Холод и одиночество.

Как соотносится социальное отчуждение с физическим ощущением холода?

Актуальность

Лишение социальных контактов является стрессом как для людей, так и для животных. Быть отвергнутым другими или потерять близкого человека не только вызывает беспокойство и депрессию, но также активирует участки мозга, которые, как известно, регулируют физическую боль. (данные участки отвечают за восприятие боли, после чего она направляется в таламус[4]) Так как каждому приходилось или придется столкнуться с тем или иным отвержением в жизни данный эксперимент может помочь найти выход и не впасть в депрессию.

Цели

Без сомнений социальная изоляция оказывает существенное неблагоприятное воздействие на психологическое и физическое благополучие людей, но сегодня перед нами стоит другой вопрос: узнать ощущается ли социальное отчуждение буквально холодно? Это и будет основной целью наших экспериментов, так же с помощью экспериментов мы докажем или опровергаем гипотезы и узнаем какие части головного мозга задействуются в этих экспериментах.

Гипотезы

Лингвистическая связь между социальной изоляцией и холодом может отражать предрасположенность людей использовать концепцию, основанные на опыте (например, холодный), чтобы описать сложные понятия, такие черты, как щедрый, общительный, популярный и гуманные часто ассоциируются с впечатлением «теплого» человека.

Эксперимент 1:

В данном эксперименте мы тестировали, вызывает ли социальное отчуждение действительное ощущение холода.

-В группах по трое попросили разделиться на группы 2+1(исключить одного)

-Далее каждой группе нужно было оценить текущую температуру в комнате

-Затем мы задали вопрос: какому виду пищи вы отдаете предпочтение в данный момент(холодная или теплая)

Эксперимент 2:

Необходимо было проверить еще один тезис: люди склонны замещать социальное тепло физическим. Переживания физической теплоты могут смягчить негативные «холодные» чувства, вызванные социальным неприятием.

-случайно попросить написать историю из личного опыта, когда они чувствовали себя социально изолированным(человек мысленно переносится в тот момент->одолевает депрешон)

-спрашиваем о последнем приеме пищи (сбиваем с толку несвязной фигней) -даем в руки теплый предмет

-задаем вопросы о продукте(посоветовали бы или нет, красивый предмет и тд - несвязная задача для запутывания)

- подержав теплый или холодный предмет, спрашиваем: «Что бы вы предпочли в данный момент, оказаться дома или пойти на встречу с друзьями, хотите ли вы пообщаться с другом/родителем»

Результаты экспериментов

1 эксперимент

Таким образом, первый эксперимент доказал, что, метафоры, такие как холод и одиночество не кажется простым совпадением - почему социальная изоляция описывается как холодная, но не грязная? Наши результаты доказывают теоретическое предположение о том, что данные метафоры могут основываться на одновременных психологических или телесных переживаниях (Lakoff & Johnson, 1980). Возможно, что люди используют холод, чтобы описать стороны социального взаимодействия, они осознают, что переживание холода и опыт социального отторжения совпадает.

2 эксперимент

Таким образом, было установлено, что теплые физические переживания Таким образом, было установлено, что теплые физические переживания значительно снижают степень социальной изоляции, эффективно заменяя необходимые социальные переживания и устраняя необходимость в близости с родными или друзьями в данный момент.

Результаты других исследований

В недавнем исследовании Lawrence E Williams, Jeremy R. Gray и John A. Bargh (20011), провели подобные эксперименты где так же были отчужденные люди

В данных экспериментах были выявлены определенные участки головного мозга, а тоесть инсулярно-оперкулярные участки. Отчужденные люди больше чувствовали холод чем тепло и на снимках мозга эти участки активизировались больше чем у людей которых не исключали из групп

Почему так происходит

Во втором эксперименте экспериментатор попросил участников держать чашку горячего или холодного кофе временно, прежде чем они оценивали черты другого человека. Это очень неявная манипуляция температурой изменила их оценки: Контакт с чашкой горячего кофе поспособствовал более высокой оценке человека, теплее и дружелюбнее, чем при контакте с чашкой холодного кофе.

После холодной чашки снова задействовался инсулярно-оперкулярный островок головного мозга, который и стал причиной ухудшения оценки человека так же это связывают и так же данные участки могут отвечать и за боль после потери или отчуждения так как данные отделы находятся в непосредственной близости с таламусом, который отвечает за восприятие боли (таламус изображен в центре)