

Апробация китайского варианта полного опросника Ревизованный профиль регуляции эмоций ("the emotion regulation profile-revised ")

Научный руководитель – Корнилова Татьяна Васильевна

Ван Цзыи

Аспирант

Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова, Факультет психологии, Кафедра общей психологии, Москва, Россия

E-mail: 1024451596@qq.com

Представлены результаты применения полной версии опросника «Ревизованный профиль регуляции эмоций (ERP - R)» на выборке из Китая (N = 209). опросник имеет хорошую надежность и валидность, но факторные результаты отличаются от результатов, полученных с использованием французской версии опросника. Показана связь между ней и шкалой рационально - аналитического стиля. Впервые установлено связь между решениями по регуляции эмоций и толерантность.

Под регуляцией эмоций понимается процесс формирования того, какие эмоции человек испытывает, когда он их испытывает и как он их переживает или выражает[6]. В настоящее время считается, что регуляция эмоций имеет три основные особенности: первая заключается в том, что цели изменяют генеративные процессы регуляции эмоций [5,6]; вторая особенность регуляции эмоций заключается в том, что вовлеченность отвечает за изменение траектории эмоций [6]. Третья особенность регуляции эмоций заключается в ее влиянии на динамику эмоций [6]. Все это говорит о том, что регуляция эмоций - это процесс, который изменяет и облегчает выражение эмоций с помощью различных целей. Так, например, регуляция эмоций может быть использована для облегчения негативных состояний [4], что согласуется с гедонистической регуляцией эмоций: уменьшение негативных состояний увеличивает позитивные [8].

Регуляция эмоций связана с целями, поэтому люди также думают о том, какие эмоции им нужно выражать, чтобы достичь своих целей, чтобы помочь им в их достижении. Регуляцию эмоций можно определить как сознательные или автоматические попытки людей повлиять на то, какие эмоции они испытывают, когда они их испытывают и как они переживаются или выражаются [9]Gross [3] предлагает модель регуляции эмоций, которая рассматривает регуляцию эмоций как «оценочный» процесс, выделяя три стадии регуляции эмоций: идентификацию, выбор и реализацию. Это позволяет предположить, что регуляция эмоций включает в себя как рациональность, так и интуицию, поскольку, когда человек злится на что-то, но по каким-то причинам не может показать это другому человеку, он подавляет свои эмоции и не выглядит злым. [2]

Интуиция включает в себя быстрый, неаналитический анализ сложной информации на основе прошлых опытов. Она связана с правой полушарием мозга и префронтальной корой, области, которые также характеризуются высокой плотностью рецепторов к кортизолу [10]. Таким образом, интуитивный стиль может привести к стереотипному мышлению и решениям, ограниченным конкретной ситуацией; он тесно связан с интерперсональной и эмоциональной сферами [1].

Регуляция эмоций может быть разделена на регуляцию положительных и отрицательных эмоций, и они применимы в различных ситуациях. Регуляция положительных эмоций не только способствует краткосрочной адаптации, но и способствует развитию и накоплению личных ресурсов, способствуя долгосрочному психическому здоровью и устойчивости. При этом автоматически активированные положительные эмоции могут быть более

эффективными при противодействии стрессу, так как они экономят когнитивные ресурсы, позволяя индивиду более гибко реагировать на вызовы [13]. Это также объясняет, почему люди склонны поддерживать состояние приятных эмоций. Способность к регуляции положительных эмоций значимо связана с отрицательными эмоциями, психическим и физическим здоровьем, но при контроле за способностью к регуляции отрицательных эмоций ее влияние на положительные эмоции и удовлетворенность жизнью становится незначимым [14].

Способность к регуляции отрицательных эмоций значимо связана с положительными эмоциями, удовлетворенностью жизнью, психическим и физическим здоровьем и является важным фактором, влияющим на психическое здоровье [14]. Роль регуляции положительных эмоций: исследования подчеркивают потенциальную роль регуляции положительных эмоций в уменьшении одиночества, особенно в повышении положительных эмоций и уменьшении подавления положительных эмоций [7]. Однако в настоящее время исследований о роли регуляции отрицательных эмоций меньше.

В опросника ERP - R Neils [10] классифицировал ситуации и разделил опросник на негативные и позитивные ситуации. опросник состоит из 15 сценариев, которые описывают различные типы ситуаций, вызывающих эмоции. Каждая ситуация ассоциирована с определенной эмоцией. В конце были определены два показателя: понижение отрицательных эмоций и повышение положительных эмоций.

Гипотезы: 1. Оценить надежность и валидность китайской версии опросника. 2. Проверить соответствие результату факторного анализа исходной версии. 3. Проверить связь между рациональностью и эмоциями. 4. Проверить, что интуиция не связана с регуляцией эмоций.

Метод: Участники данного исследования - студенты и аспиранты в Китае. Финальная выборка включает 209 студентов, в том числе 44,4% мужчин (возраст: $M = 21,97$; $SD = 2,34$) и 55,6% женщин (возраст: $M = 22,56$; $SD = 2,65$). Опросник составлена с использованием метода обратного перевода. Два кандидата психологических наук Московского государственного университета были involved в перевод. В случае различий в обратном переводе переводчики сотрудничали, чтобы исправить китайскую версию.

Результаты: Китайская версия опросника имеет $\alpha = 0,78 > 0,6$, что свидетельствует о ее надежности и валидности. Показатель КМО опросника равен 0,79, что позволяет проводить факторный анализ. После вращения Promax удалось выделить 3 фактора, что не соответствует исходным 2 факторам и требует дальнейшего усовершенствования. Рациональные способности связаны с общим баллом, понижением отрицательных эмоций и повышением положительных эмоций ($r = 0,27$, $r = -0,27$, $r = 0,27$, $p < 0,05$). Интуитивные способности не связаны с общим баллом, понижением отрицательных эмоций и повышением положительных эмоций ($p > 0,05$). Использование рациональности связано с общим баллом, понижением отрицательных эмоций и повышением положительных эмоций ($r = 0,247$, $r = -0,247$, $r = 0,247$, $p < 0,05$), а использование интуиции не связано с этими показателями ($p > 0,05$). Рациональность связана с общим баллом, понижением отрицательных эмоций и повышением положительных эмоций ($r = 0,271$, $r = -0,271$, $r = 0,271$, $p < 0,05$), а интуиция не связана с общим баллом и этими аспектами регуляции эмоций.

Закключение: 1. В настоящее время опросник имеет надежность и валидность. 2. Результат факторного анализа отличается от исходной версии, и опросник по-прежнему требует усовершенствования. 3. Рациональность связана с регуляцией эмоций. 4. Интуиция не связана с регуляцией эмоций.

Источники и литература

- 1) Корнилова Т.В., Разваляева А.Ю. Апробация русскоязычного варианта полного

- опросника С. Эпстайна «Рациональный-Опытный» (Rational-Experiential inventory) // Психологический журнал. 2017. Т. 38, No. 1. С. 92-107.
- 2) English T., Lee I.A., John O.P., Gross J.J. Emotion regulation strategy selection in daily life: The role of social context and goals // Motiv Emot. 2017. V. 41, No. 2. P. 230-242.
 - 3) Gross, J. J. Emotion Regulation: Current Status and Future Prospects//Psychological Inquiry.2015.V. 26. No. 1. P. 1–26. 2015
 - 4) Gross J.J., Richards J.M., John O.P. Emotion Regulation in Everyday Life // Emotion Regulation in Couples and Families: Pathways to Dysfunction and Health / D.K. Snyder, J. Simpson, J.N. Hughes (Eds.). American Psychological Association, 2006. P. 13-35.
 - 5) Gross, J. J., Sheppes, G., Urry, H. L. Emotion generation and emotion regulation: A distinction we should make (carefully)//Cognition and Emotion Lecture at the 2010 SPSP Emotion Preconference.25 aug 2011. Cognition and Emotion.Taylor & Francis Group,2011
 - 6) Gross, J.J.,Thompson,Ross. Handbook of emotion regulation.The Guilford Press,2006
 - 7) Kearns S., Creaven A.-M. Individual differences in positive and negative emotion regulation: Which strategies explain variability in loneliness? // Personality and Mental Health. 2016. Vol. 11.
 - 8) Larsen R.J. Toward a science of mood regulation // Psychological Inquiry. 2000. V11. No.3.P. 129-141.
 - 9) Mauss, I. B., Bunge, S. A., & Gross, J. J. (2007). Automatic emotion regulation. Social and Personality// Psychology Compass.2007.V1. No. 1.P. 146–167.
 - 10) Nelis D., Quoidbach J., Hansenne M., Mikolajczak M. Measuring Individual Differences in Emotion Regulation: The Emotion Regulation Profile-Revised (ERP-R) // Psychologica Belgica. 2011. Vol. 51, No. 1. P. 49-91.
 - 11) Radtke E.L., Düsing R., Kuhl J., Tops M., Quirin M. Personality, Stress, and Intuition: Emotion Regulation Abilities Moderate the Effect of Stress-Dependent Cortisol Increase on Coherence Judgments // Front Psychol. 2020. V. 11. P. 339.
 - 12) Snyder, J. A. Simpson, J. N. Hughes (Eds.).Emotion regulation in couples and families: Pathways to dysfunction and health.American Psychological Association,2006
 - 13) Tugade M., Fredrickson B. Regulation of Positive Emotions: Emotion Regulation Strategies that Promote Resilience // Journal of Happiness Studies. 2007. V. 8. P. 311-333.
 - 14) Tsujimoto M., Saito T., Matsuzaki Y., et al. Role of Positive and Negative Emotion Regulation in Well-being and Health: The Interplay between Positive and Negative Emotion Regulation Abilities is Linked to Mental and Physical Health // J Happiness Stud. 2024. V. 25. No. 25. P. 1-20