jazykové a kulturní dimenze, což přináší cenné poznatky pro oblasti jako psycholingvistika, sociolingvistika, interkulturní komunikace a emoční psychologie. Naše zjištění jsou zvláště relevantní v kontextu rostoucí globalizace a multikulturalitě, což zdůrazňuje význam pochopení vlivu jazyka a kultury na emoční projevy pro efektivní mezikulturní komunikaci a vzájemné porozumění.

## **Závěr**

V diplomové práci jsem se zabývala komplexním tématem vztahu mezi jazykem, identitou a emocemi, zkoumajíc vliv multilingvismu na osobnost jedince a jeho sociální interakce. Zjištění z empirické části práce spolu s teoretickými základy poskytují ucelený pohled na to, jak se jazykové schopnosti a kulturní vystavení projevují v osobním rozvoji a mezikulturní komunikaci.

Výsledky našeho výzkumu potvrzují, že jazyk není jen nástrojem komunikace, ale zásadně formuje naše vnímání světa, sebepojetí a emoční vyjadřování. Participanti naší studie, kteří ovládají více než jeden jazyk, popisují, jak každý jazyk přináší odlišný způsob vyjadřování a prožívání emocí, což naznačuje významnou roli jazyka v konstruování sociální a osobní identity. Tento nálezný koresponduje s předchozími teoretickými poznatky, které poukazují na to, že jazyk ovlivňuje kognitivní procesy a je neoddelitelně spjat s kulturou a hodnotami, které reprezentuje.

Zkušenost s vícejazyčností také otevírá dveře k rozšíření pracovních a sociálních příležitostí, jak potvrzují odpovědi participantů. Znalost cizích jazyků nejen že zvyšuje šance na trhu práce, ale také poskytuje jedinečnou příležitost pro osobní rozvoj prostřednictvím expozice rozmanitým kulturám a perspektivám. Tento aspekt je zásadní v dnešní globalizované společnosti, kde mezikulturní kompetence a adaptabilita jsou ceněné dovednosti.

Dále bylo zjištěno, že pobyt v zahraničí a interakce s lidmi z různých kulturních prostředí mohou vést k hlubšímu pochopení vlastní identity a hodnot. Tato zkušenost umožňuje jedincům reflektovat své chování a postoje, což vede k větší otevřenosti a flexibilitě v sociálních interakcích. To je v souladu s teoriemi sociální psychologie, které tvrdí, že interkulturní zkušenosti mohou rozšířit sociální povědomí a empatii.

Nicméně, z výzkumu také vyplývá, že návrat do domovského prostředí po delším pobytu v zahraničí může přinést určité výzvy, včetně tzv. "kulturního šoku", který je spojen s potřebou znovu se adaptovat na kulturu, jazyk a sociální normy vlastní země. Tento aspekt poukazuje na potřebu dalšího výzkumu v oblasti adaptace a integrace po návratu z mezinárodních pobytů.

Výzkum též odhaluje, že vnitřní monolog jedince a jeho sebeprožívání jsou významně ovlivněny jazykem, ve kterém uvažuje. Participanti popisovali, jak se jejich vnitřní



monolog mění v závislosti na jazyku, což má dopad na jejich sebeprožívání a emocionální vyjadřování. Vnitřní monolog a sebeprožívání v různých jazycích tak reflektují nejen lingvistické, ale i kulturní rozdíly, a ukazují, jak jazyk může obohacovat naše vnímání sebe sama a světa.

Naše studie také zdůrazňuje, jaký vliv může mít proměnlivé používání jazyka na osobní identitu. Někteří participanti se cítili odlišně v závislosti na tom, kterým jazykem mluvili, což poukazuje na flexibilní povahu identity, která se může měnit a přizpůsobovat v závislosti na kontextu a používaném jazyku. Tento fenomén je důležitý pro pochopení dynamiky mezikulturní interakce a adaptace v multilingválním prostředí.

Kromě pozitivních aspektů multilingvismu a mezikulturních zkušeností naše výzkumná práce odhalila i některé výzvy. Participanti zmínili potíže s vyjádřením některých emocí nebo myšlenek v jazycích, které nejsou jejich mateřské, což může vést k frustraci a pocitu neúplnosti v komunikaci. Toto poukazuje na důležitost podpory jazykového vzdělávání a rozvoje mezikulturní kompetence, aby se minimalizovaly bariéry a maximalizovaly příležitosti, které multilingvální prostředí nabízí.

Vzhledem k rostoucí globalizaci a mobilitě je stále důležitější chápat, jak se lidé přizpůsobují a vyjadřují ve vícejazyčných a více kulturních prostředích. Naše práce přispívá k tomuto pochopení tím, že zdůrazňuje složitou roli jazyka a kultury v emočním projevu a nabízí náhled do životních zkušeností jednotlivců, kteří žijí a komunikují v těchto prostředích.

Interkulturní osvěta by tak mohla pomoci české společnosti ve vnímání interkulturních odlišností nejen v hlavním městě, ale i napříč Českem, kde se donedávna tento jev tolik neprojevoval.

Závěrem, zatímco teoretická část naší práce poskytla pevný základ pro pochopení vztahu mezi jazykem, emocemi a identitou, naše empirická část tuto oblast obohatila o živé příklady a osobní svědectví, které zdůrazňují komplexnost a individualitu emočního vyjádření ve vícejazyčných a více kulturních kontextech. Tyto poznatky poskytují cenný základ pro další teoretický i aplikovaný výzkum v oblasti psycholingvistiky a mezikulturní psychologie.

## **Příloha č.1: Informovaný souhlas**

### **Informovaný souhlas týkající se diplomové práce**

Já, níže podepsaný/á (dále jako participant/ka):

.....

Podle zákona č.110/2019 Sb., o zpracování osobních údajů, zákona č. 89/2012 Sb., občanského zákoníku, ve znění pozdějších předpisů, a v souladu s nařízením (EU) 2016/678 o ochraně fyzických osob v souvislosti se zpracováním osobních údajů a o volném pohybu těchto údajů (GDPR), tímto uděluji svůj výslovný a svobodný souhlas se zpracováním veškerých svých osobních údajů, které jsem poskytl/a během rozhovorů pořizovaných ve zvukové, audio-vizuální či písemné podobě pro potřeby zpracování diplomové práce na téma:

.....

Beru na vědomí, že své osobní a citlivé údaje poskytuji pro následující účely:

- získání dat a informací pro potřeby zpracování diplomové práce na UPOLu – Univerzitě Palackého v Olomouci

Jsem si vědom/a skutečnosti, že správcem těchto údajů se podpisem tohoto souhlasu stává výše uvedený/á student/ka.

Prohlašuji, že jsem byl/a informován/a o tom, že podle výše uvedených právních předpisů o zpracování osobních údajů mám právo:

- kdykoliv odstoupit od výše uvedené spolupráce

- vyžádat si informaci o tom, jaké osobní údaje jsou o mě zpracovávány; žádat omezení zpracovávání údajů, které jsou nepřesné, neúplné nebo u nichž odpadl důvod jejich zpracovávání, ale nesouhlasím s jejich výmazem; žádat umožnění přenesení zpracovávaných údajů;

E-mail studenta/studentky:

.....

V ..... Dne .....

Podpis participanta/participantky

.....

Podpis studenta/studentky:

.....

## **Příloha č.2.: Seznam použité literatury a internetových zdrojů**

Argyle, M., & Trower, P. (1979). *People in Social Interaction*. Londýn: Methuen.

Bakić, A. & Škifić, S. (2017). The Relationship between Bilingualism and Identity in Expressing Emotions and Thoughts (1), 33-54. [fecha de Consulta 13 de Marzo de 2024]. ISSN: 0123-3432. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=255049724002>

Bohatá, P. (2015). Interpretativní fenomenologická analýza: Stručně. [PDF].

Bronfenbrenner, U. (Ed.). (1972). *Influences on Human Development*. Hinsdale, Illinois: The Dryden Press Inc.

Caldwell-Harris, C. L. (2015). Emotionality Differences Between a Native and Foreign Language: Implications for Everyday Life. *Current Directions in Psychological Science*, 24(3), 214–219. <http://www.jstor.org/stable/44319018>

Cambridge University Press. (bez data). Definition of acculturation from the Cambridge Advanced Learner's Dictionary & Thesaurus.

Condrau, G. (1998). Sigmund Freud & Martin Heidegger: daseinsanalytická teorie neuróz a psychoterapie. Praha: Triton.

ČERMÁK, František. *Jazyk a jazykověda*. 1. vyd. Praha: Pražská imaginace, 1994. ISBN 807110149-4.)

De Vega, M. 2005. Lenguaje, corporeidad y cerebro: Una revisión crítica. *Revista Signos* 38 (58), 157-176.

Dewaele, J. M. (2006). Expressing anger in multiple languages. En A. Pavlenko (ed.). *Bilingual minds: Emotional experience, expression, and representation*. Clevedon: Multilingual Matters, 118–51.

Dylman, A. S., Champoux-Larsson, M., & Zakrisson, I. (2020). Culture, Language and Emotion. \*Online Readings in Psychology and Culture, 4\*(2).

Ekman, P. (2003). Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life.

Ferré, P.; García, T.; Fraga, I.; Sánchez-Casas, R. y Molero, M. (2010). Memory for Emotional Words in Bilinguals: Do Words Have the Same Emotional Intensity in the First and in the Second Language? *Cognition and Emotion* 24, 760–785.

Fişek, G. O. (2009). Self development, individuation and culture: A psychoanalytic approach. In S. Bekman & A. Aksu-Koc (Eds.), *Perspectives on human development, family and culture* (pp. 194-206). New York: Cambridge University Press

Gibson, J. W. (1992). *Introduction to human communication*. (1.vyd., 483 s.) Dubuque: WCB.

Gillernová, I. (2004). Způsob výchovy v současné české rodině z pohledu dospívajících chlapců a dívek. In D. Heller, J. Procházková, & I. Sobotková (Eds.), *Psychologické dny 2004: Svět žen a svět mužů: polarita a vzájemné obohacování* (pp. 35-49). Olomouc: Universita Palackého v Olomouci. ISBN 80-244-1059-1.

GOLEMAN, D. (1995). *Emoční inteligence*. Praha: 80-85928-48-5.

Grosjean, F. (1999). Individual bilingualism. En B. Spolsky (ed.), *Concise Encyclopaedia of Educational Linguistics*, London: Elsevier 284-290.

Harris, C. L. (2004). Bilingual speakers in the lab: Psychophysiological measures of emotional reactivity. *Journal of Multilingual and Multicultural Development* 25, 223–47.

Heidegger, M. In: Králíčková, T. (2020). *Na cestách (k) řeči: K předpokladům psychotherapeutické péče v perspektivách daseinsanalýzy*. [Disertační práce, Karlova univerzita].

HEIDEGGER, Martin. *Bytí a čas*. Vyd. 2. Praha : OIKOYMENH, 2008. 488 s. ISBN 978-80-7298-048-3.

HEIDEGGER, Martin. *Co je metafyzika*. Vyd. 1. Praha : OIKOYMENH, 1993. 95 s. ISBN 80-7298-167-6.

HEIDEGGER, Martin. *Konec filosofie a úkol myšlení*. Vyd. 1. Praha : OIKOYMENH, 1993. 54 s. ISBN 80-7298-166-8.

Hendl, J., & Remr, J. (2017). *Metody výzkumu a evaluace*. Praha: Portál.

Hernández, N., & Canales, A. B. (bez data). How Do We Feel the L2?

Herskovits, M. J. (1938). *Acculturation: The Study of Culture Contact*. New York.

Ispa, J. (1994, říjen). *Child Care in Russia: In Transition*.

JAMES, W. (1884). II.—WHAT IS AN EMOTION? *Mind*, os-IX(34).

Jensen, I. (2007). *An Introduction to Culture*.

Kazanas, S. A., y Altarriba, J. (2016). Emotion Word Processing: Effects of Word Type and Valence in Spanish-English Bilinguals. *Journal of Psycholinguistic Research* 45, 395–406.

Kelnarová, J., & Matějková, E. (2010). *Psychologie pro studenty zdravotnických oborů* 1. díl. Praha: GRADA Publishing.

Kopp, B. von. (2000, říjen 20-21). Die Sozialisation von deutschen Jugendlichen in Schule und Familie im Vergleich zu Japan – Probleme und Tendenzen [Přednáška na sympoziu „Jugendkultur im Wandel“, Köln].

Koukolík, F. (1997). *O vztahu lidského mozku a chování: strukturální a funkční podklady některých neuropsychiatrických chorob*. Karolinum.

- Langmeier, J., & Krejčířová, D. (2006). *Vývojová psychologie*. Praha: Grada.
- Linhart, J., Petrusek, M., Vodáková, A., & Maříková, H. (1996). *Velký sociologický slovník*. Praha: Karolinum.
- Marryat, L., Thompson, L., Minnis, H., & Wilson, P. (2015). Exploring the social, emotional and behavioural development of preschool children: is Glasgow different?. *International Journal for Equity in Health*, 14(1).
- Matějček, Z. (2008). *Co děti nejvíc potřebují*. Praha: Portál, 2008.
- Nolen-Hoeksema, S., Fredrickson, B., Loftus, G. R., & Wagenaar, W. A. (2012). *Psychologie Atkinsonové a Hilgarda*. (H. Antonínová, Trans.). Praha: Portál.
- Nývltová V., 2015, *Psychologie učení 1. část*, [Vysoká škola chemicko-technologická v Praze, Katedra učitelství a humanitních věd, OP-INSPEC – Inovace studijního programu Specializace v Pedagogice]
- Pavlenko, A. (2004). “Stop doing that, ia Komu Skazala!”: Language choice and emotion in parent–child communication. *Journal of Multilingual and Multicultural Development* 25, 179–203.
- Pavlenko, A. (2008). Emotion and emotion-laden words in the bilingual lexicon. *Bilingualism: Language and Cognition* 11, 147–64.
- Plutchik. (1980). *The Nature of Emotions*.
- Průcha, J. (2007). *Interkulturní psychologie: sociopsychologické zkoumání kultur, etnik, ras a národů* (2nd ed.). Praha: Portál. ISBN 978-80-7367-280-5.
- Redfield, R., Linton, R., & Herskovits, M. J. (1936). A Memorandum on the Study of Acculturation. *American Anthropologist*, 38(1).
- Shirae, E., & Levy, D. A. (2020). *Mezikulturní psychologie: kriticky a aplikovaně* (přeložil Jiří ČENĚK). Academia.

Siegel, O. (1955). *Acculturation*. Stanford.

Skotáková, Z. (2013). *Kultura a psychický vývoj člověka: nástin metodologické a tematic-ké problematiky*. Dostupný z WWW: <<http://e-psycholog.eu/pdf/skotakova.pdf>>. ISSN 1802-8853.

Smith, P. B. (2009). In search of autonomous-relational self construal. In S. Bekman & A. Aksu-Koc (Eds.), *Perspectives on human development, family and culture* (pp. 143-156). New York: Cambridge University Press

Sociologický ústav AV ČR, V.V.I. (n.d.). *Sociologická encyklopedie: Akulturace*. Zdeněk R. Nešpor (Hlavní editor).

Soukup, M. (2000). *Patterns of culture*.

ŠVAŘÍČEK, R., & ŠEĐOVÁ, K. (2007). *Kvalitativní výzkum v pedagogických vědách*. Praha: Portál.

Vágnerová, M. (2016). *Obecná psychologie: dílčí aspekty lidské psychiky a jejich orgánový základ*. Univerzita Karlova, nakladatelství Karolinum.

Vybíral, Z. (2009). *Psychologie komunikace* (Vyd. 2). Portál.

Vygotskij, L. S., & Průcha, J. (2004). *Psychologie myšlení a řeči* (Vyd. 1. (jako komentovaný výbor, celkově v češtině 3.)). Portál.

Wierzbicka, A., & Harkins, J. (2001). Introduction. In J. Harkins & A. Wierzbicka (Eds.), *Emotions in crosslinguistic perspective* (str. 1-34). Berlin: Mouton de Gruyter.