

Tło i cel

Choć negatywne emocje sygnalizują ważne problemy, a także wskazują na istotne dla nas zdarzenia, to zbyt intensywne, prowadzą do zaburzeń funkcjonowania psychicznego; na przykład nadmiernie przeżywany smutek może doprowadzić do depresji. Dlatego zdolność do ograniczania wpływu negatywnych bodźców może być kluczem do zachowania zdrowia psychicznego. Zdolność ta nazywana jest przez psychologów kontrolą emocji. Choć znane są zbawienne efekty stosowania kontroli emocji, **wiedza na temat jej mózgowych podstaw jest wciąż niewystarczająca.**

Realizowane w ramach pracy doktorskiej badania mają przybliżyć do poznania mózgowego mechanizmu **najskuteczniejszej formy kontroli emocji, jaką jest reinterpretacja poznawcza.**

Mózgowy mechanizm działania reinterpretacji pozostaje nierozpoznany

Reinterpretacja poznawcza polega na zmianie sposobu myślenia o negatywnym bodźcu poprzez nadanie mu **nowego znaczenia**, tak by jego odbiór stał się bardziej neutralny. Na przykład, osoba widząca scenę wypadku samochodowego może zastosować reinterpretację, myśląc, że „choć wypadek wygląda poważnie, wszyscy jego uczestnicy wyszli ze zdarzenia bez szwanku”.

Reinterpretacja aktywuje obszary mózgu związane z myśleniem, przy jednoczesnym obniżaniu aktywności obszarów odpowiedzialnych za przetwarzanie emocji. Przez wiele lat działanie mechanizmu reinterpretacji było tłumaczone powyższą obserwacją, jednak **najnowsze badania wskazują iż opisana powyżej aktywność ma jedynie związek z reinterpretacją, ale nie tłumaczy specyficznego mechanizmu jej działania.** Problemem dotychczasowych badań był brak możliwości odizolowania specyficznego i najważniejszego dla reinterpretacji etapu – etapu nadania nowego znaczenia, co w efekcie uniemożliwiło dokładne poznanie mechanizmu reinterpretacji.

W zamiarze niniejszego projektu jest dokładne poznanie działania mechanizmu reinterpretacji

Obecny rozwój metod gromadzenia i analizy danych neurofizjologicznych stwarza jednak okazję uzupełnienia tej luki teoretycznej. Celem badań naukowych prowadzonych w ramach pracy doktorskiej jest zastosowanie **innowacyjnych metod eksperymentalnych i zaawansowanych sposobów analizy sygnału bioelektrycznej aktywności mózgu (EEG)**, by poznać mechanizm działania reinterpretacji poznawczej. W dotychczas przeprowadzonych dwóch eksperymentach z pomiarem EEG udało się dokonać przełomowej izolacji specyficznych dla reinterpretacji etapów i procesów mózgowych. Wyniki pierwszego eksperymentu zostały opublikowane specjalistycznym i renomowanym czasopiśmie, a artykuł opisujący wyniki drugiego jest w trakcie recenzji. W dalszej kolejności planuje się dokładne, pogłębione analizy na wyizolowanych, mózgowych procesach stanowiących o specyficznym działaniu reinterpretacji. Dzięki temu **możliwe będzie poznanie mechanizmu działania reinterpretacji z niespotykaną, do tej pory precyzją.**

Wpływ wyników

Zgromadzone i przeanalizowane do tej pory dane **znacząco kontrybuują w dyskusji na temat mózgowych podstaw reinterpretacji.** Planowane analizy pozwolą rozwinąć uzyskane dotychczas wnioski, zwiększając ich moc eksplanacyjną. W efekcie, wyniki będą mieć fundamentalne znaczenie dla zrozumienia podstawowych zjawisk leżących u podłoża odpowiedniego funkcjonowania emocjonalnego, pozwalając **zasadniczo przeformułować aktualną teorię** dotyczącą mózgowego mechanizmu działania reinterpretacji.