



Radkin Honzák: Emoce od A do P

Praha, Galén, 2020, 195 číslovaných stran.

Vydání první, formát 125 × 210 mm, černobílý výtisk, měkká vazba (brožovaná).

ISBN: 798-80-7492-492-7.

Cena: 300 Kč.

MUDr. Radkin Honzák, CSc., není ani kardiolog, ani angiolog a referovaná kniha se netýká kardiologického nebo angiologického tématu. MUDr. Radkin Honzák, CSc., je psychiatr, psycholog, vysokoškolský pedagog a spisovatel. To označení spisovatel si plně zaslouží, vždyť je autorem 42 knih. Téma této knihy – emoce – je ale tak obecné, že se o ně musejí zajímat lékaři všech specializací. Ono se týká nejen jejich pacientů, ale i jich samých. Nesmíme také zapomenout, že některé emoce jsou rizikovými faktory vzniku a vývoje ischemické choroby srdeční.

Po předmluvě, kterou napsal Milan Lasica, anotaci a souhrnu, následují jednotlivé kapitoly v tomto pořadí: Emoce a jak se na ně dívat (14 s.), Co jsou emoce (32 s.), Základní emoce (8 s.), Strach a úzkost (14 s.), Královna děsu (6 s.), Stud (9 s.), Hněv, vztek, agrese (20 s.), Pýcha (2 s.), Smutek (8 s.), Bezmoc (4 s.), Údiv (10 s.), Závist, škodolibost a pohanění (4 s.), Žárlivost (4 s.), Odpor nebo hnus (10 s.), Radost (16 s.) a Láska (14 s.). Seznamem v textu neodkazované citované literatury (8 s.) a dvousloupcovým rejstříkem (6,5 s.) kniha končí.

O čem kniha je? Emoce (z latinského *emovere* = vzrušovat) jsou psychicky a sociálně konstruované procesy, jež zahrnují subjektivní zážitky libosti (*sympatie*) a nelibosti (*averze*) provázené fyziologickými změnami a prožitkové, behaviorální a fyzické procesy, kterými se člověk vyrovnává se záležitostmi nebo situacemi, jež považuje za osobně významné. Často se zaměřují za pocity a náladu. Jsou mnohem víc než jen duševní stav, ovlivňují naše chování a naše zdraví, hrají velkou roli v emoční inteligenci. Ta je definována jako schopnost vnímat, ovládat

a vyhodnocovat emoce, i když se emoce obtížně měří. O emocích se na rozdíl od jiných psychických stavů příliš nepíše. Ačkoliv je emocí celá řada, šest z nich bývá vesměs uváděno jako základní: smutek, štěstí, strach, hněv, překvapení a znechucení. MUDr. Honzák tematicky pojednal o všech, vyjma emoce štěstí/neštěstí. Ty řada autorů zabývajících se problematikou emocí (Frijda, Trnka, Levenson, James, Lange, Cannon, Bard, Singerová aj.) uvádí. Zato jsem u žádného autora nenašel „královnu děsu“. Ale názory psychologů a psychiatrů, které emoce jsou základní, se u řady autorů liší. Jako zkušený spisovatel a odborník MUDr. Honzák ví nejen, o čem psát, ale umí to i zajímavě napsat (jako by vše bylo jasné a nebyly žádné problémy). Proto se text lehce čte a bude se i dobře pamatovat. K odlehčení problematiky se nebál zařadit do textu i několik anekdot, to ale v jeho textech ani nepřekvapí, ani nevadí. Vlastní text je doplněn řadou tabulek a schémat i několika ilustracemi.

Komu knihu doporučit?

Knihu si určitě přečtou se zájmem psychologové, psychiatři, adiktologové, lékařům jiných specializací (i kardiologům a angiologům) rozšíří informovanost. A určitě v ní najdou zalíbení čtenáři knih MUDr. Radkina Honzáka, CSc. Mně se líbila a poučil jsem se.

Prof. MUDr. Jan Petrášek, DrSc.,
III. interní klinika, 1. lékařská fakulta Univerzity
Karlovy a Všeobecná fakultní nemocnice v Praze,
e-mail: petrjanv@email.cz