

**Способы индукции и измерений эмоциональных состояний.**

**Кожухова Юлия Андреевна**

*Аспирант*

*ИП РАН - Институт психологии РАН, Общая психология, психологи личности,  
история психологии, Москва, Россия*

*E-mail: yuliyak@list.ru*

Все больше исследований в последнее время включает в себя необходимым проведение процедуры индукции эмоций, потому что в психологии одной из наиболее популярных областей исследования является изучение характера и закономерности влияния эмоциональных состояний на другие, например когнитивные, процессы. Поэтому было важным рассмотреть и проанализировать возможные и существующие способы индукции эмоций и их ограничения. Индукция выступает, как возможность изучить влияние некоторых эмоциональных состояний на определенные процессы.

Для индукции существует несколько способов. В обзоре Вестермана (Westermann, Spies, Stahl Hesse, 1996) было выделено около 9 типов процедур индукции. В более современных обзорах, выделяют уже большее количество. Анализ обзоров различных способов индукции показывает, что все существующие варианты имеют как преимущества, так и свои недостатки (Coan, Allen, 2007).

Процедура "тяги-толкай" приближение и отдаление объекта, например нажатие на стол сверху или снизу - рассматривается как способ индукции. В одной из серии исследований, проведенных Джоном Касиорро и коллегами (Cacioppo, 1993), они обнаружили, что нейтральные китайские иероглифы, представленные в ходе того, как испытуемые сгибали руку – впоследствии оцениваются более положительно, чем иероглифы представленные испытуемым с вытянутой рукой. Или испытуемые категоризовывали положительные слова как «слова» быстрее, чем негативные, в том случае, если у них была иллюзия движения «к» экрану компьютера, а негативные, если у них была иллюзия движения «от» экрана (Neumann, Strack, 2000). Плюс данной методики заключается в том, что испытуемые не догадываются о том, что это способ индукции эмоций.

Ещё один способ, который используется для индукции эмоций, заключается в предъявлении эмоциогенных изображений с определенной эмоциональной окраской. Также в экспериментальных исследованиях используются видеосюжеты с определенной эмоциональной окраской. Преимуществами использования видеозаписей и фотографий является то, они просты в использовании, универсальны.

Однако, одна из проблем при индукции эмоциональных состояний – в частности с помощью фотографий и видеозаписей, заключается в том, что индуцируемые в ходе эксперимента эмоциональные состояния мимолетны, держатся не долго. Все это накладывает серьезные ограничения на научные исследования посвященные влиянию эмоциональных состояний. Как правило в экспериментах, где индуцируется предполагаемое эмоциональное состояние, эффект настроения держится меньше 10 минут, что затрудняет оценку этого эффекта и выполнение более одной экспериментальной задачи (Farah, 2007).

Многo исследовалось влияние эмоций на внимание. В одном из экспериментов применялась процедура индукции с помощью эмоциогенных картинок. Использовалась строго подобранная подборка изображений из базы IAPS (Lang et al., 2008). Однако хоть и для индукции эмоций изображения предъявлялись два раза, что бы поддерживать предполагаемое состояние, их влияние быстро угасло. Это можно объяснить тем, что картинкам не удаётся индуцировать достаточно сильные эмоции, поэтому эффект их влияния оказывается таким слабым.

Во втором эксперименте индукция эмоционального состояния осуществлялась с помощью предъявления видеозаписей. Для индукции эмоционального состояния предъявлялись три видеозаписи, нейтральное видео с природой для двух групп, далее в условии высокого эмоционального напряжения предъявлялось угрожающее видео, а в условии низкого эмоционального напряжения грустное видео. Для оценки эмоционального состояния, испытуемым предъявлялся опросник. Опросник включал 20 эмоциональных состояний, которые можно отнести к двум шкалам «шкала валентности» и «шкала напряжения». Получено значимое различие по шкале напряжения  $p=0,001$  (критерий Уилкоксона) и средний показатель больше в условии высокого напряжения. В условии низкого напряжения есть значимое различие по шкале – валентность ( $p < 0,01$ , Критерий Уилкоксона). Таким образом, можно сделать вывод, что группы отличаются по уровню напряжения и по валентности, то есть удалось индуцировать предполагаемые эмоциональные состояния.

Однако стоит не забывать о том, что недостаточная эффективность процедур индукций может иметь такие причины, как недостаточно сформированные навыки рефлексии, а это значит, что испытуемые просто не могут в полной мере описать свое собственное состояние, свои чувства. Испытуемым предлагается, как самый подходящий, а в некоторых исследованиях, единственный способ получить информацию о субъективном эмоциональном состоянии человека - самоотчет. И поэтому, испытуемый дает ответ, основываясь на своем понимании собственных переживаний, то есть, многое зависит от его уровня рефлексии. К числу преимуществ, однако, относится скорость получения информации, простота использования.

В целом, индукция эмоций это сложная экспериментальная процедура, в которой достаточно трудно получить требуемый результат. Однако приведенные выше процедуры индукций эмоций является незаменимыми в исследованиях, посвящённых изучению влияния эмоциональных состояний не только на различные когнитивные процессы.

## Литература

1. Cacioppo J.T., Crites S.L. If attitudes affect how stimuli are processed, should they not affect the event-related brain potential? // Psychological Science. 1993. No.4. Pp.108-112.
2. Coan J. A. & Allen J. J. B. The Handbook of Emotion Elicitation and Assessment // Coan J. A. & Allen J. J. B. New York, NY: Oxford University Press, 2007.
3. Farah M.J. The Influence of Sad Mood on Cognition // Emotion, 2007. No.7 (4). P. 802-811.

4. Lang, P.J., Bradley, M.M., & Cuthbert, B.N. International affective picture System (IAPS): Affective ratings of pictures and instruction manual. Technical Report A-8// University of Florida, Gainesville, FL, 2008.
5. Neumann R., Strack F. Approach and Avoidance: The Influence of proprioceptive and Exteroceptive Cues on Encoding of Affective Information // Journal of Personality and Social Psychology. 2000. No. 79. 1, Pp. 39-48.
6. Westermann R., Spies K., Stahl G., Hesse F. Relative effectiveness and validity of mood induction procedures: a meta-analysis // European Journal of Social Psychology, No.26, Pp.557-580.