КАК ФИЛЬМЫ УЖАСОВ ВЛИЯЮТ НА ПСИХИКУ ЧЕЛОВЕКА

Nelli ȘVEȚ,
Facultatea Istorie și Filosofie

CZU: 791.43:159.9

Почему мы смотрим фильмы ужасов? Что делает их такими захватывающими? Какое влияние они оказывают на аудиторию? Каким образом фильмам ужасов удаётся нас пугать? Этими вопросами задаются многие люди и сегодня я хотела бы попытаться дать на них ответы.

Существуют следующие теории, которые могут объяснить, почему нас так тянет смотреть фильмы ужасов. Первая теория основана на теории бессознательного Фрейда. Согласно ей, фильмы ужасов проявляют вытесненные влечения бессознательного. Вторая теория основана на идеи катарсиса–избавление от эмоций посредством искусства, творчества и т.д. Получается, что переживание негативных эмоций приводит к эмоциональной разрядке и снятию тревоги. Кинг исходит из той же идеи, что и Норберт Элиас –по мере всего развития европейской цивилизации агрессивность постепенно трансформировалась, «утончалась» и «цивилизовалась» и лишь в сновидениях, в творчестве,в спорте можно столкнуться с агрессией, жаждой насилия и другими подобными эмоциями и через эти активностижелательноих выражать. По другому, можно назвать этот механизм сублимацией, которая помогает снимать внутреннее напряжение направляя энергию в творчество. В своей статье *“Понимание привлекательности фильмов ужасов ”*, психолог Гленн Д. Уолтерс выделяет три основных фактора, которые привлекают аудиторию к подобному виду кино. Во-первых, это актуальность. Зрители находят в фильме что-то волнующее их. Например, универсальные проблемы – страх смерти, неизвестности или культурные, социальные, религиозные феномены. Еще одна причина, по которой мы смотрим подобные фильмы, заключается в том, что мы можем участвовать в приключениях персонажей без риска для своего здоровья и жизни. Фильмы ужасов могут вызывать самые разнообразные эффек-

ты на психическое здоровье зрителей. Один из самых ярких – бессонница из-за страха или беспокойства после просмотра фильма; ещё один эффект – беспокойство, интенсивность которого варьируется от человека к человеку. Тем не менее, есть положительные эффекты - снижение чувствительности. Например, если человек боялся клоунов, просмотр фильмов ужасов о клоунах может помочь ослабить этот страх, потому что тогда человек поймёт, что его страх не может причинить ему физического вреда. Матиас Класен, датский учёный в области литературы ужасов, утверждает, что такие контролируемые переживания страха, как просмотр фильмов ужасов, могут иметь положительные эффекты, а конкретно, развитие стратегий преодоления стрессовых ситуаций. Еще в 1950-х Мартин Гротьян, профессор медицинской школы Университета Южной Калифорнии и психоаналитик-фрейдист, утверждал, что фильмы ужасов – это “самостоятельная психиатрическая терапия для американских подростков”. Он писал, что «Некоторые детские тревоги никогда не умирают. Страх перед призраками, страх перед ведьмами, страх перед темнотой, зловещим и ужасным — все это остается с подростком. Есть три способа преодолеть их: психоанализ, кошмары и фильмы ужасов, в которых старые детские тревоги активируются, дают жизнь и форму объективной реальности на экране, а затем развеиваются». Другим возможным объяснением положительного эффекта фильмов ужасов является теория Дольфа-Циллмана, почетногодекана и профессора информационных наук, коммуникации и психологии в Университете Алабамы. По сути, эта теория утверждает, что страх, который мы испытываем, подвергаясь воздействию чего-то очень пугающего, например, просмотра фильма ужасов усилит положительные эмоции, которые мы испытываем после. Почему же люди по разному реагируют на один и тот же фильм ужасов?Согласно Марину Цукерману, людям присущи два вида уровня поиска ощущения – высокий и низкий. Люди с низким уровнем поиска ощущений демонстрируют типичное усиление испуга при просмотре напрягающих изображений, видео, которое уменьшаетсяпри просмотре изображений/видео с нейтральным содержанием. Наоборот, люди с высоким уровнем поиска ощущений показываютравные уровни испуга при просмотре как нейтральных, так и угрожающих изображений/видео. В своей книге «*Horror films:*

tales to master terror or shapes of trauma», Баллон и Лешч указали, что хотя типичной реакцией человека на фильм ужасов является страх и беспокойство, некоторые люди выражали ненормально высокие уровни стресса, состояние, которое называется кинематографическим неврозом. Они скорее всего провоцировали ранее существовавшие травмы. Хотя нет никаких доказательств того, что просмотр фильмов ужасов оказывает неблагоприятное или устойчивое воздействие на психическое здоровье у людей, у которых ранее не было проблем с психическим здоровьем, есть доказательства того, что просмотр фильмов ужасов может привести к кратковременной тревоге и нарушению сна.

Библиография:

1. «Horror films: tales to master terror or shapes of trauma», Bruce Ballon et al. Am J Psychother. 2007.
2. The Aesthetics and Psychology Behind Horror Films, Michelle Park, Long Island University
3. (Why) Do You Like Scary Movies? A Review of the Empirical Research on Psychological Responses to Horror Films - G. Neil Martin

Recomandat:
Svetlana COANDĂ, dr.hab., conf.univ.