

Литература

Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения в разные периоды жизни: дис. ... д-ра психол. наук / Т.Л. Крюкова. – Кострома, 2005. – 473 с.

ADULT REPRESENTATIONS, ON WAYS TO COPE WITH STRESS IN ADOLESCENTS AND COPING STRATEGIES OF TEENAGERS

Shatalova N.E.

Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences

(Moscow)

Abstract. The paper analyzes the views of adult respondents who do not have children, as well as those who have experience of raising from one to two or more children about the ability of adolescents to cope with stressful situations. The data obtained confirm the hypothesis of differences in the perceptions of adult respondents raising different numbers of children about coping strategies used by adolescents in a stressful/difficult life situation.

Keywords: stress, coping strategies, adult perceptions of ways to cope with stress in adolescents

САМОРЕГУЛЯЦИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ ПРИ ВОСПРИЯТИИ ПРОИЗВЕДЕНИЙ ИСКУССТВА

Шаяхметова Л.А.

Казанский федеральный университет (г Казань)

lesh_07_@mail.ru

Аннотация. В статье описаны результаты исследований особенностей эмоциональных состояний при восприятии произведений искусства. Данные особенности рассматриваются с точки зрения регуляторного потенциала искусства, который заключается в амбивалентных оценках эмоциональных состояний с отрицательной валентностью. Проанализированы комплексы переходных эмоций, сопутствующих изменению валентности состояний тоски и тревоги при восприятии художественных и фактуальных нарративов. Результаты исследования показывают, что наиболее распространёнными переходными эмоциями при состоянии тревоги являются заинтересованность и надежда. Эмоцией, способствующей изменению валентности состояния тоски является вдумчивость.

Ключевые слова: саморегуляция, эмоциональные состояния, когнитивная переоценка, художественный нарратив, фактуальный нарратив

Проблема отрицательных эмоций, возникающих при восприятии произведений искусства, является одной из наиболее дискуссионных. С одной стороны, отрицательные эмоции являются признаком неудовлетворенных потребностей, вызывают дискомфорт и желание принять меры для их редукции. С другой, многие авторы подчёркивают важную роль отрицательных эмоций, являющихся ценным ресурсом для искусства и его восприятия. В частности, В. Миннингхаус описывает модель наслаждения отрицательными эмоциями при восприятии произведения искусства, в которой отвечает на вопрос, как искусство может использовать преимущества отрицательных эмоций без ущерба для своей конечной цели (Menninghaus, 2017).

В соответствии с концепцией саморегуляции психических состояний А.О. Прохорова саморегуляция представляет собой цепь последовательных переходов от исходного состояния к желаемого достижение. Количество переходных состояний может быть разным, но как правило, это несколько состояний – достижение целевого состояния без промежуточных переходов случается крайне редко (Прохоров, 2020). В этой связи интерес представляет рассмотрение механизмов восприятия искусства, задействованных в изменении модальности эмоций. Так, например, в исследованиях Cupchik изучен феномен «эстетической дистанции», которая может снижать интенсивность эмоциональных переживаний, обусловленных проживанием сюжета, но сохранять высокий уровень эмоциональной вовлечённости (Cupchik, 2013). Существует множество работ в области психологии искусства, рассматривающих различные аспекты взаимодействия художественного материала и эмоциональной сферы человека. Однако механизмы искусства с точки зрения их прикладного применения в саморегуляции эмоциональных состояний в данный момент изучены недостаточно полно.

Цель исследования: выявить, какие комплексы переходных эмоций, способствующие изменению валентности состояния, характерны для негативных эмоциональных состояний в контексте художественных произведений.

Исследование проводилось в два этапа. В ходе первого этапа испытуемым было предложено посмотреть отрывок из мультфильма «Отец и дочь» (2000), индуцирующий эмоцию грусти. Для выявления изменений эмоциональных состояний использовались следующие методики:

- Методика «Рельеф эмоционального состояния» А.О. Прохорова
- Анкета, направленная на выявление особенностей эмоциональных состояний.

На втором этапе исследования участникам было предложено вспомнить и ретроспективно проанализировать две ситуации, в которых они испытывали

тревогу и тоску. Участники были разделены на две группы: первой было дано задание вспомнить указанные выше состояния, актуализированные при восприятии художественных нарративов, а второй – вспомнить те же состояния в контексте фактуальных нарративов. Затем обеим группам было необходимо ответить на вопросы, касающиеся особенностей вспоминаемых состояний.

В исследовании приняли участие 190 человек от 18 до 35 лет различных профессий и уровня образования. В качестве методов статистического анализа данных были использованы непараметрические критерии U-Манна-Уитни, χ^2 Пирсона, частотный анализ и критерий Краскалла-Уоллеса. В качестве метода статистической обработки данных был использован пакет статистического анализа SPSS 21.

С помощью анализа частот были выделены наиболее распространённые эмоции, сопутствующие отрицательным эмоциональным состояниям в контексте художественных и невымышленных нарративов. Для состояния тревоги, вызванной художественным произведением наиболее характерны такие сопутствующие эмоции, как взволнованность (68 %), напряжённость (52 %), грусть (43 %), бессилие (41 %). При восприятии фактуальных нарративов наиболее распространённым состоянием было бессилие (64 %), также часто встречались эмоции взволнованности (56 %), напряжённости (49 %), злости (44 %). В результате анализа соотношения частот эмоций с помощью критерия χ^2 Пирсона были обнаружены значимые отличия для эмоций бессилия ($p = 0,002$), возмущения ($p < 0,001$), злости ($p < 0,001$) – они проявлялись чаще у респондентов, вспоминавших ситуацию тревоги в контексте нарратива реальных событий, а также эмоции внимания ($p < 0,001$) и опустошённости ($p = 0,032$), которые проявлялись чаще в контексте художественных произведений.

Для состояния тоски было характерно преобладание грусти (64 %), бессилия (60 %) и боли (51 %) в контексте художественных нарративов. Невымышленные нарративы, связанные с состоянием тоски, сопровождалось воспоминанием таких состояний как грусть (56 %), бессилие (47 %), опустошённость (36 %), жалость (36 %). Статистический анализ показал значимые отличия между эмоциями, проявившимися в группах респондентов с различными заданиями. Так, в группе, где участники вспоминали состояние тоски, вызванное сюжетом художественного произведения, чаще отмечалось состояние боли ($p = 0,007$) и вдумчивости ($p = 0,014$).

Одной из основных задач исследования было выявление эмоций, смежных с отрицательными состояниями, и, как следствие, способствующих переходу из одного состояния в другое, то есть обладающих регуляторным потенциалом. Для это-

го были проанализированы связи оценок состояний грусти, тревоги и тоски и смежных с ними эмоций. Сравнение результатов по группам, вспоминаям состояния в контексте художественных или фактуальных нарративов, дало отличие в частоте положительных эмоций для состояния тревоги: у испытуемых в группе художественных нарративов было больше позитивно оцениваемых эмоций по сравнению с группой, вспоминаям реальные истории. ($p < 0,001$) Обратную зависимость можно наблюдать для частоты появлений отрицательных эмоций для тревоги – эмоции, смежные с состоянием тревоги в контексте художественных сюжетов реже отмечались как отрицательные ($p = 0,023$).

При анализе актуализации эмоций, смежных с состоянием тоски также наблюдалась закономерность: частота положительных эмоций была выше в группе, вспоминаям художественные произведения по сравнению группой вспоминаям реальные истории ($p < 0,001$). При этом наиболее распространёнными положительными эмоциями, переживаемыми в состоянии тревоги при высоких оценках комфортности состояния для художественных произведений являются заинтересованность ($\chi^2 = 6.635$, $p < 0.001$) и надежда ($\chi^2 = 6.635$, $p = 0.002$). Наиболее часто актуализируемой переходной эмоцией, переживаемой в состоянии тоски является вдумчивость ($\chi^2 = 6.635$, $p = 0.002$).

В результате исследования были сделаны следующие выводы:

- Искусство и рассматриваемые вымышленные нарративы имеют регуляторный потенциал благодаря более высоким оценкам комфортности психических состояний по сравнению с невымышленными нарративами.

- Существует комплексы переходных эмоций, которые обуславливают Отрицательные эмоциональные состояния сопровождают положительные такие эмоции, как надежда, рефлексия, ностальгия, вдумчивость.

- При положительно оцениваемой комфортности состояния чаще проявляются такие эмоции, как надежда, рефлексия, а при отрицательных состояниях чаще проявляются такие эмоции, как бессилие, грусть.

Таким образом, были выявлены отличия в эмоциональных проявлениях между художественными и невымышленными нарративами. Состояния бессилия и возмущения значимо чаще проявлялись в ситуациях, связанных с невымышленными нарративами в состоянии тревоги. Данные состояния демонстрируют полярные реакции на фрустрирующее событие – стеническую и астеническую. Более высокая частота данных состояний в контексте реальных историй говорит о большей вовлечённости и личностной значимости реальных событий. Результаты дают основу для практических разработок методов саморегуляции с использованием художественных произведений.

Литература

Прохоров А.О. Структурно-функциональная модель ментальной регуляции психических состояний субъекта. / А.О. Прохоров // Психологический журнал. – Т. 41. – №1. – 2020. – С. 5–18.

Cupchik G.C. Suspense and disorientation: Two poles of emotionally charged literary uncertainty / G.C. Cupchik // Suspense. Routledge. – 2013. – Pp. 199–208.

Gross J.J. Handbook of Emotion Regulation. – 2nd Edn. / J.J. Gross. – New York, NY: Guilford, 2014. – 669 p.

Menninghaus W. The Distancing-Embracing model of the enjoyment of negative emotions in art reception. / W. Menninghaus, V. Wagner, J. Hanich et al. // Behavioral and Brain Sciences. – 2017. – Vol. 40. – E347. doi: 10.1017/S0140525X17000309.

SELF-REGULATION OF EMOTIONAL STATES AND ART PERCEPTION

Shayakhmetova L.A.

Kazan (Volga region) Federal University

(Kazan)

Abstract. The article describes the results of studies of the characteristics of emotional states during the perception of works of art. These features are considered from the point of view of the regulatory potential of art, which lies in ambivalent assessments of emotional states with a negative valence. Complexes of transitional emotions accompanying changes in the valence of states of melancholy and anxiety during the perception of artistic and factual narratives are analyzed. Research results show that the most common transitional emotions during anxiety are interest and hope. An emotion that contributes to changing the valence of the state of melancholy is thoughtfulness.

Keywords: self-regulation, emotional states, cognitive revaluation, artistic narrative, factual narrative