

Влияние страха смерти и негативных эмоций на объем внимания

Прусова Ирина Сергеевна

Студент (бакалавр)

Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва,
Россия

E-mail: itirik@mail.ru

В процессе развития человечество обрело способность к самопознанию, понятийному мышлению и предугадыванию последствий своих действий, что опосредует осознание факта своей смерти как неизбежности [3]. Многочисленные исследования демонстрируют, что страх смерти является продуктом когнитивных способностей человека, которые позволяют ему аналитически мыслить, но в то же время этот страх может ослаблять когнитивные процессы, так как подавление мыслей о смерти задействует широкий спектр психологических ресурсов [4]. Согласно теории управления страхом [2], существует два механизма, объясняющие защиту человека от переживания страха смерти: проксимальная и дистальная защиты. При проксимальной защите человек вытесняет информацию, содержащую напоминание о смерти, из сознания, после чего «включается» механизм дистальной защиты: для окончательного «ухода» от угрожающей информации человек может задействовать свое мировоззрение в целом [1]. Большинство исследований посвящены сегодня изучению дистальных защит и их влиянию на представления человека о себе, в то время как проксимальные защиты изучены меньше.

Предметом эмпирического исследования являлось изменение объема внимания в условиях переживания страха смерти. Были выдвинуты следующие теоретические гипотезы:

1. Негативные эмоции уменьшают объем внимания.
2. Страх смерти сильнее влияет на объем внимания, чем другие негативные эмоции.

Методом исследования был выбран эксперимент. Были выдвинуты эмпирические гипотезы:

1. Испытуемые, смотревшие видео, вызывающие негативные эмоции, хуже выполняют в дальнейшем тест на объем внимания, чем смотревшие нейтральное видео.

2. Испытуемые, смотревшие видео, содержащее сцены смерти, выполняют тест на объем внимания хуже, чем те, кто смотрел видео, вызывающее просто негативный эмоциональный фон.

Эксперимент проводился в декабре 2014 года на выборке студентов НИУ ВШЭ. Участие приняли 45 человек (15 юношей и 30 девушек, средний возраст - 19 лет; $M = 19,53$; $SD = 1,2$). У всех испытуемых отсутствовала эпилепсия. Испытуемые были распределены в три равные группы ($N=15$) по фактору «Тип видео»: первой группе предлагалось видео, вызывающее эмоцию отвращения, второй - видео, актуализирующее страх смерти, третьей - нейтральное.

Перед исследованием, видеозаписи прошли экспертную оценку, а затем проводилось пилотажное исследование ($N=45$), где анализировались видеотрекеры посредством методики Дж. Гринберга на аффективный компонент страха смерти и русифицированной методики PANAS Е.Н. Осина на определение преобладающего эмоционального фона. После просмотра участникам предлагался тест на объем внимания, созданный с помощью конструктора «StimMake»: каждому участнику предъявлялось 140 зрительных стимулов, на каждом из которых было представлено от 2 до 8 кружков (длительность предъявления - 200мс, прямая и обратная маскировка - 100мс). Независимая переменная эксперимента -

тип видеофрагмента, представленная на 3 уровнях: страх смерти, отвращение, нейтральное эмоциональное состояние; зависимая переменная - объем внимания.

Статистическая обработка данных проводилась в пакете SPSS 20.0, использовались непараметрические критерии Краскела - Уоллиса, Манна-Уитни и сравнение средних. В ходе анализа рассматривались различия в показателях относительной ошибки внимания. Первая гипотеза подтвердилась на уровне значимости $p < 0,011$ (Мнегативные = 0,3133 > Мнейтральное = 0,2968). Вторая гипотеза не подтвердилась, так как $p > 0,05$ (Мстрах смерти = 0,3267 > Мнегативные = 0,3133).

Подтверждение первой гипотезы может интерпретироваться двояко. Возможно, переживание негативной эмоции антагонистически связано с когнитивным усилием: внутренних «ресурсов» не хватает одновременно и на эмоции, и на когнитивные процессы. Также возможно объяснение через механизм перцептивной защиты: при просмотре видеороликов, вызывающих сильные негативные чувства, он тормозит восприятие предъявляемых стимулов, что и приводит к снижению объема внимания. Неподтверждение второй гипотезы может иметь несколько объяснений. Первое состоит в том, что по тем или иным причинам нам не удалось вызвать страх смерти у испытуемых (например, они не отождествляли себя с героями видеороликов или в силу возраста страх смерти у них не сильно выражен). Но, возможно, экспериментальная ситуация была адекватной, однако влияние страха смерти на объем внимания не отличается от влияния на него эмоции отвращения. С этой точки зрения, отвращение, как и страх, вызывает у человека активное отторжение: мы хотим быстрее избавиться от этих эмоций не только физически, но и «стереть» сами воспоминания о той ситуации, которая их вызвала. Таким образом, полученное отсутствие различий может объясняться одинаковой «силой» изучаемых эмоций. Также неподтверждение второй гипотезы можно объяснить через специфичность протекания когнитивных процессов во время переживания страха и отвращения. Для ситуации отвращения будет верна интерпретация подтверждения первой гипотезы: вытеснение неприятной информации мешает внимательному восприятию ситуации. А для переживания страха смерти картина будет иной: возможно, биологический смысл данной эмоции принципиально иным путем влияет на когнитивные процессы. В постоянно меняющейся ситуации человек даже при необходимости способен запоминать конкретные объекты ограниченно - в этом случае мы воспринимаем ситуацию целиком, как сцену. Соответственно, объем внимания после актуализации страха смерти снижается в силу того, что мы не можем сосредоточиться на конкретных объектах ситуации.

Источники и литература

- 1) Arndt J., Greenberg J., Solomon S., Pyszczynski T., Simon L. Suppression, accessibility of death-related thoughts, and cultural worldview defence: Exploring the psychodynamics of terror management // *Journal of Personality and Social Psychology*/ 1997. Vol. 73 (1). P. 5-18
- 2) Greenberg J., Pyszczynski T., Solomon S., Simon L., Breus M. Role of consciousness and accessibility of death-related thoughts in mortality salience effects // *Journal of Personality and Social Psychology*.1994. Vol.67. P. 627-637
- 3) Greenberg J., Solomon S., Pyszczynski, T. Terror management theory of self-esteem and social behavior: Empirical assessments and conceptual refinements. // *Advances in experimental social psychology*. 1997. Vol. 29. P. 61–139
- 4) Tremoliere B., De Neys W., Bonnefon J.F. The grim reasoner: Analytical reasoning under mortality salience // *Thinking & Reasoning*.2014. Vol.20. P.333-351