

Anna Rabczuk\*

 <https://orcid.org/0000-0002-9161-4926>

## CZY MOGĘ ODCZUWAĆ *HYGGE*, JEŚLI W POLSZCZYŹNIE NIE MA TAKIEGO WYRAZU? O (NIE)PRZEKŁADALNOŚCI EMOCJI W KONTEKŚCIE GLOTTODYDAKTYCZNYM

**Słowa kluczowe:** emocje, emocje w języku, język emocji, nieprzekładalność, przekład, metoda nauczania JPJO, ćwiczenia, skrypty kulturowe, historyczność emocji

**Streszczenie.** Natura emocji to zagadnienie od wielu lat frapujące psychologów, psychiatrów, lingwistów, neurobiologów i wielu innych badaczy. Trudno sobie wyobrazić życie bez uczuć. Szczególnie dzisiaj człowiek poświęca wiele czasu i energii na wprawianie siebie w dobry nastrój. Zabiegi te jednak wcale nie ułatwiają kwestii mówienia o emocjach. W artykule tym autorka zastanawia się nad implikacjami lingwakulturowymi w odniesieniu do nauczania języka emocji po polsku. Poszukuje zależności między kontekstem kulturowym a doborem konkretnych środków językowych w określonych sytuacjach emocjonalnych w różnych językach. Przygląda się historyczności emocji, skryptom kulturowym, a także ładunkom kulturowym zawartym w poszczególnych leksemach. Proponuje wiele ćwiczeń, które można wykorzystać zarówno na zajęciach z cudzoziemcami, jak i lektorkami i lektorami języków obcych.

### 1. WPROWADZENIE

Pytanie, czy istnieje uniwersalny język emocji, od dawna zadają sobie nie tylko naukowcy, ale i ludzie niezwiązani zawodowo z psychologią, neurologią, psychiatrią, psycholingwistyką, językoznawstwem czy glottodydaktyką. Większość osób, które utrzymują regularne kontakty z cudzoziemcami, zauważa, że czasami między oczekiwaną reakcją (znaną z polskich strategii językowych) a reakcją cudzoziemskiego interlokutora na wypowiedzi, w których wyrażamy emocje w języku obcym, dochodzi do pewnych rozbieżności. Z podobnym dysonansem może-

---

\* [anna.rabczuk@uw.edu.pl](mailto:anna.rabczuk@uw.edu.pl), Uniwersytet Warszawski, Centrum Języka Polskiego i Kultury Polskiej dla Cudzoziemców *Polonicum*, ul. Krakowskie Przedmieście 26/28, 00-927 Warszawa.

my także się spotkać, żyjąc w innej niż rodzima przestrzeni kulturowo-językowej, kiedy sami posługujemy się różnymi, od znanych z języka ojczystego, strategiami np. nawiązywania kontaktu, prowadzenia rozmowy itd. Pojawia się wtedy pytanie, czy osoba wychowana w innej rzeczywistości lingwakulturowej na pewno interpretuje usłyszany komunikat zgodnie z intencją cudzoziemskiego nadawcy. Wielokrotnie, podczas dłuższego pobytu w Kanadzie, zastanawiałam się, czy powiedziałam *great* i *fantastic* z odpowiednio wysoką intonacją i odpowiednio wiele razy danego dnia. Czy mówiąc te wyrazy w zupełnie innych kontekstach, niż powiedziałabym je po polsku w Polsce, wciąż jestem sobą i wyrażam samą siebie? Korzystanie z gotowych anglofońskich strategii językowych powodowało niekiedy poczucie produkowania komunikatów, które tylko w pewnym stopniu pokrywały się z moimi intencjami. Kiedy indziej czułam się oniemiała, ponieważ posiłkowałam się metaforami, które byłyby zrozumiałe dla mojego polskiego interlokutora, ale w słowniku języka angielskiego, czy dokładniej – w językowym obrazie kanadyjskiego świata, ich nie ma, więc przetłumaczone dosłownie nie wywoływały efektu, na którym mi zależało. Te obserwacje skłaniały do stawiania kolejnych pytań badawczych. Czy jeśli niektóre języki mają więcej leksemów do wyrażenia odczuć, to ich rodzimi użytkownicy czują więcej? A jeśli w polskim nie ma odpowiedników nazw niektórych emocji, to czy mój dostęp do tej obco brzmiącej emocji jest ograniczony bądź zupełnie niemożliwy? Jakie konsekwencje może nieść za sobą niemożność wyrażenia tego, co tkwi w nas? Czy nie to jest właśnie przyczyną wszelkich konfliktów i w pewnym sensie tragedią – brak zrozumienia mimo znajomości języków obcych? Czy słysząc słowo *anger*, mam myśleć o gniewie, czy raczej o złości, a może po prostu o *anger*?

Nie tak dawno, wraz z Łukaszem Rongersem, nagrywaliśmy film<sup>1</sup> z okazji walentynek na potrzeby kanału edukacyjnego na YouTube *Polski z Anią*. Zapytałam w nim studentów z różnych zakątków świata m.in. o to, co mówi się potencjalnej partnerce / potencjalnemu partnerowi po 3 randkach. Chodziło o zdanie, które będzie wyraźnym (w danej kulturze) sygnałem chęci kontynuowania znajomości. To zadanie sprawiło największe problemy Japończykom, Tajwańczykom i Chińczykom. Trwały narady i w obrębie tych państw, i później między przedstawicielami wszystkich tych nacji, żebyśmy mogli usłyszeć zdanie, o które poprosiliśmy. Brzmiało ono tak: „Chcę cię zaprosić na kolację”. Czy takie zdanie byłoby jednoznaczne dla polskiego odbiorcy w romantycznej sytuacji? Większość przedstawicieli innych kultur (nie tylko europejskich) powiedziała swoją wersję językową polskiego „Podobasz mi się”. Wniosek z tego płynie jeden, a mianowicie język jest zaproszeniem do wyciągania na światło dzienne tego, co tkwi w naszym wnętrzu, do dzielenia się z innymi także tym, co najbardziej intymne. Jednak potrzebna jest znajomość kodu, która sprawia, że pozornie niejednoznaczne frazy, jak np. polskie *średnio* udzielone jako odpowiedź na pytanie „Czy masz czas?”,

<sup>1</sup> [https://youtu.be/Jj8Q\\_107ZXs](https://youtu.be/Jj8Q_107ZXs) [28.08.2019].

nie pozostawiają wątpliwości co do intencji nadawcy komunikatu. To dzięki odzwierciedleniu odczuć i emocji (w artykule tym będę używała tych leksemów niekiedy zamiennie, choć zdaję sobie sprawę z rozróżnień na gruncie psychologii) w konkretnych słowach jesteśmy rozumiani. Jednak pojawiają się tu dwa problemy. Pierwszy wiąże się z (nie)możliwością dosłownego tłumaczenia nazw emocji i zadaniu sobie pytania, czy na pewno nie ma przesunięć semantycznych przy translacji jeden do jednego. Drugi zaś odnosi się do samej recepcji komunikatu, którego nadawca wyraża emocje w języku innym niż L1. Tu należy zastanowić się, czy odbiorca może całkowicie zrozumieć stan emocjonalny opisywany w języku obcym dla nadawcy. Ten przecież posiłkuje się słowami, które podsuwa mu nowo poznawany język – jedne przystają bardziej, drugie mniej do jego odczuć, ale trzeba ich użyć, by móc choć częściowo wyrazić siebie. Ta sytuacja kojarzy mi się trochę z Wittgensteinowskim porównaniem języka do skrzynki z narzędziami. Chcę wbić gwóźdź, ale jedyne narzędzie w dostępnej skrzynce, którym prawdopodobnie mogę wykonać swoje zadanie, to obcęgi. Nie jest to coś, czego szukałam, ale chyba wystarczą, by poradzić sobie z kawałkiem ostrego metalu. Konkretne słowa, poza szukaniem dla nich ekwiwalentu w innym języku, są przepuszczane dodatkowo przez filtr kodów kulturowych i intencji danego człowieka. W kodach kulturowych znajdujemy odbicie wartości typowych dla przedstawicieli danej nacji, jej historii i przemian społecznych. Dzięki językowi i wszystkim niuansom, które nam oferuje, modyfikujemy swoje wypowiedzi i wpływamy na odczucia innych. To nie to samo powiedzieć „No, Kocham cię” i „Kocham cię tak bardzo, że aż się boję” albo „Kocham cię nad życie”.

W artykule tym przedstawię, jak na przestrzeni wieków zmieniał się stosunek do emocji, rozważę, czy któreś z nich mogą być modne. Przeanalizuję kilka nazw emocji, których nie ma w polszczyźnie, by zastanowić się, czy mimo takiego leksykalnego braku rodzimi użytkownicy języka polskiego mogą je poczuć. Po raz kolejny omówię wybrane aspekty natury emocji. Podejmę dyskusję nad potrzebą aktualizacji skryptów kulturowych dla potrzeb glottodydaktycznych. W części praktycznej poszukam zależności między kontekstem kulturowym a doбором konkretnych środków językowych w określonych sytuacjach emocjonalnych. Przyjrzę się także ładunkom kulturowym zawartym w poszczególnych leksemach w języku rodzimym i nabywanym.

## 2. HISTORYCZNOŚĆ EMOCJI, MODA NA WYBRANE EMOCJE

Tiffany Watt Smith, autorka m.in. książki *The Book of Human Emotions: an Encyclopedia of Feeling from Anger to Wanderlust* z 2015 roku, brytyjska antropolożka kultury, udowadnia, że bardzo trudno jest nazwać i opisać emocje,

jeśli nie wiążą się z jakimś zdarzeniem czy jakąś sytuacją, która wywołuje bardzo silne reakcje i odczucia. Nie mamy wątpliwości, że przeżywamy przerażenie, kiedy widzimy rozpędzony samochód wpadający w poślizg. Jednak często to, co odczuwamy na co dzień, kiedy nie dzieje się nic bardzo intensywnego, kiedy nie mamy do czynienia z antecedentami emocji, jest efemeryczne, stanowi kombinację różnych subtelnych odcieni emocjonalnych, miesza się, jest trudne do zidentyfikowania, łatwe do pominięcia. Taką emocją jest nostalgia (Watt Smith 2015, s. 186), przez którą dziś decydujemy się na zakup jakiegoś produktu w sklepie spożywczym.

Żeby wyjaśnić historyczność tej emocji, badaczka przywołuje przykład bardzo pilnego szwajcarskiego studenta, który pod koniec XVII wieku studiował w Bazylei oddalonej o jakieś 100 km od jego rodzinnego miasta. Pewnego dnia przestał on przychodzić na zajęcia. Gdy odwiedzili go przyjaciele, zobaczyli, że jest w strasznym stanie – ma wysoką gorączkę, rany na ciele i palpacje serca. Wezwano lekarza, a także, ze względu na powagę sytuacji, zamówiono mszę w pobliskim kościele. Podjęto decyzję o przewiezieniu studenta w rodzinne strony, by umarł wśród najbliższych. Kiedy zaczęto przygotowywać go do drogi, ułożono na noszach, okazało się, że student łatwiej oddycha. Gdy wjeżdżał do swojego miasteczka, był prawie całkiem zdrowy. Stwierdzono, że choroba, na którą cierpiał student, była silną, niemal śmiertelną, postacią tęsknoty za domem. W 1688 roku Johannes Hofer, młody lekarz, słysząc o tym i podobnych przypadkach, nazwał tę przypadłość nostalgią. Opublikował dysertację na ten temat, w której wspominał nawet o fenomenie „szwajcarskiej słodkiej melodii, na której dźwięk wszyscy Szwajcarzy zapadają na nostalgię” (za: Kiser Anspach 1934, s. 376). Jego diagnoza szybko rozpowszechniła się w ówczesnej Europie, gdyż cierpiących na objawy opisane przez medyka było bardzo dużo. Ostatni przypadek śmierci z powodu nostalgii zanotowano podczas I wojny światowej we Francji, gdzie jej ofiarą padł amerykański żołnierz.

Kiedy dzisiaj myślimy o nostalgii, trudno uwierzyć, że trochę ponad sto lat temu można było na nią umrzeć. Co więcej samo znaczenie wyrazu nostalgia poszerzyło swój zakres. *Wielki słownik języka polskiego* (2018) podaje dwie opcje. W pierwszym znaczeniu jest to tęsknota za krajem, w drugim zaś za czymś, co minęło. Według Watt Smith dzisiaj to uczucie zostało zdegradowane do czegoś, co odczuwają dzieci, kiedy pierwszy raz spędzają noc u swoich kolegów. Być może to rozwój techniki i technologii sprawił, że zmieniły się wartości przypisywane poszczególnym emocjom. Niewątpliwie wpłynęły na to także tendencje współczesności celebryjące podróże, niepokój, umiejętność poradzenia sobie w nieznanym środowisku, ekscytację nowością i zachwyt postępem. To one sprawiają, że tęsknota za domem bywa postrzegana jako zwyczajnie pozbawiona ambicji. Wspomniana angielska badaczka uważa, że wszystkie wielkie zmiany historyczne, kulturowe wpływają na to, jak postrzegamy niektóre emocje, bo

zmieniły nasz sposób myślenia o nich. Dziś najważniejsze jest szczęście. Zakładamy, że to ono sprawi, że będziemy lepszymi pracownikami, szefami, rodzicami, partnerami, to ono zapewni nam dłuższe życie. A przecież kilka stuleci wcześniej, w XVI wieku, to smutek gwarantował te wszystkie korzyści. Dzięki umiejętności przeżywania go, jak przekonuje Watt Smith, można było się przygotować na największe życiowe traumy, a więc mieć przewagę nad tymi, którzy np. z poczuciem straty nie potrafili sobie radzić, bo takowej sprawności w sobie nie wykształcili. Cenione współcześnie szczęście przybliżyło nas do tytułowego duńskiego *hygge*. Jak się okazuje nawet na poszczególne emocje, czy ich narodowe warianty, może być moda.

Od kilku lat wyraz ten pojawia się w tytułach książek, gości w poradnikach na temat dobrego, pełnego satysfakcji życia. Louisa Thomsen Brits (2017) w swojej książce na temat *hygge* wyjaśnia, że choć słowo to stało się bardzo popularne, to koncept, który jest w nie wpisany, znany jest od tak dawna, jak „gromadzenie się wokół ogniska i dzielenie się jedzeniem z najbliższymi” (Thomsen Brits 2017, s. 10). Thomsen Brits konstatuje, że wyraz ten jest częścią globalnego słownika, ponieważ odpowiada na jedną z podstawowych, uniwersalnych potrzeb człowieka, a mianowicie na potrzebę przynależności. Meik Wiking, autor książki *Hygge – klucz do szczęścia* (Wiking 2017a), a także dyrektor Instytutu Badań nad Szczęściem w Kopenhadze, napisał m.in. poradnik o tym, jak osiągnąć ten tak bardzo teraz pożądaną stan ducha: *Lykke po prostu szczęście* (2017b). Jego książka jest podróżą po różnych zakątkach świata w poszukiwaniu skarbów, czyli recept na szczęście. Dowiemy się z niej jak np. przygotować kolację albo odnosić się do sąsiadów, by czuć spełnienie, a w konsekwencji szczęście podczas wykonywania codziennych czynności. To dowód na to, że *hygge* czy *lykke*, choć inaczej nazwane, można znaleźć na całym świecie. *Hygge* oznacza komfort, przytulność i błogostan wynikający z przebywania ze sobą, jak i z innymi. Stoi w opozycji do pustego konsumpcjonizmu. W centrum *hygge’owskich* wartości znajdują się drobiazgi, o których nie powinniśmy ani zapominać, ani ich sobie odmawiać. To np. wieczór w ciepłym pokoju, kiedy na dworze jest chłodno i deszczowo. A my w przytulnym wnętrzu zjadamy drożdżówki z cynamonem, stopy ogrzewają nam kaszmirowe skarpetki i mamy zapalone świece. Jak się okazuje są one kluczowe dla odczuwania duńskiego *hygge*. Wszak, jak zaznacza Meik Wiking (2017a) w książce *Hygge – klucz do szczęścia*, przeciętny Duńczyk zużywa w ciągu roku 6 kg wosku, a Dania zajmuje pierwsze miejsce na świecie pod względem liczby wypalanych świec rocznie. *Hygge* jest krytykowane za skłonność do eskapizmu. Podczas prowadzonych przeze mnie warsztatów dla nauczycieli języków obcych na Uniwersytecie Islandzkim w 2019 roku staraliśmy się wyabstrahować skrypty kulturowe – przede wszystkim polski i islandzki. W warsztatach brał udział Duńczyk uczący języka islandzkiego jako obcego. Bardzo spodobały mu się polskie strategie i gry językowe związane z narzekaniem. Stwierdził, że w przeciwień-

stwie do duńskich zachowań językowych nasze rodzime są autentyczne i pełne empatii dla drugiego człowieka. Nie chcemy, by narzekający interlokutor czuł się źle, więc zaraz sami solidarnie udowadniamy, że nasze życie też nie jest różowe i podajemy własny powód do narzekania. Dodał, że w Danii cokolwiek o zabarwieniu negatywnym (jak postrzegał polskie narzekanie) jest ignorowane, ponieważ może zaburzyć *hygge*.

### 3. TO, CO (NIE)PRZEKŁADALNE

W wielu kulturach istnieją nazwy emocji, co do których znaczenia nie mamy wątpliwości. Są tłumaczone jeden do jednego. Taką emocją może być zazdrość, smutek czy radość. Klaus R. Scherer, szwajcarki psycholog, konstatuje, że o tym, czy dany wzorec emocjonalnego reagowania ma charakter uniwersalny i niezmienny, decyduje m.in. fakt, że posiada on nazwę „niemal we wszystkich głównych językach świata” (Scherer 2002, s. 30). W latach 1986 i 1994 Scherer i Wallbott przeprowadzili kontrastywne badania międzykulturowe nad doświadczaniem emocji w 37 krajach. Okazało się, że naukowcy byli w stanie przetłumaczyć z języka angielskiego w sposób satysfakcjonujący osoby, dla których nazwy te pochodziły z rodzimych języków, jedynie 7 nazw emocji. Były to: gniew, strach, smutek, radość, wstręt, wstyd i poczucie winy. Badacze przyznali, że z nieformalnych rozmów wynikało, że w konotacjach danych nazw i tak mamy do czynienia z wieloma rozbieżnościami (Scherer 2002, s. 30). Co więcej, badania, o których w 1979 roku pisał Dünker w swojej dysertacji doktorskiej pt. *Mimischer Affektausdruck und sprachliche Kodierung* (za: Scherer 2002, s. 30) na Uniwersytecie Zuryskim, dowiodły, że nawet w językach bardzo podobnych do siebie, jak np. niemiecki i szwajcarski niemiecki można zaobserwować wiele różnic w polach semantycznych nazw poszczególnych emocji. A mamy przecież większe wyzwania pod tym względem, a więc nazwy emocji w językach z innych rodzin, wyrazy pochodzące z i nawiązujące do dawnych tradycji, dla których nie da się znaleźć ani ekwiwalentów, ani zbliżonych pól semantycznych reprezentowanych przez pojedyncze słowo. Niektóre z nich przemawiają do wyobraźni, inne wymagają zrozumienia wzorca kulturowego.

Do pierwszej kategorii zaliczyłabym *hwyl*, którym to określeniem Walijczycy nazywają euforię, podniecenie czy zapał związany ze spotkaniem w większej grupie. Sam wyraz dosłownie oznacza żagle, pięknie wypełnione wiatrem podczas słonecznej pogody. Myślę, że znając dosłowne znaczenie tego wyrazu, można zauważyć analogię między nim a opisywaną metaforycznie emocją. Innym przykładem, podchodzącym pod tę drugą kategorię, a więc wymagającym zrozumienia wzorca kulturowego, będzie japońskie *amae*. Ten rzeczow-

nik odczasownikowy ma kilka znaczeń. W Japonii przestrzega się dzieci przed zachowaniami *amaeru*, czyli np. przed robieniem słodkich szeroko otwartych oczu, które mają sprawić, że dorośli wypełnią obowiązki swoich pociech. Nastolatkom z kolei zabrania się *amaeru*, przejawiającego się w nieprzejmowaniu się nauką do egzaminu, który młodzież zakłada, że i tak zda. Psychoanalityk japoński, Takeo Doi, opisał dokładnie to zjawisko w pracy z 1971 *The Anatomy of Dependency*. Wyjaśnia w niej, że *amae* jest emocją, którą odczuwamy, gdy zakładamy czyjąś bezwarunkową, niekończącą się miłość, kiedy wymagamy od kogoś pomocy, poświęcenia, wsparcia bez odczuwania i okazywania za to wdzięczności (Doi 1977, s. 74–75). Z kolei Watt Smith (2015) pod hasłem *amae* wyjaśnia, że jest to przyjemność, którą odczuwa się, kiedy można na chwilę przekazać odpowiedzialność za swoje życie komuś innemu. Badaczka przytacza dyskusję antropologów z lat 70., którzy sugerowali, że popularność tego określenia jest możliwa w Japonii, ponieważ dominuje w niej kultura kolektywna. Z kolei w cywilizacji zachodniej, mam tu na myśli przede wszystkim kraje anglojęzyczne, *amae* mogłoby jedynie wywoływać napięcie, gdyż ceni się w niej indywidualizm, samokontrolę i samowystarczalność. Temu samemu odczuciu przypisane są więc zupełnie różne ładunki kulturowe, emocje te są odmiennie wartościowane. Język emocji jest więc nie tylko narzędziem do ich wyrażania, ale mówi także o tym, co jest ważne w naszej kulturze, co najbardziej lub najmniej w niej cenimy.

Możemy też sięgnąć po, zdawałoby się, o wiele bliższy przykład nieprzetłumaczalnej nazwy emocji, a więc po rosyjską *toskę*. Po raz pierwszy prawdopodobnie wyraz ten został użyty przez Nabokova i oznaczał, jak przekonuje Watt Smith pod hasłem *toska*, uczucie niezadowolenia, które wiatr przynosi znad stepów, doprowadzające do szału. Anna Wierzbicka (1992a, s. 170–174) z kolei wyjaśnia je jako mieszankę smutku, znudzenia i melancholii. W jednym i drugim przypadku opisu trudno znaleźć pojedynczy wariant tej emocji w słowniku języka polskiego. A co z emocjami, które łatwo sobie wyobrazić, ale z jakiegoś powodu nie mają polskiego odpowiednika? Wydaje się, że dobrym przykładem może być tu *basorexia*, a więc nagła i nieodparta chęć pocałowania kogoś, odnotowana np. w słowniku języka angielskiego Collinsa. Jednym z elementów inteligencji emocjonalnej, tak dzisiaj docenianej zarówno w życiu prywatnym, jak i publicznym, jest umiejętność rozpoznania, a także nazwania własnych i cudzych emocji. Na rynku mamy mnóstwo kursów doszkalających w tym zakresie, ale czasami, chcąc zaklasyfikować każde odczucie, nie dość, że zaczynamy myśleć o nim w sposób zubożały, to wciąż nie znamy do końca natury danej emocji.

#### 4. NATURA EMOCJI

Już w 1872 roku w dziele *O wyrazie uczuć u człowieka i zwierząt* Karol Darwin stwierdził, że mimiczne wyrazy emocji, tak samo zresztą jak i inne zachowania, są wrodzonymi adaptacjami ewolucyjnymi (Darwin 1988, s. 45–47). Oznacza to, że ludzkie twarze wyrażają te same emocje identycznie na całym świecie niezależnie od płci, rasy, wieku czy kultury. Wielu badaczy po Darwinie starało się zweryfikować to założenie. Wybitni antropolodzy jak Gregory Bateson, Margaret Mead (1942) czy Ray Birdwhistell (1970)<sup>2</sup> zaprzeczali temu pogładowi, konstatując, że wyrażanie emocji, podobnie jak język, musi być wyuczone i uwarunkowane kulturowo. Na ich obronę można przywołać fakt, że w czasie gdy prowadzili swoje badania, nie mieli jeszcze dostępu ani do opracowań dotyczących rozwoju niemowląt i dzieci, jak chociażby książka Daniela Sterna z 1985 r. *The interpersonal world of the infant: a view from psychoanalysis and developmental psychology*, ani do wiedzy przedstawionej w nowoczesnych studiach neurobiologicznych – przede wszystkim do dzieła Jaaka Pankseppa z 1998 r.: *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions*. Seria badań nad uniwersalnością emocji rozpoczęta w latach siedemdziesiątych XX wieku, prowadzona między innymi przez Paula Ekmana (2002), Davida Matsumoto (2007) i ich współpracowników, przyniosła wreszcie jednoznaczne wyniki, choć także, jak to się okaże w dalszej części tego artykułu – tylko do czasu.

Pojawiły się jednak kolejne problemy, np. rozpoczęto badania nad tym, jak teoretycznie identycznie odczuwane i prymarnie okazywane emocje przekładają się na takie same (lub nie) ekspresje mimiczne w określonych warunkach społeczno-kulturowych. Wykazały one, że w zależności od typu kultury (indywidualna vs. kolektywna) zażenowanie, smutek czy radość okazujemy inaczej w obecności bliskiej osoby i inaczej, kiedy świadkiem danej sytuacji jest np. nasz szef. Nawet jeśli odczuwamy identycznie emocje w różnych kulturach, to między bodźcem emocjonalnym a ekspresją, obok systemu afektu mimicznego, mamy jeszcze do czynienia z kulturowymi regułami okazywania emocji. Wydaje się, że mają one ogromny wpływ nie tylko na mowę ciała, ale także na język opisujący uczucia.

Psychologowie, psychiatrzy, pedagodzy i różni inni specjaliści podają wiele klasyfikacji emocji. Niektórzy, jak np. Dan Hill (2010, s. 110), zwracają uwagę na ich intensywność i tak, np. w kategorii „szczęście” wyodrębnia się „radość”, którą charakteryzuje większe natężenie emocjonalne niż znajdująca się w tej samej grupie – „satysfakcja”. Bardzo znanym conceptem jest koło, a właściwie

---

<sup>2</sup> Ray Birdwhistell wyraził taką opinię w 1970 roku w wywiadzie dla *New York Timesa*, powiedział: „There are no universal gestures. As far as we know, there is no single facial expression, stance or body position which conveys the same meaning in all societies” (za: Tubbs, Carter 1978, s. 105).



bryła stanowiąca wielowymiarowy model autorstwa Roberta Plutchika (za: Gasiul 2002, s. 42–43). Psycholog przedstawił w nim zarówno podstawowe emocje, jak i diady graniczących ze sobą odczuć, a także emocje, które powstają w wyniku połączenia dwóch innych, np. oburzenie jest mieszanką gniewu i zaskoczenia. Również Paul Ekman (2002), amerykański psycholog, pionier w dziedzinie badania ekspresji twarzy, wyodrębnił emocje podstawowe. Tę listę można byłoby długo wzbogacać o dokonania kolejnych badaczy. Jednak wniosek, ważny z punktu widzenia glottodydaktyki, pojawia się już teraz – natura emocji, ich klasyfikacja, nazywanie i werbalne wyrażanie – szczególnie te dwa ostatnie – są niezwykle istotne w życiu człowieka. Są kluczem do jego zrozumienia i poznania, nie możemy więc nauczyć języka obcego bez konkretnej wiedzy w tym zakresie. Nie możemy polegać jedynie na intuicji w zakresie nauczania językowego wyrażania emocji. Potrzebne są badania, które stworzą podwaliny do rzetelnej ekscerpacji wyrażań emocjonalnych z zasobu współczesnej polszczyzny, a w konsekwencji dadzą glottodydaktykom konkretne narzędzia do nauczania tych a nie innych fraz.

Ucząc się języków obcych, stykając się z odmiennymi kulturami czy nawet podczas rozmów z rodzimymi użytkownikami naszego L1, możemy zauważyć, że istnieją pewne odczucia, wspólne dla wielu osób, które wciąż nie mają swoich nazw. Takimi właśnie emocjami zajmuje się John Koenig, który wymyśla wyrazy i umieszcza je w swoim *Słowniku nieoczywistych smutków* (*The Dictionary of Obscure Sorrows*). Pracuje nad nim od kilku lat, a pomysł na stworzenie tego zbioru neologizmów, wyrażających to, co nienazwane, kiełkował w nim od 2006 roku. Wtedy właśnie Koenig, podczas studiów w Minnesocie, chciał tworzyć poezję, ale potrzebował nowych wyrazów, by opisać wszystko, co czuje. Wymyślone przez niego leksemy opierają się na wiedzy z dziedziny etymologii i słowotwórstwa. Autor w ciekawy sposób buduje wyrazy oparte na konkretnych prefiksach, sufiksach i rdzeniach. Celem jego projektu jest „znalezienie luk w języku uczuć i wypełnienie ich, żeby móc mówić o ludzkich grzeszkach oraz dziwactwach człowieczeństwa, uczuciach, które znamy wszyscy, ale nie mówimy o nich, bo nie mamy na nie słów”, jak wyjaśnia podczas wykładu dla TED (2016). Jednym z wyrazów, który zwrócił uwagę mediów i przyczynił się do popularyzacji informacji o tym słowniku, jest *sonder* oznaczający uświadomienie sobie, że każdy przypadkowy przechodzień wie o równie intensywne i złożone życie, co my. Według Koeniga potęgą nowych słów tkwi w fakcie, że kiedy nazwiemy daną emocję, która wcześniej była nienazwana, ale odczuwana przez wiele osób, poczujemy się mniej samotni (TED 2016).

W nauczaniu nazwanych już, choć niekiedy nieprzetłumaczalnych, uczuć, przydatny będzie model powstawania emocji, który wyłania się z prac Anny Wierzbickiej. Jest to koncept odbiegający od klasycznych ujęć psychologicznych, ale przenoszący punkt ciężkości na interesujące nas tutaj znaczenie danych słów,

a nie na odróżnianie jednej emocji od drugiej za pomocą definicji. Ważne jest w nim rozróżnienie, którego nie stosuję w tym artykule, ale przywołam je teraz dla lepszego zrozumienia koncepcji, a mianowicie chodzi o różnicę między definicją terminów: „odczucie” i „emocja”. Odczucia mają miejsce na poziomie subiektywnym i nie są werbalizowane. Emocje zaś są językową interpretacją odczuć, wynikają z refleksji nad nimi, można więc powiedzieć, że emocje są nazwami odczuć. Model powstawania emocji w ujęciu Anny Wierzbickiej dokładnie przeanalizowała Katarzyna Kuś (2010, s. 214–220), wyodrębniając w nim 3 poziomy. Po pierwsze, mamy do czynienia z fizjologicznymi reakcjami organizmu. Nie są one precyzyjnie opisane przez Wierzbicką, choć badaczka twierdzi, że wywołują one *bodily events* (Wierzbicka, 1992b). W ich zakres będą wchodziły zarówno neurochemiczne reakcje mózgu na pobudzenie, jak i reakcja skórno-galwaniczna, czy w końcu mimika twarzy. Jest to poziom obiektywny – można go zbadać, zmierzyć i naukowo opisać. Co więcej ma on swoje odbicie w języku, w konstrukcjach takich jak: *blada twarz, mieć wypieki na twarzy, zimny pot kogoś oblał* itd. Kolejny komponent to sposób odczuwania. Jest to poziom subiektywny, nie możemy go zbadać. Nie istnieje metoda, która pozwoliłaby porównać odczucia dwóch różnych osób w tej samej sytuacji emocjonalnej. Nie da się także dokonać pomiaru czy porównania emocji tej samej osoby w dwóch podobnych sytuacjach. Wiąże się to z faktem, że nie potrafimy sami opisać w sposób arbitralny dwóch własnych podobnych odczuć. Nie mamy problemu z oddzieleniem tego, co pozytywne, od tego co negatywne, ale już trudno nam opisać różnicę na tym poziomie subiektywnego odczuwania np. między odczuwanym zażenowaniem a zawstydzeniem. Możemy nadać temu nazwy, a więc wyrazić emocje, ale nie ma kryteriów, które pozwoliłyby nam na poziomie odczuwania obiektywnie odróżnić jedno od drugiego. W tym momencie pojawia się trzeci, intersubiektywny komponent w modelu emocji Wierzbickiej, a mianowicie – konceptualizacja. Składają się na nią refleksje, myśli przekuwane na środki językowe – leksykalne i gramatyczne, dzięki którym możemy nazwać to, co czujemy, zinterpretować werbalnie to, co dzieje się w nas w konkretnej sytuacji emocjonalnej. Wierzbicka stawia mocną tezę o braku izomorfizmu leksykonu emocjonalnego między dwoma dowolnymi językami. Badaczka uważa, że to, jakim odpowiednikiem zastąpimy obcy wyraz, zależy w takim samym stopniu od kontekstu, jak i od preferencji tłumacza. Bardzo dobrym przykładem będzie tu wariantywność tłumaczeń angielskiego *happy*, które Kuś rozwija jako *szczęśliwy, wesoly i zadowolony* (Kuś, s. 216). Opcji może być jeszcze więcej, poniżej wymieniam tylko kilka z nich:

Tabela 1. Wariantywność tłumaczeń wyrazu „happy”

wersja angielska	polski ekwiwalent
<i>I'm happy.</i>	Jestem szczęśliwa. Jestem zadowolona. Cieszę się. Wesoło mi.
<i>I'm happy to buy you coffee.</i>	Chętnie zaproszę cię na kawę. / Chętnie postawię ci kawę.
<i>I'm happy I'm alive.</i>	Cieszę się, że żyję.
<i>Are you happy to go tomorrow?</i>	Cieszysz się / Jesteś szczęśliwy / zadowolony, że jutro wyjeżdżasz? Czy nie masz nic przeciwko temu, że jutro wyjeżdżasz?

Źródło: opracowanie własne

Bardzo ważne będzie tu właściwe odczytanie kontekstu i intencji nadawcy. W interpretacji bodźców, nazywaniu i odróżnianiu emocji jednej od drugiej w dowolnych językach pomocne będą więc scenariusze kognitywne, czyli prototypy sytuacji, opisane przy użyciu jednostek uniwersalnych (wchodzących w skład słownika naturalnego metajęzyka semantycznego – NMS). W scenariuszach tych za pomocą prostych leksemów można wykazać różnice w nazwach emocji (bądź frazach je opisujących) bez utraty znaczenia. Zasadne wydaje się przeniesienie tej koncepcji na grunt glottodydaktyczny, gdzie zbudowanie prototypowej sytuacji, już bez użycia jednostek NMS, pokazywałoby przykład funkcjonowania wyrażenia emocjonalnego w polszczyźnie, którego nie można przetłumaczyć dosłownie na L1 studenta. Praktyczne wykorzystanie tej koncepcji znajduje się w ćwiczeniu 5. w niniejszym artykule.

Najnowsze dokonania w badaniu natury emocji mogą także wzbogacić metodykę nauczania języków obcych. Neurobiolog Lisa Feldman Barrett jest autorką przełomowej teorii, którą zawarła w książce *Jak powstają emocje? Sekretne życie mózgu* (Feldman Barrett 2018). Jej odkrycia zaprzeczają dotychczasowym ustaleniom na temat emocji podstawowych, na których opiera się współczesna psychologia. Barrett bez wahania stwierdza, że wraz z poznaniem nowej nazwy emocji, mamy dostęp do jej odczuwania. Według badaczki język i kultura zmieniają nasze odczucia, a więc jeszcze szerzej niż Tiffany Watt Smith omawia historyczność i „kulturę” danej emocji, zmieniający się do niej stosunek na przestrzeni wieków i pod wpływem przemian polityczno-społecznych. Odrzuca np. pogląd Ekmana na to, że uśmiech od zawsze był oznaką odczuwanej radości. Według Barrett popularność uśmiechu rosła wraz z rozwojem stomatologii i nie jest aż tak starym fenomenem, jak nam się do tej pory wydawało. Neurobiolog uważa, że możemy wpływać na to, jak nasz mózg reaguje na bodźce. Możemy nauczyć go nowej interpretacji znanych odczuć. Najbardziej przełomową tezę Barrett jest stwierdzenie, że nie rodzimy się z wbudowanymi układami emocjonalnymi, ale że sami je budujemy na

podstawie doświadczeń. Uczymy mózg, jak ma interpretować dane odczucie i nazywamy je, najczęściej korzystając już ze słownika, który opisywał podobne doświadczenia. Według Barrett emocje to domysły tworzone na bieżąco przez mózg, który możemy kontrolować. Rozumiem, że na poziomie języka wygląda to tak: Dziecko odczuwa np. ścisk w żołądku i nie chce wejść do ciemnego pokoju. Mama, chcąc je uspokoić, mówi: „nie bój się, tam nie ma nic strasznego”, kodując w ten sposób informację w mózgu swojej pociechy – ciemny pokój, ścisk w żołądku, niechęć wejścia do pomieszczenia opisuje czasownik „bać się”. Później za każdym razem, kiedy dziecko będzie w podobnej sytuacji, będzie mogło nazwać to, co czuje – „boję się”, ponieważ mózg dopasowuje tę sytuację do doświadczenia z przeszłości, przewiduje, że to jest ta sama emocja i nazywa ją w określony wtedy sposób.

Lisa Feldman Barrett analizuje przypadek Dżochara Carnajewa, który podczas Maratonu Bostońskiego w kwietniu 2013 roku przeprowadził zamach. Zginęły w nim 3 osoby, ponad 200 zostało rannych. Nikt nie miał wątpliwości co do winy czeczeńskiego imigranta. Jednak wątpliwości, w świetle teorii Barrett, wzbudzają przesłanki, na podstawie których podjęto ostateczną decyzję o wyroku. Kiedy ława przysięgłych ma wybrać między karą śmierci a dożywociem, opiera się przede wszystkim na tym, czy oskarżony okazał skruchę. Carnajew wygłosił przeprosiny, powiedział, że żałuje swoich czynów. Na poziomie werbalnym wszystko, co należało powiedzieć, by załagodzić wyrok, zostało powiedziane. Jednak, według przysięgłych, kamienna twarz Carnajewa podczas przemówienia końcowego wskazywała na brak skruchy. Barrett dowodzi, że ani osoby decydujące o losie skazanego, ani nikt inny, nie mogą wiedzieć, co on czuje. W kulturze amerykańskiej pokerowa twarz jest interpretowana jako oznaka braku emocji, jednak w kulturze czeczeńskiej oznacza stoickie pogodzenie się z porażką i jest jak najbardziej pożądana w sytuacji, w jakiej znalazł się oskarżony. W świetle badań autorki książki *Jak powstają emocje? Sekretne życie mózgu* to, co rzekomo dostrzegamy na twarzach innych, bierze się z naszych własnych głów i jest jedynie domysłem, przewidywaniem. Niemniej teraz, w coraz bardziej wielokulturowym i wielojęzycznym społeczeństwie, bardzo ważna jest wiedza o skryptach kulturowych, nie tylko po to, by właściwie orzekać o czyjejs winie, ale też, i dla nas przede wszystkim, by skutecznie uczyć języka polskiego, by umożliwić naszym słuchaczom pełne uczestnictwo w nowo przyswajanej kulturze.

## 5. O POTRZEBIE AKTUALIZACJI SKRYPTÓW KULTUROWYCH

Doskonałą ilustracją procesu stawania się osobą dwujęzyczną i dwukulturową jest autobiografia Ewy Hoffman. Autorka poświęca w niej także sporo miejsca problemowi (nie)przekładalności nazw emocji z jednego języka na drugi. Pisar-

ka w wieku czternastu lat przeprowadziła się wraz z rodziną z Polski do Kanady, a potem do Stanów Zjednoczonych. W swoim pamiętniku języka *Zagubione w przekładzie* bez wahania wartościuje sposób wyrażania emocji w polszczyźnie i w angielszczyźnie:

„Moja matka mówi, że robię się «angielska». Boli mnie to, bo wiem, co ma na myśli: że robię się zimna. Nie jestem bardziej zimna niż dotychczas, ale uczę się mniej demonstrować uczucia (...). Uczę się mojej nowo nabytej rezerwy do ludzi, którzy cofają się o krok podczas rozmowy ze mną, ponieważ stoję zbyt blisko i irytuję ich swoją bezpośredniością (...). Uczę się powściągliwości od Penny, która wygląda na urażoną, kiedy w podnieceniu szarpie ją za rękę, jakby mój gest wyrażał agresję, a nie sympatię (...). Być może moja matka ma mimo wszystko rację: być może robię się bardziej zimna. Po pewnym czasie moje emocje zaczynają nadążać nad biegiem wydarzeń, reakcja na dane zachowanie staje się cieplejsza lub chłodniejsza, w zależności od charakteru tego zachowania. Zwracam większą uwagę na to, co mówię, jak głośno się śmieję, jak wyrażam swój żal. Przyjęty w naszej rodzinie żywiołowy sposób objawiania uczuć, uważany jest tu za przesadny, a niepisane reguły poprawnego zachowania zaczynają wywierać swój osmotyczny wpływ” (Hoffman 1995, s. 143–144).

Eva Hoffman zwraca uwagę na wiele aspektów różnic kulturowych przejawiających się w obu językach. Wydaje się, że wspólny mianownik jej rozważań, który widać w przywołanym cytacie, ale i w całej książce, stanowi przekonanie, że kultura polska obfituje w zachowania silnie zabarwione emocjonalnie. Porównując wydanie wspomnianej autobiografii z 1989 (na które powołuje się m.in. Anna Wierzbicka w swoich pracach) z ogólnie dostępną wersją z 1995 roku, można zauważyć dość dużo drobnych poprawek, np. w przywołanym cytacie, Hoffman mówi o „żywiołowym sposobie okazywania uczuć”, a w pierwotnej wersji mamy w tym miejscu „burzliwość emocji”. Za każdym razem, gdy autorka szuka sformułowania bardziej przystającego do jej myśli, wybiera leksemy o silnym zabarwieniu emocjonalnym. Anna Wierzbicka w artykule *Emocje. Język i «skrypty kulturowe»* (1999, s. 166) wyraża opinię, że niemal we wszystkich typach wypowiedzi w polszczyźnie należy wyrażać emocje. Konstatuje, że bycie „gorącym” w dyskursie jest wskazane, zalecane i oczekiwane. Uważa, że tak ożywione, zaangażowane werbalne wyrażanie siebie jest pełną realizacją polskiego skryptu kulturowego. Jak wynika i z refleksji Ewy Hoffman, i z rozważań Anny Wierzbickiej, w angielszczyźnie przeciwnie – okazywanie samokontroli, powściągliwości, pewnego chłodu, które według obu autorek są odbierane raczej pejoratywnie w polskich strategiach językowych, jest zjawiskiem pożądanym. Stąd, czyli z doceniania „beznamiętnych” reakcji w kulturze anglosaskiej, wzięła się tak zawrotna kariera anglicyzmu, który wtargnął do wielu języków, a więc moda na określenie *być cool*. Książka Hoffman została opublikowana 30 lat temu, artykuł Wierzbickiej przed 20 laty. Mam wrażenie, że spostrzeżenia obu autorek, dotyczące polskich zachowań komunikacyjnych, wymagają aktualizacji.

Kaitlin Robbs, nauczycielka języka angielskiego, na potrzeby swoich zajęć, opierając się niewątpliwie na wielu teoriach psychologicznych, skonstruowała *vocabulary wheel*<sup>3</sup>, koło słownictwa, pomagające uczniom w opisaniu emocji. To bardzo rozbudowany graf, który z pewnością zaspokaja nie tylko podstawowe potrzeby uczących się, chcących opisać swoje emocje. Pewnym wyzwaniem wydaje mi się pójście o krok dalej, a mianowicie rozstrzygnięcie, zaobserwowanie, jakie zdania wypowiadają rodzimi użytkownicy języka podczas odczuwania tych emocji. Wydaje się, że kiedy odczuwamy silne emocje, raczej nigdy ich nie opisujemy. Mówimy pojedyncze wyrazy, czasami całe zdania, które ilustrują to, co odczuwamy, ale raczej nigdy nie jest to opis. Innymi słowy, kiedy ktoś jest zdziwiona np. w sytuacji nieoficjalnej, nie powie „Jestem zdziwiony”, ale raczej krzyknie: „Serio?!”. Oczywiście nie jest to jedyna możliwa reakcja, wszystko zależy od kontekstu, temperamentu osoby, świadków zdarzenia itd. Dlatego też zbadanie, jak Polacy, targani różnymi emocjami, reagują słownie na to, co się z nimi dzieje, wydaje mi się bardzo ważnym problemem badawczym na gruncie glottodydaktyki, tak samo jak rekonstrukcja skryptów kulturowych, które są nierozdzielnie związane z takimi reakcjami werbalnymi.

Bardzo ciekawą i inspirującą koncepcję, jak dokonać weryfikacji polskiego skryptu kulturowego, przedstawiła Elżbieta Łątka (2012, s. 41). Po pierwsze badaczka postuluje, w przeciwieństwie do Sebastiana Deki (2006, s. 170–171), żeby nie opierać badań nad skryptami kulturowymi przypisanymi poszczególnym nacjom na świadectwach wyłącznie osób dwujęzycznych. Polski skrypt kulturowy wyabstrahowany przez Wierzbicką pojawia się w wielu artykułach naukowych, cytowany jest przez badaczy na całym świecie, ale, jak słusznie zauważa Łątka, podstawą do jego utworzenia była refleksja językowa jednej, dwujęzycznej i dwukulturowej, osoby – Evy Hoffman. Rekonstrukcja skryptów kulturowych, opartych na zdecydowanie większej liczbie badanych, miałyby formę ankiety, obejmowałyby zarówno osoby dwujęzyczne, jak i rodzimych użytkowników obu języków, tak aby na podstawie odpowiedzi wyabstrahować dwa pożądane skrypty kulturowe. Badaczka proponuje, aby wykorzystać w takim badaniu opisy sytuacji prototypowych wywołujących konkretną emocję w danej kulturze albo na podstawie ankiety skonkretyzować bodźce, które byłyby odpowiedzialne za wywołanie danej emocji.

Na podstawie jej koncepcji chciałabym zaproponować, jak takie badanie mogłoby wyglądać w praktyce. Według mnie powinno ono składać się z dwóch niezależnych od siebie części, a więc respondenci mogliby udzielać odpowiedzi albo na pytania zawarte w obu ankietach, albo w dowolnej z nich. Jedna z nich służyłaby ustaleniu podstawowych wartości, które złożyłyby się na polski skrypt kulturowy. Ankietowani (Polacy) byłiby poproszeni o uzupełnienie np. następujących zdań:

<sup>3</sup> <https://writingcooperative.com/what-is-your-tone-of-writing-7d232d181651> [31.08.2019].

## A. Dokończ zdania:

- Kiedy mówię coś formalnie, to . . . . .
- Kiedy mówię coś nieformalnie, to . . . . .
- Kiedy czuję coś dobrego o osobie, z którą rozmawiam, . . . . .
- Kiedy czuję coś złego, . . . . .
- Kiedy wiem coś złego, . . . . .
- Kiedy myślę inaczej niż osoba, z którą rozmawiam, to . . . . .
- Kiedy ktoś mówi o mnie coś dobrego, . . . . .
- Kiedy ktoś mówi o mnie coś złego, . . . . .

## B. W moim kraju dobrze jest, kiedy ludzie w rozmowie:

- okazują . . . . .
- nie okazują . . . . .
- . . . . .

## C. W moim kraju źle jest, kiedy ludzie w rozmowie:

- okazują . . . . .
- nie okazują . . . . .
- . . . . .

Myślę, że ciekawe wyniki mogłoby dać to badanie także wtedy, gdyby poproszono w nim o udzielanie odpowiedzi zarówno spontanicznych, wyrażonych w polszczyźnie ogólnej, jak i zapisanych jedynie przy użyciu jednostek wchodzących w skład słownika NMS. Odpowiedzi, po podaniu jakiejś przykładowej, musiałyby się wobec tego składać z następujących leksemów:

ja, ty, ktoś, coś, ludzie, ciało / ten, ten sam, inny / jeden, dwa, niektóre, dużo, wszystko / dobry, zły, duży, mały / myśleć, wiedzieć, chcieć, czuć, widzieć, słyszeć / mówić, słowo, prawda / robić, dziać się (zdarzać się), ruszać się / być (istnieć) mieć / żyć, umrzeć / nie, być może, móc, bo (=ponieważ, z powodu), jeżeli / kiedy, teraz, chwila, po (potem), przed (przedtem), długo, krótko, przez pewien czas / gdzie, tutaj, pod, nad, daleko, blisko, z tej strony, wewnątrz / bardzo, więcej / rodzaj, część / tak jak, taki jak

Ankietowani mieliby możliwość pominięcia tego punktu, gdyby okazał się zbyt trudny. Druga część badania służyłaby stworzeniu polskiego słownika wyrażania emocji. Elżbieta Łątka sugeruje, że pomocne mogłyby tu być tematy relacyjne, przedstawione przez Władysława Łosiaka (2007, s. 48). Psycholog ten swoje zestawienie opiera na pracy *Emotion and Adaptation* Richarda S. Lazarusa (1991, s. 620). Ustalenia te poszerzone (w stosunku do prototypu zawartego we wspomnianym wydaniu nowojorskim) o opis kolejnych emocji znajdziemy w opracowaniu *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia* pod red. Paula Ekmana i Richarda J. Davidsona (2002, s. 148). Przedstawię je poniżej w tabeli wraz z au-

torską propozycją roboczych realizacji danego tematu relacyjnego (*core relational themes*) dla polskiego odbiorcy.

Tabela 2. Podstawowe tematy relacyjne

nazwa emocji	podstawowy temat relacyjny	propozycja realizacji danego tematu relacyjnego
<b>Duma</b>	Podbudowanie poczucia własnej wartości dzięki dokonaniom i osiągnięciu cenionego obiektu (samodzielnie lub przez kogoś, z kim się utożsamiamy)	Wyobraź sobie, że właśnie skończyłaś/skończyłeś oglądać mecz, w którym Polska zdobyła złoty medal na mistrzostwach świata w piłce nożnej. Fani piłki nożnej z różnych krajów oglądający mecz w tej samej strefie kibica co ty z zachwytem komentują gole strzelane przez Lewandowskiego. Jakimi słowami wyrazisz to, co czujesz?
<b>Gniew</b>	Zniewaga pomniejszająca „ja” i „moje”	Wyobraź sobie, że jesteś świetnym pracownikiem, zgłaszasz się do wszystkich możliwych projektów, często zostajesz po godzinach, ponieważ lubisz to, co robisz i liczysz na awans oraz podwyżkę. Co prawda, jak na razie twój szef pomijał cię w przyznawaniu premii, ale teraz na pewno będzie inaczej. Nie da się nie zauważyć twojego wysiłku i poświęcenia, a także tego, że generujesz najwyższe przychody dla firmy. Kilka dni później jest oficjalne zebranie. Szef pogratulował wyróżniającym się pracownikom, np. Milenie, która zwykle wychodzi wcześniej z pracy, Kacprowi, który jest zawsze aktywny na Facebooku, i przyznał im wysokie nagrody, o tobie nawet nie wspominał. Wszyscy zerkają ukradkiem na ciebie, bo wiedzą, że to ty zasługujesz na takie uznania. Jakimi słowami wyrazisz to, co czujesz? Co powiesz szefowi, a co powiesz najlepszemu przyjacielowi zaraz po zebraniu?
<b>Lęk</b>	Stanie w obliczu niepewnego zagrożenia egzystencjalnego	Wyobraź sobie, że za dwa dni twoja partnerka / twój partner będzie leciał z Warszawy do Szanghaju na ważne spotkanie biznesowe. Nie wiesz, dlaczego, ale jesteś przekonany, że nie powinna/powinien tam lecieć. Jesteś pewny/a, że jeśli poleci, nigdy więcej się nie zobaczycie. Jakimi słowami wyrazisz to, co czujesz?
<b>Miłość</b>	Pozostawanie w związku z inną osobą lub takie pragnienie, zwykle, choć niekoniecznie, odwzajemnione	Wyobraź sobie, że budzisz się obok swojego partnera / swojej partnerki, za oknem słońce, którego promienie wpadają do sypialni. Akceptujesz osobę, która jest obok i wiesz, że on/a w pełni akceptuje ciebie. Właśnie się obudził/a. Jakimi słowami wyrazisz to, co czujesz?



nazwa emocji (cd.)	podstawowy temat relacyjny (cd.)	propozycja realizacji danego tematu relacyjnego (cd.)
<b>Nadzieja</b>	Obawa, że będzie gorzej, i pragnienie, by było lepiej	Wyobraź sobie, że wraz ze swoim partnerem / swoją partnerką odbieracie wyniki powtórzonego badania genetycznego. Ostatnie wyniki były pozytywne, ale lekarz wspomniał o marginesie błędu i choć zapewniał, że wszystko jest w porządku, coś mu nie pasowało. Poprosił o powtórzenie badania. Jesteś pewny/a, że wszystko będzie dobrze, ale się denerwujesz. Za pół godziny wejdziecie do gabinetu. Jakimi słowami wyrazisz to, co czujesz?
<b>Poczucie winy</b>	Złamanie nakazu moralnego	Wyobraź sobie, że robisz wszystko, żeby tym razem podwyżka nie przeszła ci koło nosa. W końcu zasługujesz na rejs po Karaibach, a nie po prostu na urlop na Krecie. Zawsze wszelkie bonusy przypadają Martynie, ale obiecałeś/aś sobie, że nie tym razem. Chyba nawet bardziej motywuje cię to, żeby z nią wygrać, niż rejs, bo na niego właściwie i tak możesz sobie pozwolić. Martyna zawsze przychodzi do pracy pierwsza i ostatnia z niej wychodzi. Postanowiłeś/aś, że teraz będziesz wychodzić po niej. Po dwóch miesiącach, nie zawsze czystej z twojej strony rywalizacji, to ty dostajesz podwyżkę, twoja radość nie zna granic. Wygrałeś/aś z Martyną! Zapraszasz przyjaciół na kolację, jesteś wspaniałomyślny, więc zapraszasz także Martynę. Nie może przyjść. No cóż, pewnie nie każdy potrafi sobie radzić z porażką. Podczas kolacji dowiadujesz się przez przypadek, że Martyna tak dużo daje z siebie w pracy, bo ma bardzo ciężko chore dziecko. Koszty leczenia są ogromne, ale leki łagodzą ból. Martyna dziś nie przyszła na kolację, bo jej synek miał kolejną chemioterapię. To właśnie w szpitalu z nim kobieta spędza każdy swój urlop. Czujesz się dziwnie, nie możesz zasnąć. Spotykasz się z przyjacielem, jakimi słowami wyrazisz to, co czujesz?
<b>Smutek</b>	Doświadczenie nieodwracalnej straty	Wyobraź sobie, że od kilku lat masz wspaniałego psa. Kupiłeś/aś go, ponieważ to było zalecenie psychologa. Miało pomóc w leczeniu depresji. Pies jest dla ciebie wsparciem i dzięki niemu wreszcie codziennie się śmiejesz. Pewnego dnia pies dostaje skrętu żołądka i umiera na twoich oczach. Nic nie mogłeś/aś zrobić. Bardzo brakuje ci przyjaciela. Jakimi słowami wyrazisz swojemu partnerowi / swojej partnerce to, co czujesz?

nazwa emocji (cd.)	podstawowy temat relacyjny (cd.)	propozycja realizacji danego tematu relacyjnego (cd.)
<b>Strach</b>	Konkretne i zniewalające zagrożenie fizyczne	Wyobraź sobie, że jesteś na lotnisku, w pewnym momencie słyhać strzelaninę, nie wiesz, co się dzieje, ale wiesz, że musisz się gdzieś schować. Znajdujesz kryjówkę w domku w strefie zabaw dla dzieci. Słyszysz zbliżające się kroki. Gdybyś mógł/mogła opisać swoje myśli w tamtym momencie, jakimi słowami byś je wyraził/a?
<b>Szczenie</b>	Dokonywanie postępów w osiągnięciu jakiegoś celu	Wyobraź sobie, że zawsze marzyłeś/aś, żeby przebiec maraton. Musiałeś/aś się długo przygotowywać, ćwiczyć, regularnie biegać, stopniowo wydłużając dystans. Rok temu spróbowałeś/aś przebiec swój pierwszy w życiu maraton, ale się nie udało. Nie byłeś/aś odpowiednio przygotowany/a. Dziś ci się udało i to z doskonałym wynikiem. Dziennikarze pytają cię, jak się czujesz, co im powiesz. Jakimi słowami wyrazisz swoje uczucia przyjacielowi, z którym spotkasz się jutro?
<b>Ulga</b>	Zanik stresującej niezgodności między rzeczywistym a pożądanym stanem rzeczy	Wyobraź sobie, że jutro masz obronę pracy magisterskiej. Zawsze miałeś/aś doskonałe oceny, więc rodzina, przyjaciele, a nawet członkowie komisji oczekują, że ten egzamin będzie idealny. Tuż przed wejściem do sali egzaminacyjnej czujesz, że masz w głowie pustkę. Na szczęście wszystko poszło jak z płatka. Jakimi słowami opiszysz uczucie, które czuleś/aś zaraz po wyjściu z egzaminu?
<b>Współczucie</b>	Poruszenie z powodu cudzego cierpienia i pragnienie niesienia pomocy	Wyobraź sobie, że przeczytałeś/aś historię katowanego psa. Zwykle nie oglądasz zdjęć związanych z takimi wydarzeniami, ale miały one miejsce na sąsiedniej ulicy, więc nie możesz się powstrzymać. Jest ci bardzo przykro. Kochasz zwierzęta i nie rozumiesz, jak ktoś może zrobić coś tak potwornego. Równocześnie nie możesz sobie znaleźć miejsca, jak myślisz o tym, jaki ból musi odczuwać teraz ledwo odratowane zwierzę. Klinika, która się nim zajmuje, opisuje podobne przypadki i zaprasza wolontariuszy do współpracy. Chcesz pomóc. Jakimi słowami opiszysz swoją motywację niesienia pomocy?

nazwa emocji (cd.)	podstawowy temat relacyjny (cd.)	propozycja realizacji danego tematu relacyjnego (cd.)
<b>Wstręt</b>	(metaforycznie) Bliskość lub wchłonięcie odstręczającego obiektu lub idei	Wyobraź sobie, że jesteś po raz pierwszy z wizytą u swoich przyszłych szwedzkich teściów. Proponują ci <i>surströmming</i> , czyli tradycyjny narodowy przysmak – sfermentowanego śledzia. Czytałeś/aś, że odór, który wydobywa się ze świeżo otwartej puszki z rybą, jest jednym z najsilniejszych, jakie istnieją na świecie. Chcesz dobrze wypaść przed teściami, jednak, odczuwając wstrętą woń unoszącą się z puszki, już wiesz, że nie podołasz zadaniu. Ledwo możesz powstrzymać wymioty. Jakimi słowami wyrazisz to, co czujesz?
<b>Wstyd</b>	Wypaść poniżej osobistego ideału	Wyobraź sobie, że jesteś bardzo kompetentny w swojej branży. Weszły nowe przepisy i szef zarządził, że dziś, bez żadnego przygotowania, musisz wypełnić testy z „podstaw wiedzy” w swojej dziedzinie. To ważne dla audytu. Szef podkreśla, że widział zadania i że są dziecinnie proste. Kiedy zaczynasz rozwiązywać test, zdajesz sobie sprawę, że łatwo popełnić błędy, ponieważ forma pytań jest jakaś dziwna. Po godzinie dostajesz wynik, uzyskałeś 20%. Dzwonisz do przyjaciółki, jakimi słowami wyrazisz, co czujesz? Jakimi słowami wyjaśnisz sytuację szefowi?
<b>Zawiść</b>	Pragnienie posiadania tego, co ma ktoś inny	Wyobraź sobie, że twój kolega z dzieciństwa zawsze robił jakieś nielegalne interesy, ale dzięki swojemu sprytowi, wszystko uchodzi mu na sucho. Ty jesteś uczciwy i dawno temu postanowiłeś, że będziesz robił wszystko zgodnie z przepisami. Dziś masz swoją własną małą firmę i być może za 5 lat będziesz miał odpowiednio wysokie dochody, żeby wziąć kredyt na mieszkanie. Kolega z dzieciństwa ma ogromną willę i kilka pięknych luksusowych samochodów. Widzisz je codziennie, ponieważ musisz mijać jego posiadłość, by dotrzeć do swojego biura. Czujesz się sfrustrowany/a, bo to niesprawiedliwe, równocześnie sam/a naprawdę chciał(a)byś mieć choć jedno porsche, jakim jeździ ten kolega. Jakimi słowami wyrazisz przyjacielowi to, co czujesz?

nazwa emocji (cd.)	podstawowy temat relacyjny (cd.)	propozycja realizacji danego tematu relacyjnego (cd.)
<b>Zazdrość</b>	Niechęć do osoby trzeciej z powodu szkodenia przez nią naszej relacji z inną osobą	Wyobraź sobie, że twój/twoja partner/ka miał/a romans, przez który o mało nie rozpadło się wasze małżeństwo. Niestety bardzo trudno mu/jej opanować się i nie dopuścić do flirtu z innymi, choć obiecał/a poprawę. Jesteście na oficjalnym przyjęciu. Do twojego partnera / twojej partnerki właśnie podeszła bardzo atrakcyjna osoba. Śmieją się, poklepują po ramieniu i właśnie zaczynają tańczyć. Jakimi słowami wyrazisz to, co czujesz, kiedy będziesz za chwilę rozmawiał z partnerem/ką, a jakimi opiszesz swoje uczucia, zwierając się przyjacielowi?

Źródło: Lazarus 2002, s. 148; propozycje realizacji danego tematu relacyjnego – opracowanie własne

Łątka zwraca uwagę na możliwość obciążenia błędem takich badań. Wynikałoby on z faktu, że ankieta opiera się na piśmie, więc nie jest to typowa forma do wyrażania spontanicznych reakcji emocjonalnych. Proponuje wobec tego alternatywne badanie w formie wywiadu. Według mnie także i ono, choć już w mniejszym stopniu, ale wciąż może być obciążone pewnym zafalszowaniem reakcji, gdyż odbywa się w warunkach sztucznych. Z powodów etycznych nie moglibyśmy insynuować sytuacji, które wywołują silne emocje, ale zasadne byłyby próby odtworzenia komunikatów, które towarzyszyły tego typu sytuacjom.

Bazując na propozycjach realizacji danego tematu relacyjnego, można byłoby skonstruować badanie, w którym poproszono by (jak to podałam w tabeli) o reakcję słowną na opisaną sytuację. Należałoby zaznaczyć, że w badaniu chodzi o jak najbardziej spontaniczne reakcje, a nie opisy emocji. Myślę, że warto byłoby w ogóle usunąć nazwę emocji i podstawowy temat relacyjny, żeby nic nie sugerować badanym. Zdaję sobie sprawę z marginesu błędu, że np. coś, co dla mnie jest oczywiste w kontekście nadziei, dla niektórych mogłoby się kojarzyć ze strachem (wynik badania genetycznego). Można byłoby więc przygotować kilka realizacji podstawowego tematu relacyjnego dla danej emocji. Takie badanie powinno być dostępne online i dawać możliwość przerwania udzielania odpowiedzi w dowolnym momencie, np. po wpisaniu reakcji werbalnych dla 3–4 emocji, a nie od razu dla wszystkich. Jak podkreślałam wcześniej, sytuacje te zaproponowałabym dla odbiorcy wychowanego w kulturze polskiej. Moje propozycje opisów sytuacji zawarte w tabeli są subiektywne, ale ich fundament stanowią polskie wartości zbadane w 2017 r. przez CBOS (2017, s. 5). Trudno byłoby oczekiwać np. od Szweda odczucia wstępu w przypadku jedzenia szwedzkiej potrawy narodowej, czy współczucia okazywanego psu od osoby nie lubiącej zwierząt (dlatego alternatywna propozycja realizacji danego tematu relacyjnego powinna odnosić się

np. do wywołania empatii w stosunku do jakiegoś członka rodziny). Uzyskanie odpowiedzi, a więc leksykalnych reakcji wypowiedzianych pod wpływem konkretnych emocji, byłoby doskonałym materiałem badawczym do:

- a) sprawdzenia, czy istnieje powtarzalność pewnych fraz, które można byłoby określić jako „typowo polskie” reakcje językowe na sytuacje wywołujące (podstawowe) emocje;
- b) wyekscerpowania wyrażań, z których można byłoby utworzyć polski leksykon emocjonalny;
- c) przeniesienia na grunt glottodydaktyczny, a tym samym spopularyzowania, różnych wariantów emocjonalnego reagowania w polszczyźnie;
- d) skonstruowania reguł glottodydaktycznych składających się na metodykę nauczania języka emocji wyrażanych przez Polaków.

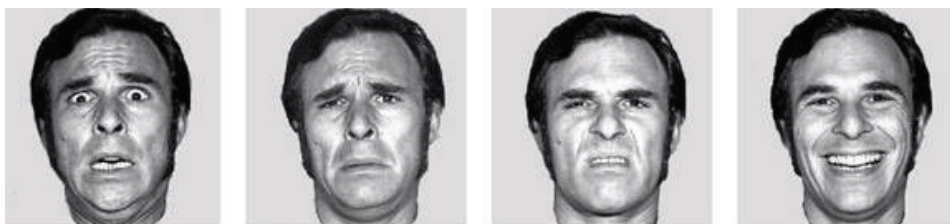
W ostatniej fazie należałoby porównać intensywność reakcji i sposób wyrażania emocji, które, jak wierzę, zarysowałyby się w komunikatach słownych, z wnioskami z pierwszej części badania, a więc ze zrekonstruowanymi skryptami kulturowymi. Mam nadzieję, że takie zestawienie po pierwsze, przyczyniłoby się do powstania zbioru reguł na temat językowego reagowania Polaków w sytuacjach wywołujących emocje. Po drugie, dałoby nam – glottodydaktykom – konkretną, nieintuicyjną, wiedzę na temat wyrażania emocji, a tym samym pozwoliłoby stworzyć ćwiczenia, dzięki którym cudzoziemcy mogliby swobodniej funkcjonować w polskiej przestrzeni lingwakulturowej.

## 6. PRAKTYCZNE ROZWIĄZANIA

W ostatniej części tego artykułu przedstawiam przykłady autorskich zadań, bazujących na różnych teoriach psychologicznych i językoznawczych, które mogą przyczynić się do dyskusji na temat różnic w sposobie wyrażania emocji w różnych kulturach. Ćwiczenia te są dedykowane zarówno cudzoziemcom (uczącym się polskiego, ale i tłumaczom), jak i Polakom (np. słuchaczom specjalizacji glottodydaktycznej). Pierwsze zadanie, które może doprowadzić do bardzo ciekawych wniosków, to to, które zaproponowałam wcześniej jako służące rekonstrukcji skryptów kulturowych. Kolejne ma na celu sprawdzenie, czy tak samo interpretujemy to, co widzimy (w tym przypadku chodzi o wyrazy twarzy) i czy takie same frazy przypisałibyśmy jako możliwe do wypowiedzenia przy konkretnych ekspresjach mimicznych. Inspiracją do stworzenia tego zadania były dla mnie badania Ekmana (2002) i Barrett (2018).

### 1. Czytanie z wyrazu twarzy / przewidywanie / budowanie doświadczeń

A. Dopasuj wyrażenia do wyrazu twarzy. Zastanów się, czy osoba o takim wyrazie twarzy werbalizuje swoje emocje, czy raczej pojawiają się one w postaci myśli? W jakich sytuacjach ta osoba mogłaby mieć taki wyraz twarzy i powiedzieć jedną z fraz? Jakie frazy (przetłumaczone dosłownie na polski) pasowałyby do tych wyrazów twarzy w twoim języku? Oznacz rejestry, z których pochodzą wyrażenia w ramce: U – uniwersalny, O – oficjalny, N – nieoficjalny.



Fot. <http://legacy.jyi.org/volumes/volume10/issue3/articles/TMPnvl3stwlbt.htm> [28.08.2019]

1. Jest super! 2. To okropne! 3. Nie pamiętam, kiedy byłem tak zadowolony. 4. To obrzydliwe! 5. Niedobrze mi. 6. Bardzo się cieszę. 7. To straszne! 8. To jakiś absurd! 9. Bardzo mi przykro. 10. Jak mogła zrobić coś takiego?! 11. Jestem naprawdę szczęśliwy! 12. Czy mogę ci jakoś pomóc? 13. Życie jest piękne. 14. O, Boże! 15. Neeeeeeee!!! 16. Co za dziewczyna! 17. Chyba zwymiotuję. 18. Co ja teraz zrobię? 19. Już nigdy się do niego nie odezwę. 20. Taaa, jasne, myślisz, że ci uwierzę? 21. To jest po prostu wstrętne! 22. Smutno mi. 23. To straszne. 24. Jestem królem życia. 25. Zabawimy się?

Nazwa emocji				
Wyrażenie				
Sytuacja, w której można tak powiedzieć				

B. W małych grupach wybierzcie po 3 wyrażenia z powyższej tabeli i ułóżcie z nimi dialog.

## 2. Mowa ciała / emocje / środki językowe

Z jakimi emocjami wiąże się wykorzystywanie poniższych środków? Dopasuj środki wyrazu do emocji i zastanów się, jaki komunikat słowny mógłby im towarzyszyć. Uzupełnij tabelę, w razie potrzeby dopisz dodatkowe emocje.

1. Przewracanie oczami. 2. Przeciąganie samogłosek. 3. Pocieranie twarzy. 4. Kamienna twarz. 5. Podnoszenie głosu. 6. Unoszenie brwi. 7. Szept. 8. Potakiwanie. 9. Brak kontaktu wzrokowego. 10. Patrzenie w ziemię. 11. Zagłądanie do telefonu. 12. Używanie zdrobnień. 13. Używanie zgrubień. 14. Przygryzanie dolnej wargi. 15. Kręcenie głową. 16. Dotykanie dłoni osoby, z którą się rozmawia. 17. Poklepywanie po ramieniu. 18. Wzdychanie. 19. Zmiana stylu z formalnego na nieformalny. 20. Używanie wykrzykników. 21. Używanie wulgaryzmów. 22. Używanie slangu. 23. Używanie trudnych wyrazów. 24. Głośne nabieranie i wypuszczanie powietrza. 25. Używanie modyfikatorów emocjonalnych (naprawdę/ślicznie/bardzo).

nazwa emocji	środki wyrazu	przykładowe wyrażenie
1. duma		
2. gniew		
3. lęk		
4. miłość		
5. nadzieja		
6. poczucie winy		
7. pogarda		
8. smutek		
9. strach		
10. szczęście		
11. ulga		
12. współczucie		
13. wstręt		
14. wstyd		
15. zawiść		
16. zazdrość		
17.		
18.		

### 3. Emocje podstawowe / intonacja / mimika twarzy (badania Ekmana)

Wybierz jedną spośród emocji:

*strach, zaskoczenie, radość, złość, obrzydzenie, smutek*

a następnie odczytaj jeden z poniższych tekstów w taki sposób, aby wyrażał wybraną emocję:

- Dzień dobry!
- Kocham cię
- To znowu ty?
- Chyba żartujesz?
- No to nieźle!
- To niezła laska (o kobiecie) / To niezłe ciacho (o mężczyźnie)!

### 4. Wartości romantyczne w twojej kulturze / budowanie wspólnego gruntu / rozwój kompetencji interkulturowej

(tutaj zaproponowane dla pola semantycznego miłości, ale pytania można dowolnie modyfikować dla każdej innej emocji)

Zastanów się, a następnie przedyskutuj wyniki swoich obserwacji w grupie, porównaj odpowiedzi.

– Jakie pola semantyczne / metafory składają się w twoim L1 na miłość (np. w polszczyźnie będzie to np. choroba – *oszaleć z miłości, miłość jest ślepa, złamać serce, wpaść komuś w oko*; wojsko – *podbić serce, zdobyć kobietę, zranić kogoś, kochać na zabój*; żywioły – *rozniecać uczucie, usychać z tęsknoty*).

– Jakich komunikatów słownych spodziewasz się w swoim L1, żeby mieć pewność, że osobie, z którą się spotykasz, zależy na tobie.

– Jakie cechy kobiece i męskie są kulturowo pożądane?

– Jaki jest kod kulturowy budowania związku / randkowania?

– Jakie gesty romantyczne są dozwolone w twoim kraju w sferze publicznej?

– Jaki jest stosunek do par homoseksualnych?

– Jak możesz pieszczotliwie nazwać ukochaną osobę? Czy w twoim języku istnieją zdrobnienia?

– Czy możesz ukochaną osobę nazwać poniższymi określeniami, przetłumaczonymi dosłownie?

*Słonko, ptaszku, kotku, robaczku, żabko, skarbie, złotko, misiu.*

### 5. Scenariusze kognitywne / budowanie sytuacji prototypowych

W każdym języku mamy frazy, które wymagają skomplikowanych opisów i czasami widzimy, że cudzoziemcy i tak nie do końca je rozumieją, bo używają ich w niewłaściwych kontekstach. Będą to różnego rodzaju frazeologizmy, wyrażenia slangowe, skrzydlate słowa i inne małe ważne wyrazy, jak



np. *oj tam, oj tam!* O wiele łatwiej zapamiętać i wyjaśnić ich znaczenie, jeśli zobrazujemy je jakąś konkretną sytuacją, a więc zbudujemy jedną z możliwych typowych sytuacji dla realizacji danego wyrażenia. Podaję poniżej polski przykład, ale w ramach rozwijania kompetencji interkulturowej zachęcam, aby to nasi słuchacze znajdowali takie wyrażenia we własnych L1, a następnie budowali sytuacje prototypowe po polsku, by wyjaśnić znaczenie frazy.

*Oj tam, oj tam* (jako wyraz zakłopotania, gdy nie chcemy odpowiedzieć albo nie wiemy, co powiedzieć)

Sytuacja nieoficjalna

– Słuchaj, widziałeś usta mojej Kaśki?

– Nie, a co z nimi?

– No zrobiła sobie, fajne, ale jednak wiesz, takie trochę, hmm, no jak kaczka wygląda!

– Oj tam, oj tam...

Poniżej przedstawiam wyrażenia (wraz z ich wyjaśnieniami po polsku), które zaproponowali niemieccy uczestnicy moich warsztatów przy realizacji tego zadania. Zaletą takiego zadania na zajęciach z cudzoziemcami jest nie tylko wyjaśnianie przez nich danych fraz po polsku, budowanie sytuacji w polszczyźnie, która je zilustruje, ale odkrywanie i stawianie się ambasadorem własnej kultury.

*Erklärungsnot* (ktoś zmusza cię, żebyś wyjaśnił o co ci chodzi, a ty nie wiesz jak),

*Futterneid* (np. kiedy jesteś w restauracji i kelner przynosi danie twojej koleżance, a ty czujesz zazdrość, bo wiesz, że to będzie smaczniejsze od dania, które sama zamówiłaś),

*Frustfressen* (czujesz tak wielką frustrację, że zaczynasz jeść),

*Fremdschämen* (wstydzisz za kogoś, za czyjeś zachowanie),

*Fernweh* (tęsknota za podróżami),

*Schadenfreude* (cieszysz się z niepowodzeń przyjaciela),

*Hassliebe* (uczucie między miłością a nienawiścią).

## 6. Polski skrypt kulturowy – polskie strategie językowe

Quiz. Która odpowiedź jest **falszywa**?

1. Jeśli chcesz pokazać Polakowi, że go słuchasz to:
  - a) przytakujesz, mówisz „aha”, „aha”, „mhm”, „no tak, jasne!”.
  - b) kiwasz głową, patrzysz mu w oczy.
  - c) mówisz: „Taaaaa, jaaaasne” i bawisz się telefonem.

2. Kiedy idziesz spać, mówisz do bliskiej ci osoby:
  - a) „Karałuchy pod poduchy”.
  - b) „Dobranoc, szanownej pani”.
  - c) „Kolorowych snów, kochanie”.
3. Kiedy o coś prosisz po polsku:
  - a) deklarujesz, że sam/a chętnie pomożesz w przyszłości,
  - b) podkreślasz, jak ważna jest ta pomoc,
  - c) nigdy nie przeciągasz wyrazów.
4. Jeśli nie chcesz mówić „nie”, możesz powiedzieć:
  - a) Dlaczego nie?
  - b) Niezupełnie / nie do końca.
  - c) Nie bardzo / średnio.
5. Kiedy jesteś sarkastyczny:
  - a) przewracasz oczami,
  - b) delikatnie przytakujesz, przeciągasz wyrazy, używasz zdrobnień,
  - c) mówisz: Ależ bzdura!
6. Kiedy Polacy chcą zwiększyć wiarygodność swojej wypowiedzi, kiedy np. dziękują:
  - a) dodają „naprawdę”, „ślicznie”, „bardzo”,
  - b) przeciągają sylaby i mówią: dzie – ku – ję!
  - c) powtarzają wyraz „dziękuję”.
7. Kiedy nie wierzysz w to, co słyszysz, powiesz:
  - a) E tam, opowiadasz!
  - b) No co ty?!
  - c) No to ładnie.
8. Podczas oficjalnej rozmowy możesz powiedzieć:
  - a) Proszę mi wybaczyć, ale...
  - b) Weź ochłóń!
  - c) Przepraszam, z kim mam przyjemność?

## 7. PODSUMOWANIE

Podsumowując powyższe rozważania, można stwierdzić, że leksemy nazywające emocje są uwarunkowane kulturowo i mają wpływ na to, jak przedstawiciele danej kultury będą odczuwać daną emocję (por. *amae* w kulturze japońskiej

i zachodniej). Kolejną ważną konkluzją jest stwierdzenie, że dostęp do odczuwania konkretnej emocji nie jest związany z obecnością danego leksemu w kulturze, świadczą o tym badania Lisy Feldman Barrett (2018), która dowodzi, że to my sami uczymy mózg, jak ma interpretować jakieś, w tym także zupełnie nowe, odczucie na podstawie wcześniejszych doświadczeń. Kolejny wniosek to uświadomienie sobie, że często nie da się dosłownie przetłumaczyć ani nazw emocji, ani ładunków kulturowych, które ze sobą niosą, z jednego języka na drugi (np. angielskie *happy* realizowane w polszczyźnie w zależności od kontekstu jako *szczęśliwy*, *zadowolony*, *cieszę się*). Na ten fakt nakłada się także historyczność wpisana w emocje, zmiana stosunku do niektórych uczuć spowodowana przemianami społeczno-kulturowymi i moda na wybrane emocje. Leksemy nazywające emocje mogą być analizowane na gruncie L1 i porównywane w obrębie kilku języków przy użyciu bardzo prostych jednostek opisujących ludzką aktywność, a więc wchodzących w skład słownika NMS. Ostatnią konkluzją i postulatem jest konieczność przeprowadzenia rekonstrukcji polskiego skryptu kulturowego na potrzeby glottodydaktyki.

## BIBLIOGRAFIA

- Bateson G., Mead M., 1942, *Balinese Character: A Photographic Analysis*, New York.
- Bertrando P., 2015, *Emotions and the therapist: A Systemic-Dialogical Approach*, New York.
- Darwin K., 1988, *O wyrazie uczuć u człowieka i zwierząt*, Warszawa.
- Data K., 2000, *W jaki sposób językoznawcy opisują emocje?*, w: I. Nowakowska-Kempna, A. Dąbrowska, J. Anusiewicz (red.), *Uczucia w języku i tekście*, „Język a Kultura”, t. 14, Wrocław, s. 245–252.
- Deka S., 2006, *O metodzie wyodrębniania skryptów kulturowych i kilku skryptach niemieckich i polskich*, w: I. Kamińska-Szamaj, T. Piekot, M. Zaśko-Zielińska (red.), *Oblicza komunikacji*, Wrocław, s. 160–179.
- Doi T., 1977, *The Anatomy of Dependence*, tłum. J. Bester, Tokyo–New York–San Francisco.
- Dünker J., 1979, *Mimischer Affektausdruck und sprachliche Kodierung*, Zürich.
- Ekman P., Davidson R. J. (red.), 2002, *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia*, Gdańsk.
- Feldman Barret L., 2018, *Jak powstają emocje? Sekretne życie mózgu*, Warszawa.
- Gasiul H., 2002, *Teorie emocji i motywacji, rozważania psychologiczne*, Warszawa.
- Hill D., 2010, *Emocjonika – wykorzystanie emocji a sukces w biznesie*, Poznań.
- Hoffman E., 1995, *Zagubione w przekładzie*, Londyn.
- <https://intranet.secure.griffith.edu.au/schools-departments/natural-semantic-metalanguage/what-is-nsm/semantic-primers> [5.07.2019].
- [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K\\_041\\_17.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2017/K_041_17.PDF) [5.07.2019].
- <https://www.collinsdictionary.com/submission/3771/Basorexia> [5.07.2019].
- Kiser Anspach C., 1934, *Medical Dissertation on Nostalgia by Johannes Hofer, 1688*, “Bulletin of the Institute of The History of Medicine”, t. 2, nr 6, s. 376–391.
- Koenig J., *The Dictionary of Obscure Sorrows*, <https://www.dictionaryofobscuresorrows.com> [5.07.2019].

- Koenig J., 2016, *Beautiful new words to describe obscure emotions*, TEDxBerkeley, [https://www.ted.com/talks/john\\_koenig\\_beautiful\\_new\\_words\\_to\\_describe\\_obscure\\_emotions](https://www.ted.com/talks/john_koenig_beautiful_new_words_to_describe_obscure_emotions) [5.07.2019].
- Kuś K., 2010, *Teoria emocji Anny Wierzbickiej*, w: „Linguistica Copernicana”, nr 1(3), s. 207–224.
- Lazarus R., 1991, *Emotion and adaptation*, New York.
- Lazarus R., 2002, *Uniwersalne zdarzenia poprzedzające emocje*, w: P. Ekman, R. J. Davidson (red.), *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia*, Gdańsk, s. 146–153.
- Łątka E., 2012, *Czy mówienie o emocjach w języku obcym jest możliwe? O potrzebie rekonstruowania skryptów kulturowych wyrażania emocji dla glottodydaktyki polszczyzny*, „Acta Universitatis Lodzianensis. Kształcenie Polonistyczne Cudzoziemców”, t. 19, G. Zarzycka (red.), s. 35–44.
- Łosiak W., 2007, *Psychologia emocji*, Warszawa.
- Matsumoto D., Juang L., 2007, *Psychologia międzykulturowa*, Gdańsk.
- Panksepp J., 1998, *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions*, New York.
- Robbs K., *Vocabulary Wheels*, <https://writingcooperative.com/what-is-your-tone-of-writing-7d232d181651> [5.07.2019].
- Scherer K. R., 2002, *Ku pojęciu emocji modalnych*, w: P. Ekman, R. J. Davidson (red.), *Natura emocji. Podstawowe zagadnienia*, Gdańsk, s. 30–35.
- Stern D., 1985, *The interpersonal world of the infant: a view from psychoanalysis and developmental psychology*, New York.
- Thomsen Brits L., 2017, *Księga hygge. Jak zwolnić, kochać i żyć szczęśliwie*, Gliwice.
- Tubbs S. L., Carter R. M., 1978, *Shared Experiences in Human Communication*, New Jersey.
- Watt-Smith T., 2015, *The Book of Human Emotions: an Encyclopedia of Feeling from Anger to Wanderlust*, London.
- Wielki słownik języka polskiego*, 2018, P. Żmigrodzki (red.), Warszawa.
- Wierzbicka A., 1992a, *Semantics, Culture, and Cognition: Universal Human Concepts in Culture*, New York.
- Wierzbicka A., 1992b, *Are there basic human emotions?*, niepublikowany manuskrypt (dostępny w archiwum Katedry Lingwistyki Formalnej Uniwersytetu Warszawskiego).
- Wierzbicka A., 1999, *Emocje. Język i „skrypty kulturowe”*, w: *Język – umysł – kultura*, Warszawa, s. 163–192.
- Wiking M., 2017a, *Hygge – klucz do szczęścia*, Warszawa.
- Wiking M., 2017b, *Lykke – po prostu szczęście*, Warszawa.

Anna Rabczuk

## CAN I GRASP *HYGGE* IF POLISH LACKS THE TERM? THE (UN) TRANSLATABILITY OF EMOTIONS IN FOREIGN LANGUAGE TEACHING

**Keywords:** emotions; emotions in language; language of emotion; untranslatability; translation; methodologies for teaching Polish language; exercise; cultural scripts; history of emotions

**Abstract.** The nature of emotions has long preoccupied psychologists, psychiatrists, linguists, neurobiologists, and many other researchers. It is difficult to imagine life without emotion. Recently, individuals have started to invest time and energy in ensuring their emotional stability and happiness. Despite increased interests in addressing and understanding emotions, many questions remain. This article explores the linguistic-cultural implications of learning the emotional language in Polish. It examines the associations between cultural contexts and specific language choices and uses during given emotional situations in different languages. The investigation will consider the history of emotions, cultural scripts, as well as the cultural surpluses contained within respective lexemes. Included are various exercises that can be used in classes for foreign language learners and candidates for Polish teachers.