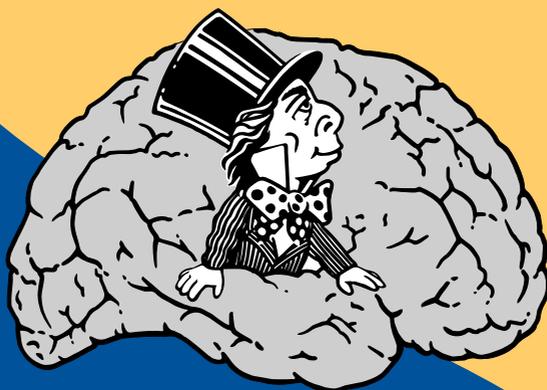


КОГНИТИВНАЯ НАУКА

В МОСКВЕ



НОВЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

МАТЕРИАЛЫ
КОНФЕРЕНЦИИ
2019

Под ред. Е.В. Печенковой, М.В. Фаликман

УДК 159.9
ББК 88.25
К57

Когнитивная наука в Москве: новые исследования. Материалы конференции 19 июня 2019 г. Под ред. Е. В. Печенковой, М. В. Фаликман. – М.: ООО «Буки Веди», ИППиП. 2019 г. – 656 стр.

ISBN 978-5-4465-2346-7

УДК 159.9
ББК 88.25

ISBN 978-5-4465-2346-7

©Авторы статей, 2019

АВТОБИОГРАФИЧЕСКИЕ ВОСПОМИНАНИЯ, НО НЕ ИСТОРИИ О ГАРРИ ПОТТЕРЕ ПОЗВОЛЯЮТ УПРАВЛЯТЬ СВОИМ ЭМОЦИОНАЛЬНЫМ СОСТОЯНИЕМ

М. И. Лынова

lynova_marina@mail.ru

МГУ имени М. В. Ломоносова, Москва

Аннотация. Экспериментальное исследование было инициировано дискуссионным вопросом о специфичности автобиографических воспоминаний в процессе эмоциональной регуляции. Задача исследования заключалась в сопоставлении влияния на текущее эмоциональное состояние воспроизведения позитивного автобиографического воспоминания или идентичного по форме семантического знания о событии из жизни литературного персонажа (Гарри Поттера). В обоих условиях материал воспроизводился от первого лица. Эмоциональное состояние участников исследования ($N=40$) оценивалось с помощью проективной методики ИПАНАТ, подразумевающей проекцию текущего эмоционального состояния на нейтральные буквосочетания. Замеры производились за неделю до экспериментальных манипуляций и сразу после воспроизведения автобиографического либо альтербиографического материала. Было показано, что после воспроизведения позитивно эмоционально насыщенного автобиографического воспоминания показатели конгруэнтного ему эмоционального состояния (имплицитного позитивного аффекта) значительно повысились по сравнению как с предварительными замерами, так и с условием воспроизведения мнемического материала от лица вымышленного персонажа.

Ключевые слова: эмоциональная регуляция, автобиографическая память, семантическая память, эмпатия, ИПАНАТ

Введение

Среди функций автобиографической памяти традиционно выделяется функция регуляции эмоционального состояния (Нуркова, 2000; Holland, Kensinger, 2010). Причем речь идет не только о пассивном согласовании текущего эмоционального состояния и аффективного содержания извлекаемого из памяти материала (так называемый эффект конгруэнтности настроения), но и об активной модификации текущего состояния за счет намеренной модуляции доступа к воспоминаниям, потенциально корректирующим эмоциональное состояние в желаемом направлении. Например, участники эксперимента (Singer, Salovey, 2010), которые были погружены в грустное настроение с помощью музыки, как правило, вспоминали сначала негативные (конгруэнтные настроению) автобиографические события, а затем позитивные автобиографические события. Ретроспективно участники эксперимента аргументировали свои действия именно стремлением восстановить позитивное настроение (mood

repairing). Было показано также, что ежедневные сессии воспроизведения позитивных воспоминаний приводят к повышению психологического благополучия в целом (Bryant et al., 2005).

Однако дискуссионным для сегодняшнего дня остается вопрос о специфичности автобиографических воспоминаний в процессе эмоциональной регуляции. Отсутствуют исследования, в которых бы прямо сравнивалась эффективность схожих по содержанию альтербиографических нарративов и автобиографических воспоминаний. Более того, данные о сходстве феноменологических характеристик автобиографических воспоминаний и нарративов о вымышленных персонажах экстраполируются на их функциональный потенциал, в том числе в регуляции эмоционального состояния (Brown, 2016). Согласно гипотезе, в квазиэксперименте по внутрииндивидуальному плану после воспроизведения эмоционально насыщенного автобиографического воспоминания показатели конгруэнтного ему эмоционального состояния значимо повысятся по сравнению с условием воспроизведения мнемического материала от лица вымышленного персонажа.

Методика

В исследовании приняло участие 40 испытуемых в возрасте 18–22 лет, из них 34 женщины, показавшие высокие результаты в предварительном тестировании на знание серии романов Дж. Роулинг о Гарри Поттере. Для оценки эмоционального состояния респондентов была использована русскоязычная адаптация проективной методики «Теста имплицитного позитивного и негативного аффекта» (ИПАНАТ) (Митина и др., 2017). В данной методике испытуемым предлагается оценить эмоциональный состав нейтральных буквосочетаний (например, ПЕВИЛ, РЕВЛЕ, КЕВОМ) по шести шкалам (позитивный аффект: счастливый, энергичный, радостный; негативный аффект: беспомощный, напряженный, заторможенный). Использовались четыре эквивалентных формы теста. Актуализация воспоминания проводилась в ответ на инструкцию вспомнить «наполняющее радостью, силой и энергией событие» либо из своего личного прошлого, либо от лица Гарри Поттера. Порядок воспроизведения рандомизировался между испытуемыми.

За неделю до основной сессии респонденты дважды заполняли методику ИПАНАТ (Форма 1 и Форма 2), в интервале им предлагался опросник эмпатии Дэвиса в русскоязычной адаптации (Корягина, Кухтова, 2016). В дальнейшем использовались показатели шкалы сопереживания вымышленному персонажу. В рамках основной сессии после воспроизведения биографического и автобиографического материала проводилась диагностика эмоционального состояния с помощью методики ИПАНАТ (Формы 3 и 4).

Результаты

Учитывая возможность влияния способности к сопереживанию вымышленному персонажу на потенциал регуляции эмоционального состояния с помощью воспоминания от лица Гарри Поттера, мы ввели показатели эмпатии в дисперсионный анализ в качестве ковариаты. При учете ковариаты дисперси-

онный анализ показал отсутствие значимого главного эффекта замера как для позитивного аффекта ($F(3, 114) = 1.858, p = .141$), так и для негативного аффекта ($F(3, 114) = 1.088, p = .357$). Поскольку без учета данной переменной повышение баллов по тесту ИПАНАТ после воспроизведения автобиографического воспоминания является высокозначимым для позитивного аффекта ($F(3, 117) = 7.728, p < .001, \eta^2_p = 0.165, p < .001$ для Формы 1, $p = .023$ для Формы 2 и $p = .001$ для Формы 3 после поправки Шидак на множественные сравнения), но не для негативного аффекта ($F(3, 117) = 1.814, p = .148$), можно заключить, что предполагаемый эффект наблюдается лишь у части выборки и избирательно связан с содержанием воспоминания. В связи с небольшим объемом выборки мы сочли информативным разделить выборку по медиане показателя шкалы сопереживания вымышленному персонажу теста эмпатии М. Дэвиса (22.5). Отметим, что вся наша выборка в целом характеризовалась средними и высокими показателями по дифференцирующей шкале, согласно данным о нормах в работе Корягиной и Кухтовой (2016). Принадлежность к высокой или к низкой подгруппе была введена как межгрупповой фактор в дисперсионный анализ с повторными измерениями. Для позитивного аффекта данный тип анализа показал значимый главный эффект замера ($F(3, 114) = 7.607, p < .001, \eta^2_p = 0.167$), значимый главный эффект фактора принадлежности к высокой или низкой группе по степени способности к сопереживанию вымышленному персонажу ($F(1, 114) = 2.218, p = .003, \eta^2_p = 0.212$). При этом взаимодействие факторов замера и межгруппового оказалось незначимым ($F(3, 114) = 0.391, p = .760$).

Применение t -критерия для парных выборок с поправкой Шидак на множественные сравнения показало, что значимое повышение показателей позитивного аффекта в тесте ИПАНАТ может быть зафиксировано только для тестирования после воспроизведения автобиографического воспоминания, «наполняющего радостью, силой и энергией», в подгруппе испытуемых с относительно низкими баллами по самоотчетной шкале способности к сопереживанию вымышленному персонажу (отличие Формы 4 от Формы 1 – $t(19) = 4.945, p = .001$; отличие Формы 4 от Формы 2 – $t(19) = 2.903, p = .054$; отличие Формы 4 от Формы 3 – $t(19) = 3.212, p = .027$; все различия между Формами 1, 2 и 3 незначимы при $p > .996$). В подгруппе испытуемых с относительно высокими баллами по самоотчетной шкале способности к сопереживанию вымышленному персонажу после поправки Шидак на множественные сравнения значимых различий между замерами обнаружено не было (различия между Формами 1, 2, 3 и 4 незначимы при $p > .211$). При выбранном критерии значимости различий между Формами 3 и 4 не обнаружено ($t(19) = 2.698, p = .095$).

Необходимо отметить, что представители подгруппы с высокой для нашей выборки способностью к сопереживанию вымышленному персонажу при всех замерах продемонстрировали значимо более высокие показатели позитивного аффекта в тесте ИПАНАТ, чем представители контрастной подгруппы: для Формы 1 – $F(1, 38) = 8.618, p = .006$; для Формы 2 – $F(1, 38) = 8.754, p = .005$; для Формы 3 – $F(1, 38) = 7.088, p = .011$; для Формы 4 – $F(1, 38) = 4.132, p = .049$. В то же время подгруппы не различаются по показателям негативного аффекта: для Формы 1 – $F(1, 38) = 0.004, p = .949$; для Формы 2 – $F(1, 38) = 0.489$,

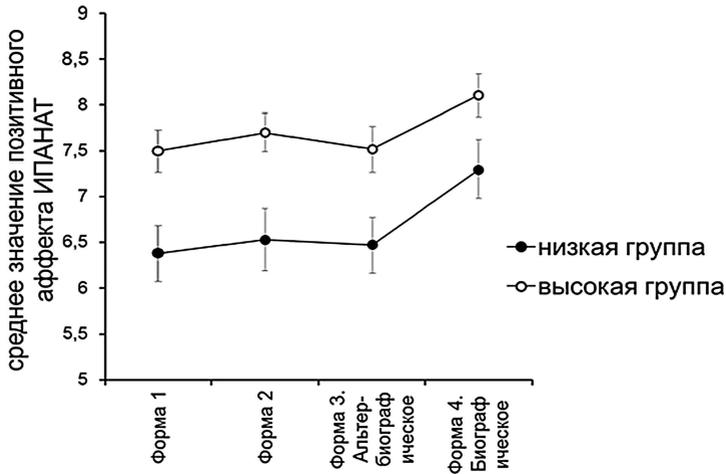


Рисунок 1. Средние значения показателей имплицитного позитивного аффекта по методике ИПАНАТ до экспериментальной манипуляции (Форма 1, Форма 2), после воспроизведения позитивного альтербиографического «воспоминания» от лица Гарри Поттера (Форма 3) и после воспроизведения позитивного автобиографического воспоминания (Форма 4). Пределы погрешности отображают 1 стандартную ошибку

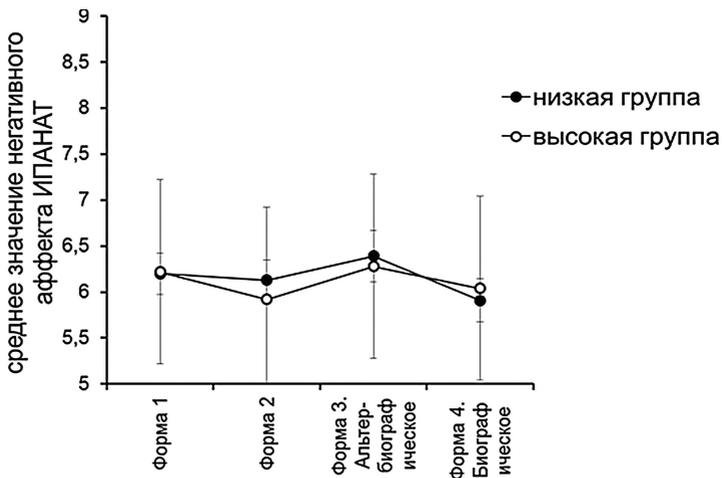


Рисунок 2. Средние значения показателей имплицитного негативного аффекта по методике ИПАНАТ до экспериментальной манипуляции (Форма 1, Форма 2), после воспроизведения позитивного альтербиографического «воспоминания» от лица Гарри Поттера (Форма 3) и после воспроизведения позитивного автобиографического воспоминания (Форма 4). Пределы погрешности отображают 1 стандартную ошибку

$p = .489$; для Формы 3 – $F(1, 38) = 0.091$, $p = .765$; для Формы 4 – $F(1, 38) = 0.188$, $p = .667$. Иными словами, позитивное автобиографическое воспоминание оказывало селективное влияние на изменение именно позитивного аффекта, что поддерживает позицию авторов теста об относительной независимости факторов позитивного и негативного аффекта.

Обсуждение и выводы

Можно констатировать, что, вопреки сходной нарративной форме, воспроизведение позитивного автобиографического воспоминания улучшает эмоциональное состояние испытуемых при отсутствии аналогичного эффекта для альтероббиографического «воспоминания» от лица Гарри Поттера. Ранее было показано (Brown, 2016; Лынова, 2019), что субъективно оба типа мнемических содержаний обладают эквивалентными феноменологическими характеристиками, в том числе по эмоциональной насыщенности. В нашей работе значимый эффект регуляции настроения автобиографическим воспоминанием был получен для тех участников исследования, которые в меньшей степени проявляли склонность к сопереживанию вымышленному персонажу. Однако даже в контрастной подгруппе воспоминание от лица литературного персонажа не приводило к сопоставимому эффекту. Для повышения надежности результатов в дальнейшем следует учесть фактор совпадения гендера персонажа и вспоминающего и ввести вариативность эмоционального содержания воспоминаний.

Литература

- Карягина Т. Д., Кухтова Н. В. Тест эмпатии М. Дэвиса: содержательная валидность и адаптация в межкультурном контексте // Консультативная психология и психотерапия. 2016. Т. 24. № 4. С. 33 – 61.
- Лынова М. И. Влияние эмоционального состояния на содержание воспоминаний автобиографического и биографического типа. МГУ им. М. В. Ломоносова, 2019.
- Митина О. В., Падун М. А., Зелянина А. Н. Разработка русскоязычной версии методики «Тест имплицитного позитивного и негативного аффекта» // Психологический журнал. 2017. Т. 38. № 2. С. 104 – 121.
- Нуркова В. В. Свершенное продолжается: психология автобиографической памяти личности. М: Изд-во Университета РАО, 2000.
- Brown N. R. Transition theory: A minimalist perspective on the organization of autobiographical memory // Journal of Applied Research in Memory and Cognition. 2016. Vol. 5. No. 2. P. 128 – 134. doi:10.1016/j.jarmac.2016.03.005
- Bryant F. B., Smart C. M., King S. P. Using the past to enhance the present: Boosting happiness through positive reminiscence // Journal of Happiness Studies. 2005. Vol. 6. No. 3. P. 227 – 260. doi:10.1007/s10902-005-3889-4
- Holland A. C., Kensinger E. A. Emotion and autobiographical memory // Physics of Life Reviews. 2010. Vol. 7. No. 1. P. 88 – 131. doi:10.1016/j.plev.2010.01.006
- Singer J. A., Salovey P. Remembered self: Emotion and memory in personality. Simon and Schuster, 2010.

AUTOBIOGRAPHICAL MEMORIES, BUT NOT STORIES ABOUT HARRY POTTER, ALLOW YOU TO CONTROL YOUR EMOTIONAL STATE

M. I. Lynova

lynova_marina@mail.ru

Lomonosov Moscow State University, Moscow

Abstract. The experimental study was initiated by a controversial question about the specificity of autobiographical memories in the process of emotional regulation. The aim of the study was to compare the impact of reproducing positive autobiographical memories or material that was identical in form of semantic knowledge about the event from the life of a literary character (Harry Potter) on the current emotional state. In both conditions, the material was reproduced in the first person. The emotional state of the study participants ($N = 40$) was evaluated using the projective technique IPANAT, implying the projection of the current emotional state on neutral letter combinations. Measurements were made a week before the experimental manipulations and immediately after the reproduction of the autobiographical or alter-biographical material. It was shown that after the reproduction of a positively emotionally saturated autobiographical memory, the indicators of the participant's congruent emotional state (implicit positive affect) significantly increased in comparison with both preliminary measurements and with the condition of reproducing mnemonic material on behalf of a literary character.

Keywords: emotional regulation, autobiographical memory, semantic memory, empathy, IPANAT