

Секция «Психология личности: вызовы сложности, неопределенности и разнообразия»

Влияние динамики чередования направленности внимания личности между Я и не-Я на уровне психологической дистанции

Научный руководитель – Петровский Вадим Артурович

Медведев Богдан Павлович

Аспирант

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Факультет социальных наук, Москва, Россия

E-mail: bmedvedev@hse.ru

Феномен психологической дистанции, на данный момент, является одним из активно исследуемых в рамках психологии личности. Во многом это связано с развитием теории конструкторов разного уровня (Construal Level Theory, CLT), за авторством Н. Либерман и Я. Тroupa. Данная теория основана на идее о существовании фундаментальной связи между психологической дистанцией (субъективным переживанием удаленности феномена) и уровнем конструктора (абстрактностью образа, отражающего этот феномен в сознании субъекта) - чем больше психологическая дистанция до феномена, тем более высоким уровнем конструктора он будет представлен [5]. Справедливо и обратное - более абстрактные феномены с большей вероятностью будут восприняты как более удаленные.

Значение психологической дистанции для деятельности человека широко исследуется. Например, больший её уровень способствует более эффективному самоконтролю [2].

В отдельный кластер исследований психологической дистанции (не связанных напрямую с CLT), можно выделить работы по формированию психологической дистанционности личности по отношению к Я - самодистанцированию [4]. В частности, было установлено, что достаточный уровень самодистанцирования является ключевым фактором для реализации адаптивной саморефлексии [3].

Однако, парный (для самодистанцирования) конструктор, представляющий процесс дистанцирования по отношению к не-Я - не сформировался. В рамках CLT самодистанцирование воспринимается как частный случай феномена психологической дистанции, не обладающий спецификой; исследователи же самодистанцирования остаются, по большей части, в рамках своей предметной области. В связи с этим, вопросы о возможных взаимосвязях между двумя видами психологической дистанции практически не затрагиваются.

В рамках данного исследования был поставлен вопрос о влиянии динамики чередования направленности внимания между Я и не-Я на уровне психологической дистанции.

Исходя из того, что процесс дистанцирования требует реализации некоторого количества ресурса, мы выдвинули предположение о том, что продолжительная реализация внимания, направленного на Я или не-Я, приведет к снижению уровня психологической дистанции по отношению к «противоположному» направлению.

Для проверки данной гипотезы нами был организован смешанный квазиэкспериментальный план:

1-ая экспериментальная - $R O X1 O$

1-ая контрольная - $R O O$

2-ая экспериментальная - $R O' X2 O'$

2-ая контрольная - $R O' O'$

В 1-ой экспериментальной группе мы просили испытуемых в течении пяти минут удерживать внимание, направленным не на себя (называя как можно больше феноменов, на которые обращается их внимание), во 2-ой экспериментальной - направленным на себя.

Контрольным группам предлагалось называть любые феномены, направляя свое внимание как на себя, так и не на себя.

Во время пре- и пост-тестов испытуемые называли по 10 феноменов, удерживая внимание в направлении, обратном задаваемому в рамках основного задания экспериментальной группы. Поскольку непосредственное измерение уровня психологической дистанции не представлялось возможным, измерялось два косвенных ее показателя:

- Средний уровень абстрактности 10 феноменов (оценивался 3 экспертами по шкале от 1 до 5) - согласно CLT, снижение уровня психологической дистанции должно приводить к снижению этого показателя;
- Время на их называние - исходя из предположения, что само называние феномена предполагает предварительное дистанцирование по отношению к непосредственно переживаемому опыту [Веккер, 2000], можно ожидать, что при снижении уровня психологической дистанции данный показатель будет возрастать.

Всего в исследовании приняло участие 116 человек, в возрасте от 17 до 28 лет ($M=18,9$, $SD=1,8$), 94 женщины и 22 мужчины.

Для оценки эффекта продолжительной реализации внимания в одном направлении использовался дисперсионный анализ с повторными измерениями (2x2 Mixed ANOVA). О подтверждении гипотезы должно было свидетельствовать взаимодействие факторов замера (пре-тест/пост-тест) и группы (динамика направленности внимания).

При сравнении 1-ой экспериментальной и 1-ой контрольной групп был выявлен значимый эффект взаимодействия факторов замера и группы и для показателя средней абстрактности 10 «Я»-феноменов ($F(1,56) = 11,42$, $p = ,001$, $\eta^2_p = ,169$), и для времени, потребовавшегося для их называния ($F(1,56) = 10,46$, $p = ,002$, $\eta^2_p = ,157$). Deskриптивные статистики по обеим группам представлены на рисунке 1.

Сравнение 2-ой экспериментальной и 2-ой контрольной групп также выявило значимый эффект взаимодействия факторов замера и группы как для показателя средней абстрактности 10 «не-Я»-феноменов ($F(1,56) = 8,36$, $p = ,005$, $\eta^2_p = ,130$), так и для времени их называния ($F(1,56) = 19,16$, $p < ,001$, $\eta^2_p = ,255$). Deskриптивные статистики по обеим группам представлены на рисунке 2.

Полученные результаты свидетельствуют в пользу предположения о том, что продолжительная реализация внимания, направленного на Я или не-Я, приводит к снижению уровня психологической дистанции по отношению к «противоположному» направлению.

Однако необходимо заметить, что в рамках нашего исследования однонаправленное внимание задавалось «извне». В связи с этим возникает вопрос о том, насколько полученный результат окажется релевантным для «естественных» ситуаций. Так же нами пока не была проверена односторонность обнаруженного эффекта - можно предположить, что длительное однонаправленное внимание снижает не только специфический уровень психологической дистанцированности (к Я или не-Я), но и общий.

Для поиска ответов на эти вопросы нами планируется проведение дополнительных исследований.

Источники и литература

- 1) Веккер Л.М. Психика и реальность: Единая теория психических процессов. М., 2000.
- 2) Fujita, K., Trope, Y., Liberman, N., Levin-Sagi, M. Construal levels and self-control // Journal of personality and social psychology. 2006. No. 3. p. 351–367.

- 3) Kross, E. When self becomes other: Toward an integrative understanding of the processes distinguishing adaptive self-reflection from rumination // Annals of the New York Academy of Sciences. 2009. No. 1167. p. 35–40.
- 4) Kross, E., Ayduk, O. Self-distancing: Theory, research, and current directions // Advances in experimental social psychology. 2017. No. 55, p. 81–136.
- 5) Liberman, N., Trope, Y., Stephan, E. Psychological distance // Social psychology: Handbook of basic principles. 2007. No. 2. p. 353-383.

Иллюстрации

Динамика направленности внимания	Замер	Ср. уровень абстрактности 10 «не-Я»-феноменов	Время на название 10 «не-Я»-феноменов
Продолжительная направленность на «Я» (экспериментальная)	Пре-тест	3,02 (0,33)	28,3 (11,0)
	Пост-тест	2,78 (0,45)	36,9 (15,5)
Свободное чередование (контрольная)	Пре-тест	3,03 (0,45)	32,1 (13,8)
	Пост-тест	3,10 (0,43)	25,6 (10,6)

Рис. 1. Дескриптивные статистики для 1-ой контрольной и 1-ой экспериментальной групп (указаны средние и стандартные отклонения)

Динамика направленности внимания	Замер	Ср. уровень абстрактности 10 «Я»-феноменов	Время на название 10 «Я»-феноменов
Продолжительная направленность на «не-Я» (экспериментальная)	Пре-тест	3,42 (0,64)	46,3 (18,7)
	Пост-тест	3,13 (0,73)	51,4 (20,7)
Свободное чередование (контрольная)	До	3,26 (0,71)	43,5 (17,3)
	После	3,38 (0,69)	35,9 (18,0)

Рис. 2. Дескриптивные статистики для 2-ой контрольной и 2-ой экспериментальной групп (указаны средние и стандартные отклонения)