

.čo je hnus?

Je to odpor k predstave, že niečo zjem, niečoho sa dotknem, niečo urobím, pričom táto predstava vo mne spustí stereotypnú fyziologickú odpoveď. Hnus je univerzálnou základnou emóciou. Dôkazom toho je aj fakt, že pocit hnusu je sprevádzaný typickým výrazom tváre, ktorý je rovnaký naprieč kultúrami. Afričan, alebo Maur sa pri pocite hnusu tvária rovnako ako Európan. Okrem výrazu tváre je hnus sprevádzaný aj typickými vzorcami správania a fyziologickými reakciami, napríklad znížením pulzu a krvného tlaku a často aj stiahnutím žalúdočného svalstva spôsobujúcim napnutie na vracanie.

.na čo slúži to napnutie, je v prípade hnusného jedla vcelku jasné. Ale na čo slúži tá grimasa?

Výrazom tváre dávame signál iným členom skupiny, že prežívame nejakú silnú emóciu – strach, hnev, smútok, šťastie, prekvapenie, hnus. To pre nich môže byť veľmi cenná informácia nielen o človeku, ktorý emóciu prejavuje, ale aj o prostredí, v ktorom sa nachádza. Na základe tejto informácie môžeme potom veľmi efektívne meniť naše správanie. Detailne sa tomu venoval už Darwin v jeho menej známej, ale stále veľmi inšpiratívnej knižke Prejav emócií u človeka a zvierat. V nej okrem iného ako prvý hypotetizoval, že hnus je evolučnou adaptáciou. Pomocou tejto emócie sa bez zdĺhavého premýšľania dokážeme vyhnúť situáciám, ktoré by mohli skomplikovať naše prežitie. Skutočne, veľa vecí, ktoré ľuďom bývajú odporné, má potenciál negatívne ovplyvniť naše zdravie.

.je hnus vrozený alebo získaný?

Potenciál mať emóciu hnusu je vrozený. Ale to, čo sa nám bude hnušiť, podľa všetkého vrozené nie je. Hnus ku konkrétnym veciam získavame až postupne. To je dôvod, prečo sa kultúry často líšia v tom, čo sa ich príslušníkom javí ako odporné. Deti sa a o tom, čo je hnusné, učia najmä z neverbálnych signálov dospelých, predovšetkým svojich rodičov. Tu hrajú spomínané výrazy tváre veľmi dôležitú úlohu. Deti vedia z tváre rodiča a jeho ďalších reakcií prečítať, že je zhnusený a túto informáciu asociovať s konkrétnym predmetom či aktom, ktorý emóciu spustil. Zaujímavé je, že asi do dvoch rokov deti hnus nepociťujú, nemajú napríklad problém hrať sa vo fekáliách. Až od tohto veku postupne asociujeme konkrétne signály s emóciou hnusu.

.čo znamená, že sa nám to hnuší naozaj?

Okrem reflexnej fyziologickej reakcie aj tým, že hnus nedokážeme prekonať nejakou formou racionálnej úvahy. Psychológovia to nazývajú kognitívna nepreniknuteľnosť. To znamená, že na rozdiel od iných emócií, napríklad strachu, smútku, či šťastia, je veľmi ťažké hnus človeku vyhovoriť a dokážeme ho ignorovať iba v extrémnych situáciách. Napríklad odpor k predstave pitia moču dokážeme prekonať iba v prípade veľkého smädu. Kognitívna nepreniknuteľnosť emócie hnusu často spôsobuje iracionálne rozhodnutia. Pri jednom pokuse sa ľudia odmietali napíť z pohára, o ktorom im povedali, že v ňom predtým boli psie fakálie, hoci bol potom dokonale umytý a sterilizovaný. Napriek sterilizácii sa pohár ľuďom hnušil, z psychologického hľadiska bol pre nich stále kontaminovaný. Predstava, že niečo sa odporné dotklo predmetu, robí odporným aj samotný predmet.

.vráťme sa ešte k tomu učeniu sa hnusu. Týka sa to aj smradu? Ani hnus zo smradu nie je vrozený?

Veľa pachov je pre nás síce prirodzene nepríjemných, pre emóciu hnusu však pre nás nie je dôležitý len pach, ale aj jeho zdroj. Pri jednom pokuse prezentovali ľuďom nejaký pach a povedali im, že je to pach zrejúceho syra. Ten pach v nich nevyvolal hnus, u niektorých skôr naopak. Následne sa experimentátori ospravedlnili, že išlo o

omyl, a povedali, že v skutočnosti je to pach zvratkov. Interpretácia toho istého pachu bola okamžite iná, ľudia k nemu pociťovali hnus. Pre hnus teda často nie je tak dôležité ako objekt vyzerá alebo páchne, ale ako ho interpretujeme.

.pričom hnus môžu vyvolávať rôzne veci, od hnisu a fekálií až po pavúky a hady...

A tiež celkom iné veci. Hnus má totiž aj morálne konotácie – hnusí sa nám aj správanie, ktoré sa prieči morálnym normám. Slovo nechutný, po anglicky disgusting, sa netýka len chuti, ale aj neprijateľného či odsúdeniahodného správania. V nedávnom pokuse u skupiny ľudí evokovali hnus najprv obrázkami kontaminovaných jedál a potom amorálnym aktom, konkrétne nespravodlivým delením peňazí v ekonomickej hre. Merali pritom aktivitu motorických svalov tváre a zistili, že v oboch prípadoch sú zapínané tie isté skupiny svalov, spôsobujúce výraz tváre typický pre hnus.

.čiže morálne a nemorálne, alebo rovno poviem, že dobro a zlo, rozoznávame aj pomocou vrodeneho emocionálneho mechanizmu hnisu?

Aj keď je to značné zjednodušenie, tak áno. Meranie aktivity mozgu ľudí ukázalo, že reakciou na hnus z nejakého vizuálneho alebo pachového vnemu a odpoveďou na hnus z amorálneho aktu je zapnutie rovnakých mozgových oblastí.

Z neurofyziologického hľadiska išlo o tú istú emóciu, ktorá je takto veľmi efektívnym nástrojom aj pre udržiavanie stability ľudských skupín.

Lubomir Tomáška, rozhovor s Martinom Mojžišom
.týždeň 39/2011, str. 47