Когнитивная переоценка: адаптивная регуляция эмоций или реконструкция смысла?

*Такэясу Кавабата**

Факультет психологии, Университет Секей Гакуин, Япония

Получено: 29 мая 2026 г.
Принято: 15 июля 2026 г.
Опубликовано: 30 сентября 2026 г.

Для цитирования:
Кавабата Т. Когнитивная переоценка: адаптивная регуляция эмоций или реконструкция смысла? *Psychotherapy Science Today.* 2026;2(3):13–21. https://doi.org/10.64435/AGIR5284

OPEN ACCESS

© Автор(ы), CC BY-NC 4.0

Аннотация

Цель В настоящем исследовании была переосмыслена функция когнитивной переоценки, которая традиционно считается адаптивной стратегией регуляции эмоций.

Метод Участниками были 169 японских мужчин, находящихся в местах лишения свободы, включая осужденных за насильственные/тяжкие преступления (n = 52) и осужденных за кражи (n = 117). Использовались Опросник агрессивности Басса–Перри *(Buss-Perry Aggression Questionnaire (BPAQ))*, Опросник регуляции эмоций *(Emotion Regulation Questionnaire, ERQ)*, Шкала психологического дистресса Кесслера K6 *(6-item Kessler Psychological Distress Scale)* и Сбалансированный опросник социально желательного реагирования *(Balanced Inventory of Desirable Responding, BIDR)*.

Результаты По сравнению с осужденными за кражи, у осужденных за насильственные/тяжкие преступления были выявлены статистически значимо более высокие показатели гнева и когнитивной переоценки при одновременно более низком субъективном стрессе, связанном с работой, семьей и жизнью в сообществе. Статистически значимых межгрупповых различий по подавлению гнева не обнаружено. Более выраженная склонность к когнитивной переоценке у осужденных за насильственные/тяжкие преступления не может быть в достаточной мере объяснена социальной желательностью ответов и лишь частично связана с самообманом.

Выводы Полученные результаты позволяют предположить, что когнитивная переоценка может функционировать не только как адаптивная стратегия снижения негативных эмоций. Сочетание повышенной склонности к гневу и когнитивной переоценке и более низкого субъективного стресса указывает на то, что высокие показатели когнитивной переоценки не следует автоматически интерпретировать как признаки адаптивного психологического функционирования. Одна из гипотез, вытекающих из полученных результатов, состоит в том, что некоторые ответы, выявляемые с помощью ERQ, могут отражать процессы реконструкции смысла, которые снижают субъективный дискомфорт, одновременно поддерживая согласующиеся с представлением о себе интерпретации собственного поведения.

Ключевые слова: когнитивная переоценка; регуляция эмоций; адаптивное функционирование; осужденные за насильственные преступления; гнев.

Введение

Гнев является одним из основных факторов, способствующих агрессивному поведению, а экспериментальные исследования и метаанализы неоднократно показывали, что возникновение гнева или негативного аффекта связано с усилением агрессивных реакций [1, 2]. По этой причине распознавание гнева и управление им рассматриваются как важные компоненты программ профилактики рецидивизма для правонарушителей и несовершеннолетних делинквентов. В интервенциях на основе когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), которые в настоящее время составляют основной подход во многих странах, распознавание гнева, выявление триггеров, когнитивная переоценка и обучение навыкам решения проблем считаются центральными компонентами вмешательства [3, 4].

Одной из стратегий регуляции эмоций, которой традиционно придается особое значение

* E-mail: kawabata@shokei.ac.jp.

в управлении гневом, является когнитивная переоценка. В исследованиях регуляции эмоций когнитивная переоценка обычно рассматривается как одна из наиболее адаптивных стратегий [5, 6]. Под когнитивной переоценкой понимается процесс, изменяющий эмоциональные реакции посредством изменения смысла, приписываемого ситуациям, и тем самым способствующий психологической адаптации. В программах реабилитации правонарушителей, основанных на КПТ, освоение навыков когнитивной реинтерпретации и регуляции эмоций также составляет важный компонент вмешательств, особенно для лиц с выраженной склонностью к насилию.

Однако в клинической практике исправительных учреждений работа с высокоагрессивными правонарушителями не всегда протекает в соответствии с этими теоретическими предпосылками. Среди лиц, совершивших насильственные и тяжкие преступления, встречаются незрелые и импульсивные люди, которые, тем не менее, относительно восприимчивы к вмешательству и, вероятно, способны извлечь пользу из лечения. Вместе с тем встречаются правонарушители, которые внешне выглядят спокойными, однако склонны оправдывать собственное поведение, воспринимать себя как жертву, возлагать ответственность на других и даже отрицать наличие у себя каких-либо психологических проблем. Хотя у таких людей даже незначительные события могут легко вызывать гнев, им, по-видимому, трудно осознавать внутренние противоречия и амбивалентные переживания, связанные с собственным гневом и агрессивным поведением. Негативные эмоции и межличностные конфликты они быстро разрешают посредством интерпретаций, оправдывающих свои действия, в результате чего нередко субъективно почти не осознают собственных проблем. Более того, даже когда им предлагают рассмотреть связанные с агрессией ситуации с альтернативных точек зрения, подобные формы когнитивного переосмысления не обязательно снижают гнев или внутренний конфликт, а вместо этого могут служить сохранению или усилению когнитивной согласованности и самооправдания.

Эти клинические наблюдения указывают на необходимость пересмотреть традиционное предположение о том, что когнитивная переоценка, определяемая как снижение негативных эмоций посредством реинтерпретации ситуаций, всегда является адаптивной стратегией регуляции эмоций. Иными словами, когнитивная переоценка не всегда может служить уменьшению самого гнева или агрессии; в некоторых случаях она, напротив, может функционировать таким образом, чтобы поддерживать или оправдывать гнев и агрессивные тенденции. При этом остается вопрос, следует ли вообще рассматривать такие когнитивные операции как когнитивную переоценку в рамках теории регуляции эмоций. Изменения смыслообразования, направленные на сохранение когнитивной согласованности и самооправдания, традиционно обсуждались в связи с техниками нейтрализации и также могут быть поняты через когнитивные механизмы, предложенные в рамках теории мотивированного рассуждения.

Гросс, предложивший процессуальную модель регуляции эмоций, определил когнитивную переоценку как «изменение способа мышления о ситуации с целью уменьшить ее эмоциональное воздействие» [5]. Важно, что это определение явно не ограничивает уменьшаемую эмоцию именно гневом или агрессией. Учитывая как это определение, так и традиционную тенденцию считать когнитивную переоценку адаптивной, обычно предполагалось, что реинтерпретация ситуаций функционирует таким образом, чтобы уменьшать гнев и агрессию. Однако описанные выше клинические наблюдения позволяют предположить, что реинтерпретация может также снижать субъективный дискомфорт, возникающий при угрозе самооценке или нарушении внутренней согласованности, за счет переноса ответственности на других и самооправдания.

С этой точки зрения возможно, что то, что традиционно рассматривается как адаптивная когнитивная переоценка, может включать и формы когнитивного функционирования, отличающиеся от обычно предполагаемых адаптивных процессов снижения эмоций. Недавние эмпирические исследования также не дали полностью последовательного подтверждения традиционных представлений о когнитивной переоценке. Например, Troy et al. [7] показали, что адаптивность когнитивной переоценки различается в зависимости от контролируемости ситуации, предполагая, что она может быть менее эффективной или даже дезадаптивной в ситуациях, где возможно непосредственное действие или решение проблемы. McRae et al. [8] предположили, что когнитивная переоценка не является единой стратегией, а состоит из нескольких тактик. Кроме того, Ford et al. [9] показали, что адаптивность регуляции эмоций гибко изменяется в зависимости от ситуационных и контекстуальных факторов, что указывает на то, что стратегии, традиционно считающиеся адаптивными, не обязательно функционируют адаптивно при любых обстоятельствах. Более поздние обзоры также показали, что эффективность когнитивной переоценки в значительной

степени зависит от контекстуальных требований и индивидуальных различий, а позитивная когнитивная переоценка при одних условиях может способствовать психологической устойчивости, а в других — быть менее адаптивной [10].

Исходя из этих соображений, настоящее исследование было направлено на повторное изучение функции когнитивной переоценки путем сравнения группы осужденных за насильственные/тяжкие преступления, которые совершали реальные агрессивные преступные действия, с группой осужденных за кражи, не проявлявших прямой межличностной агрессии. Разумеется, категория преступления не отражает напрямую присущую человеку склонность к агрессии. Тем не менее сравнение правонарушителей с историей межличностных агрессивных преступлений и правонарушителей без прямой межличностной агрессии может дать значимую информацию о связи между агрессией и когнитивной переоценкой, поскольку первая группа действительно совершала агрессивные действия по отношению к другим людям в реальных жизненных ситуациях, а не только сообщала об агрессивных тенденциях в самоотчетных методиках.

Гипотезы настоящего исследования были следующими: по сравнению с осужденными за кражи, осужденные за насильственные/тяжкие преступления будут (1) демонстрировать одновременно более выраженную тенденцию к когнитивной переоценке и более высокий уровень гнева и (2) испытывать относительно более низкий субъективный стресс, несмотря на повышенный уровень гнева.

Метод

Участники

Участниками были мужчины, отбывающие наказание в исправительных учреждениях Японии. Выборка состояла из двух групп правонарушителей: группы осужденных за насильственные/тяжкие преступления и группы осужденных за кражи. В группу осужденных за насильственные и тяжкие преступления входили лица, осужденные за насильственные преступления, включавшие прямую межличностную агрессию, тогда как группа осужденных за кражи состояла из лиц, осужденных за преступления, связанные с кражами и не включавшие прямого межличностного насилия.

Итоговая выборка состояла из 169 участников. Из них 52 были отнесены к группе осужденных за насильственные/тяжкие преступления, а 117 — к группе осужденных за кражи. Участники, ранее совершавшие как насильственные преступления, так и преступления, связанные с кражами, были отнесены к группе осужденных за насильственные/тяжкие преступления, поскольку они совершали прямую межличностную агрессию.

Средний возраст в группе осужденных за насильственные/тяжкие преступления составлял 45,31 года (SD = 12,23), тогда как средний возраст в группе осужденных за кражи составлял 50,56 года (SD = 13,29).

Методики

Опросник агрессивности Басса–Перри (BPAQ)

Склонность к агрессии оценивалась с помощью японской версии Опросника агрессивности Басса–Перри (BPAQ) [11]. BPAQ состоит из четырех субшкал: физическая агрессия, вербальная агрессия, гнев и враждебность. В настоящем исследовании субшкала «Гнев» использовалась как основной показатель тенденций, связанных с гневом.

Коэффициенты внутренней согласованности субшкал «Физическая агрессия» и «Вербальная агрессия» в настоящей выборке были относительно низкими (физическая агрессия: α = 0,439; вербальная агрессия: α = 0,142). С учетом условий исправительного учреждения ответы на пункты, непосредственно оценивающие агрессивное поведение, могли находиться под влиянием социально желательного реагирования, защитного реагирования или стремления представить себя определенным образом в институциональном контексте. Поэтому эти субшкалы не были включены в основные анализы и рассматривались только как дополнительные показатели.

Опросник регуляции эмоций (ERQ)

Тенденции к когнитивной переоценке и подавлению оценивались с помощью японской версии Опросника регуляции эмоций (ERQ) [12]. ERQ состоит из двух субшкал, измеряющих когнитивную переоценку и экспрессивное подавление.

В настоящем исследовании субшкала «Когнитивная переоценка» использовалась как основной показатель тенденции к когнитивной переоценке.

Психологический дистресс

Психологический дистресс оценивался с помощью шкалы психологического дистресса Кесслера K6 [13].

Сбалансированный опросник социально желательного реагирования (BIDR)

Социально желательное реагирование оценивалось с помощью Сбалансированного опросника социально желательного реагирования (BIDR) [14]. BIDR включает две субшкалы, оценивающие самообман и стремление давать социально желательные ответы.

Субъективный стресс
Участников также просили оценить субъективный стресс в нескольких сферах жизни, включая работу, семью и отношения в сообществе.

Процедура
Опросники заполнялись участниками коллективно в исправительных учреждениях. Участие было добровольным, и участникам сообщали, что их ответы не будут влиять на обращение с ними в учреждении или решения об условно-досрочном освобождении. Исследование проводилось в соответствии с этическими стандартами психологических исследований с участием людей.

Статистический анализ
Различия между группой осужденных за насильственные/тяжкие преступления и группой осужденных за кражи анализировались главным образом с помощью t-критерия для независимых выборок.

Кроме того, для контроля социально желательного реагирования проводились анализы ковариации, в которых показатели самообмана и социальной желательности по BIDR использовались в качестве ковариат.

Размеры эффекта рассчитывались с помощью коэффициента d Коэна. Статистический анализ выполнялся в IBM SPSS Statistics (версия 20.0).

Результаты
Межгрупповые различия между осужденными за насильственные/тяжкие преступления и осужденными за кражи
В таблице 1 представлены описательная статистика и результаты межгруппового сравнения по основным переменным исследования.

По сравнению с группой осужденных за кражи, группа осужденных за насильственные/тяжкие преступления продемонстрировала статистически значимо более высокие показатели по субшкале «Гнев» BPAQ. Кроме того, в группе осужденных за насильственные/тяжкие преступления была выявлена статистически значимо более выраженная тенденция к когнитивной переоценке по данным ERQ.

Что касается субъективного стресса, группа осужденных за насильственные/тяжкие преступления сообщала о статистически значимо более низком уровне стресса в нескольких сферах жизни, несмотря на более выраженную склонность к гневу. При этом статистически значимого межгруппового различия в психологическом дистрессе, измеренном с помощью K6, обнаружено не было.

Что касается социально желательного реагирования, группа осужденных за насильственные/тяжкие преступления продемонстрировала статистически значимо более высокие показатели самообмана по BIDR.

Хотя субшкала «Физическая агрессия» BPAQ показала относительно низкую внутреннюю согласованность в настоящей выборке (α = 0,439), дополнительный анализ показал, что группа осужденных за насильственные/тяжкие преступления также имела тенденцию к более высоким показателям физической агрессии по сравнению с группой осужденных за кражи. Однако из-за низкой надежности этой субшкалы данные результаты следует интерпретировать с осторожностью.

Поскольку группа осужденных за насильственные/тяжкие преступления была статистически значимо моложе группы осужденных за кражи, был проведен дополнительный анализ ковариации с возрастом в качестве ковариаты. Возраст не был статистически значимо связан с когнитивной переоценкой, гневом, самообманом или какими-либо показателями субъективного стресса (ps = 0,159–0,865). Принадлежность к группе оставалась статистически значимо связанной с когнитивной переоценкой ($F(1,166) = 5,20$, $p = 0,024$), гневом ($F(1,166) = 10,47$, $p = 0,001$), самообманом ($F(1,166) = 15,22$, $p < 0,001$) и показателями субъективного стресса (ps = 0,001–0,027). Эти результаты показывают, что наблюдавшиеся межгрупповые различия нельзя объяснить только различиями в возрасте.

Анализ с учетом социальной желательности ответов
Чтобы проверить, могут ли наблюдавшиеся межгрупповые различия объясняться социально желательным реагированием, был проведен дополнительный анализ с контролем показателей самообмана и управления впечатлением по BIDR.

Межгрупповое различие в тенденции к когнитивной переоценке оставалось статистически значимым после контроля переменных социально желательного реагирования. Аналогично, тенденция группы осужденных за насильственные/тяжкие преступления к более высокому уровню гнева и более низкому субъективному стрессу в целом сохранялась без изменений.

Эти результаты позволяют предположить, что повышенную тенденцию к когнитивной переоценке, наблюдавшуюся в группе осужденных за насильственные/тяжкие преступления, нельзя полностью объяснить только социально желательным реагированием или защитной самопрезентацией.

Переменная	Осужденные за насильственные/тяжкие преступления M (SD)	Осужденные за кражи M (SD)	t (df)	p
Возраст	45,31 (12,23)	50,56 (13,29)	2,51 (105,72)	0,014
Самообман	51,06 (16,02)	43,12 (9,19)	−3,34 (66,41)	0,001
Стремление к социально желательным ответам	43,90 (14,28)	46,50 (9,77)	1,19 (73,05)	0,237
Вербальная агрессия	16,98 (3,18)	16,03 (9,30)	−0,99 (159,88)	0,324
Враждебность	21,44 (4,50)	21,84 (4,16)	0,54 (91,43)	0,591
Физическая агрессия	23,56 (6,58)	18,48 (9,69)	−3,97 (139,71)	<0,001
Гнев	17,21 (4,12)	14,97 (4,10)	−3,26 (97,35)	0,002
Когнитивная переоценка	27,21 (7,57)	24,65 (5,73)	−2,18 (78,10)	0,032
Подавление	15,58 (4,95)	16,01 (4,02)	0,55 (82,24)	0,582
K6 (психологический дистресс)	5,92 (5,65)	7,10 (5,47)	1,27 (95,12)	0,209
Стресс, связанный с работой	7,31 (3,78)	8,53 (3,06)	2,05 (82,02)	0,043
Стресс, связанный с семьей	6,08 (3,84)	7,62 (3,48)	2,48 (89,76)	0,015
Стресс, связанный с социальным окружением	5,92 (3,46)	7,69 (3,57)	3,04 (100,69)	0,003

Примечание. M — среднее значение; SD — стандартное отклонение; t — значение t-критерия; df — число степеней свободы; p — уровень статистической значимости. Для сравнения групп использовался t-критерий для независимых выборок; при нарушении предположения о равенстве дисперсий применялся t-критерий Уэлча. В данной выборке субшкалы BPAQ «Физическая агрессия» и «Вербальная агрессия» показали низкую внутреннюю согласованность (α Кронбаха = 0,439 и 0,142 соответственно). Поэтому результаты по этим субшкалам приводятся только в описательных целях и не использовались при интерпретации основных результатов исследования.

Таблица 1. **Различия между осужденными за насильственные/тяжкие преступления и осужденными за кражи**

Обобщение результатов

В целом полученные результаты показали, что группа осужденных за насильственные/тяжкие преступления демонстрировала парадоксальный паттерн, характеризующийся:

- более выраженной склонностью к гневу;
- более выраженной тенденцией к когнитивной переоценке;
- более низким субъективным стрессом.

При этом статистически значимых межгрупповых различий в уровне психологического дистресса, оцениваемого с помощью шкалы K6, обнаружено не было.

В совокупности эти результаты позволяют предположить, что тенденция к когнитивной переоценке, наблюдавшаяся у осужденных за насильственные/тяжкие преступления, не обязательно отражает адаптивное снижение самого гнева, а может включать формы когнитивной реинтерпретации, которые снижают субъективный дискомфорт, позволяя при этом сохранять внутренне непротиворечивое представление о собственном гневе и агрессивных тенденциях.

Обсуждение

Теоретические следствия

Полученные результаты могут указывать на необходимость пересмотра концепции когнитивной переоценки с точки зрения процессуальной модели регуляции эмоций [5]. Гросс относил когнитивную переоценку к стратегиям регуляции, действующим на этапе, предшествующем формированию эмоциональной реакции: она изменяет интерпретацию ситуации до того, как эта реакция полностью сформируется, тогда как подавление — к стратегиям, действующим после ее возникновения и направленным на регуляцию ее внешнего выражения [5]. Однако в настоящем исследовании осужденные за насильственные и тяжкие преступления демонстрировали статистически значимо более выраженную склонность к когнитивной переоценке, чем осужденные за кражи, несмотря на более выраженную склонность к гневу и совершение в прошлом агрессивных действий в отношении других людей. Эти результаты трудно объяснить исключительно в рамках традиционного понимания когнитивной переоценки как стратегии, изменяющей

интерпретацию ситуации до формирования эмоциональной реакции и тем самым снижающей интенсивность негативных эмоций.

В расширенной процессуальной модели Гросса когнитивная переоценка может происходить на разных этапах повторяющегося цикла Мир → Восприятие → Оценка → Действие → Мир... [6]. Теоретически эта модель допускает, что однажды возникший и подавленный гнев впоследствии может быть переработан посредством когнитивной переоценки в более позднем цикле. Однако в таких случаях когнитивная переоценка может быть направлена не столько на снижение негативных эмоций, сколько на выполнение других психологических функций.

Кроме того, в настоящем исследовании в группе осужденных за насильственные/тяжкие преступления наблюдалось сочетание высокого уровня гнева и низкого субъективного стресса, тогда как статистически значимого межгруппового различия в психологическом дистрессе по K6 обнаружено не было. Этот результат позволяет предположить, что более низкий субъективный стресс, наблюдавшийся в группе осужденных за насильственные/тяжкие преступления, может быть связан не со снижением генерализованной тревоги или самого депрессивного дистресса, а с различиями в субъективной оценке и смыслообразовании в отношении конкретных жизненных ситуаций, таких как работа, семья и отношения в сообществе.

В целом сохранение гнева связано с усилением стрессовых реакций и психологической нагрузки. Однако в настоящем исследовании в группе осужденных за насильственные/тяжкие преступления высокий уровень гнева сочетался с низким субъективным стрессом. Учитывая, что гипотеза катарсиса — согласно которой реализация агрессивного поведения уменьшает стресс и негативный аффект — не получила последовательной эмпирической поддержки [15], сочетание когнитивной переоценки и гнева в полученных результатах трудно понимать просто как «неудачу» когнитивной переоценки.

Традиционно когнитивная переоценка понимается как стратегия, изменяющая когнитивное смыслообразование для адаптации к ситуациям и уменьшения негативных эмоций [6, 7]. Однако полученные результаты указывают на необходимость учитывать дополнительные функции когнитивной переоценки помимо традиционно предполагаемых. Современные теоретические исследования также указывают на необходимость уточнения представлений о когнитивной переоценке, которую традиционно рассматривают как однозначно адаптивную стратегию [16].

ERQ оценивает тенденцию к использованию когнитивной переоценки, но не дает информации о содержании, объекте или мотивационной направленности такой реинтерпретации. Поэтому в рамках настоящего дизайна невозможно различить адаптивную реинтерпретацию, самооправдывающую реинтерпретацию, рационализацию и другие формы реконструкции смысла.

Одна из возможных гипотез, позволяющих объяснить эти, на первый взгляд, противоречивые результаты, состоит в том, что когнитивная переоценка может быть направлена не столько на снижение гнева, сколько на уменьшение внутреннего конфликта и субъективного дискомфорта за счет такой интерпретации собственного гнева и агрессивных тенденций, которая согласуется с представлением человека о самом себе. Настоящее исследование не приравнивает самооправдывающую реинтерпретацию как таковую к когнитивной переоценке. Скорее оно предполагает возможность того, что когнитивные процессы смыслообразования, измеряемые как «когнитивная переоценка», могут включать подобные направления функционирования.

Гросс определял когнитивную переоценку как «изменение способа мышления о ситуации с целью уменьшить ее эмоциональное воздействие» [5]. Это определение не ограничивает уменьшаемую эмоцию именно самим гневом и теоретически может включать формы когнитивной переоценки, служащие уменьшению конфликта или несогласованности, возникающих вследствие угроз самоценности или потребности в самооправдании. Кроме того, использованный в настоящем исследовании ERQ измеряет тенденцию к применению когнитивной переоценки, но не различает направление, в котором функционирует такая когнитивная реконструкция. Поэтому тенденции к когнитивной переоценке, наблюдавшиеся в настоящем исследовании, могут также включать самооправдывающие формы реинтерпретации.

Такая интерпретация в широком смысле согласуется и с несколькими ранее предложенными теоретическими подходами. Во-первых, техники нейтрализации, предложенные в исследованиях правонарушителей, описывают процессы когнитивного оправдания, уменьшающие чувство вины и конфликт, связанные с девиантным поведением, и могут частично пересекаться с предполагаемой в настоящем исследовании самооправдывающей реконструкцией смысла [17]. Кроме того, полученные результаты можно интерпретировать с позиций теории мотивированного рассуждения [18], согласно которому люди не обязательно конструируют

смыслы на основании объективных фактов, а реконструируют их в соответствии с мотивацией поддерживать Я-концепцию и эмоциональную согласованность.

С точки зрения психодинамической теории тенденции к когнитивной переоценке, наблюдавшиеся в настоящей выборке правонарушителей, также можно предварительно интерпретировать как процессы, имеющие определенные общие черты с рационализацией и функционирующие не только как адаптивные стратегии регуляции эмоций, но и как способы избегания непосредственного столкновения с собственной агрессией и внутренним конфликтом [19, 20]. Рационализация концептуализировалась как процесс, который может временно снижать субъективный дистресс, одновременно ослабляя саморефлексию в отношении ответственности и внутреннего конфликта [19, 20]. Однако поскольку в настоящем исследовании непосредственно не оценивались рационализация, нейтрализация, мотивированное рассуждение или самооправдывающие когнитивные процессы, эти интерпретации следует рассматривать как теоретические гипотезы, предназначенные для объяснения наблюдавшегося сочетания высокого уровня гнева, повышенной когнитивной переоценки и низкого субъективного стресса, а не как прямые эмпирические выводы из полученных данных.

Недавние лонгитюдные исследования показали, что эффективность когнитивной переоценки может зависеть от индивидуальных особенностей и конкретной ситуации. Это ставит вопрос о том, для каких людей и при каких обстоятельствах когнитивная переоценка действительно способствует психологической адаптации [21].

В совокупности полученные результаты показывают, что повышенные показатели когнитивной переоценки не следует автоматически считать свидетельством адаптивной регуляции эмоций. Напротив, одна из возможных гипотез состоит в том, что некоторые формы когнитивной реконструкции, измеряемые как когнитивная переоценка, могут служить снижению субъективного дискомфорта при сохранении психологически согласующихся с представлением о себе интерпретаций гнева и тенденций, связанных с агрессией.

Хотя результаты недавнего метаанализа в целом подтверждают связь когнитивной переоценки с психологической устойчивостью [22], настоящее исследование показывает, что высокие показатели когнитивной переоценки не всегда свидетельствуют об адаптивном психологическом функционировании, особенно у правонарушителей.

Клинические следствия

С клинической точки зрения полученные результаты показывают, что повышенные показатели когнитивной переоценки в исправительных учреждениях следует интерпретировать с осторожностью. В более широком смысле они также указывают на то, что теория регуляции эмоций, теория нейтрализации и теория мотивированного рассуждения могут быть поняты в рамках более широкой интегративной модели реконструкции смысла. У некоторых правонарушителей усиление когнитивной переоценки может снижать субъективный дискомфорт, одновременно укрепляя самооправдывающие интерпретации и защитные паттерны мышления, вместо того чтобы способствовать подлинным психологическим изменениям.

Эти результаты также показывают, что когнитивную переоценку не следует рассматривать как самостоятельную терапевтическую цель. Скорее, это один из когнитивных навыков, развитие которого может способствовать реабилитации правонарушителей. Поэтому работу с когнитивной переоценкой следует включать в комплексную программу терапии, а не использовать как самостоятельное направление вмешательства.

Современная реабилитация правонарушителей обычно подчеркивает такие терапевтические мишени, как признание ответственности за совершенное преступление, эмпатия по отношению к жертвам и мотивация к изменению. Поэтому улучшение навыков когнитивной переоценки следует оценивать не как конечную цель само по себе, а с точки зрения того, способствует ли оно продвижению к этим более широким реабилитационным целям. В противном случае усиление когнитивной переоценки может лишь укреплять самооправдывающую реконструкцию смысла, создавая видимость психологического улучшения без содействия содержательной реабилитации.

Количественная оценка остается незаменимой в доказательной практике. В то же время психометрические показатели всегда следует интерпретировать в более широком контексте комплексной клинической оценки и продолжающегося терапевтического наблюдения. С этой точки зрения высокие показатели когнитивной переоценки не следует автоматически считать признаком адаптивного психологического функционирования или терапевтического прогресса. Их необходимо оценивать с учетом общего психологического состояния правонарушителя и того, насколько достигнутые изменения способствуют решению более широких задач реабилитации.

Ограничения и направления дальнейших исследований

Настоящее исследование имело поперечный дизайн и поэтому не позволяет непосредственно устанавливать причинно-следственные связи в процессах регуляции эмоций. Кроме того, использованный в настоящем исследовании ERQ измеряет тенденцию к когнитивной реинтерпретации, но непосредственно не различает, функционирует ли такая реконструкция смысла в адаптивном или самооправдывающем направлении. Также в настоящем исследовании непосредственно не оценивались процессы нейтрализации или мотивированного рассуждения. Поэтому предложенные в настоящем исследовании интерпретации следует рассматривать как теоретические выводы, основанные на наблюдавшихся паттернах связей.

Кроме того, настоящее исследование полностью основывалось на самоотчетных методиках, применявшихся в исправительных учреждениях. Хотя социально желательное реагирование частично контролировалось с помощью BIDR, включая его компонент управления впечатлением, самоотчетные данные, полученные в исправительных учреждениях, все же могут находиться под влиянием дополнительных факторов, не полностью учитываемых BIDR, таких как институциональные нормы, опасения по поводу возможных последствий раскрытия информации, недоверие к исследовательским процедурам и стили ответов, сформировавшиеся в условиях длительного лишения свободы.

В связи с этим следует учитывать, что в настоящем исследовании категория преступления использовалась как косвенный показатель наличия в прошлом межличностной агрессии у японских мужчин, находящихся в местах лишения свободы. Однако характер совершенного преступления не обязательно отражает индивидуальную склонность к агрессии. На выявленные межгрупповые различия могли также повлиять не учитывавшиеся в исследовании факторы, в частности криминальный опыт (например, количество предыдущих судимостей или рецидивов) и условия содержания в исправительном учреждении (например, режим содержания, срок лишения свободы или участие в реабилитационных программах). Хотя дополнительные анализы показали, что эти различия оставались статистически значимыми после контроля возраста, используемый дизайн не позволяет исключить влияние таких неизмеренных переменных.

Кроме того, поскольку настоящая выборка была ограничена японскими мужчинами, находящимися в местах лишения свободы, обобщаемость результатов остается ограниченной. Процессы регуляции эмоций также могут, по крайней мере частично, формироваться под влиянием культурных норм, касающихся переживания, выражения эмоций и управления ими. Японскую культуру часто характеризуют как придающую относительно большое значение межличностной гармонии, эмоциональной сдержанности и чувствительности к социальной оценке. Такие культурные факторы могут влиять на наблюдавшиеся в настоящем исследовании связи между гневом, субъективным стрессом и когнитивной переоценкой. Поэтому возможность обобщения полученных результатов на правонарушителей из других культур требует осторожной оценки.

В дальнейших исследованиях следует более подробно изучить связи между эмоциями, смыслообразованием и поведением с помощью экспериментальных и лонгитюдных методов. Кроме того, необходимо разработать подходы, позволяющие непосредственно оценивать, каким образом когнитивная переоценка изменяет процессы смыслообразования.

Литература

1. Anderson CA, Bushman BJ. Human aggression. Annu Rev Psychol. 2002;53:27–51. https://doi.org/10.1146/annurev.psych.53.100901.135231
2. Berkowitz L. Aggression: its causes, consequences, and control. New York: McGraw-Hill; 1993.
3. Lipsey MW, Landenberger NA, Wilson SJ. Effects of cognitive-behavioral programs for criminal offenders. Campbell Syst Rev. 2007;3(6):1–27. https://doi.org/10.4073/csr.2007.6
4. Henwood KS, Chou S, Browne KD. A systematic review and meta-analysis on the effectiveness of CBT informed anger management. Aggress Violent Behav. 2015;25:280–292. https://doi.org/10.1016/j.avb.2015.09.011
5. Gross JJ. The emerging field of emotion regulation: An integrative review. Rev Gen Psychol. 1998;2(3):271–299. https://doi.org/10.1037/1089-2680.2.3.271
6. Gross JJ. Emotion regulation: Current status and future prospects. Psychol Inq. 2015;26(1):1–26. https://doi.org/10.1080/1047840X.2014.940781
7. Troy AS, Shallcross AJ, Mauss IB. A person-by-situation approach to emotion regulation: cognitive reappraisal can either help or hurt, depending on the context. Psychol Sci. 2013;24(12):2505–2514. https://doi.org/10.1177/0956797613496434
8. McRae K, Ciesielski B, Gross JJ. Unpacking cognitive reappraisal: Goals, tactics, and outcomes. Emotion. 2012;12(2):250–255. https://doi.org/10.1037/a0026351
9. Ford BQ, Mauss IB, Troy AS. Emotion regulation flexibility. Curr Opin Psychol. 2019;26:14–19.
10. Riepenhausen A, Wackerhagen C, Reppmann ZC, Deter HC, Kalisch R, Veer IM, et al. Positive cognitive reappraisal in stress resilience, mental health, and well-being: A comprehensive systematic review. Emot Rev. 2022;14(4):310–331. https://doi.org/10.1177/17540739221114642
11. Buss AH, Perry M. The aggression questionnaire. J Pers Soc Psychol. 1992;63(3):452–459.
12. Gross JJ, John OP. Individual differences in two emotion regulation processes. J Pers Soc Psychol. 2003;85(2):348–362.
13. Furukawa TA, Kawakami N, Saitoh M, Ono Y, Nakane Y, Nakamura Y, et al. The performance of the Japanese version of

the K6 and K10 in the World Mental Health Survey Japan. Int. J. Methods Psychiatr. Res., 17: 152-158. https://doi.org/10.1002/mpr.257
14. Paulhus DL. Measurement and control of response bias. В: Robinson JP, Shaver PR, Wrightsman LS, ред. Measures of personality and social psychological attitudes. San Diego: Academic Press; 1991. p. 17–59.
15. Bushman BJ. Does venting anger feed or extinguish the flame? Catharsis, rumination, distraction, anger, and agressive responding. Pers Soc Psychol Bull. 2002;28(6):724–731. https://doi.org/10.1177/0146167202289002
16. Wang YX, Yin B. A new understanding of the cognitive reappraisal technique: an extension based on the schema theory. Front Behav Neurosci. 2023;17:1174585. https://doi.org/10.3389/fnbeh.2023.1174585
17. Sykes GM, Matza D. Techniques of neutralization: a theory of delinquency. Am Sociol Rev. 1957;22(6):664–670. https://doi.org/10.2307/2089195
18. Kunda Z. The case for motivated reasoning. Psychol Bull. 1990;108(3):480–498. https://doi.org/10.1037/0033-2909.108.3.480
19. Cramer P. Defense mechanisms in psychology today: Further processes for adaptation. Am Psychol. 2000;55(6):637–646. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.6.637
20. Perry JC, Metzger JA. Introduction to dynamic concepts of personality and defense mechanisms. В: Schottenbauer MA, Glass CR, Arnkoff DB, Gray SH, Beutler LE, ред. Psychodynamic psychotherapy research: Evidence-based practice and practice-based evidence. Washington: American Psychological Association; 2014. p. 43–62.
21. Dawel A, Mewton P, Gulliver A, Farrer LM, Calear AL, Newman E, et al. For whom and what does cognitive reappraisal help? A prospective study. Cogn Ther Res. 2024;48(4):687–703. https://doi.org/10.1007/s10608-023-10407-3
22. Stover AD, Shulkin J, Lac A, Rapp T. A meta-analysis of cognitive reappraisal and personal resilience. Clin Psychol Rev. 2024;110:102428. https://doi.org/10.1016/j.cpr.2024.102428