

ЗА РУБЕЖОМ

ПОДХОД ДЖ. ГРОССА К ИЗУЧЕНИЮ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ: ПРИМЕРЫ КРОССКУЛЬТУРНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ

А.А. ПАНКРАТОВА

Описываются основные стратегии эмоциональной регуляции по Дж. Гроссу (когнитивная переоценка и подавление экспрессии), опросник ERQ, разработанный для их диагностики, и способ моделирования этих стратегий в лабораторных условиях. Приводятся результаты исследований последствий когнитивной переоценки и подавления экспрессии для представителей американской культуры. Анализируется связь между ценностями культуры и требованиями, которые предъявляются к эмоциональной регуляции. На примере лабораторных экспериментов показано, что для американцев – выходцев из Европы подавление экспрессии имеет более негативные последствия, чем для американцев – выходцев из Восточной Азии.

Ключевые слова: Дж. Гросс, эмоциональная регуляция, когнитивная переоценка, подавление экспрессии, культура.

В ряде кросскультурных исследований П. Экманом (2010) было показано, что существует определенный набор базовых эмоций, которые одинаково проявляются в разных культурах; при этом каждая культура задает свои правила их проявления. В зависимости от ценностей культуры поощряется либо эмоциональная сдержанность, либо свободное проявление эмоций. Если от человека требуется первое, он может действовать двумя способами – попытаться изменить свое эмоциональное состояние или просто подавлять внешние проявления эмоции. В странах, где поощряется эмоциональная сдержанность, широко используются оба эти способа, а подавление эмоций как привычный способ не приводит к негативным последствиям. Если сравнить внешние проявления эмоции с симптомами болезни, то эти два способа эмоциональной регуляции являются разными методами лечения: первый – бороться с причиной болезни, второй – только с ее симптомами. Симптоматическое лечение не приводит к негативным послед-

ствиям, если организм человека является достаточно сильным и закаленным, чтобы противостоять болезни.

ПРОЦЕССУАЛЬНАЯ МОДЕЛЬ ЭМОЦИОНАЛЬНОЙ РЕГУЛЯЦИИ ПО ДЖ. ГРОССУ

Джеймс Гросс (James Gross) – профессор факультета психологии Стэнфордского университета, глава психофизиологической лаборатории – выделяет две глобальные стратегии эмоциональной регуляции, которые относятся к разным этапам разворачивающегося эмоционального ответа: «ситуация – оценка ситуации – эмоциональный ответ» (рис.) (Gross, 2002; John, Gross, 2004). Первая глобальная стратегия – эмоциональная





Рис. Процессуальная модель эмоциональной регуляции по Дж. Гроссу

регуляция, сосредоточенная на условиях возникновения эмоционального ответа (antecedent-focused emotion regulation) — направлена на переключение внимания с одного аспекта ситуации на другой или изменение отношения к ситуации. Вторая глобальная стратегия — эмоциональная регуляция, сосредоточенная на эмоциональном ответе (response-focused emotion regulation) — направлена на изменение эмоционального ответа, который уже возник. Модель Дж. Гросса опирается на когнитивную теорию эмоций (см., например, Изард, 2002), согласно которой причиной эмоции является не ситуация как таковая, а то, как человек оценивает эту ситуацию. По замечанию автора, термин «стратегия» используется с оговорками: данные процессы эмоциональной регуляции, как правило, протекают автоматически без сознательного контроля.

Для проведения исследовательской работы были выделены две частные стратегии — когнитивная переоценка (КП — cognitive reappraisal) и подавление экспрессии (ПЭ — expressive suppression), которые отвечают следующим критериям: 1) являются примерами описанных выше глобальных стратегий эмоциональной регуляции; 2) используются людьми в повседневной жизни; 3) допускают оценку индивидуальных различий и могут быть смоделированы в лабораторных условиях. Когнитивная переоценка (КП) связана с интерпретацией ситуации таким образом, чтобы из-

менить эмоциональное состояние; подавление экспрессии (ПЭ) — с подавлением внешних проявлений эмоционального состояния. Так, водитель, оказавшись во внештатной ситуации на дороге, может оценить ее как нормальную и таким образом предотвратить возникновение чувства гнева (КП) или, если чувство гнева возникло, подавить внешние его проявления, например, чтобы не напугать своего ребенка, который едет с ним в машине (ПЭ).

Для оценки индивидуальных различий в большинстве исследований используется опросник ERQ (Emotion Regulation Questionnaire), разработанный Дж. Гроссом (Gross, John, 2003). Опросник состоит из 10 утверждений, шесть из которых направлены на диагностику стратегии «Когнитивная переоценка» (например, «Я контролирую свои эмоции, изменяя отношение к ситуации, в которой я нахожусь»), а четыре — на диагностику стратегии «Подавление экспрессии» (например, «Я держу свои эмоции при себе»). Испытуемых просят отметить степень согласия с предложенными утверждениями по семибальной шкале. Ниже приводятся результаты проверки психометрических свойств опросника на американской выборке (представители разных этнических групп: $N = 1483$, средний возраст испытуемых — 20 лет, равное число мужчин и женщин): 1) структурная валидность — двухфакторное решение объясняет более 50 % дисперсии, факторы не коррелируют между со-

бой; 2) внутренняя согласованность шкал опросника — 0,79 и 0,73 соответственно (альфа Кронбаха); 3) ретестовая надежность — 0,69 для обеих шкал (ретест проводился спустя три месяца).

Моделирование в лабораторных условиях происходит через вызов эмоционального состояния у испытуемого и инструкцию, требующую от него когнитивной переоценки (например, «Старайтесь думать о том, что вы видите, таким образом, чтобы ничего не чувствовать») или подавления экспрессии (например, «Старайтесь вести себя таким образом, чтобы люди, которые смотрят на вас, не догадались, что вы что-то чувствуете»). Исследовательской группой Дж. Гросса для вызова эмоций использовался набор из 16 роликов (по два ролика для вызова каждой из семи эмоций — веселья, гнева, отвращения, удовлетворения, страха, печали, удивления — и нейтрального состояния; средняя продолжительность роликов — 151 с) (Rottenberg, Ray, Gross, 2007). Например, для вызова гнева использовался отрывок из художественного фильма «Клич свободы» (США, 1987, сцена «Полицейские жестоко обращаются с протестующими»), для вызова печали — отрывок из художественного фильма «Чемпион» (США, 1979, сцена «Мальчик плачет над телом своего отца»), для вызова отвращения — отрывок из некоммерческого фильма по хирургии (тема «Ампутация руки») и т.д.

Стоит отметить, что 16 роликов были отобраны в результате тестирования на американской выборке (представители разных этнических групп — $N = 494$, средний возраст испытуемых — 19 лет, равное число мужчин и женщин) свыше 250 отрывков из фильмов (Gross, Levenson, 1995). Респонденты оценивали, насколько сильные эмоции они испытывали во время просмотра ролика (по девятибалльной шкале). Ролики для вызова семи эмоций отбирались по двум критериям — *интенсивность* (средний уровень интенсивности

целевой эмоции) и *дискретность* (процент респондентов, у которых интенсивность целевой эмоции по крайней мере на один балл была выше, чем интенсивность остальных эмоций). Критерий для отбора нейтральных роликов, которые не должны вызывать эмоции, — интенсивность меньше двух баллов по всем целевым эмоциям. Финальный набор из 14 роликов вызывает: 1) более сильные эмоции у женщин по сравнению с мужчинами; 2) более сильные эмоции у тех, кто смотрел эти фильмы раньше, по сравнению с теми, кто их не смотрел; 3) одинаковые по силе эмоции у представителей разных этнических групп.

Для оценки эффективности стратегий эмоциональной регуляции при проведении лабораторного эксперимента у испытуемых регистрировался эмоциональный ответ на трех уровнях: 1) эмпирическом — эмоциональное состояние (самоотчет); 2) поведенческом — лицевая экспрессия, общее количество движений (электромиограмма, специальный датчик движений или кодирование поведения по схеме); 3) физиологическом — центральная и периферическая нервная системы (Mauss, Robinson, 2009). Активность центральной нервной системы оценивается с помощью электроэнцефалограммы, функциональной магнитно-резонансной или позитронно-эмиссионной томографии, а активность периферической (симпатической) нервной системы — по показателям электропроводимости кожи и сердечно-сосудистой (например, частота сердечных сокращений, артериальное давление, сердечный выброс, период перед изгнанием крови, общее периферическое сосудистое сопротивление) систем. В некоторых исследованиях дополнительно регистрируется дыхательная активность (интервал между дыхательными циклами и глубина дыхания), за которую отвечает дыхательный центр в центральной нервной системе (Roberts, Levenson, Gross).

Приведем результаты исследований последствий КП и ПЭ для представителей американской культуры. По сравнению с контрольным условием (без эмоциональной регуляции), КП снижает интенсивность отрицательных эмоций, интенсивность лицевой экспрессии и активность симпатической нервной системы; ПЭ не влияет на интенсивность отрицательных эмоций (при подавлении положительных эмоций снижает их интенсивность), снижает интенсивность лицевой экспрессии и повышает активность симпатической нервной системы (Gross, 1998; Gross, Levenson, 1997). Что интересно, ПЭ при просмотре нейтрального ролика не повышает активность симпатической нервной системы. КП связана с ранним ответом префронтальной коры (0–4,5 с) и последующим подавлением активности в амигдале и инсule, что является причиной снижения интенсивности отрицательных эмоций (Goldin et al., 2008). ПЭ связано с поздним ответом префронтальной коры (10,5–15 с) и поддержанием высокой активности в амигдале и инсule, поздний ответ префронтальной коры объясняется возрастанием усилий, требуемых для ПЭ.

При ПЭ по сравнению с КП выше интенсивность отрицательных эмоций, ниже интенсивность лицевой экспрессии и выше активность симпатической нервной системы (Gross, 1998). В связи с этим ПЭ, в отличие от КП, имеет ряд негативных последствий: 1) ухудшает память на детали эмоционального события (Richards, Gross, 2000), в ситуации общения отвлекает внимание от разговора (Butler et al., 2003); 2) снижает чувство раппорта у собеседника, повышает у него артериальное давление и не вызывает желание завязывать дружеские отношения (Butler et al., 2003); 3) связано положительно с депрессией и отрицательно — с удовлетворенностью жизнью, самоуважением, оптимизмом, благополучием (Gross, John, 2003); 4) способствует развитию сердечно-сосудистых

заболеваний, особенно при подавлении сильных отрицательных эмоций (Butler, 2004). Это объясняется тем, что ПЭ не является привычной стратегией эмоциональной регуляции для представителей американской культуры, в рамках которой поощряется свободное проявление эмоций.

Рассмотрим, какие ценности культуры выступают в качестве механизма, поддерживающего определенный уровень эмоционального контроля у ее представителей.

КУЛЬТУРА И ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ РЕГУЛЯЦИЯ

Д. Мацумото и соавт. (2008) прослеживают связь между поддержанием социального порядка в культуре и требованиями, которые предъявляются к эмоциональному контролю. Исследование проводилось в 23 странах (в том числе в России): данные по ценностям разных культур были взяты из работ Г. Хофстеде и Ш. Шварца, для оценки стратегий эмоциональной регуляции использовался опросник ERQ Дж. Гросса. В культурах, которые придают большое значение поддержанию социального порядка (высокие показатели по ценностям «иерархия», «принадлежность», «долгосрочная ориентация»), — имеют место высокие требования к эмоциональному контролю (высокие показатели по ПЭ и положительная корреляция между ПЭ и КП). Напротив, в культурах, для которых не так важно поддержание социального порядка (высокие показатели по ценностям «равноправие», «эмоциональная автономия»), обнаруживаются низкие требования к эмоциональному контролю (низкие показатели по ПЭ и отрицательная корреляция между ПЭ и КП).

В другой работе Д. Мацумото и соавт. изучали влияние такого измерения культуры, как коллективизм/индивидуализм, на правила, связанные с проявлением эмоций (Matsumoto et al., 2008b). Исследова-

ние проводилось в 32 странах (в том числе в России), показатели по уровню индивидуализма культуры были взяты из работы Г. Хофстеде (полюс «коллективизм» — Южная Корея, Китай, Индонезия; полюс «индивидуализм» — США, Канада, Австралия). Для диагностики правил, связанных с проявлением эмоций, использовался опросник DRAI (Display Rule Assessment Inventory) Д. Мацумото (Matsumoto et al., 2005). Респондентам предлагалось оценить, насколько они проявляют семь базовых эмоций по П. Экману — от «скрываю» до «усиливаю проявление эмоции» — при взаимодействии с разными людьми (с отцом, матерью и т.д.). Индивидуализм культуры положительно коррелирует с общим уровнем экспрессивности (особенно с нормами, связанными с проявлением радости). Чем выше индивидуализм культуры, тем в большей степени человек проявляет отрицательные эмоции при общении с близкими людьми и положительные — при общении с малознакомыми.

Интересным дополнением к этим исследованиям является работа Х. Ким и соавт. (Kim et al., 2011), в которой показано взаимодействие между геном рецептора окситоцина *OXTR* и требованиями культуры относительно эмоциональной регуляции. Полиморфизм гена *OXTR* (rs53576) обусловлен тем, что в определенном его месте может стоять либо гуанин (G), либо аденин (A). Люди с генотипом *GG* (в обеих аллелях — G), в отличие от людей с генотипов *AA* (в обеих аллелях — A), более чувствительны к социальным нормам. В исследовании участвовали представители корейской и американской культур, которые заполняли опросник ERQ Дж. Гросса и сдавали слюну для генетического анализа. Корейцы с генотипом *GG* чаще прибегают к ПЭ, чем корейцы с генотипом *AA*. Напротив, американцы с генотипом *GG* реже прибегают к ПЭ, чем американцы с генотипом *AA* (выходцы из Европы). Что интересно, американцы — выходцы из

Восточной Азии по распределению генотипов ближе к своей этнической группе, но при этом демонстрируют результаты, более сходные с результатами представителей американской культуры.

Таким образом, в странах с высоким и с низким уровнем социального порядка широко используется такая стратегия эмоциональной регуляции, как КП. При этом в этих странах существуют свои правила по поводу ПЭ — стратегии эмоциональной регуляции, связанной с внешним проявлением эмоций. В странах с высоким уровнем социального порядка поощряется эмоциональная сдержанность, в странах с низким уровнем социального порядка — свободное проявление эмоций. В качестве главного измерения культуры, которое объясняет эти различия в проявлении эмоций, рассматривается коллективизм/индивидуализм. В коллективистических культурах высоко ценится социальная гармония, для достижения которой важно не показывать свои эмоции (особенно такие, как гнев). Напротив, в индивидуалистических культурах на первый план выходит самоутверждение и связанное с ним выражение своих мыслей, эмоций и т.д. На примере лабораторных экспериментов продемонстрируем, что данные о последствиях ПЭ, полученные для представителей американской культуры, не являются универсальными.

ПРИМЕРЫ ЛАБОРАТОРНЫХ ЭКСПЕРИМЕНТОВ

Пример 1

Работа Н. Робертс, Р. Левенсона и Дж. Гросса (Roberts, Levenson, Gross, 2008) посвящена изучению последствий ПЭ для представителей разных этнических групп при просмотре роликов, вызывающих отвращение. В исследовании приняли участие 168 человек: американцы — выходцы из Африки, Китая, Мексики, Европы (средний возраст — 21 год, в каждой подгруппе было

равное число испытуемых мужского и женского пола). Все участники родились и выросли в США, этническая принадлежность определялась с помощью следующих критериев: место рождения родителей и прародителей, религия, общение дома на родном языке, близкие друзья и соседи из сходной этнической группы. Кроме этого, задавался прямой вопрос: «Насколько вы идентифицируете себя со своей этнической группой?» (идентификация — не меньше трех баллов по шкале от 0 до 5). Эксперимент проводился по классической схеме: испытуемым предъявлялись два ролика, направленные на вызов отвращения («Обработка ожогов» и «Ампутация руки»), и давалась инструкция, требующая от них ПЭ во время просмотра (участники контрольной группы просто просматривали ролики).

До начала эксперимента и после просмотра роликов испытуемые оценивали свое эмоциональное состояние (в том числе, насколько сильно они испытывают отвращение). Интенсивность лицевой экспрессии определялась по видеозаписи независимыми экспертами, которые не были знакомы с целями эксперимента. Во время эксперимента регистрировались общее количество движений, показатели электродермальной, сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Для американцев — выходцев из Африки, Китая, Мексики ПЭ более привычна стратегия эмоциональной регуляции, чем для американцев — выходцев из Европы. Предполагалось, что они будут более успешны в подавлении лицевой экспрессии и для них физиологическая цена подавления будет меньше. Эта гипотеза не подтвердилась: представители разных этнических групп продемонстрировали одинаковые результаты, характерные для ПЭ. Это объясняется прежде всего тем, что культура не накладывает ограничения на проявление таких эмоций, как отвращение, в отличие, например, от гнева.

Пример 2

Работа Т. Жу и Дж. Бишоп (Zhou, Bishop, 2012) посвящена изучению того, какие последствия имеют разные стратегии регуляции гнева для представителей разных культур. В исследовании приняли участие 90 студентов Сингапурского государственного университета, 45 из которых были китайцы и 45 — европейцы или американцы, выходцы из Европы (средний возраст — 21 год, все испытуемые были женского пола). Китайские участники родились и выросли в Азии, участники европеоидной расы родились и выросли в Европе или США (студенты по обмену). Для вызова гнева использовалась ролевая игра: «По одному из ваших предметов вы работаете над проектом вместе партнером, от которого на 50 % зависит ваша оценка. Вы делаете вашу часть работы, а ваш партнер делает очень мало. Срок сдачи проекта — через два дня, и вы начинаете волноваться, какую оценку вы получите. Цель — убедить вашего партнера сделать свою часть работы, чтобы вы оба могли получить хорошую оценку». Стандартные ответы помощника экспериментатора, который был представлен как участник: «Перестань приставать ко мне, и я сделаю это быстрее», «Ты постоянно всем недоволен. Очень трудно с тобой работать».

После чтения сценария испытуемый получал инструкцию по эмоциональной регуляции, требующую от него выражения эмоций («Свободно проявляйте свои эмоции»), ПЭ («Скрывайте свои эмоции») или КП («Думайте о ситуации с точки зрения партнера») во время игры. До и после ролевой игры испытуемые оценивали свое эмоциональное состояние (после игры было более сильное чувство гнева), в течение всего эксперимента регистрировались показатели сердечно-сосудистой системы. У китайцев симпатическая активность сердечно-сосудистой системы была выше при выражении гнева по сравнению с подавлением гнева; у европейцев наоборот —

при подавлении гнева, по сравнению с выражением гнева. КП имела такой же ответ сердечно-сосудистой системы, как нормативная стратегия: у китайцев — как ПЭ, у европейцев — как выражение эмоций. Это объясняется разными требованиями этих культур к внешнему проявлению эмоций: в Китае поощряется эмоциональная сдержанность, в Америке и Европе — напротив, свободное проявление эмоций.

Пример 3

Работа А. Маусс и соавт. (2010) посвящена изучению того, представители какой этнической группы более эффективно справляются с эмоциональной регуляцией в ситуации, вызывающей гнев. В эксперименте участвовали 56 человек: 28 — американцы, выходцы из Азии и 28 — американцы, выходцы из Европы (средний возраст — 21 год, все испытуемые были женского пола, родители и прародители — из сходной этнической группы). Испытуемым давалось задание вычитать 7 или 13 из большого числа (например, 18652) в течение трех периодов по одной минуте. Во время выполнения задания экспериментатор несколько раз прерывал испытуемого с замечаниями, которые произносились все более и более раздраженным тоном (аудиозапись). До и после эксперимента испытуемые оценивали свое эмоциональное состояние, в ходе эксперимента проводилась видеозапись и регистрировались показатели сердечно-сосудистой системы. Американцы — выходцы из Азии испытывали меньшее чувство гнева и меньше его проявляли в течение провокации, чем американцы — выходцы из Европы (при этом не было различий в ответе сердечно-сосудистой системы).

Дополнительный анализ данных, полученных А. Маусс и Э. Батлер (Mauss, Butler, 2010), с учетом показателей испытуемых по опроснику ECV (Emotion Control Values) выявил следующую закономерность. Американцы — выходцы из Азии

с высокими показателями по ценностям эмоционального контроля (это соответствует их культуре) более эффективно справлялись с эмоциональной регуляцией, что проявлялось в меньшем чувстве гнева, меньшем количестве внешних проявлений гнева и паттерне вызова в ответе сердечно-сосудистой системы (увеличение сердечного выброса, увеличение сократимости левого желудочка и уменьшение периферического сосудистого сопротивления). Американцы — выходцы из Европы с высокими показателями по ценностям эмоционального контроля (это не соответствует их культуре) менее эффективно справлялись с эмоциональной регуляцией, что проявлялось в меньшем количестве внешних проявлений гнева, но не в меньшем чувстве гнева и паттерне угрозы в ответе сердечно-сосудистой системы (уменьшение сердечного выброса, уменьшение сократимости левого желудочка и увеличение периферического сосудистого сопротивления).

Пример 4

Работа Э. Батлер, Т. Ли и Дж. Гросса (Butler, Lee, Gross, 2007) посвящена изучению социальных последствий, связанных с ПЭ, для представителей разных культур. В исследовании приняли участие 166 человек — американцы, в основном выходцы из Европы и Азии (средний возраст — 20 лет, все испытуемые были женского пола). Принадлежность к европейской или азиатской культуре дополнительно оценивалась с помощью шкал европейских и азиатских ценностей. Все участники были случайным образом разбиты на пары, при этом было равное количество смешанных пар и пар, в которые вошли представители только европейской или только азиатской культуры. Пары просматривали 11-минутный документальный фильм о бомбардировке Хиросимы и Нагасаки во время Второй мировой войны, вызывающий сильные печаль, гнев и отвращение. После

этого им давалось задание обсудить мысли и чувства, которые возникали у них во время просмотра фильма; при этом один из участников пары в экспериментальной группе получал инструкцию подавлять экспрессию, в контрольной группе участники просто обсуждали фильм.

Главные показатели, которые оценивались в ходе эксперимента, — это насколько часто человек, подавляющий экспрессию, демонстрирует неотзывчивость, как он воспринимается со стороны собеседника и к каким ответным действиям это приводит. Неотзывчивость операционализировалась следующим образом: участник не отвечает в течение двух с; отвечает высказыванием, состоящим меньше чем из трех слов, после молчания; отвечает не по теме разговора. Подавляющие экспрессию американцы — выходцы из Европы воспринимались собеседником как более враждебные и отстраненные и вызвали у него ответные враждебные действия по сравнению с подавляющими экспрессию американцами — выходцами из Азии. Это объясняется тем, что для американцев — выходцев из Азии ПЭ является более привычной и автоматизированной стратегией эмоциональной регуляции, что позволяет им сохранять большую отзывчивость в ходе разговора. Несмотря на эти различия, партнеры всех участников, которые подавляли экспрессию, не выразили желания продолжать с ними общение и завязывать дружеские отношения.

Таким образом, ПЭ для американцев — выходцев из Европы имеет более негативные последствия, чем для американцев — выходцев из Восточной Азии (в ряде исследований принимали участие местные жители этих регионов). Негативные последствия, связанные с непосредственным эффектом от ПЭ, могут в дальнейшем приводить к нарушениям психологического и физического здоровья. Так, например, в работе Х. Сото и др. (2011) показано, что чем чаще американ-

цы — выходцы из Европы прибегают к ПЭ, тем ниже у них удовлетворенность жизнью и выше уровень депрессивного настроения (в группе китайцев ПЭ не связано с удовлетворенностью жизнью и депрессивным настроением). Полученные результаты могут также служить предупреждением для людей, которые эмигрируют в другую страну: использование ненормативной стратегии эмоциональной регуляции (для европейцев — ПЭ, для азиатов — выражение эмоций), что требуется для достижения социального успеха в другой стране, имеет определенную цену для физического здоровья.

В настоящий момент наша исследовательская группа занимается переводом и адаптацией опросников ERQ Дж. Гросса, DRAI Д. Мацумото, ECV A. Маусс на российской выборке. Кроме этого, планируется проведение лабораторного эксперимента о последствиях ПЭ для представителей российской и азербайджанской культур.

1. *Изард К.Э.* Психология эмоций. СПб.: Питер, 2002.
2. *Экман П.* Психология эмоций. Я знаю, что ты чувствуешь. СПб.: Питер, 2010.
3. *Butler E.A., Lee T.L., Gross J.J.* Emotion regulation and culture: Are the social consequences of emotion suppression culture-specific? // *Emotion*. 2007. V. 7. N 1. P. 30–48.
4. *Butler E.A. et al.* The social consequences of expressive suppression / *Butler E.A., Egloff B., Wilhelm F.W., Smith N.C., Erickson E.A., Gross J.J.* // *Emotion*. 2003. V. 3. N 1. P. 48–67.
5. *Goldin P.R. et al.* The neural bases of emotion regulation: Reappraisal and suppression of negative emotion / *Goldin P.R., McRae K., Ramel W., Gross J.J.* // *Biol. Psychiatry*. 2008. V. 63. N 6. P. 577–586.
6. *Gross J.J.* Antecedent- and response-focused emotion regulation: Divergent consequences for experience, expression, and physiology // *J. Pers. and Soc. Psychol.* 1998. V. 74. N 1. P. 224–237.
7. *Gross J.J.* Emotion regulation: Affective, cognitive, and social consequences // *Psychophysiol*. 2002. V. 39. Iss. 3. P. 281–291.
8. *Gross J.J., John O.P.* Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being // *J. Pers. and Soc. Psychol.* 2003. V. 85. N 2. P. 348–362.

9. Gross J.J., Levenson R.W. Emotion elicitation using films // *Cognition and Emotion*. 1995. V. 9. Iss. 1. P. 87–108.
10. Gross J.J., Levenson R.W. Hiding feelings: The acute effects of inhibiting negative and positive emotion // *J. Abnorm. Psychol.* 1997. V. 106. N. 1. P. 95–103.
11. John O.P., Gross J.J. Healthy and unhealthy emotion regulation: Personality processes, individual differences, and lifespan development // *J. Personality*. 2004. V. 72. Iss. 6. P. 1301–1334.
12. Kim H.S. et al. Gene–culture interaction: Oxytocin receptor polymorphism (OXTR) and emotion regulation / Kim H.S., Sherman D.K., Mojaverian T., Park J., Suh E.M., Sasaki J.Y., Taylor S.E. // *Soc. Psychol. and Pers. Sci.* 2011. V. 2. N 6. P. 665–672.
13. Matsumoto D. et al. Development and initial validation of a measure of display rules: The Display Rule Assessment Inventory (DRAI) / Matsumoto D., Yoo S.H., Hiramaya S., Petrova G. // *Emotion*. 2005. V. 5. N 1. P. 23–40.
14. Matsumoto D. et al. Mapping expressive differences around the world: The relationship between emotional display rules and Individualism v. Collectivism / Matsumoto D., Yoo S.H., Fontaine J., Anguas-Wong A.M., Arriola M., Ataca B., Bond M.H., Boratav H.B., Breugelmans S.M., Cabecinhas R., Jeeyong Chae, Wu Hui Chin, Comunian A.L., Degere D.N., Djunaidi A., Hung Kit Fok, Friedlmeier W., Ghosh A., Glamcevski M., Granskaya J. // *J. Cross-Cultural Psychol.* 2008. V. 39. N 1. P. 55–74.
15. Matsumoto D. et al. Culture, emotion regulation, and adjustment / Matsumoto D., Yoo S.H., Nakagawa S., Anguas-Wong A.M., Arriola M., Bauer L.M. et al. // *J. Pers. and Soc. Psychol.* 2008. V. 94. N 6. P. 925–937.
16. Mauss I.B., Butler E.A. Cultural context moderates the relationship between emotion control values and cardiovascular challenge versus threat responses // *Biol. Psychol.* 2010 V. 84. Iss. 3. P. 521–530.
17. Mauss I.B., Gross J.J. Emotion suppression and cardiovascular disease: Is hiding feelings bad for your heart? // Nyklicek I., Temoshok L.R., Vingerhoets A. (eds). *Emotional expression and health: Advances in theory, assessment, and clinical applications*. N.Y.: Brunner-Routledge, 2004. P. 62–81.
18. Mauss I.B., Robinson M.D. Measures of emotion: A review // *Cognition and Emotion*. 2009. V. 23. Iss. 2. P. 209–237.
19. Mauss I.B. et al. Emotion control values and responding to an anger provocation in Asian-American and European-American individuals / Mauss I.B., Butler E.A., Roberts N.A., Chu A. // *Cognition and Emotion*. 2010. V. 24. Iss. 6. P. 1026–1043.
20. Richards J.M., Gross J.J. Emotion regulation and memory: The cognitive costs of keeping one's cool // *J. Pers. and Soc. Psychol.* 2000. V. 79. N 3. P. 410–424.
21. Roberts N.A., Levenson R.W., Gross J.J. Cardiovascular costs of emotion suppression cross ethnic lines // *Intern. J. Psychophysiol.* 2008. V. 70. Iss. 1. P. 82–87.
22. Rottenberg J., Ray R.D., Gross J.J. Emotion elicitation using films // Coan J.A., J.J. Allen J.J. (eds). *The handbook of emotion elicitation and assessment*. N.Y.: Oxford University, 2007. P. 9–28.
23. Soto J.A. et al. Is expressive suppression always associated with poorer psychological functioning? A cross-cultural comparison between European Americans and Hong Kong Chinese / Soto J.A., Perez C.R., Kim Y.-H., Lee E.A., Minnick M.R. // *Emotion*. 2011. V. 11. N 6. P. 1450–1455.
24. Zhou T., Bishop G.D. Culture moderates the cardiovascular consequences of anger regulation strategy // *Intern. J. Psychophysiol.* 2012. V. 86. Iss. 3. P. 291–298.

Поступила в редакцию 19. VII 2013 г.