

Особенности подавления экспрессии положительных и отрицательных эмоций у жителей Азербайджана

Научный руководитель – Панкратова Алина Александровна

Шукюров Заур Заур

Студент (бакалавр)

Бакинский филиал Московского государственного университета имени М.В.Ломоносова,
Баку, Азербайджан

E-mail: phoenixconsultation@rambler.ru

Дж. Гроссом была предложена процессуальная модель эмоциональной регуляции: стратегии эмоциональной регуляции соответствуют разным этапам разворачивающегося во времени эмоционального ответа «Ситуация - Внимание - Оценка - Ответ» [2]. К способам повлиять на эмоциональный ответ относятся - выбор ситуации, изменение ситуации, переключение внимания с одного аспекта ситуации на другой, изменение контекста-рассмотрения ситуации или сдерживание ответа. В общем виде можно говорить о двух глобальных стратегиях, связанных с условиями возникновения эмоционального ответа (antecedent-focusedemotionregulation) и уже возникшим эмоциональным ответом (response-focusedemotionregulation). Для исследовательской работы автором были выбраны две частные стратегии - когнитивная переоценка (cognitivereappraisal) и подавление экспрессии (expressivesuppression), которые являются примерами обозначенных выше глобальных стратегий.

Когнитивная переоценка - это изменение отношения к ситуации, подавление экспрессии - это сдерживание внешних проявлений эмоционального ответа. У американцев при подавлении экспрессии (по сравнению с контрольным условием): 1) не меняется интенсивность отрицательных эмоций, снижается интенсивность положительных эмоций; 2) снижается интенсивность лицевой экспрессии; 3) повышается активность симпатической нервной системы [3]. Обзор кросс-культурных экспериментов показал, что подавление экспрессии не связано с повышением активности симпатической нервной системы у выходцев из Восточной Азии (например, у китайцев) [1]. По результатам мета-анализа 48 исследований - подавление экспрессии отрицательно коррелирует с индикаторами психического здоровья на выборках с западными культурными ценностями (США, Англия и т.д.) ($r = -0,11$) и не коррелирует - на выборках с восточными культурными ценностями (Китай, Япония, Корея, Сингапур) [5].

В качестве главного объяснительного принципа рассматривается уровень Индивидуализма (США) - Коллективизма (страны Восточной Азии) культуры: чем выше уровень индивидуализма культуры, тем выше уровень проявления эмоций и реже используется подавление экспрессии [4]. Таким образом, подавление экспрессии как типичная стратегия эмоциональной регуляции не приводит к повышению активности симпатической нервной системы и не имеет негативных последствий для здоровья. Цель нашего исследования - оценить эффект подавления экспрессии положительных и отрицательных эмоций у азербайджанцев. Наши гипотезы: 1) подавление экспрессии у азербайджанцев не связано с повышением активности симпатической нервной системы; 2) при подавлении радости активность симпатической нервной системы будет выше, чем при подавлении печали.

Лабораторный эксперимент проводился по классической схеме Дж. Гросса: у испытуемого индуцировалось эмоциональное состояние с помощью апробированных видеороликов и давалась инструкция, требующая подавления экспрессии (в контрольной группе испытуемые просто смотрели видеоролики). Эмоциональный ответ регистрировался на

уровне: 1) самоотчета об эмоциональном состоянии (10 эмоциональных терминов по 2 на шкалы - радость, печаль, страх, гнев, отвращение); 2) активности мышц лица (ЭМГ_Лоб, ЭМГ_Щека); 3) симпатической активности сердечно-сосудистой (ЭКГ) и электродермальной (КГР) систем. В качестве базового уровня эмоционального состояния использовался самоотчет до начала эксперимента, физиологических показателей - усредненные показатели по исходному и итоговому фону. Обработка данных проводилась в SPSS18.0 с помощью ANCOVA (с повторными измерениями) и t-критерия Стьюдента.

В исследовании приняли участие студенты разных факультетов Бакинского филиала МГУ (N = 45): 18 - мужского и 27 - женского пола, возраст от 16 до 24 лет (среднее - 19 лет). В настоящий момент выборка расширяется и можно говорить о следующих предварительных результатах:

1. При просмотре радостного ролика выше активность мышц щеки, при просмотре печального ролика - активность мышц лба. Подавление экспрессии связано с напряжением мышц лба, при этом активность мышц щеки становится ниже ($F = 3,13$, $p = 0,084$).

2. Радостный ролик вызвал более сильную радость, чем нейтральный ($F = 17,34$, $p = 0,000$) и печальный ($F = 18,11$, $p = 0,000$) ролики; печальный ролик - более сильную печаль, чем нейтральный ($F = 15,05$, $p = 0,000$) и радостный ($F = 13,98$, $p = 0,001$) ролики. При обычном просмотре сила эмоциональных переживаний во время радостного и печального роликов не отличалась, при просмотре с подавлением экспрессии она была выше во время радостного ролика, по сравнению с печальным роликом ($t = 2,63$, $p = 0,011$).

3. Симпатическая активность сердечно-сосудистой системы была выше при просмотре радостного ($F = 3,80$, $p = 0,069$) и печального ($F = 3,864$, $p = 0,067$) роликов, по сравнению с нейтральным роликом. При обычном просмотре уровень симпатической активности во время радостного и печального роликов не отличался, при просмотре с подавлением экспрессии он был выше во время радостного ролика, по сравнению с печальным роликом (ЭКГ: $F = 3,73$, $p = 0,066$; КГР: $F = 28,42$, $p = 0,000$) (см. рис. 1 и 2).

Таким образом, полученные результаты подтверждают выдвинутые нами гипотезы: подавление экспрессии для азербайджанцев является достаточно типичной стратегией эмоциональной регуляции и не приводит к повышению симпатической активности нервной системы (по сравнению с американцами), при этом азербайджанцы более эффективно справляются с подавлением печали, чем с подавлением радости.

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ, проект № 16-06-00363.

Источники и литература

- 1) Панкратова А.А. Подход Дж.Гросса к изучению эмоциональной регуляции: примеры кросс-культурных исследований // Вопросы психологии. 2014. № 1. С. 147–155.
- 2) Gross J.J., John O.P. Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being // Journal of Personality and Social Psychology. 2003. Vol. 85(2). P. 348–362.
- 3) Gross J.J., Levenson, R.W. Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion // Journal of Abnormal Psychology. 1997. Vol. 106(1). PP. 95–103.
- 4) Matsumoto D., Yoo S.H., Fontaine J. et al. Mapping expressive differences around the world: The relationship between emotional display rules and Individualism v. Collectivism // Journal of Cross-Cultural Psychology. 2008. Vol. 39(1). P. 55–74.
- 5) Hu T., Zhang D., Wang J., Mistry R., Ran G., Wang X. Relation between emotion regulation and mental health: a meta-analysis review // Psychological Reports: Measures & Statistics. 2014. Vol. 114(2). P. 341–362.