

# Neverbalna komunikacija u djelu Charlesa Darwina

---

Moslavac, Ivana

Undergraduate thesis / Završni rad

2021

Degree Grantor / Ustanova koja je dodijelila akademski / stručni stupanj: **University of Zagreb, Faculty of Croatian Studies / Sveučilište u Zagrebu, Fakultet hrvatskih studija**

Permanent link / Trajna poveznica: <https://um.nsk.hr/um:nbn:hr:111:507312>

Rights / Prava: [In copyright](#)/[Zaštićeno autorskim pravom.](#)

Download date / Datum preuzimanja: **2024-07-22**



Repository / Repozitorij:

[Repository of University of Zagreb, Centre for Croatian Studies](#)





Fakultet hrvatskih studija Sveučilišta u Zagrebu  
Odsjek za komunikologiju

Ivana Moslavac

**NEVERBALNA KOMUNIKACIJA U DJELU  
CHARLESA DARWINA**

Završni rad

Zagreb, 2021.

# Sadržaj

1. Uvod.....	1
2. Ljudske emocije.....	2
3. Opći principi izražavanja emocija kod Charlesa Darwina .....	3
3. 1. Princip navika povezanih s korisnošću.....	4
3. 2. Princip antiteze .....	6
3. 3. Princip izravnog djelovanja pobuđenog živčanog sustava na tijelo neovisno o volji i djelomično neovisno o navici .....	7
4. Pozitivne emocije i prateći emocionalni izrazi.....	9
4. 1. Sreća i dobro raspoloženje.....	9
4. 2. Ljubav i nježni osjećaji .....	11
5. Negativne emocije i prateći emocionalni izrazi .....	12
5. 1. Tuga i potištenost.....	12
5. 2. Iznenadenje i strah .....	14
5. 3. Ljutnja i gađenje.....	15
6. Zaključak .....	17
7. Popis literature .....	19
8. Sažetak.....	21

# 1. Uvod

Tema završnog rada su ljudske emocije kao sastavni dio neverbalne komunikacije te njihova analiza u djelu prirodoslovca Charlesa Darwina.

Ljudske emocije su stanja potaknuta nekim događajem ili situacijom u kojoj se osoba nalazi ili radnjom koju poduzima. Emocije su usmjerene prema drugim ljudima i povezane s čovjekovim mislima i očekivanjima. Emocije se dijele na ugodne i neugodne, odnosno one koje izazivaju pozitivne i negativne osjećaje (Hrvatska enciklopedija, 2021). Prema tvorcu teorije evolucije Charlesu Darwinu emocionalni izrazi čovjeka su evolucijski i nasljedno određeni te zbog toga nepromjenjivi i zajednički svim ljudima (Darwin, 1872/2009: 9). Emocije nisu rudimentarni ostatci evolucije nego su važne karakteristike čovjeka koje ga čine ljudskim bićem (Darwin, 1872/2009: 17).

Cilj ovog završnog rada je pojasniti pojam ljudskih emocija, navesti opće principe izražavanja emocija koje je prirodoslovac Darwin objasnio u svom djelu „*Izražavanje emocija kod čovjeka i životinja*“ (1872) te pobliže objasniti šest osnovnih ljudskih emocija (sreća, tuga, strah, ljutnja, iznenađenje, gađenje) i opisati geste koje se uz njih vežu.

U drugom odjeljku završnog rada objašnjavaju se ljudske emocije. U trećem odjeljku žele se prikazati Darwinovi opći principi izražavanja emocija. U četvrtom odjeljku govori se o pozitivnim emocijama poput sreće i ljubavi. U petom odjeljku navode se negativne emocije poput straha, tuge, ljutnje i gađenja.

## 2. Ljudske emocije

Postoje dva proturječna stajališta u proučavanju nastanka emocija. Jedno od njih je biološko, a drugo kulturalno. Prema biološkom stajalištu, emocije su stvorene i uvjetovane genetskim čimbenicima. Kulturalno stajalište zastupa mišljenje da je emocionalno izražavanje oblikovano kulturalnim stavovima, normama i običajima (Dodaj, Sesar, 2016: 8, prema Levenson, Soto, Pole, 2007: 780). Prema Larryju A. Samovaru, Richardu E. Porteru i Edwinu R. McDanielu (2007/2013: 212) većina stručnjaka slaže se da postoje univerzalni izrazi lica za koje se vežu slična značenja u svim dijelovima svijeta.

Pripadnici svake kulture doživljavaju poželjne ili nepoželjne situacije svaki dan te na njih reagiraju s ugodnim ili neugodnim emocijama. Prema Klausu Schereru i Haraldu Wallbottu (1994: 11) postoji univerzalnost doživljaja osnovnih emocija. Autori su istraživanjem utvrdili da bez obzira na kulturu iz koje potječu ljudi dijele osnovne emocije (Dodaj, Sesar, 2016: 11). Prema Hrvatskoj enciklopediji (2021) emocije ili drugim imenom čuvstva razlikuju se po jačini i trajanju. Emocije slabog intenziteta i dužeg trajanja su raspoloženja, a kratkotrajne emocije jakog intenziteta nazivaju se afekti (Hrvatska enciklopedija, 2021).

Prema Arti Dodaj i Kristini Sesar (2016: 13) povezanost između stupnja učestalosti i želje za izražavanjem ugodnih emocija može ukazivati na sposobnost kontroliranja emocija. Primjerice, ako osoba procijeni da je emocija tuge ili bijesa u društvu nepoželjna, izbjegavat će situacije u kojima ta emocija može nastati. Ako se ne može izbjeći okolnosti koje će izazvati tugu ili ljutnju, osoba će pokušati ne pokazati takvu emociju. No, ako je i to nemoguće, osoba će na drugi način htjeti kontrolirati emociju koja u društvu nije poželjna. Osim toga, postoji veza između emocija i emocionalnog doživljaja što često upućuje na važnost samog procesa socijalizacije. Ako je osoba naučila da su određene emocije u društvu poželjne, onda će ih slobodno izražavati (Dodaj, Sesar, 2016: 13). Prema autoricama, emocije koje su usmjerene na druge osobe (npr. empatija ili sram) uključuju međuovisnost i suradnju. S druge strane, neugodne emocije, poput tuge ili ljutnje tako imaju mogućnost biti nefunkcionalne u sveukupnom kontekstu. Također, postoje emocije koje su usmjerene prema ljudima samima i sama osoba predstavlja ishodišnu točku - izražavanje i doživljavanje takve emocije za afirmiranje i jačanje slike o sebi (Dodaj, Sesar, 2016: 15, prema Eid, Diener, 869–885).

Prema internetskoj stranici Warbleton Council (2021), evolucijska teorija emocija ima korijene u ideji Charlesa Darwina, engleskog prirodoslovca koji je začetnik teorije o evoluciji

živih bića – utemeljitelj darvinizma (Hrvatska enciklopedija, 2021). Darwin je isticao da su se emocije razvile zbog svoje prilagodljivosti te su tako ljudima omogućile opstanak vrste i razmnožavanje. Primjerice, osjećaj straha ljude je potaknuo na borbu ili izbjegavanje moguće opasnosti što im je omogućilo opstanak (Warbleton Council, 2021). Kod proučavanja ljudskog lica spominju se tri vrste lica. Prvo je „dodijeljeno“ lice – u stanju mirovanja, lice s kojim se osoba rađa. Ono se mijenja zbog starosti, zdravstvenog stanja, korištenja razne kozmetike ili u suvremeno doba - zbog plastične operacije. Drugo lice je ono s kojim osoba po želji može manipulirati – mrštenje, miganje ili smiješenje. Posljednje je lice koje se mijenja zbog utjecaja okoliša i primljenih poruka – uz suglasnost osobe ili bez njezine suglasnosti, ovo lice može pokazati tugu, strah, sreću ili bilo koju drugu emociju (Samovar, Porter, McDaniel, 2007/2013: 212).

Prema Samovaru, Porteru i McDanielu i njihovom istraživanju, žene bolje od muškaraca primjećuju emocionalne izraze na muškim licima dok su izrazi ženskih lica više prepoznatljivi nego izrazi muških. Prepoznavanje emocija sreće i iznenađenja kod ljudi je uspješnije, od prepoznavanja osjećaja zabrinutosti i uznemirenosti. Bolje prepoznavanje emocija kod žena moglo bi biti vezano uz spolnu razliku u vizualnoj percepciji te kontinuiranoj petlji prepoznavanja, kutu gledanja i stvaranja izraza. Za razvojne razlike u prepoznavanju emocionalnih izraza na ženskim i muškim licima, pretpostavlja se da je uzrokovano kognitivnim procesom podložnim učenju i treningu tijekom razvoja same osobe (Gregorić et al., 2014: 454).

### **3. Opći principi izražavanja emocija kod Charlesa Darwina**

Kao prvi princip Charles Darwin je u svojoj knjizi „Izražavanje emocija kod čovjeka i životinja“ (1872) naveo princip navika povezanih s korisnošću koji se tiče određenih složenih radnji koje su izravno ili neizravno korisne za određena stanja duha, osjeta i želja. Nadalje, princip se očituje u tome kada postoji određeno stanje duha ili težnja da se zbog navike ili asocijacije čine isti pokreti, makar oni bili ni od kakve koristi. Isto tako, radnje koje su po navici povezane s određenim stanjima duha, može potisnuti volja. Time su mišići koji su minimalno pod utjecajem ljudske volje i dalje skloni kretanju i stvaranju pokreta (Darwin, 1872/2009: 76).

Drugi princip Darwin naziva principom antiteze u koji se ubrajaju određena raspoloženja koja vode uobičajenim korisnim radnjama, prema prvom navedenom principu. U ovom principu govori se o potpuno suprotnom raspoloženju gdje postoji snažna težnja, bez sudjelovanja volje, kako bi se izveli pokreti potpuno suprotni prirodi iako nisu korisni. Ovakvi pokreti su u ponekim slučajevima vrlo izražajni (Darwin, 1872/2009: 76).

Treći i posljednji princip o kojemu je Darwin (1872) govorio je princip djelovanja prema sastavu živčanog sustava, neovisno o volji i u nekoj mjeri neovisno o navici. Skraćeno se ovaj princip može nazvati i princip neposrednog djelovanja živčanog sustava. Kada je osjetilni dio mozga uzbuđen stvara se višak živčane energije koji se prenosi određenim pravcima ovisno o povezanosti živčanih stanica te djelomično zbog navike. Na ovaj način se određeno proizvedeno djelovanje prepoznaje kao izražajno djelovanje (Darwin, 1872/2009: 76).

### **3. 1. Princip navika povezanih s korisnošću**

Opće je poznato da je moć navike veoma snažna te da se tako najsloženiji i najteži pokreti s vremenom mogu izvesti nesvjesno i bez napora. Ne postoji pouzdan izvor koji može objasniti kako je došlo do toga da navika olakšava složeni pokret, ali medicinski stručnjaci objašnjavaju da se provodna moć živčanih vlakana povećava njihovim učestalim pobuđivanjem (Darwin, 1872/2009: 76). Navedeno se odnosi na živce pokreta, živce povezane s činom mišljenja i osjete (Darwin, 1872/2009: 77). Kada je ljudski um jako pobuđen, takvi postaju i pokreti našeg tijela. Primjere koje Darwin navodi su oni s kojima se većina ljudi može poistovjetiti te ih je vjerojatno bar jednom doživjela na vlastitoj koži. Prvi primjer koji navodi je da svaki čovjek prilikom padanja, bilo to na meku ili tvrdu podlogu, pokušava zaštititi širenjem ruku. Također, kada izlazi iz kuće tijekom zime, osoba automatski stavlja rukavice, što izgleda kao sasvim jednostavna radnja za odraslu osobu, ali u djetinjstvu to i nije tako lako. Darwin želi reći kako se na sve radnje čovjek mora prilagoditi te da ih je bez ponovljenih pokušaja teško i gotovo nemoguće izvršavati ako nisu prethodno uvježbavane tijekom vremena (Darwin, 1872/2009: 78). Još neki od primjera su da osoba prilikom opisivanja nekog strašnog događaja, često na trenutak čvrsto stisne oči ili protrese glavom što bi značilo da ne želi vidjeti ili želi otjerati nekakav ružan prizor (Darwin, 1872/2009: 79).

Prema Darwinovim riječima, u većini slučajeva može se zaključiti da su udruženi pokreti nastali uz pomoć navike, ali je isto tako moguće da su kod nekih osoba naslijeđem ili neobjašnjivim uzrocima nastale određene neobične geste povezane sa stanjem duha (Darwin, 1872/2009: 80).

Uz ovaj princip vežu se i refleksni pokreti (pr. treptanje, kihanje i gutanje) koji su vrlo izražajni i povezani s pokretima koji izražavaju naše emocije. Darwin objašnjava kako je cilj objasniti određene pokrete koji su se prvotno izvodili s određenim ciljem, pod skoro istim okolnostima i dalje izvode zbog navike iako od njih nema nikakve koristi (Darwin, 1872/2009: 87). Događaju se kada dođe do utjecaja na periferni živac, koji prenosi svoj utjecaj do točno određenih živčanih stanica koje zatim utječu na pojedini mišić ili žlijezdu. Sve opisano može se dogoditi bez naše svijesti. Vjerojatno najpoznatiji primjeri refleksnih pokreta su kihanje i kašljanje. Jedan od prvih primjera kod ljudi, odnosno novorođenčadi je kihanje koje je povezano s disanjem. Disanje je djelomično i voljno, ali većinom refleksno jer se izvodi prirodno i bez utjecaja čovjekove volje (Darwin, 1872/2009: 82). Kihanje i kašljanje čovjekova volja može kontrolirati djelomično, ali su pročišćavanje grla i puhanje kroz nos potpuno pod našom kontrolom, a sve radnje usko su vezane uz proces disanja (Darwin, 1872/2009: 83).

Još jedan od poznatijih primjera refleksnog pokreta je zatvaranje očiju kada se dodirne površina oka. Treptanje se osim tada događa i kada netko nekoga želi udariti u lice, no to nije strogo refleksna radnja. Uz to, dolazi i do povlačenja cijelog tijela i glave. Ti pokreti mogu se spriječiti ako promislimo da opasnost nije neposredna, ali isto tako nije dovoljno ako nam razum kaže da nema opasnosti. Darwin zaključuje kako su volja i razum bespomoćni ako čovjek u glavi zamisli opasnost koja se zapravo neće dogoditi, ali je u mislima moguća (Darwin, 1872/2009: 84). Isto tako vjerojatno je da je trzanje stečeno navikom kako bi se čovjek brže obranio od opasnosti na koju je upozoren bilo kojim osjetilom. Trzanje koje je povezano s treptanjem, kako bi se zaštitile oči kao najosjetljiviji organ tijela, popraćeno je udahom koji je priprema za nekakav jak napor (Darwin, 1872/2009: 86).

Darwinov zaključak o prvome principu emocionalnog izražavanja je da kada postoji bilo koji osjet ili želja tijekom dugog niza generacija koji vode do nekog voljnog pokreta, onda će se težnja prema izvođenju sličnog pokreta gotovo sigurno pobuditi kada se doživi ista. To će se dogoditi i kada pokret nije ni od kakve koristi. Ovakvi naučeni pokreti često su naslijeđeni i malo se razlikuju od refleksnih. Tako Darwin tvrdi da ako se proučavaju posebni izrazi kod čovjeka, odnosno kada su pokreti povezani navikom s određenim stanjima duha, a djelomično



potisnuti voljom, mišići koji pri tome nisu pod utjecajem volje i dalje se mogu pokrenuti te je njihovo djelovanje sugestivno i ekspresivno (Darwin, 1872/2009: 92).

### **3. 2. Princip antiteze**

Prema Darwinovim riječima (1872), principom antiteze objašnjava se kako određena emocionalna stanja osobe vode prema određenim naučenim pokretima koji su prvotno bili korisni ili to još uvijek mogu biti. Također, ovaj princip govori kako kada se izazove suprotno stanje čovjekova duha, postoji jaka težnja i želja, bez sudjelovanja volje da se izvedu neki suprotni pokreti iako oni nisu ni od kakve koristi. Principom antiteze Darwin je posebno proučavao čovjekovu mimiku i geste koje su urođene ili opće (Darwin, 1872/2009: 94).

Ljudi koriste neartikulirane krikove, geste i mimiku što spada u neverbalnu ljudsku komunikaciju. Osim toga čovjek je „izmislio“ i artikulirani jezik koji omogućuje verbalno izražavanje onoga što se želi reći. Isto kao i ljudi, životinje koriste neverbalnu komunikaciju za sporazumijevanje (Darwin, 1872/2009: 101). Postoje i konvencionalni znakovi koji nisu urođeni, primjer za njih su znakovi za gluhe i nijeme osobe koje se sporazumijevaju znakovnim jezikom. Također, postoje i prometni znakovi koji ljudima nisu urođeni, ali ih je potrebno naučiti zbog kretanja u prometu bilo kojim vozilom ili pješice. (Darwin, 1872/2009: 102). Za urođene ili geste koje su zajedničke svim jedinkama iste vrste ne zna se je li išta od njih prvo namjerno izmišljeno i svjesno izvedeno. Najvažniji primjer geste koja je u izravnoj suprotnosti sa ostalim pokretima, koji se prirodno koriste u suprotnom stanju duha je slijeganje ramenima. Gesta slijeganja ramenima izražava nemoć ili traženje oprost za nešto što se ne može izvršiti ili izbjeći. Ova gesta koristi se i voljno i svjesno, ali je izmišljena te je vremenom postala navika (Darwin, 1872/2009: 103).

Kako Darwin objašnjava, za razvoj pokreta osim volje i svijesti, važan je i princip da je svaki pokret koji smo tijekom života izveli voljno zahtijevao djelovanje naših mišića. Kada se izveo suprotan pokret, djelovala je suprotna skupina određenih mišića – okretanje na desnu i lijevu stranu ili dizanje i spuštanje predmeta. On zaključuje kako su naše misli i tijelo toliko povezani da i ako želimo pomaknuti predmet u nekom smjeru, ne možemo izbjeći da se i naša tijela kreću u istom smjeru jer je ljudskome umu i tijelu potrebno usklađivanje. Izvođenje klasičnih pokreta oprečne vrste, pod oprečnim utjecajem volje postalo je uobičajeno kod ljudi

jer su radnje postale povezane s emocijama te da bi se radnje oprečne vrste iako beskorisne trebale nesvjesno izvoditi uz naviku pod utjecajem oprečne emocije (Darwin, 1872/1992: 104). Težnja za izvođenjem suprotnih pokreta pod utjecajem suprotnih emocija tijekom duljeg vremena postaje nasljedna te tu tako mnogi ekspresivni izrazi rezultat ovoga principa antiteze (Darwin, 1872/1992: 105).

### **3. 3. Princip izravnog djelovanja pobuđenog živčanog sustava na tijelo neovisno o volji i djelomično neovisno o navici**

Prema Darwinu, treći princip izražavanja sadrži radnje koje se prepoznaju kao ekspresivne za određena raspoloženja te su one neposredan rezultat sastava živčanog sustava kao i što ne ovise o volji i navici osobe. Kada se osjetilni dio mozga pobudi dolazi do stvaranja živčane energije, koja se odmah prenosi u određenim pravcima i to ovisno o povezanosti s neuronima. Tako Darwin zaključuje da je svaki izvršeni pokret određen funkcioniranjem živčanog sustava, ali su u ovom slučaju radnje učinjene pod utjecajem volje, zbog navike ili principa antiteze potpuno isključene (Darwin, 1872/2009: 106).

Darwin navodi različite primjere neposrednog utjecaja živčanog sustava na tijelo kada je ono vrlo snažno pogođeno. Jedan od primjera koji navodi je gubitak ili promjena boje kose, što dolazi kao rezultat nakon što je tijelo izloženo konstantnom tugovanju ili strahovanju. Zatim je primjer drhtanje koje se očituje u podrhtavanju mišića i vrlo je prepoznatljiv primjer kod čovjeka i životinja. Darwin govori o drhtanju kao nekorisnom, a često i štetnom podnošenju određene situacije, ali je isto tako vjerojatno da čovjek drhtanje teško može kontrolirati. Sigurno je da drhtanje nije moglo biti upravljano voljom, a tek kasnije postati običajem kada je ujedinjeno s bilo kojom emocijom. Kod različitih jedinki, drhtanje se događa na različite načine i zbog raznih uzroka. Neki od uzroka su opekotine, hladnoća ili vrućina, groznica zbog previsoke ili preniske temperature, nedostatak snage u starosti, iscrpljenost zbog fizičkog ili psihičkog napora i ostalo. Emocija koja je najčešće izravno povezana s drhtanjem je strah, ali ona može biti izazvana i zbog radosti ili ljutnje (Darwin, 1872/2009: 107). Sljedeći primjer koji Darwin opisuje je grčenje tijekom trpljenja velikog bola. Kod čovjeka se trpljenje velikog bola vidi kada snažno stisne usta i zube kako bi lakše trpio (Darwin, 1872/2009: 109).

Emocija može biti vrlo snažna, ali će teško izazvati bilo kakav pokret ako ne vodi olakšanju ili zadovoljenju. Kada su potaknuti pokreti, njihova priroda je velikim dijelom određena onima koji su se pod utjecajem iste emocije voljno izvršavali, radi nekog jasnog cilja. Unutrašnja svijest kao sposobnost živčanog sustava ojačava se u stanjima jakog bola (Darwin, 1872/2009: 111). Dugotrajna navika pokušaja da se pomoću borbe pobjegne od uzroka bola i svijest koja voljne pokrete oslobađa mišiće od bola, udružuju se prilikom trpljenja velike patnje. Uz to su vezani i pokreti govornih organa. Primjerice, žene naprežu svoje mišiće kako bi olakšale bol tijekom poroda (Darwin, 1872/2009: 112).

Jedna od glavnih emocija je ljutnja ili bijes. Tijekom ljutnje rad srca se ubrzava ili se može izmijeniti s obzirom na uobičajeni. Osim toga, lice osobe dobiva crvenu boju ili u nekim slučajevima može postati blijedo. Ljutnja uzrokuje teško disanje, dizanje prsa, širenje nosnica i počinje drhtati čitavo tijelo. Osobi se isto tako mijenja glas, stišću zube, a mišići su spremni na snažno djelovanje. Svi navedeni znakovi ljutnje uzrokovani su djelovanjem osjetilnog dijela mozga (Darwin, 1872/2009: 113). Kada je osoba umjereno ljuta može upravljati pokretima svoga tijela, ali ne može spriječiti lupanje srca i ostale fiziološke simptome koji otkrivaju emociju bijesa (Darwin, 1872/2009: 114). Žlijezde su potpuno neovisne o volji, čovjek koji tuguje može upravljati svojim licem, ali ne može uvijek spriječiti nastajanje suza u očima. Isto tako čovjek pred kojim se nalazi ukusna hrana može ne pokazati glad izravnom gestom, ali ne može spriječiti lučenje sline u ustima. Prilikom radosti postoji snažna težnja za stvaranjem besciljnih pokreta i glasova. To je vidljivo posebno kod djece koja se glasno smiju, udaraju rukama i skaču kada su sretna. Radost je emocija koja ubrzava protok krvi što potiče rad mozga i tako djeluje na tijelo (Darwin, 1872/2009: 115).

Emocije se često dijele na uzbuđujuće ili potištene. Kada svi organi duha i tijela (voljni i nevoljni pokreti, opažanja, osjeti, misli) izvode svoje funkcije brže nego što je uobičajeno kaže se da je osoba uzbuđena, a u suprotnosti je potištena. Ljutnja i radost su najjače uzbuđujuće emocije (Darwin, 1872/2009: 118). Bol prvo potiče na djelovanje, a nakon toga dolazi do potištenosti ili klonulosti. Strah je najdepresivnija emocija koja dovodi do osjećaja potpune bespomoćnosti (Darwin, 1872/2009:120).

Radnje poput drhtanja obično su kombinirane s drugima, koje slijede iz prvog principa – radnje koje se izvode zbog svoje korisnosti, u određenim raspoloženjima se izvode ponovno zbog navike iako više nisu korisne. Kombinacije su vidljive u snažnim gestama i pojačanom radu srca. Kada se ovakve emocije izazovu makar i malo, može doći do sličnih radnji, zbog navika koje su s njima dugo povezivane (Darwin, 1872/2009: 120).

## 4. Pozitivne emocije i prateći emocionalni izrazi

### 4. 1. Sreća i dobro raspoloženje

Darwin objašnjava da se (1872) sreća izražava mnogim besciljnim pokretima kada je intenzivna – pljeskanje rukama, toptanje nogama, glasno smijanje. Smijeh je glavni izraz radosti, što je vidljivo kod djece tijekom igranja, kod mladih kod kojih je bezrazložan smijeh često prisutan. Osim djece i mladih, odrasli ljudi se osmjejuju kada vide starog poznanika ili prijatelja na ulici. Osmjehivanje koje prelazi u smijanje prisutno je zbog bilo kojeg malog zadovoljstva koje čovjek osjeća – na taj način ljudi izražavaju sreću (Darwin, 1872/2009: 210). Svi ljudi rađaju se sa znanjem kako se nasmiješiti, ali se količina, poticaj i poruka koju smiješkom želimo poslati razlikuje među kulturama. Prema Hu Wenzhong i Cornelius L. Grove (1991: 116), Kinezi su narod koji teško iskazuje emocije zbog ideje čuvanja obraza što znači da pokazivanje emocija kod njih označava kršenje pravila o čuvanju obraza te se tako izaziva sukob i narušava sklad. Od Kineza razlikuju se Amerikanci kojima je osmijeh znak prijateljskoga prihvatanja koji se često koristi (Samovar, Porter, McDaniel, 2007/2013: 213, prema Kruat, Johnson, 1999: 75).

Kod osoba smanjene mentalne sposobnosti, najčešći emocionalni izraz je smijeh. Često se smiju na besmislen način, ali postoje i oni koji se osmjejuju kada se pred njih stavi kakva fina hrana, kada ih se potapša ili kad vide neku jarku boju i čuju glasnu glazbu. Naravno u ovoj skupini ljudi, postoje i oni koji su stalno tužni, nemirni ili tupi te se ne smiju nikada. Za veselje kod različitih osoba sa smanjenom mentalnom sposobnošću smatra se da se smiju onda kada osjećaju zadovoljstvo te ga izražavaju smijehom isto kao i svi ostali ljudi (Darwin, 1872/2009: 211).

Prema Darwinu (1872/2009: 212) njemački vojnici su nakon velikog uzbuđenja bili skloni jako se smijati na bilo što rečeno, a to je povezano sa razinom stresa u određenim okolnostima. Slično tome je kada djeca iz nekog razloga počinju plakati, neočekivani događaj njihov plač može pretvoriti u smijeh što je isto tako korisno za potrošnju viška energije koja se nakupila u organizmu. Uz smijeh veže se i škakljanje koje proizvodi taj isti smijeh. Zanimljivo je da se za smijeh ne može reći kako je samo refleksna radnja. Prilikom škakljanja um mora biti u uobičajenom okruženju jer će inače škakljanjem od strane nepoznate osobe, dijete vrištati od

straha, a ne od smijeha. Time se želi reći kako je važno okruženje i ostali vanjski utjecaji, a ne samo urođena reakcija (Darwin, 1872/2009: 212).

Darwin objašnjava kako je činjenica da dijete ne može šakljati samo sebe i da se ne mora poznavati točno mjesto kod kojega će šakljanje izazvati smijeh. Nova i neočekivana ideja koja prekida klasičan tok misli potiče na nešto smiješno. Smijeh nastaje dubokim udisanjem nakon čega dolazi do kratkih kontrakcija dijafragme i prsa što prati trešnju glavom i pomicanje vilice (Darwin, 1872/2009: 213). Dok se osoba smije, usta su joj manje ili više otvorena, uglovi usana su povučeni prema gore, a gornja je usna malo dignuta. Gornji zubi su tijekom smijeha uvijek vidljivi, a mišići oko očiju istovremeno stegnuti (Darwin, 1872/2009: 215). Osmijeh prati i podizanje obraza što je uzrokovano povlačenjem uglova usana unatrag, stezanje mišića i podizanje gornje usne. Ispod očiju se oblikuju bore, kao kod starijih ljudi oko očiju, a to je karakteristično za osmjehivanje. Sjaj u očima i veselje bitne su odrednice i znakovi dobro raspoložene osobe (Darwin, 1872/2009: 218).

Darwin tvrdi kako je ispuštanje određene vrste zvuka izravno povezano s dobrim raspoloženjem što se očituje i u životinjskom svijetu. Zvukovi se koriste kao poziv ili sredstvo za udvaranje suprotnome spolu i kao sredstvo izražavanja sreće prilikom susreta potomaka i roditelja. Izdisaji prilikom ispuštanja zvuka kod ljudi su stalni i produženi, a uzdasi kratki i isprekidani ako ispuštaju vriskove ili krikove zbog patnje, a ako su zvukovi uzrokovani radošću situacija je obrnuta (Darwin, 1872/2009: 219).

Osmijesi počinju od izraza dobrog raspoloženja, blagog osmijeha do širokog osmijeha, umjerenog i glasnog osmijeha. Tijekom glasnog osmijeha cijelo tijelo zabaci se unazad i trese ili se grči, disanje je poremećeno, lice zasićeno krvlju, a mišići oko očiju stežu se da zaštite oči. Kod većine rasa ljudi suze teku prilikom glasnog smijeha. Primjerice kod Aboridžina Australije primijećeno je kako od sreće skaču i plješću rukama te se jako smiju. U tim situacijama i oči im se pune suzama i nerijetko cure niz obraze. Isti slučaj prisutan je kod Kineza, Hindusa, kao i kod plemena u Južnoj Africi. Europljanima oponašanje najviše izaziva smijeh, a isto je i kod domorodaca Australije koji su jedna od posebnih rasa na svijetu (Darwin, 1872/2009: 220). Gromoglasan smijeh prelazi u umjereni smijeh. Mišići oko očiju manje su stegnuti, a bora ima vrlo malo. Između blagog osmijeha i širokog smijanja nema prevelike razlike, jedino što u smijanju nema ponavljanja zvuka, ali dolazi do snažnog uzdisaja ili blagog zvuka što je rudiment smijeha. Umjerenim smijanjem dolazi do stezanja mišića očiju zbog spuštanja obrva. Najnježniji osmijeh je onaj u kojemu su crte lica malo pokrenute i sporije, a usta zatvorena. Kaže se da je osmijeh prvi stupanj u nastajanju smijeha. Još je važno reći kako je navika

ispuštanja dugih ponovljenih zvukova zbog zadovoljstva dovela do povlačenja uglova usana, gornje usne i stezanja mišića oko očiju (Darwin, 1872/2009: 221).

Dobro raspoloženje i veselje povezani su sa srećom. Dobro raspoložena osoba, povlači uglove usana prema gore čime se stvara osmijeh. Uzbuđenje dovodi do toga da se ubrza protok krvi, lice se zarumeni, a oči zasjaju. Zbog velikog dotoka krvi mozak počinje brže raditi te tako različite ideje počnu dolaziti na um, a osjećaji postaju intenzivniji i jači (Darwin, 1872/2009: 222). Tijelo i glava veselog čovjeka stoje uspravno, oči su otvorene i crte lice zategnute. Čitav izraz lica veselog čovjeka predstavlja suprotnost onome u tužnoga čovjeka – u veselju lice se širi i dobiva lijepu boju, a u tuzi izdužuje i postaje blijedo. Kod svih rasa čovječanstva izraz dobrog raspoloženja jednak je i prepoznaje se vrlo lako (Darwin, 1872/2009: 223). Smijeh se ponekad koristi i na silu, da sakrije raspoloženja poput ljutnje i bijesa. Također, mnogi introvertirani i povučeni ljudi smiju se kako bi im bilo lakše u interakciji. Postoji i lažni osmijeh koji se podudara s izrazom lica te se tako izražava prezir prema nekome. Smisao smijeha kod izražavanja prezira je nekoga uvrijediti, to jest poručiti drugoj osobi da ona izaziva samo smijeh, ali ne onaj pozitivan (Darwin, 1872/2009: 224).

## **4. 2. Ljubav i nježni osjećaji**

Emocija ljubavi jedna je od najjačih, ako ne i najjača za koju je ljudski um sposoban. Primjer najčišće i najveće ljubavi je ljubav roditelja prema djetetu. U ljubavi postoji naklonost prema drugoj osobi što uzrokuje nježan izraz lica i sjaj u očima. Čovjek ima veliku želju dodirnuti osobu koju voli što se najčešće očituje u zagrljaju (Darwin, 1872/2009: 224). Europljanima je ljubljenje znak naklonosti pa bi se moglo pomisliti kako je to urođeno cijelom čovječanstvu, ali nije. Urođeno je ili prirodno jer ovisi o zadovoljstvu i bliskom dodiru s voljenom osobom. Kod Novozelandčana i Laponaca ljubljenje je zamijenjeno trljanjem nosovima. Osim toga ljubljenje zamjenjuje i tapšanje po ramenima, trbuhu, grudima. U nekim slučajevima je teško analizirati nježne osjećaje, a ono što je jasno je da se ona sastoje od simpatije i naklonosti (Darwin, 1872/2009: 225).

Darwin navodi kako se od sreće može i zaplakati – sreća lako pobuđuje lučenje suza kao i tuga. Primjerice, mnogo ljudi zaplače kada vide nekoga svoga nakon dugo vremena ili kad im se dogodi nešto što su dugo priželjkivali, a nikako nisu mogli ostvariti. Velika sreća

djeluje na suzne žlijezde isto kao što potištenost potiče plač nakon kojega dolazi olakšanje. Darwin govori kako sjećanje na lijepe dane iz prošlosti isto tako može uzrokovati plač jer se ljudima u glavi javlja misao da se to što je prošlo više neće vratiti i da nikada neće biti lijepo kao što je bilo. Također, simpatija zbog žalosti drugih, čak i ako je ta žalost zamišljena kao na filmu, izazvat će suze. Isto se događa i sa simpatijom prema sreći ljubavnika kada nakon mnogih prepreka napokon ostvare ljubav. Prema tome, simpatija kao emocija posebno pobuđuje suzne žlijezde koje se uz nju vežu isto kao i uz emociju ljutnje ili tuge. Primjerice, djeca počnu plakati vrlo lako kad ih sažalijevamo zbog male ozljede prilikom pada s bicikla. Oni vide naše emocije i sažaljenje što ih potiče na isto, a djeca najviše uče od odraslih (Darwin, 1872/2009: 226). Osjećaj simpatije može se objasniti pretpostavkom da kada vidimo nečiju patnju, ta patnja se u našem umu pojavljuje kao da zapravo patimo mi. Ali isto je tako jasno da ćemo puno više suosjećati s osobama koje su nam bliske, nego s onima prema kojima smo ravnodušni. Glazba ima snažnu moć pobuđivanja najsnažnijih emocija – sreća, tuga, ljubav i simpatija. Dovodi do lučenja suza, podrhtavanja mišića, drhtavice jer uzrokuje jake emocije koje snažno utječu na čovjeka (Darwin, 1872/2009: 227).

## **5. Negativne emocije i prateći emocionalni izrazi**

### **5. 1. Tuga i potištenost**

Kako Darwin piše (1872), nakon što čovjek proživi veliki napadaj tuge, a uzrok i dalje traje, on pada u stanje potištenosti ili snuđenosti. Osim psihičkog uzroka tuge i nakon duljeg tjelesnog bola osoba pada u jednako raspoloženje. Tužne osobe nalaze olakšanje u čudnovatim i besciljnim radnjama, a kada se tuga napokon olakša, one više nemaju snage ni želje za djelovanjem, već ostaju pasivne (Darwin, 1872/2009: 194). Fiziološki simptomi tuge su usporenje cirkulacije, bljedilo lica, opušteni mišići, viseći kapci, usne, obrazi i donja vilica – cijelo lice postaje izduženo i obješeno. Nakon duljeg vremena tugovanja oči čovjeka postaju tupe jer su često natopljene suzama. Obrve su izvijene što stvara bore na čelu koje se razlikuju

od bora koje nastaju mrštenjem. U svijetu se kao znak neraspoloženja smatraju spuštene usane. Disanje je sporo i slabo, prekinuto dubokim uzdasima (Darwin, 1872/2009: 195).

Podizanje unutrašnjih uglova obrva i opuštanje uglova usana kao dva obilježja tuge objašnjavaju se detaljnije. Ako osoba pati od velike strepnje, obrve dobivaju izvijen oblik. Taj oblik nastaje zbog stezanja mišića očiju i nosa kako bi se obrve skupile i spustile (Darwin, 1872/2009: 195). Malo ljudi može djelovati na mišić tuge, ali nakon više pokušaja može se uspjeti. Stupanj izvijenosti obrva kod ljudi se razlikuje. Isto tako je poznato da su mišići tuge vidljiviji kod djece i žena nego kod muškaraca. Ovi mišići koriste se zbog psihičke patnje kod odraslih osoba, a vrlo rijetko zbog tjelesnog bola. Moć utjecaja na mišić tuge je nasljedna (Darwin, 1872/2009: 199). Izraz tuge, koji nastaje stezanjem mišića tuge nije ograničen na Europljane nego je zajednički svim rasama (Darwin, 1872/2009: 202).

Djeca kad vrište i glasno plaču stežu mišić nosa i obrve kako bi mogla pritisnuti oči i zaštititi ih od prevelikog priljeva krvi, ali i zbog navike. Primjer koji Darwin navodi je djevojčica od godinu dana koja je prije nego je počela plakati, imala izvinute obrve jer ju je drugo dijete zadirkivalo (Darwin, 1872/2009: 204). Navodi se kako se središnji snopovi glavnog mišića koji je odgovoran za stezanje lubanje i mišić oko očiju stežu nasuprotno pod utjecajem tuge zbog nekog oblika uznemirenosti. U slučaju psihičke patnje, ljudski mozak zbog navike šalje mišićima zapovijed da se stegnu. Iako se tako s uznemirenošću nosi novorođenčad i odraslim osobama je ostalo usađeno navikom. Voljom, odrasle osobe to djelomično ipak mogu spriječiti (Darwin, 1872/2009: 205).

Kad se kaže da je osoba neraspoložena, tužna ili potištena često se koristi izraz „obješenih brkova“ što je povezano sa spuštenim kutovima usana (Darwin, 1872/2009: 206). Primjerice, kada dojenčad vrišti, steže očne mišić čime se podiže gornja usna, usta se rašire, a kutovi usana se spuštaju te se sve to međusobno povezuje. Stezanje mišića koji je odgovoran za spuštanje, dobro se vidi kada novorođenčad ne viče jako već umjereno. Kada se bore da ne počnu plakati, usta se mogu iskriviti na način da počnu ličiti na potkovu ili bumerang. Ovaj mišić pod utjecajem potištenosti, objašnjava se na isti način kao i izvijanje obrva. Darwin navodi kako se pokazalo da taj mišić počinje djelovati prije bilo kojeg drugog mišića. Smatra se da su ovi mišići manje pod kontrolom volje nego drugi pa će se tako oni blago stezati i ako su drugi pasivni. Čak i malo spuštanje kutova usana licu daje izraz tuge pa je i malo stezanje ovog mišića dovoljno da se primijeti kakvo je stanje duha osobe (Darwin, 1872/2009: 207). Prema Darwinu (1872), čim čovjeku umom prođu tužne i sjetne misli, dolazi do opuštanja



kutova usana, blagog podizanja unutrašnjih kutova obrva, a zatim i do suženja očiju (Darwin, 1872/2009: 208).

## **5. 2. Iznenadenje i strah**

Prema Darwinovim riječima (1872), s emocijom iznenadenja veže se pažnja, čuđenje i zapanjenost. Pažnja se očituje u laganom podizanju obrva, a dok ona preraste u iznenadenost dolazi do intenzivnijeg podizanja obrva koje je popraćeno otvorenim ustima i očima. Podizanjem obrva, na čelu se oblikuju bore prilikom čuđenja (Darwin, 1872/2009: 280). Kod odraslih, cijelo čelo nabora se borama, a kod djece je to ipak vidljivo u manjoj mjeri. Obrve su jako važan dio lica koji se među prvima primjećuje kada je osoba iznenađena i začuđena (Darwin, 1872/2009: 284).

Iznenađenost simbolizira nešto nepoznato i neočekivano, a iznenađeni ljudi žele što prije shvatiti uzrok toga te tako šire oči da bi im se vidno polje povećalo, a očne jabučice lako kretale u raznim smjerovima kako bi sve bolje vidjeli. Visoko podignute obrve prilikom čuđenja objašnjavaju se u postojanju nemogućnosti da se oči otvore brzo samo podizanjem gornjih kapaka. Obrve se moraju podići brzo i energično kako bi došlo do toga (Darwin, 1872/2009: 282). Unatoč nekim pretpostavkama da se usta drže otvorena u čuđenju zato da bismo bolje čuli zvukove, to nije istinito jer se isto može primijetiti i kod gluhih osoba. Zanimljivo je da kad ljudi pažljivo slušaju neki zvuk, prestanu disati ili dišu znatno tiše s istovremeno otvorenim ustima i nepokretnim ostatkom tijela (Darwin, 1872/2009: 284).

Zvuk koji se najviše povezuje uz čuđenje i iznenadenost je „oh“, a prema Helmholtzu praćeno je blago otvorenim ustima i izbačenim usnama (Darwin, 1872/2009: 286). Stanovnici Australije i Europljani iznenadenost pokazuju zvukom kvocanja ili coktanja. Do toga dolazi ako su usta osobe u čuđenju otvorena i ako je jezik stisnut uz gornje nepce. Povlačenjem jezika proizvodi se zvuk coktanja koji se veže uz izraz iznenadenja (Darwin, 1872/2009: 287). Pokreti tijela poput naglog podizanja ruku ili samo podlaktice, širenja dlanova s rastavljenim prstima karakteristični su za iznenađenog čovjeka (Darwin, 1872/2009: 288).

Strah ili užas u čovjeku izazivaju ukipljenost, nepokretnost, prestanak disanja ili ubrzano disanje. Srce u čovjeku počinje lupati brzo i jako, toliko da se može opipati na prsima.

Osim toga, koža uplašene osobe često poprima blijedu boju i počinje se znojiti. Površina kože je prilikom znojenja od straha hladna te od toga dolazi izraz „hladan znoj“. Površinski mišići počinju treperiti, a dlake na koži se uspravljaju. Jedan od primjetljivijih simptoma straha je podrhtavanje svih mišića tijela što se prvo vidi na usnama. Usne postaju suhe i zato osoba počinje govoriti nerazgovjetno ili joj je teško izgovoriti bilo što (Darwin, 1872/2009: 291). U strahu se zjenice značajno prošire, mišići tijela otvrdnu ili se snažno trzaju. Uz trzaje se šake često naizmjenično otvaraju i stežu. Ruke su često ispružene kao da se osoba brani od moguće opasnosti i dolazi do velike želje za bijegom. Na koži je zbog straha vidljiv znoj i svi mišići postaju opušteni čime dolazi do opuštanja cijelog tijela i gubitka psihičke energije (Darwin, 1872/2009: 292).

Prestravljenost ili strava veže se uz strah koji osoba osjeća kada je preplašena zbog nekoga ili nečega. Različite su situacije zbog kojih možemo biti preplašeni i prestravljeni. Darwin navodi primjer – ako možemo zamisliti nešto poput izloženosti djeteta opasnosti ili mučenja osobe, možemo početi osjećati prestravljenost koja je slična strahu. Obrve uplašene osobe se podignu, a oči i usta otvore (Darwin, 1872/2009: 303). Prestravljenost se izražava različitim gestama – tijelo se najčešće skupi, a ruke su ispružene kao da od sebe žele odgurnuti nešto čega se boje. Najčešća gesta iskazivanja straha je podizanje ramena koje prate savijeni laktovi priljubljeni uz prsa (Darwin, 1872/2009: 304).

### **5. 3. Ljutnja i gađenje**

Darwin objašnjava kako su ljutnja ili ogorčenost raspoloženja koja se vežu uz emociju bijesa te se razlikuju vrlo malo. Tijekom umjerene ljutnje simptomi koji se javljaju kod osobe su tahikardija, rumenilo u licu i namrštene obrve. Isto tako, ljuta osoba počinje brzo disati, nosnice se šire kako bi se lakše udahnulo zrak, a to je poznati znak ogorčenosti. Čelo čovjeka počinje se borati, usta postaju stisnuta i čovjek nesvjesno poprima stav za napad neprijatelja – odmjeravanje od glave do pete, položaj kao da će udariti suparnika. Glava ogorčene osobe je uspravna, a stopala ukopana u tlu. Osoba prekriži ruke ili ih privije snažno uz bokove. Ljutnja, ogorčenost i bijes izražavaju se jednako u cijelom svijetu te su izrazito prepoznatljive emocije zbog svoje eksplozivnosti i intenziteta. (Darwin, 1872/2009: 250).

Emocija „gađenja“ javlja se kada osoba vidi, osjeti ili okusi nešto što ne odgovara njezinom ukusu. Gađenje se može osjećati prema određenoj situaciji, hrani ili osobi. Gađenje se može potaknuti bilo čime što neobično izgleda ili miriše (Darwin, 1872/2009: 260). Neke stvari kod ljudi potiču gađenje iako one same po sebi nisu takve - to može biti hrana koja okusom nekome ne odgovara. Darwin tvrdi kako do osjećaja gađenja dolazi kada ljudski um u drugačijim okolnostima nešto percipira. Također kaže, kako je jaka veza u ljudskom mozgu između izgleda hrane i ideje o probavanju ili jedenju te hrane. Dakle, osjećaj gađenja najčešće je povezan s činom hranjenja ili probavanja hrane, zato je prirodno da se čin gađenja pokazuje ustima. Iako je osjećaj gađenja u svom nastanku prepoznat i vezan uz hranu on se preslikao i na ostale stvari u čovjekovu životu. Gađenje izaziva i razdraženost, pa osim pokreta usta, dolazi i do mrštenja te guranja predmeta i zaštićivanja od njega. Umjereni gađenje izražava se tako da su usta široko otvorena kako bi neukusan zalogaj ispao iz usta bilo pljuvanjem bilo pročišćavanjem grla. Intenzivno gađenje izražava se istim pokretima ustima koji signaliziraju da osoba ima potrebu za povraćanjem. Usta su širom otvorena, gornja je usna povučena zbog čega se nos nabora, a donja usna izvrne (Darwin, 1872/2009: 261).

Kod nekih ljudi se vrlo brzo može izazvati nagon za povraćanjem ako samo i pomisle na neku neobičnu hranu iako u toj hrani zapravo nema ništa što je štetno za čovjeka. Povraćanje kao refleksna radnja pokvarene hrane ne javlja se odmah nego nakon određenog vremena. Darwin govori o postojanju sumnje da su čovjekovi preci imali sposobnost odbaciti hranu koja im nije bila ukusna, a u novije vrijeme (iako je ta sposobnost izgubljena) ta radnja se pretvorila u refleksnu zbog utvrđene navike kad god mozak određene osobe percipira da se pojela hrana koja se osobi gadi (Darwin, 1872/2009: 262).

Prema Darwinu (1872), osjet okusa usko je vezan uz osjet mirisa. Kod nekih osoba loš miris izaziva nagon na povraćanje ili samo povraćanje. Težnja za povraćanjem zbog lošeg mirisa, pojačava se što je navika više ustaljena i dulje traje. Zvukovi „ah“ i „uh“ prisutni su kada osoba izražava gađenje i gnušanje prema nečemu uz izdisanje kroz nos (Darwin, 1872/2009: 263). Pljuvanje i plaženje jezika kao glavni znakovi prezira i gađenja predstavljaju odbacivanje nečeg neukusnog iz usta. Kada god se u ljudskoj glavi pojavi sličan objekt koji je nekada prethodno izazivao gađenje, navikom i prisjećanjem na nekada proživljeno neugodno iskustvo ponovno će se izazvati ista reakcija kao prije (Darwin, 1872/2009: 264).

## 6. Zaključak

Emocije kao sastavni dio čovjeka čine ga mislećim i idejnim bićem, a time i bićem koje ima sposobnost osjećati i pomno proživljavati sve što se oko njega događa i sve što mu druge osobe poručuju. Čovjek osjeća i proživljava veliki spektar ugodnih, ali i neugodnih emocija za koje se može reći da su pozitivne ili neugodne. Sreća, tuga, strah, gađenje, iznenađenje i ljutnja kao osnovne ljudske emocije zajedničke su svim ljudima. Isto tako slični su i emocionalni izrazi tih emocija u svim kulturama, što govori da smo jednaki bez obzira na našu rasu i vanjski izgled. Ono što može biti drugačije je to kako određena kultura poima određenu emociju. Za neke je narode karakteristična otvorenost i prijateljsko raspoloženje prema svima, dok su drugi hladniji i distancirani. Unatoč toj razlici, sreću ili tugu koju će osjećati kroz život, iskazivat će na isti način. Charles Darwin davne je 1872. godine postavio temelje ovoj tezi koja je i danas jedna od glavnih tema u raspravi mnogih znanstvenika na ovome području.

Najpoznatiji izraz sreće i dobrog raspoloženja je smijeh. Ako se osoba glasno smije uz prisutnost sreće u njezinim očima, najvjerojatnije je sretna zbog nečeg što joj se dogodilo. S druge strane, ako osoba ima uplakano lice i vidljive su suze u očima ona je potresena, potištena i tužna zbog nečeg što joj se dogodilo. Sreća i tuga su prema Darwinu dvije uzbuđujuće emocije, odnosno one koje najviše uznemire organizam, bilo to u pozitivnom ili negativnom kontekstu. Za emociju straha karakteristično je ubrzano lupanje srca, osjećaj kao da će srce iskočiti zbog neizvjesnosti što nadolazeća situacija sa sobom nosi. Iznenađenje može biti i pozitivno i negativno, ali ključna je povezanost s nečim neočekivanim i nepoznatim što čovjek želi što prije percipirati kako bi shvatio o čemu se točno radi. Osjećaj gađenja izazvan je kada osoba isproba ili vidi nešto što ne odgovara njenom ukusu pa zbog toga dolazi i do razdraženosti. Svaka od navedenih emocija ima karakteristično emocionalno izražavanje i ono se očituje na jednake ili bar slične načine u svim kulturama i narodima.

Sposobnost ljudskog osjećanja i doživljavanja svijeta oko sebe na najrazličitije moguće načine čini nas jedinstvenima, a opet toliko povezanim jer razumijemo jedni druge u svim emocijama. Ugodne emocije, kao i one neugodne izgrađuju našu osobnost i karakter te nas navode da se prilagodimo životu, živimo bolje i proživimo život lakše. Zanimljivo je koliko navika reagiranja u određenim situacijama igra veliku ulogu u našem ponašanju. Primjerice, ponekad to može biti popriličan problem u našim burnim reakcijama, kada se ljutimo više nego što je to potrebno. Svatko od nas ima određene karakterne osobine koje se teško mijenjaju, ali isto tako smo uvjereni da svatko može poboljšati ili ublažiti svoje reakcije u izražavanju emocija

jer smo misaona bića koja mogu raditi na sebi svakog dana, a to je bogatstvo čovjeka kao osjećajnog stvorenja.

## 7. Popis literature

1. „Charles Darwin“ (2021.) Hrvatska enciklopedija, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, <https://enciklopedija.hr/natuknica.aspx?id=13957#> (datum posjete: 21. lipnja 2021).
2. „Čuvstvo ili emocija“ (2021.) Hrvatska enciklopedija, Leksikografski zavod Miroslav Krleža, <https://www.enciklopedija.hr/Natuknica.aspx?ID=13550> (datum posjete: 21. lipnja 2021).
3. „Emocionalna psihologija: glavne teorije emocija - evolucijska teorija osjećaja (Charles Darwin)“ (2021.) *Warbleton Council*, <https://bs.warbletoncouncil.org/psicologia-emocional-7205> (datum posjete: 21. lipnja 2021).
4. Darwin, C. (1872./2009.) „*Izražavanje emocija kod čoveka i životinja*“, prev. N. Mrđenović, Beograd: Dosije studio.
5. Dodaj, A., Sesar, K. (2016.) „Emocije i kultura: međukulturalne razlike u izražavanju emocija“, *Mostariensia*, sv. 20 (1–2): 7–19.
6. Eid, M., Diener, E. (2001.) „Norms for experiencing emotions in different cultures: inter- i intranational differences“, *Journal of Personality and Social Psychology*, 81 (5), 869–885.
7. Gregorić, B., Barbir, L., Čelić, A., Ilakovac, V., Hercigonja-Szekeres, M., Perković Kovačević, M., Frencl, M., Heffer, M. (2014.) „Prepoznavanje emocija s ljudskih lica kod muškaraca i žena“, *Medicina Fluminensis*, sv. 10 (4): 454–461.
8. Kruat, R. E., Johnson, R. E. (1979.) „Social and emotional messages of smiling“, *Journal of Personality and Social Psychology*, 37 (9): 1539–1553.
9. Kruat, R. E., Johnson, R. E. (1999.) *The Nonverbal Communication: Classic and Contemporary Reading*, 2. izdanje, Waveland Press.
10. Levenson, R., Soto, J., Pole, N. (2007.) „Emotion, biology and culture“ u: Shinobu Kitayama i Doy Cohen (ur.) *Handbook of Cultural Psychology*, New York, 780.
11. Samovar, Larry A., Porter, Richard E., McDaniel, Edwin R. (2007./2013.) *Komunikacija između kultura*, prev. Tamara Levak-Potrebica, 6. izdanje, Zagreb: Naklada Slap.
12. Scherer, K., Wallbott, H. (1994.) „Evidence for universality and cultural variation of differential emotion response patterning“, *Journal of Personality and Social Psychology*, 67 (1), 310–328.

13. Wenzong, H., Grove, C. L. (1935.) *Encountering the Chinese*, Yarmouth, USA: Intercultural Press.

## 8. Sažetak

Neverbalna komunikacija čovjeka kroz njegove osnovne emocije – sreća, tuga, strah, iznenađenje i gađenje obradit će se u završnom radu kroz analizu djela „*Izražavanje emocija kod čovjeka i životinja*“ (Charles Darwin, 1872). Kako bi se što bolje pojasnilo što koja emocija predstavlja, detaljno će se opisati kakvi su neverbalni, emocionalni izrazi osobe kada se nalazi u stanju određene emocije te opći principi izražavanja emocija kod Charlesa Darwina. U radu će se objasniti što su ljudske emocije, kakve vrste emocija postoje te kako se izražavaju ugodne – sreća i ljubav te neugodne emocije – tuga, strah, ljutnja, gađenje i iznenađenje (koje može biti i ugodno, ali se češće veže uz neugodnost jer ima osobinu neočekivanosti i nepoznatog što izaziva strah). Glavne ljudske emocije prepoznaju se u svim dijelovima svijeta. Glavni znakovi sreće su glasno smijanje, pljeskanje rukama, toptanje nogama, usporenje cirkulacije dok je za tužnu osobu karakteristično blijedo i opušteno lice koje postaje izduženo. Oči čovjeka izgledaju tupo jer su često natopljene suzama koje su prevladavajući znak potištenosti i tužne osobe. Emocija iznenađenja vezana je uz začuđenost prema nečemu neočekivanom, a strah izaziva ukipljenost, lupanje srca, znojenje, crvenilo i osobu prelijeva hladan znoj. Gađenje je povezano s činom hranjenja ili probavanja hrane, pa se zato ono izražava pokretima usta, a izaziva i razdraženost, mrštenje pri čemu osoba gura predmet da bi se zaštitila od njega. Danas se većina znanstvenika slaže da su emocije zajedničke i oblikovane genetski kod svih ljudi kao što je Charles Darwin govorio 1872. godine u svojoj knjizi u kojoj je proučavao emocije i emocionalne izraze ljudi i životinja.

Ključne riječi: neverbalna komunikacija, ljudske emocije, Charles Darwin, emocionalni izrazi, negativne emocije, pozitivne emocije