

Περισσότερα από όσα νομίζαμε μέχρι σήμερα

## Πόσα συναισθήματα νιώθει ένας άνθρωπος;

Δημοσίευση: 12 Σεπ 2017, 05:20



Οι επιστήμονες έφτιαξαν έναν διαδραστικό χάρτη ο οποίος παρουσιάζει τις 27 κατηγορίες συναισθημάτων και πώς συνδέονται μεταξύ τους. Πηγή Alan Cowen

Εσείς μπορεί συχνά να λέτε ότι νιώθετε δέος, νοσταλγία, θαυμασμό ή λατρεία, όμως η επιστήμη δεν αναγνωρίζει τίποτε από τα παραπάνω ως ξεχωριστό συναίσθημα.

Αντιθέτως η κρατούσα θεωρία στην ψυχολογία ταξινομούσε όλα τα συναισθήματα σε μόλις έξι οικουμενικές κατηγορίες: ευτυχία, θλίψη, θυμός, έκπληξη, φόβος και αηδία.

Τώρα μια ομάδα ερευνητών από το Πανεπιστήμιο της Καλιφόρνιας στο Μπέρκλεϊ έρχεται να ανατρέψει τα δεδομένα. Φέρνοντας την επιστημονική θεωρία πιο κοντά στην «καθημερινή» ανθρώπινη εμπειρία, σχεδόν πενταπλασιάζει τις ξεχωριστές κατηγορίες συναισθημάτων ανεβάζοντάς τις σε 27.

### Ηρεμία, λατρεία και θυμηδία

Για να ελέγξουν ποια και πόσα διαφορετικά συναισθήματα μπορεί να νιώσει ένας άνθρωπος οι ερευνητές έδειξαν σε 853 εθελοντές, άνδρες και γυναίκες διαφορετικών δημογραφικών κατηγοριών, 2.185 διαφορετικά βίντεο κλιπ τα οποία μπορούσαν να προκαλέσουν μια ευρεία κλίμακα συναισθημάτων. Στη συνέχεια ανέλυσαν τις αντιδράσεις των εθελοντών χρησιμοποιώντας πρωτοποριακές μεθόδους ανάλυσης.

Τα αποτελέσματά τους, τα οποία δημοσιεύθηκαν στην επιθεώρηση [«Proceedings of the National Academy of Sciences»](#), έδειξαν ότι τα ανθρώπινα συναισθήματα μπορούν τελικά να τοποθετηθούν σε 27 διαφορετικές κατηγορίες. Η νοσταλγία, το δέος, η λατρεία αλλά επίσης η ηρεμία, η αισθητική ικανοποίηση, ο θαυμασμός ή η θυμηδία είναι μόνο μερικές από τις συναισθηματικές καταστάσεις που «ανέβηκαν πίστα» αποκτώντας καθεστώς ξεχωριστής κατηγορίας.

### Πολλές λεπτές αποχρώσεις

«Είδαμε ότι 27 ξεχωριστές διαστάσεις, και όχι έξι, είναι απαραίτητες για να κατηγοριοποιηθεί ο τρόπος με τον οποίο εκατοντάδες άτομα περιγράφουν πώς αισθάνονται αντιδρώντας σε κάθε βίντεο» δήλωσε σε δελτίο τύπου του πανεπιστημίου ο Ντάχερ Κάιπνερ, καθηγητής Ψυχολογίας στο Μπέρκλεϊ με ειδίκευση στην επιστήμη των συναισθημάτων και επικεφαλής της μελέτης. Επίσης, αντίθετα με την κρατούσα «συμβατική» αντίληψη ότι κάθε κατηγορία είναι μεμονωμένη και απομονωμένη από τις άλλες, η μελέτη διαπίστωσε ότι τελικά δεν υπάρχουν στεγανά μεταξύ τους. «Υπάρχουν λεπτές κοινές συναισθηματικές αποχρώσεις ανάμεσα, ας πούμε, στο δέος και τη γαλήνη, στη φρίκη και στη θλίψη ή στη θυμηδία και στη λατρεία» ανέφερε ο καθηγητής.

Για να δείξουν μάλιστα αυτή την «επικοινωνία» ανάμεσα σε συναισθήματα τα οποία μπορεί να φαίνονται διαφορετικά, οι επιστήμονες δημιούργησαν έναν διαδραστικό χάρτη με τις 27 κατηγορίες και τις μεταξύ τους αλληλεπιδράσεις (μπορείτε να τον δείτε στην ιστοσελίδα του πανεπιστημίου, [εδώ](#)). «Στον χάρτη αυτόν δεν έχουμε πεπερασμένες ομάδες συναισθημάτων επειδή όλα συνδέονται μεταξύ τους» εξήγησε ο διδακτορικός φοιτητής Άλαν Κόουεν, πρώτος συγγραφέας της μελέτης και δημιουργός του χάρτη. «Οι συναισθηματικές εμπειρίες είναι πολύ πιο πλούσιες και έχουν πολύ περισσότερες αποχρώσεις από ό,τι πιστεύαμε ως τώρα».

Λαλίνα Φαφούτη