

**Толерантность к негативным эмоциональным экспрессиям: поведенческие и субъективные показатели**

**Научный руководитель – Зорина Светлана Валерьевна**

***Ярцева Алиса Сергеевна***

*Студент (бакалавр)*

Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П.

Королева, Социально-гуманитарный институт, Самара, Россия

*E-mail: alisa240104@mail.ru*

Эмоциональная экспрессия лица эволюционно направляет поведение человека: положительные эмоции вызывают приближение, отрицательные - избегание [1]. Длительность контакта человека с негативными эмоциями другого не является произвольной величиной, а служит объективным поведенческим маркером его устойчивости к эмоциональному заражению и способности к совладанию с негативным аффектом.

А.И. Палей считает, что для модальности гнева характерна обработка на уровне психической деятельности, стремящаяся к «минимизации» информации об эмоциогенном объекте. Для модальности страха обработка, напротив, стремится к «максимизации», то есть можно предположить, что гневный визуальный стимул будет восприниматься меньше, чем стимул, транслирующий эмоцию страха [2].

В настоящем исследовании выдвигается две гипотезы: 1) испытуемые будут прерывать просмотр видеоматериалов с выражением гнева быстрее, чем видеоматериалы со страхом и нейтральным выражением; 2) испытуемые с более высокими показателями по шкалам эмпатии будут меньше смотреть эмоциональные стимулы, в связи с более выраженными реакциями сочувствия.

Для измерения толерантности к эмоциональным экспрессиям была разработана компьютеризированная методика, апробированная в пилотном исследовании прошлого года [3]. Ценность методики в том, что используется именно поведенческий показатель.

В текущем исследовании участникам демонстрировались три видеоролика продолжительностью около пяти минут каждый, смонтированные из 15-20-секундных фрагментов. Стимульный материал включал экспрессии злости, страха, а также нейтральные выражения лиц (в качестве контрольного измерения). Лица были представлены крупным планом. Испытуемым предлагалась инструкция: смотреть стимулы столько, сколько они посчитают необходимым. Время просмотра видео до его остановки рассматривается как поведенческий индикатор толерантности к различным эмоциям.

После завершения просмотра видео фиксировались субъективные оценки: уровень комфорта, тревоги, раздражения, печали, удовольствия, отторжения, а также степень сочувствия/равнодушия, симпатии/антипатии к героям видео и сила переживаемых ими эмоций. Дополнительно испытуемым был предложен многофакторный опросник эмпатии для дальнейшего сопоставления личностных характеристик участников с их поведенческими и субъективными реакциями на эмоциональные видеостимулы.

Выборку составили 71 студент Самарского университета им. С.П. Королева, из которых 36 психологов и 35 не психологов (студенты разных гуманитарных и технических специальностей).

Субъективные оценки переживаний свидетельствуют о том, что стимульный материал оказал влияние, соответствующее модальности экспрессии. Длительность свободного просмотра видеоматериала с демонстрацией различных эмоциональных модальностей представлена в таблице.

Среднее время просмотра нейтрального видеостимула значительно превышает время просмотра эмоциональных стимулов ( $Z_{\text{страх}} = -3,318$ ,  $p=0,001$ ; ( $Z_{\text{гнев}} = -3,214$ ,  $p=0,001$ ), при отсутствии различий времени просмотра эмоциогенных стимулов ( $Z = -0,510$ ,  $p=0,61$ ). Предположение, что участники будут дольше смотреть стимулы с экспрессией страха, не подтвердилось. Это может быть связано со стремлением дистанцироваться от негативных эмоций, независимо от их модальности. Вероятно, страх и гнев равным образом способствуют уменьшению готовности с ними контактировать при восприятии чужой экспрессии. Это может отражать действие механизма избегания, направленного на уменьшение состояния дискомфорта наблюдателя.

Связи субъективных оценок собственных переживаний при просмотре стимулов и поведенческого показателя толерантности к экспрессии неоднозначны. Было обнаружено, что время просмотра видео с выражением страха отрицательно связано с уровнем собственной тревоги ( $r = -0,244$ ,  $p = 0,04$ ). Длительность наблюдения за гневной экспрессией не связана ни с одним субъективным переживанием. Можно предположить, что восприятие гнева связано со сложным комплексом аффективных реакций, которые проявляется в нелинейных связях между поведенческими и субъективными показателями.

Проверка второй гипотезы показала, что существует связь между дистрессом и наблюдением за выражением гнева ( $r = -0,384$ ,  $p = 0,01$ ) и страха ( $r = -0,24$ ,  $p = 0,05$ ). Это может свидетельствовать о том, что лица с более выраженной склонностью к переживанию личного дискомфорта при восприятии чужих негативных эмоций сильнее реагируют на подобные авersive стимулы и стремятся быстрее прекратить с ними контакт.

Более высокие показатели когнитивной эмпатии связаны с более высоким уровнем субъективного комфорта при просмотре гневного видео ( $r = 0,39$ ,  $p = 0,002$ ). Возможно, способность дистанцироваться и понимать эмоции другого без чрезмерного слияния снижает эмоциональную перегрузку.

Можно говорить о том, что различные компоненты эмпатии по-разному связаны с поведением наблюдателя при восприятии негативных эмоций.

Полученные результаты свидетельствуют о наличии связей между поведенческими и субъективными показателями реагирования на эмоциональные стимулы. В то же время характер этих связей носит неоднозначный характер. В методике содержится диагностический потенциал, связанный с использованием времени добровольного просмотра в качестве индикатора толерантности.

### Источники и литература

- 1) Зорина С.В. Влияние смешанной мимики на поведение приближения и отдаления // Вестник удмуртского университета. Серия философия. Психология. Педагогика. 2022. Т. 32, вып. 4. С. 377-384.
- 2) Палей И.А. Модальностная структура эмоциональности и когнитивный стиль // Вопросы психологии. 1982. Т. 1. С. 118 - 126.
- 3) Ярцева А. С. Толерантность к эмоциональной экспрессии как фактор стрессоустойчивости в профессиях повышенного риска // XVIII Королевские чтения : материалы всерос. молодеж. науч. конф. с междунар. участием, посвящ. 80-й годовщине Победы в Великой Отеч. войне, 7–9 октября 2025. Самара, 2025. Т. 2. С. 201-203.

### Иллюстрации

Показатель	Экспрессия страха			Нейтральный стимул			Экспрессия гнева		
Среднее время просмотра	117,2			166, 1			124,3		
Субъективная оценка	Сила переживания	Тревога	Раздражение	Сила переживания	Тревога	Раздражение	Сила переживания	Тревога	Раздражение
Среднее	4,94	3,37	1,93	2,34	1,89	1,96	4,49	2,83	3,08
Стандартное отклонение	2,223	2,153	1,477	1,585	1,469	1,525	2,151	1,859	1,925

Рис. : Таблица - Субъективные оценки переживаний по модальностям экспрессий и длительность просмотра видеороликов с выражением эмоциональных экспрессий (сек)