

Meiqi Yu, Xu Li, Jiamei Lu, Shuyin Wang, Lihui Zhang, Qiong Ge: *Empathy or Counter-Empathy? The Victims' Empathic Response Toward Offenders Depends on Their Relationships and Transgression Severity*. In: *Psychology Research and Behavior Management*, vol. 16, 2023, 1355–1363.

Empatie nebo kontraempatie?

Empatie obětí vůči pachatelům závisí na jejich vztahu a závažnosti prohřešku

Empatie může podporovat prosociální chování, zatímco kontraempatie může vést k chování, které poškozuje druhé. Empatie byla definována jako reakce, kterou člověk kognitivně a/nebo afektivně pociťuje vůči druhé osobě, aniž by skutečně prožíval její situaci. V kognitivním aspektu člověk vyvozuje duševní stav druhé osoby. V afektivním aspektu člověk sdílí emoce druhé osoby. Existují však situace, kdy nejsou emocionální reakce člověka na druhého v souladu s emocionálním prožíváním druhého: tento rozdíl označujeme jako kontraempatii. To znamená, že lidé prožívají potěšení v reakci na bolest druhého a nelibost v reakci na jeho potěšení.

Je zřejmé, že definice kontraempatie zahrnuje pouze její afektivní aspekt; její kognitivní aspekt byl zatím prozkoumán jen zřídka. Je třeba vědět, jak lidé chápou emoce druhých, když se objeví kontraempatie. Konkrétně, zda by lidé chybně vyvozovali (např. domnívali se, že štěstí druhých je ve skutečnosti smutek), neodsuzovali (např. již se nesnažili pochopit emoce druhých), nebo zda by stále dokázali přesně usuzovat emoční stavy druhých (např. přesně chápali valenci a intenzitu emocí druhých, jako je tomu u kognitivního aspektu empatie)? Cílem výzkumu bylo prozkoumat kognitivní aspekty kontraempatie, které mohou usnadnit její lepší a hlubší pochopení. To může nejen dále rozvíjet příslušné teorie kontraempatie, ale také poskytnout klinické a poradenské oblasti poznatky o tom, jak využívat kognitivní přístupy k intervenci v oblasti kontraempatie.

Předchozí studie ukázaly, že některé mezilidské (např. konkurenti) a skupinové vztahy (např. členové vnitřní a vnější skupiny) mohou způsobovat kontraempatii. Kooperativní prostředí posilovalo počáteční empatické reakce na výhry/prohry partnerů, zatímco konkurenční prostředí vedlo ke kontraempatickým reakcím vůči soupeřům. Kromě toho lidé často pociťují menší empatii nebo dokonce větší kontraempatii k cizím lidem, kteří patří k jiné rasové nebo sociální skupině, ve srovnání s cizími lidmi, kteří jsou popisováni jako příslušníci stejné skupiny. Kontraempatie však může existovat spíše v obecných sociálních interakcích než ve speciálním kontextu. Blízkost mezilidských vztahů, která je běžná v každodenním životě, stačí k tomu, aby ovlivnila typ a míru empatie. Tato studie umožňuje porozumět kontextovým faktorům, které ovlivňují, kdy a ke komu se lidé rozhodují cítit empatii nebo kontraempatii.

Jako společenský druh jsme obklopeni ostatními a jsme s nimi propojeni. Větší empatie obvykle údajně souvisí s pozitivnějšími mezilidskými interakcemi. Blízký vztah podporuje empatii člověka vůči druhému. Empatické nervové reakce člověka vůči cizím lidem jsou slabší než vůči jeho přátelům. Menší počet studií zkoumalo empatii člověka vůči těm, se kterými má špatný vztah. Jedním z možných důvodů je, že lidé k nim mají spíše větší pravděpodobnost pociťovat kontraempatii než empatii. Předchozí výzkumy zjistily, že účastníci pociťovali spíše trochu radosti, když se stalo nějaké neštěstí jejich neoblíbeným osobám. Greenierova studie však byla provedena tak, že cizí osobě byly přiřazeny záporné vlastnosti (např. arogance, hrubost a nepoctivost) a účastníci pak byli požádáni, aby sdělili své pocity ohledně cizího štěstí nebo neštěstí z pohledu nezúčastněné osoby. Naproti této studii zkoumala, jak se mění empatie lidí ke druhým, když osobně prožívají jejich nepříjemné chování, zejména když mají s druhými stabilní mezilidské vztahy. Cílem studie tedy bylo nejprve prozkoumat vliv mezilidských vztahů na kontraempatii.

Mezilidské konflikty jsou nevyhnutelným a univerzálním jevem v sociálních interakcích. Je možné, že člověk má z rozpaků pachatele spíše radost, než aby s ním soucítil. To znamená, že oběť může projevit

spíše kontraempatii než empatii vůči pachateli. Pokud je oběť vážně zraněna, může se pachateli odcizit nebo se mu pomstít. Ve srovnání s drobnými prohřešky mohou závažné prohřešky vést k tomu, že si oběť vytvoří silnější kontraempatii. Přímé důkazy o tom však chybí. Druhým cílem bylo tedy prozkoumat vliv každodenních mezilidských prohřešků různé závažnosti na kontraempatii.

Předchozí studie zjistily, že mezilidská intimita podporuje empatii ke druhým i v případě, že nedošlo k žádnému prohřešku, ale jen málo studií se zabývalo tím, jak mezilidské vztahy ovlivňují empatii obětí k pachateli nebo kontraempatii vůči němu. Stresový a zvládací model odpuštění zdůrazňuje, že negativní kognitivní, afektivní a behaviorální reakce člověka na prohřešek mohou být konceptualizovány jako stresové reakce. Primární posouzení prohřešku obětí může prohřešek vnímat jako hrozbu (např. "ublíží mi to?") nebo výzvu (např. "je to příležitost pro můj vztah?"), po níž následují různé stresové reakce vůči pachateli v následném sekundárním hodnocení (např. "co mohu dělat?"). Konkrétně, pokud je prohřešek vnímán jako hrozba, může se u oběti projevit hněv, odplata nebo stažení se od pachatele, ale pokud je vnímán jako výzva, může být reakce oběti empatická a smírlivá.

Lidé tak mohou vyhodnotit prohřešek od přítele jako výzvu a prohřešek od cizích lidí nebo lidí, s nimiž mají špatné vztahy, jako hrozbu, a pak vůči nim projevovat odlišné empatické reakce. Čím spokojenější a provázanější je vztah, tím je pravděpodobnější, že člověk odpustí prohřešek ze strany konkrétního člověka. Je třeba poznamenat, že abychom se vyhnuli rozdílům v odpuštění v důsledku úrovně blízkosti vztahu, byl intimní vztah v této studii omezen na vztah "přítel". Kromě toho může odpuštění podporovat empatii vůči pachateli. Předpokládáme tedy, že lidé mohou mít větší empatii vůči svým přátelům než vůči jiným pachatelům. Je však nepravděpodobné, že by si člověk zachoval stejnou empatii k přátelům před a po prohřešku. Mezitím, hnány touhou po pomstě, původně slabé empatické reakce vůči cizí osobě před prohřeškem pravděpodobně zmizí nebo se dokonce stanou kontraempatickými reakcemi po prohřešku. Kromě toho mohou mezilidské delikty zhoršit nejisté vztahy; proto se může kontraempatie osob vůči pachatelům ve špatných vztazích dramaticky zvýšit.

Celkově byla tato studie zaměřena na komplexní zkoumání vlivu mezilidských vztahů a závažnosti prohřešků na empatii či kontraempatii obětí z kognitivního i afektivního hlediska. Pokud pochopíme změny v empatii oběti k pachateli v rámci různých mezilidských vztahů, mohou psychologičtí pracovníci provádět cílené intervence (např. oběť je trénována tak, aby zvýšila svou empatii k sympatickému pachateli, ale snížila svou kontraempatii k neoblíbenému pachateli) na negativní emoční reakce způsobené mezilidským prohřeškem. Předpokládali jsme, že interpersonální vztahy a závažnost prohřešku změní typ a intenzitu empatie obětí.

Předpokládali jsme, že když dojde k prohřešku (ve srovnání s podmínkou bez prohřešku) a její závažnost se zvýší, empatie oběti vůči blízkému příteli se sníží (tj. pozitivní zkušenost přítele vyvolá větší potěšení než jeho negativní zkušenost a tento rozdíl se sníží). U cizího člověka by se empatie změnila v kontraempatii (tj. pozitivní zkušenost cizího člověka by vyvolala větší potěšení než jeho negativní zkušenost bez prohřešku, zatímco negativní zkušenost cizího člověka by vyvolala větší potěšení než jeho pozitivní zkušenost po prohřešku a tento rozdíl by se zvyšoval se závažností prohřešku). U člověka ve špatném vztahu by se zvýšila vrozená kontraempatie (tj. negativní zkušenost člověka by vyvolala větší potěšení než jeho pozitivní zkušenost a tento rozdíl by se zvýšil). Kromě toho bylo zkoumáno, jak mění kognitivní aspekt kontraempatii, když se objeví a zvýší.

Účastníci

Ve studii byl použit design 3 (závažnost přestupku: žádný, lehký, vážný) × 3 (vztah: důvěrný, zvláštní, špatný) × 2 (valence události: negativní, pozitivní) v rámci subjektu. Do této studie bylo přijato celkem 42 vysokoškolských studentů (24 žen), kteří v minulosti netrpěli žádnou neurologickou ani psychiatrickou poruchou. Všichni účastníci poskytli písemný informovaný souhlas a za svou účast

dostali zapláceno. Tato studie byla schválena etickou komisí katedry psychologie na Šanghajské normální univerzitě a byla provedena v souladu s Helsinskou deklarací.

Tvorba scénářů a událostí

Urážlivé scénáře a emocionální události byly vytvořeny dodatečným dotazníkovým šetřením na samostatném vzorku vysokoškolských studentů (74 žen). Tito vysokoškoláci byli požádáni, aby uvedli své minulé urážlivé zážitky a také pět dvojic emočních událostí, které v nich vyvolaly příjemné nebo nepříjemné pocity. Bylo prověřeno 50 urážlivých scénářů, které se studentům mohly stát, a 20 dvojic běžných emočních událostí. Pilotní studie s dalším samostatným vzorkem účastníků hodnotila tyto scénáře a události, aby potvrdila, že jsou vnímány jako závažné a lehké, negativní, resp. pozitivní. K hodnocení závažnosti urážlivých scénářů byla použita sedmibodová škála od 1 (vůbec ne) do 7 (extrémně urážlivé). Všechny scénáře byly seřazeny vzestupně podle hodnocení jejich závažnosti a v hlavní studii jsme vybrali 15 scénářů na začátek jako mírně urážlivé scénáře (např. [Protagonista] záměrně neodpovídá na mou zprávu) a 15 scénářů na konci jako vážně urážlivé.

Postup

Nejprve byl experiment inzerován jako test porozumění textu. Účastníci byli požádáni, aby si vzpomněli na spolužáka, kterého považují za dobrého přítele (tj. důvěrný vztah), kterého neznají (tj. neutrální vztah) nebo kterého nemají rádi a mají s ním mezilidské problémy (tj. špatný vztah).

Zadruhé si účastníci představovali protagonistu scénáře jako spolužáka, a to v souladu s mezilidskými vztahy požadovanými v instrukcích. Poté jsme měřili empatické nebo kontraempatické reakce účastníků s protagonistou v případě, že nedošlo k prohřešku. Účastníci odpovídali na dvě otázky týkající se událostí souvisejících s negativními a pozitivními událostmi, které se protagonistovi přihodily. Otázky související s událostí byly použity zvláště k měření kognitivní a afektivní empatie/kontraempatie účastníků, včetně otázek "jak si myslíte, že se kvůli tomu cítíte?" a "jak se kvůli tomu cítíte vy?". Byly hodnoceny na sedmibodové škále od 1 (extrémně negativní) do 7 (extrémně pozitivní). Poté, co účastníci ohodnotili všechny otázky v jednom vztahu, byli náhodně požádáni, aby si představili protagonistu scénáře jako spolužáka v jiném instruovaném vztahu a opět uvedli své pocity vůči protagonistovi.

Nakonec si účastníci měli představit sami sebe v urážlivých scénářích s protagonistou ve třech vztazích. Po lehkém nebo vážném scénáři byli účastníci požádáni, aby odpověděli na dvě otázky související se scénářem, aby se zvláště změřilo jejich ponoření a vnímání přestupku. Otázky byly hodnoceny na sedmibodové škále od 1 (vůbec ne) do 7 (extrémně), včetně otázek "do jaké míry jste ponořeni do tohoto scénáře?" a "do jaké míry se jím/ní cítíte uraženi?". Poté bylo účastníkům sděleno, že protagonista po urážce zažil nějaké emocionální události, a byli požádáni, aby odpověděli na dvě otázky týkající se událostí, které měly změřit typ a intenzitu jejich empatie. Tyto tři vztahy byly zkombinovány pro všechny scénáře a události. V rámci každé vztahové podmínky se účastníci ponořili do všech 30 urážlivých scénářů a odpovídali na všech 15 dvojic emočních událostí.

Výsledky

Manipulační kontroly

Předchozí studie ukázaly, že silnější ponoření vede k intenzivnějším emocím. Nechtěli jsme, aby rozdíly v ponoření účastníků do dvou typů útočných scénářů ovlivnily naše výsledky. Chtěli jsme tedy, aby účastníci vykazovali stejnou úroveň ponoření do obou typů útočných scénářů. Kromě toho jsme doufali, že se účastníci budou cítit více uraženi u vážně urážlivých scénářů než u scénářů mírně urážlivých. To prokázalo, že manipulace se závažností prohřešku byla úspěšná. V případě, že se jedná o vážně urážlivé scénáře, je rozdíl v ponoření do scénáře menší.

Změny v míře empatie/kontraempatie

Dále byl analyzován trojstranný interakční efekt. Ve všech třech vztazích účastníci uváděli, že se nejlépe cítili, když se pachatel stala negativní událost po závažném prohřešku, dále po lehkém prohřešku, a nakonec bez prohřešku. V případě důvěrných přátel a cizích lidí účastníci uváděli, že se nejhůře cítili, když se jim pozitivní události staly po vážném prohřešku, dále po lehkém prohřešku, a nakonec bez prohřešku. U osob se špatnými vztahy účastníci uváděli, že se cítili hůře, když se jim po vážném a lehkém přestupku přihodily pozitivní události s jinými osobami, než když k žádnému přestupku nedošlo.

Diskuse

Mezilidské konflikty se vyskytují všude v každodenním životě. Negativní důsledky mezilidských přestupků nejenže ztěžují udržování a nápravu mezilidských vztahů, ale také poškozují citové vazby mezi lidmi, a dokonce ohrožují sociální harmonii. Tato studie poskytuje přímý důkaz, že mezilidské vztahy a závažnost prohřešku mohou ovlivnit typ a míru empatie obětí vůči pachatelům.

Co se týče afektivního aspektu, výsledky ukázaly, že v případě důvěrných přátel měli lidé tendenci prožívat empatické reakce před prohřeškem, ale tyto reakce se po lehkém prohřešku snížily, a když byl prohřešek vážný, dokonce vymizely. U cizích lidí projevovali lidé před prohřeškem empatii, ale po prohřešku se empatie změnila v kontraempatii. Intenzita kontraempatie se zvyšovala se závažností prohřešku. U osob ve špatných vztazích lidé před prohřeškem projevovali kontraempatii a intenzita kontraempatie se rovněž zvyšovala se závažností prohřešku. Tato zjištění lze vysvětlit pomocí teorie hodnocení, která říká, že specifické emoce lidí nejsou vyvolány pouze událostmi, s nimiž se setkávají, ale vznikají také prostřednictvím jejich kognitivního hodnocení těchto událostí. Oběti různě hodnotí nejen prohřešky různé závažnosti, ale také stejný prohřešek u různých pachatelů. Lidé mohou například vnímat prohřešky svých přátel jako méně závažné, i když se jejich přátelé a cizí lidé proviní stejně.

Feather dále navrhl, že lidé, kteří věří, že si negativní výsledky zaslouží, budou mít radost, když se jim dostane nepřijemných zásluh. Myslí si tedy, že osoby, které s nimi nemají dobré vztahy, si zaslouží trest, a cítí se z toho šťastní. Když se lidem dějí dobré věci, cítí se špatně a stěžují si na nespravedlnost svého osudu. Kontraempatie se snadno objevuje, když jsou lidé vůči druhým zaujatí. Kvůli neznalosti cizích lidí a špatnému dojmu z osob, se kterými měly špatné vztahy; po prohřešku mají lidé tendenci být vůči nim zaujatí a vnímají je jako "špatné lidi". Lidé tak mají po přestupku tendenci projevat zvýšenou kontraempatii vůči "zlým lidem". Po prohřešku však pociťují spíše než kontraempatii pouze sníženou empatii k "dobrým lidem" (tj. svým přátelům), kteří si neštěstí nezaslouží.

Z kognitivního hlediska nebyly v případě přátel zjištěny žádné významné rozdíly v empatii účastníků před a po prohřešku. Tento jev znamená, že lidé byli stále schopni chápat potěšení a bolest svých přátel, ale vyhýbali se empatickému vcítění se do nich. To poskytuje směr pro intervenci odpuštění. Pokud poradci chtějí, aby oběti pozvaly své přátele, měli by zdůrazňovat spíše emocionální než kognitivní aspekt empatie. Výsledky ukázaly, že u cizích lidí a osob ve špatných vztazích závažnost prohřešku posílila u účastníků kontraempatii v kognitivním aspektu. Psychologická perspektiva naznačuje, že lidé jsou motivováni k tomu, aby se cítili dobře. Proto vnímání toho, že pachatel je v horším emocionálním stavu, může oběti pomoci cítit se radostně, což je potenciální cesta k pozitivním pocitům. Kromě toho vede prohřešek k silnějšímu vnímání pachatele jako spokojeného, což může vyvolat bolest. Předchozí studie zjistila, že kontraempatie vyžaduje více kognitivního zpracování než empatie. To znamená, že lidé mohou trpět větším kognitivním stresem poté, co je urazí cizí lidé nebo osoby, s nimiž měli špatné vztahy, ve srovnání s tím, když je urazí přátelé. Tuto skutečnost by měli brát vážně psychologové v klinické a poradenské oblasti.

Zjištění ukázala, že i v případě kontraempatie jsou lidé schopni přesně rozpoznat a pochopit emoce druhých. Tato studie navíc umožňuje lépe porozumět synchronním kognitivním a afektivním složkám kontraempatie. Když dojde ke kontraempatii, čím silnější je podle člověka emoční prožitek druhého člověka, tím silnější jsou jeho opačné emoce. To jsou podobné zákonitosti empatie, které spočívají v tom, že čím více člověk rozumí druhým, tím snáze sdílí jejich emoce. Tato studie také poskytuje poznatky pro budoucí intervenční výzkum. Bylo zjištěno, že kognitivní empatie podporuje afektivní empatii; to znamená, že rozpoznání a pochopení emocí druhých lidí povzbuzuje ke sdílení emocí druhých. Z toho vyplývá, že afektivní kontraempatii lidí můžeme snížit také tím, že oslabíme nebo změňíme jejich chápání emocí druhých z kognitivního hlediska.

Souhrnně lze říci, že studie podporuje myšlenku, že v obecných mezilidských interakcích dochází ke kontraempatii. K mezilidským prohřeškům dochází nejčastěji mezi cizími lidmi. Naše zjištění ukazují, že lidé mohou být náchylnější k pocíťování kontraempatie vůči pachatelům bez blízkých vazeb. Cizí vztah pravděpodobně způsobí, že oběť nebude mít problém ublížit pachateli, což je poháněno kontraempatii, která musí přitáhnout pozornost psychologů. Zjištění ukazují, že lidé prožívají různé typy empatie vůči různým pachatelům. To může poskytnout cenný směr pro intervence v oblasti odpuštění. U cizího pachatele, který má s obětí špatný vztah, je však klíčem k odpuštění spíše snížení kontraempatie oběti než slepě klást důraz na posílení její empatie.

Tato studie má však několik omezení, která si zaslouží další diskusi. Jako subjekty jsme si vybrali vysokoškolské studentky a urážlivé materiály v experimentu byly omezeny na události na akademické půdě. Budoucí výzkum by měl tuto studii rozšířit o zkoumání, zda se stejné účinky projevují u lidí všech věkových kategorií a vrstev. Kromě toho by budoucímu výzkumu mohlo prospět doplnění měření odpuštění a empatie účastníků o skutečné chování a fyziologické reakce. A konečně, účastnice naší studie byly nuceny představovat si odehrávající se scénáře pouze pomocí textu. Budoucí práce by případně mohla zvážit zobrazení skutečných scénářů (např. videí) nebo okolností, aby se zlepšil kontext a standardizovaly interpretace scénářů.

Závěr

Tato studie zkoumala vliv závažnosti prohřešků na empatii a kontraempatii obětí v různých mezilidských vztazích. Zjistili jsme, že když došlo k prohřešku a jeho závažnost se zvýšila, empatie oběti vůči příteli se snížila, a pokud byl prohřešek závažný, dokonce zmizela. Jejich empatie k cizím lidem se změnila v kontraempatii a míra kontraempatie se zvyšovala se závažností prohřešku. Jejich kontraempatie vůči osobě ve špatném vztahu zvyšovala závažnost prohřešku. Navíc jsme zjistili, že při výskytu kontraempatie dokážou lidé stále přesně rozpoznávat a chápat emoce druhých. Čím silněji člověk přemýšlí o emočním prožívání druhého člověka, tím silnější jsou jeho kontraemoce. Naše zjištění musí brát psychologové vážně, protože po prohřešku může nedostatek empatie umožnit lidem zavírat oči před utrpením svých přátel, a dokonce pocíťovat potěšení v reakci na bolest cizích lidí a osob ve špatných vztazích, což může lidi motivovat k dalšímu škodlivému chování. Lepší pochopení kognitivních aspektů kontraempatie může navíc pomoci vyvinout účinnější intervence zaměřené na kontraempatii.