

# Stanisław Siek, Jan Bielecki, Iwona Marcysiak

---

## Wpływ pozytywnych emocji na niektóre procesy pamięci i uwagi

---

Studia Philosophiae Christianae 29/2, 103-115

---

1993

Artykuł został zdigitalizowany i opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej [bazhum.muzhp.pl](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

STANISŁAW SIEK, JAN BIELECKI, IWONA MARCYSIAK

## **WPLYW POZYTYWNYCH EMOCJI NA NIEKTÓRE PROCESY PAMIĘCI I UWAGI**

Zarys zadań nad wpływem emocji na procesy pamięci i uwagi. Metoda, materiał, sposób badań. Analiza wyników badań. Wnioski ogólne, dyskusja. Bibliografia.

Celem tej pracy była próba ujęcia wpływu pozytywnych emocji (radość, śmiech, odprężenie, podwyższony nastrój, łagodna euforia), na niektóre procesy pamięci i uwagi.

Przedmiotem badań były emocje wywoływane oglądaniem komedii filmowej, oraz procesy pamięci i uwagi występujące w czasie rozwiązywania testów pamięci w układzie Choynowskiego oraz testów do badania podzielności i koncentracji uwagi Couvego, Bourdona i Pierona.

### **ZARYS BADAŃ NAD WPLYWEM EMOCJI NA PROCESY PAMIĘCI I UWAGI**

Problem wpływu emocji na procesy poznawcze i działanie człowieka nie jest sprawą nową. Już w 1898 r. F. W. Colgrove pytał swych badanych o to, jakie przeżycia lepiej pamiętają — przyjemne czy przykre? Analiza odpowiedzi badanych wykazała przewagę wspomnień przyjemnych. Z. Freud wysunął w związku z tym znaną tezę tłumienia i wypierania przykrych przeżyć związanych z ubiegłym doświadczeniem (Kurcz, 1979, s. 326).

Szewczuk w toku licznych badań nad pamięcią stwierdził, że w materiale testowym czy obrazowym najlepiej zostają zapamiętane te elementy, które są związane z reakcją emocjonalną osoby zapamiętującej (Szewczuk, 1966, s. 50—54).

Badania dotyczące wpływu czynników emocjonalnych na pamięć nie są jak dotąd jednoznaczne. Jednak na ogół stwierdza się, że doznania i przeżycia przyjemne pamięta się lepiej i dłużej od przykrych. W Polsce eksperymenty w tej dziedzinie przeprowadził S. Mika, wykazując, że np. osoby wierzące zapamiętują lepiej teksty zawierające wywody przy-

chylne dla religii, natomiast osoby niewierzące pamiętają lepiej teksty o treści ateistycznej (Mika, 1966, s. 131).

Inną funkcją psychiczną człowieka zależną od emocji, a powiązaną z pamięcią, jest uwaga. Człowiek zwraca uwagę na to, co wywołuje u niego emocje, a następnie to zapamiętuje.

Przeprowadzono wiele badań nad emocjami o znaku ujemnym lecz niewiele miejsca poświęcono emocjom o znaku dodatnim. Stwierdzono, że emocje negatywne dezorganizują przebieg procesów poznawczych, emocje pozytywne raczej nie, jedynie gdy ich intensywność jest bardzo silna (Reykowski, 1968, s. 281—354). Wiadomo, że stan relaksu i dobrego samopoczucia i związanych z nim emocji dodatnich wpływa na lepsze funkcjonowanie człowieka i sprawniejsze wykonywanie przez niego prostych działań. Maltz stwierdził, że warunkiem sprawnego działania osoby jest pozytywny obraz siebie, powiązany z wewnętrznym zadowoleniem (Siek, 1985, s. 242—247). Takie stany mogą być wywołane przez różne bodźce płynące zarówno z wnętrza, jak i ze środowiska zewnętrznego. Do tych bodźców można by zaliczyć m.in. metody relaksacyjne, jak również wszelkie środki audiowizualne. Coraz większą zyskuje w świecie popularność, stosowana w USA tzw. „laughing therapy”, wykorzystująca śmiech w celu przezwycięzania chorób psychicznych i organicznych. Dr Paul Mc Ghee stosuje filmy komediowe w terapii osób nadwrażliwych. Śmiech wzbudzony scenkami komediowymi stosowany jest jako środek uśmierzający ból (Ferrieri, 1987, s. 19). Z badań S. Smitha, J. C. Ascougha i D. A. Nelsona wynika, że wzbudzona radość, humor u osób przeżywających silny lęk obniża poziom lęku oraz poprawia jakość wykonywanych zadań (Matusewicz, 1976, s. 102—105).

Badania psychologów specjalizujących się w problematyce emocji wykazały, że sprawność działania zmienia się pod wpływem stopnia pobudzenia emocjonalnego. Człowiek najlepiej wykonuje określone czynności wtedy, gdy pobudzenie emocjonalne utrzymuje się w granicach średniej intensywności. Obniżenie napięć emocjonalnych lub ich nadmierna intensyfikacja utrudniają lub uniemożliwiają wykonanie określonych czynności. Zgodnie z prawami Yerkesa-Dodsona każda czynność ma swoje optimum pobudzenia emocjonalnego, a nadmierna intensywność emocji najsilniej dezorganizuje czynności bardziej skomplikowane. Czynności proste pod wpływem pobudzenia emocjonalnego łatwiej wykonać.

Modalność emocji również wpływa na sprawność działania i zachowanie się człowieka. Zdaniem M. Werwickiego filmy zawierające ładunek grozy, okrucieństwa, lęku działają na młodych odbiorców agresywnie. Silne napięcie emocjonalne powstałe z przeciążenia odbiorcy zbyt silnymi bodźcami o treści negatywnej może prowadzić do uruchomienia reakcji obronnych (Werwicki, 1976, s. 23—44). Wzrost poziomu lęku szybko prowadzi do zakłóceń sprawności działania. Wystąpienie smutku, przygnębienia prawie zawsze łączy się ze spadkiem aktywności i efektywności działania. Radość, zadowolenie w sposób umiarkowany mobilizują działanie (Reykowski, 1968, s. 357—381, 391—396).

Interesujący jest również wpływ znaku emocji na przebieg działania. Osiągnięcie powodzenia jest z reguły źródłem emocji dodatnich, a niepowodzenia, emocji ujemnych. Pobudzający wpływ emocji pozytywnej na działanie ujawnia w swoich badaniach E. Fonberg. Jej zdaniem można uzyskać znaczną poprawę funkcjonowania zwierzęcia przy drażnieniu elektrycznym tzw. ośrodków przyjemności. Wynika stąd, że emocje pozytywne mogą sprzyjać integrującej funkcji mózgu i podwyższać poziom wykonania zadania (Reykowski, 1968, s. 382—384).

Związek między treścią emocji a treścią zmian w spostrzeganiu ujawnił eksperyment Postmana i Browna. Osoby badane, które doświadczyły sukcesu lepiej rozpoznawały słowa wyrażające sukces, natomiast grupa, której się nie powiodło okazała większą wrażliwość na słowa oznaczające niepowodzenie. W innym eksperymencie badacze stwierdzili, że wprowadzenie osoby w stan frustracji sprzyja popełnianiu przez nią błędów percepcji polegających na przekształcaniu słów neutralnych w słowa o treści agresywnej lub lękowej. Wynika stąd, że szybciej jest spostrzegane to, co jest zgodne z treścią emocji (Reykowski, 1968, s. 301—397).

Badania D. Goodchildsa i E. Smitha wykazały, że osoby badane w atmosferze humoru lepiej rozwiązują różne problemy. L. White stwierdza, że humor jest czynnikiem pobudzającym oryginalność myślenia. Zdaniem A. Koestlera na proces twórczości składają się humor, odkrycie, a dopiero później samo tworzenie. Interakcja w atmosferze humoru jest bardziej twórcza ze względu na zmniejszenie negatywnych skutków emocji i większą ruchliwość procesów psychicznych (Matuszewicz, 1976, s. 142—147).

Z dorobku wielu dotychczasowych badań wiadomo, że proces utrwalania w pamięci i odtwarzania tego, co zapamiętało się podlega wpływowi emocji. Emocje oddziałują selektywnie na proces uczenia się. Pamiętany jest lepiej ten materiał, który odpowiada treści doświadczanej emocji.

Badania F. Bartletta wykazały, że najlepiej zapamiętywane są te elementy tekstu, które są bliższe uczuciowo osobom badanym (Rogińska, 1969, s. 107—108). Westorpe stwierdził, że wyniki testowe symboli cyfr, w których dużą rolę odgrywa uwaga i pamięć, w sytuacji emocji zagrożenia, obniżają się. Podobnie Carlson, Moldawsky stwierdzili obniżenie bezpośredniej pamięci cyfr w lękowej sytuacji emocjonalnej. Badania Lucasa wykazały wrażliwość pamięci bezpośredniej na różnice w poziomie lęku. Montasque i Rapaport stwierdzili, że bodźce silnie lękowe powodują więcej błędów w uczeniu się, niż bodźce normalne (Rogińska, 1969, s. 117—119).

W Polsce podobne badania przeprowadzili Kocowski i Dybowski. Również stwierdzili, że lęk pogarsza funkcjonowanie pamięci i koncentracji uwagi, jak również dezorganizuje przebieg innych procesów psychicznych (Kocowski, 1964, s. 266—283; 1970, s. 184—206).

Jak wynika z przytoczonych badań, zapamiętywanie zależy od komponentu emocjonalnego. Podobnie jest z procesem przypominania. Wskazują na to m.in. wyniki badań nad emocjonalnymi cechami wspomnień. Koch w swoich badaniach wykazała, że studentki przypomniały sobie więcej ocen pozytywnych niż negatywnych. Jednak dokładność odtwarzania zależała od siły emocji. Emocje silniejsze bez względu na znak sprzyjały zapamiętywaniu większej liczby faktów. Najwięcej pamiętano te stopnie, z których osoba badana była bardzo zadowolona. Tezę tę potwierdziły też badania K. Lamplikowskiego. Stwierdził on, że dodatnia emocja skojarzona z danym materiałem ułatwia uczenie się tego materiału (Reykowski, 1968, s. 311—313).

Procesy emocjonalne wywierają również wpływ na funkcjonowanie uwagi. Wystąpienie stanu emocjonalnego pobudzenia może wpłynąć zakłócająco na koncentrację uwagi, ale nie zawsze. Zapowiedź lub sygnał przeżycia emocji przyjemnej powoduje ukierunkowanie i koncentrację uwagi. Pobudzona w ten sposób uwaga utrzymuje się przez jakiś czas na wyższym poziomie koncentracji (Matuszewicz, 1976, s. 199). W. Strachow bardzo mocno podkreśla znaczenie czynnika emocjonalnego dla wzbudzania uwagi. Według niego jest to jeden z

podstawowych warunków mobilizowania uwagi w sytuacji wymagającej dłuższego utrzymania koncentracji (Dobrowolcicz, 1977, s. 89).

Jak wynika z tego krótkiego zarysu badań nad wpływem emocji na funkcjonowanie procesów poznawczych człowieka, przeważają prace dotyczące oddziaływania emocji ujemnych. W Polsce nie przeprowadzono dotychczas eksperymentalnych badań nad wpływem emocji wywołanych oglądaniem komedii filmowej na funkcjonowanie niektórych procesów pamięci i uwagi. Problem ten podejmujemy w naszych rozważaniach.

### **METODA, MATERIAŁ, SPOSÓB BADAŃ**

Jak już wspomniano przedmiotem badań referowanych w niniejszym artykule były emocje wywoływane oglądaniem komedii filmowej oraz procesy pamięci i uwagi występujące przy badaniu uwagi testami Pierona, Couvego i Bourdona, oraz tak zwanej „Skali Pamięci” Choynowskiego.

Zastosowane do badań testy pamięci i uwagi są wśród psychologów powszechnie znane i wielokrotnie opisywane. Mają dobrą wartość diagnostyczną, sprawdzaną także na materiale polskim (Siek 1982, s. 712—717, Dudek, Kietliński, 1968).

Nie wymagają więc szerszego omówienia. Poświęcimy natomiast nieco miejsca badaniu procesów emocji.

W badaniach opieramy się na koncepcji emocji zaproponowanej przez Reykowskiego. J. Reykowski uważa emocje za „specyficzną klasę procesów regulacji, pełniących funkcję oceny stosunków między podmiotem a otoczeniem, oceny przebiegu procesów wewnętrznych i czynności zewnętrznych, oceny procesów regulacji, a także posiadających wpływ na przebieg czynności zewnętrznych i wewnętrznych” (Reykowski, 1968, s. 45).

Badaniami zostało objętych 40 dziewcząt w wieku 17 lat, uczęszczających do II klasy Liceum Ogólnokształcącego lub Liceum Ekonomicznego, zamieszkałych na Ursynowie Północnym i na Ochocie. Badania przeprowadzono zbiorowo w ramach lekcji religii. Odbyły się one po południu w godzinach między 17-tą a 19-tą. Dziewczęta były badane w dwóch grupach, średnio po 20 osób w grupie. Samo badanie odbyło się dwa razy w odstępie jednego miesiąca, aby uniknąć ewentualnego wyuczenia czy zapamiętania materiału testowego. Za pierwszym razem zadanie badanych polegało na rozwiązaniu testów. Miesiąc później najpierw odbywała się projekcja komedii filmowej w celu wywołania emocji pozytywnych, a do-

piero potem nastąpiło rozwiązywanie testów. W czasie projekcji komedii filmowej cztery osoby pomagające w przeprowadzeniu badań obserwowały i notowały reakcje emocjonalne u poszczególnych dziewcząt. *Don Camillo i dzisiejsza młodzież*. Reż. Mario Camerini, prod. wł.-francuska. Komedialna była emitowana na video. Każda z dziewcząt miała oddzielne miejsce i swobodny dostęp do ekranu.

Badanie przeprowadzono w dwóch grupach, aby ułatwić sposób obserwacji ekspresji występujących emocji. Po projekcji komedii była 5-minutowa przerwa w celu wyeliminowania ewentualnego zmęczenia odbiorem filmu. W czasie tej przerwy była wietrzona sala, przestawiane ławki. Następnie, podobnie jak (za pierwszym razem, osoby badane rozwiązywały testy w następującej kolejności: test Couvego, test Bourdona, test Pierona oraz Skala Pamięci Choynowskiego.

Reakcje emocji wywołane oglądaniem komedii filmowej były obserwowane według specjalnie opracowanego arkusza. Uwzględniono w nim następujące reakcje emocjonalne.

Typowe reakcje emocjonalne w czasie oglądania komedii	Ilość wystąpień reakcji u osób badanych				Σ
	OS 1	OS 2	OS 3	OS 4	
Uśmiech	16	14	10	20	60
Śmiech	8	10	7	11	36
Spontaniczne okrzyki	2	0	1	1	4
Błyszczanie oczu	0	0	0	1	1
Rumieńce	1	0	1	1	3
Spontaniczne skurcze klatki piersiowej przy silnym śmiechu	1	2	1	3	7
Odchylenie się ciała w tył i drżenie przy silnym śmiechu	0	1	0	1	2
Ruchy bezcelowe	6	4	5	8	23
Uderzenie dłońmi o kolana	0	1	0	0	1
Σ	34	32	25	46	137

Arkusz obserwacyjny reakcji emocjonalnych opracowany w oparciu o książkę Darwina o ekspresji uczuć.

Arkusz zawiera obserwacje reakcji emocjonalnych 4 osób.

### ANALIZA WYNIKÓW BADAŃ

Jak już wspomniano porządek badań eksperymentalnych był taki, że najpierw badano procesy pamięci i uwagi oceniane testami Choynowskiego, Couvego, Bourdona, Pierona, następnie po upływie 4 tygodni wyzwalano emocje za pomocą projekcji komedii filmowej. Emocje te obserwowano i zapisywano w oparciu o specjalnie opracowany arkusz. Następnie badano procesy pamięci i uwagi po projekcji komedii. Kolejnym etapem było obliczenie istotności różnic między średnimi wynikami badań pamięci i uwagi uzyskanymi przed projekcją komedii i po jej projekcji.

Występujące istotnie statystyczne różnice pomiarów pamięci i uwagi traktujemy jako efekt wpływu reakcji emocjonalnych wywołanych projekcją komedii na procesy pamięci i uwagi.

Dane statystyczne wyników tych badań i istotności różnic między ich średnimi wynikami przedstawiają Tablice nr I, II, III, IV.

Z danych zamieszczonych w tablicach wynika, że wyniki badań testowych pamięci i uwagi różnią się w sposób statystycznie istotny przed i po projekcji filmu. Świadczą o tym wartości *t*-Studenta istotne na poziomie  $L = 0,001$ . Osoby badane po projekcji komedii filmowej uzyskały istotnie statystycznie wyższe wyniki w testach: Couvego (koncentracja uwagi, i szybkość pracy), Pierona (podzielność uwagi i szybkość pracy) oraz w skali pamięci Choynowskiego, niż w badaniach przeprowadzonych przed projekcją filmu. Świadczy o tym  $t = 5,86$  w teście Couvego, istotne na poziomie  $L = 0,001$ . Dla testu Bourdona  $t =$  (równa się)  $8,15$  (podzielność uwagi) i  $9,06$  (szybkość pracy) również istotne na poziomie  $L = 0,001$ . Podobnie w teście Pierona  $t = 5,87$  (podzielność uwagi) oraz  $t = 5,59$  (szybkość pracy) i jest istotne na poziomie  $L = 0,001$ .

W oparciu o uzyskane wyniki można wnioskować, że emocje pozytywne wywołane komedią filmową wpływają korzystnie na wyniki badań testowych uwagi. Analiza statystyczna wyników badań skalą pamięci Choynowskiego jest bardziej zróżnicowana. We wszystkich podtestach w grupie oglądającej komedię filmową, wyniki badań są istotnie statystycznie wyższe. Przy czym w największym stopniu ( $L = 0,001$ ) poprawiły się wyniki w podteście Pamięć cyfr wprost, następnie Pamięć cyfr wspak  $t = 2,83$  ( $L = 0,013$ ) a w najmniejszym ( $L = 0,05$ ) wyniki badań pamięci słuchowej. Wynik ogólny badania pamięci jest istotny na poziomie  $L = 0,01$



przy  $t = 3,60$ . Dane te wskazują, że emocje pozytywne wywierają również korzystny wpływ na wyniki badań testowych pamięci.

Jak wynika z tabeli nr I, prezentującej symptomy wystąpienia emocji pozytywnych, u większości osób badanych wystąpiły reakcje emocji pozytywnych. Najwyższe wyniki przypadają na skale „uśmiechu” i „śmiechu” oraz skalę „ruchów bezcelowych”. W pozostałych skalach liczebność symptomów jest znacznie niższa. Ogółem pojawiło się 1482 reakcji emocji pozytywnych.

#### WNIOSKI OGÓLNE, DYSKUSJA

Przeprowadzone badania dotyczące wpływu emocji pozytywnych wywołanych oglądaniem komedii filmowej na niektóre procesy pamięci i uwagi wykazały dodatnie oddziaływanie tych emocji na pamięć i uwagę.

Projekcja komedii wywołała w grupie badanych 40 dziewcząt 1482 reakcje emocjonalne takie jak uśmiech, spontaniczne okrzyki, błyszczenie oczu, rumieńce, spontaniczne skurcze klatki piersiowej przy silnym śmiechu, odchylenie się ciała w tył i lekkie drżenie przy silnym śmiechu, tzw. ruchy bezcelowe, uderzanie dłońmi o kolana.

Porównanie wyników badań testami Bourdona, Pierona, Couvego i Choynowskiego, wskazuje, na lepsze wyniki w tych testach po projekcji komedii. Można zatem wnioskować o pozytywnym wpływie dodatnich emocji na procesy pamięci i uwagi, będące przedmiotem naszych badań.

Badania nasze potwierdzają wyniki innych autorów, którzy stwierdzili wpływ pozytywnych emocji na sprawności działania i funkcjonowania człowieka (Reykowski, 1968, s. 313, 382).

Pozostaje odpowiedź na pytanie jakie mechanizmy warunkują takie oddziaływanie. Nie ma dotychczas na to jednoznacznej odpowiedzi.

Być może przeżycie pozytywnych emocji powoduje lepsze ukrwienie i utlenienie kory mózgowej, co usprawnia pracę pamięci i uwagi. Na takie możliwości wskazuje Darwin (Darwin, 1968, s. 233). Rogińska z kolei wskazuje, że negatywne emocje powodują skurczowe zwężenie kory mózgowej, co może między innymi utrudniać procesy kojarzenia (Rogińska, 1969, s. 122).

Z badań S. Smitha i S. Epsteina wynika, że reakcje pozytywnych emocji zmniejszają napięcia psychiczne i tym samym czynią człowieka bardziej odpornym na stres (Matusewicz, 1976, s. 102, 138).

Może być więc tak, że pozytywne emocje z jednej strony łagodzą stres badania pamięci i uwagi, a z drugiej dzięki zmniejszeniu stresu oszczędzają poziom energii psychicznej człowieka.

Naszym zdaniem emocje pozytywne mogą zwiększać poczucie mocy, które działa energetyzująco na cały organizm i aparat psychiczny, a więc i na procesy pamięci i uwagi.

L.p.	Uśmiech	Śmiech	Spontaniczne okrzyki	Błyszczenie oczu	Rumieniec	Spazmatyczne skurcze klatki piersiowej przy silnym śmiechu	Odchylenie się ciała w tył i drżenie przy silnym śmiechu	Ruchy bezcelowe	Uderzenie dłońmi o kolana	Σ
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
1	14	5	0	0	0	1	0	6	0	26
2	11	7	0	0	0	2	0	5	0	25
3	16	6	1	0	1	1	0	8	0	33
4	18	7	0	1	0	1	1	6	1	35
5	17	8	2	0	0	2	1	4	0	34
6	20	12	1	1	0	5	2	8	0	49
7	20	13	3	1	1	3	2	6	1	50
8	22	10	1	1	1	4	1	10	1	51
9	15	7	0	0	0	1	0	3	0	10
10	14	6	0	1	0	1	0	7	0	29
11	18	8	1	1	0	2	1	8	0	39
12	16	7	0	0	0	1	0	11	0	35
13	25	10	2	1	1	3	2	9	1	54
14	23	12	1	1	1	4	3	16	0	61
15	11	8	0	0	0	3	0	5	0	27
16	17	8	0	1	0	2	1	4	1	34
17	15	10	0	0	0	1	0	7	0	33
18	25	14	1	1	1	4	2	11	1	60
19	20	11	1	0	1	5	1	9	1	49
20	12	7	0	0	0	1	0	6	0	26
21	17	8	0	0	0	2	1	4	0	32
22	20	12	2	1	1	4	2	12	0	54
23	25	10	3	0	0	3	3	6	1	51
24	15	8	0	0	0	2	1	3	0	29
25	18	6	1	1	0	1	0	9	0	36
25	14	7	0	0	0	1	0	5	0	27
27	14	6	0	1	0	0	0	7	0	28
28	12	9	0	0	0	2	0	4	0	27
29	16	6	1	1	1	1	1	9	0	36
30	18	8	1	1	0	3	1	8	1	41
31	14	5	1	0	0	2	0	6	0	28
32	12	6	0	0	0	2	0	6	0	26

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
33	16	5	0	0	0	1	0	5	0	27
34	10	4	0	0	0	0	0	3	0	17
35	20	8	1	1	1	3	2	12	0	48
36	22	10	1	1	0	4	1	10	1	49
37	15	6	0	0	0	1	1	6	0	29
38	14	5	0	0	0	0	0	3	0	22
39	18	10	1	1	1	2	1	10	1	45
40	21	12	2	1	0	4	1	13	0	54
$\Sigma$	679	327	28	19	11	85	32	290	11	1482
x	16,98	8,18	0,70	0,48	0,28	2,13	0,30	7,25	0,28	37,05

Tabela I. Prezentująca arkusz obserwacyjny reakcji emocjonalnych dziewcząt oglądających komedię filmową

Nazwa testu Badana zmienna		N	$\bar{X}$	s	$s^2$	Dmax
Test Couvego koncentracja uwagi		40	27,48	5,57	31,00	0,076
Test Bourdona podzielność uwagi		40	137,53	18,27	333,85	0,110
szybkość pracy		40	690,30	95,19	9061,86	0,123
Test Pierona podzielność uwagi		40	74,93	9,24	85,42	0,118
szybkość pracy		40	14,63	1,84	3,36	0,135
Skala Pamięci Choynowskiego	Pamięć cyfr wprost	40	5,03	1,25	1,57	0,160
	Pamięć cyfr wspak	40	4,53	0,92	0,85	0,183
	Pamięć słuchowa	40	14,05	3,11	9,65	0,152
	Wynik ogólny	40	23,60	4,34	18,84	0,130

Tablica II. Prezentująca dane statystyczne wyników badań uwagi testami Couvego, Bourdona, Pierona oraz pamięci Skalą Pamięci Choynowskiego w grupie przed projekcją filmu

Wartość krytyczna testu Kolmogorowa:

$$(D(L; N) = D(0,05; 40) = 0,215$$

$$D(0,01; 40) = 0,258$$

Nazwa testu badane zmienne		N	x	s	s <sup>2</sup>	Dmax
Test Couvego koncentracja uwagi		40	30,08	4,87	23,67	0,066
Test Bourdona podzielność uwagi		40	150,68	21,38	457,27	0,105
szybkość pracy		40	753,28	102,15	10435,15	0,141
Test Pierona podzielność uwagi		40	60,03	14,99	224,72	0,124
szybkość pracy		40	15,90	1,79	3,19	0,158
Skala Pamięci Choynowskiego	Pamięć cyfr wprost	40	5,43	1,02	91,04	0,193
	Pamięć cyfr wspak	40	4,80	0,93	0,86	0,188
	Pamięć słuchowa	40	14,83	2,19	4,79	0,167
	Wynik ogólny	40	25,30	3,07	9,41	0,140

Tablica III. Prezentująca dane statystyczne wyników badań uwagi testami: Couvego, Bourdona, Pierona oraz pamięci Skalą Pamięci Choynowskiego w grupie po projekcji filmu

Wartość krytyczna testu Kolmogorowa:

$$D(L; N) M D(0,05; 40) = 0,215$$

$$D(0,01; 40) = 0,258$$

Nazwa testu badana zmienna	N	$\bar{x}_1$	$\bar{x}_2$	Test T		
				t	pi	
Test Couvego koncentracja uwagi	40	2,60	2,77	5,86	0,001	
Test Bourdona podzielność uwagi	40	12,15	9,31	8,15	0,001	
	40	62,98	43,42	9,06	0,001	
Test Pierona podzielność uwagi	40	6,80	7,24	5,87	0,001	
	40	1,28	1,43	5,59	0,001	
Skala Pamięci Choynowskiego	Pamięć cyfr wprost	40	0,45	0,78	3,60	0,001
	Pamięć cyfr wspak	40	0,33	0,73	2,83	0,01
	Pamięć słuchowa	40	0,78	2,35	2,07	0,05
	Wynik ogólny	40	1,70	2,95	3,60	0,01

Tablica IV. Prezentująca istotność różnic między wynikami badania pamięci i uwagi przed i po projekcji filmu

Wartości krytyczne testu T-Studenta

$$t(L; v = N-1)$$

$$t(0,05; 39) = 2,02$$

$$t(0,01; 29) = 2,71$$

$$t(0,001; 39) = 3,56$$

## BIBLIOGRAFIA

- Abramowski E.: *Wpływ wzruszeń i uczuć na opór zapomnianego. Prace z psychologii doświadczalnej*, t. 3, Wende, Warszawa 1915.
- Budohoska W., Włodarski Z.: *Psychologia uczenia się*, PWN, Warszawa 1970.
- Chapman J. A.: *Spoleczne aspekty śmiechu dziecięcego na tle komizmu*, Przgl. Psychol. nr 1. (1979) 89—123.
- Choynowski M.: *Skala Pamięci, Podręcznik tymczasowy*, Pracownia Psychometryczna, PAN, Warszawa 1959.
- Darwin K.: *O wyrazie uczuć u człowieka i zwierząt*, tłum. Z. Majlert, K. Zaćwilichowska, PWN, Warszawa 1988.
- Dobrołowicz W.: *Badania nad recepcją informacji*, WSP, Kielce 1977.
- Dobrołowicz W.: *O różnych koncepcjach uwagi*, Przgl. Psychol., nr 2 (1967) 315—335.
- Dobrołowicz W.: *Psychologiczne problemy uwagi kognitywnej*, WSP, Kielce 1978.
- Dobrołowicz W.: *Wybrane problemy psychologii uwagi*, WSP, Kielce 1978.
- Drwał R.: *Wpływ procesów emocjonalnych na wydajność myślenia twórczego*, Przgl. Psychol. nr 2, (1973) 157—173.
- Ferrieri G.: *Śmiejemy się*, Europeo, 1987, Forum nr 41, 19.
- Gerstmann S.: *Psychologia*, PZWS, Warszawa 1969.
- Góralski A.: *Metody opisu i wnioskowania statystycznego w psychologii i pedagogice*, PWN, Warszawa 1937.
- Hunter, I. M. L.: *Pamięć fakty i złudzenia*, tłum. S. Garczyński, PWN, Warszawa 1963.
- Kietliński K., Dudek B.: *Tymczasowy podręcznik do zestawu testów stosowanych w poradnictwie zawodowym*, MOiSzW, Warszawa 1968.
- Kocowski T.: *Wpływ lęku i gniewu na przebieg niektórych procesów psychicznych*. Psychol. Wych., nr 2 (1970) 184—206.
- Kocowski T.: *Rozwiązywanie zadań przy różnych poziomach lęku*. Psychol. Wych., nr 2 (1964) 266—283.
- Kulik A.: *Po wyjściu z kina. Psychologiczne problemy oddziaływania filmu*, Centralna Poradnia Amatorskiego Ruchu Artystycznego, Warszawa 1968.
- Kurcz I.: *Uczenie się i pamięć*, (w:) Tomaszewski T. (red.) *Psychologia*, PWN, Warszawa 1979.
- Matuszewicz Cz.: *Humor, dowcip, wychowanie*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1976.
- Mika S.: *Postawy a zapamiętywanie*, Studia Psychol., (1966) t. 7.
- Nęcka E.: *Cele strategiczne grupowego treningu twórczości*, Przgl. Psychol., nr 1 (1986) 25—37.
- Reykowski J.: *Eksperymentalna psychologia emocji*, Książka i Wiedza, Warszawa 1968.
- Reykowski J.: *Emocje i motywacja*, (w:) Tomaszewski T. (red.) *Psychologia*, PWN, Warszawa 1979.
- Reykowski J.: *Stan emocjonalnego napięcia a spostrzeganie ludzi*, Studia Psychol., 4 (1963) 153—177.
- Rogińska W.: *Zależność procesów pamięciowych od emocji*, Przgl. Psychol., nr 17 (1969) 105—130.
- Sadowski B.: *Fizjologiczne mechanizmy zachowania*, PWN, Warszawa 1973.
- Siek S.: *Osobowość*, ATK, Warszawa 1982.

- Siek S.: *Autopsychoterapia*, ATK, Warszawa 1985.  
 Szewczuk W.: *Psychologia zapamiętywania*, PWN, Warszawa 1966.  
 Szewczuk W.: *Psychologia*, PZWSz, Warszawa 1970, t. 1.  
 Szuman S.: *O uwadze*, PZWSz, Warszawa 1961.  
 Szuman S.: *O dowcipie i humorze*, Lwowska Biblioteka Pedagogiczna, Lwów 1938.  
 Ungar G.: *Pamięć*, tłum. S. Pietyra, PWN, Warszawa 1980.  
 Werwicki M.: *Wpływ filmowych scen grozy i okrucieństwa na młodzież*. Kwart. Ped., nr 3 (1976) 23—44.  
 Włodarski Z.: *Z tajemnic ludzkiej pamięci*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1984.  
 Woodworth R. S., Schlosberg H.: *Psychologia eksperymentalna*, tłum. J. Ekel, A. Lewicki, PWN, Warszawa 1963, t. 2.  
 Yates A. F.: *Sztuka pamięci*, tłum. W. Radwański, PiW, Warszawa 1977.

#### DER EINFLUSS DER POSITIVEN EMOTIONEN ÜBER EINIGE PROCESSE DER AUFMERKSAMKEIT UND DES GEDÄCHTNISSES

##### Zusammenfassung

Der Gegenstand der Forschung sind emotionelle Reaktionen welche eintreten bei Filmkomödieprojektion und die Prozesse der Aufmerksamkeit und des Gedächtnisses, welche bei der Forschungstest von Couve, Bourdon, Pieron und Choynowski wirken.

Das Material der Forschung war 40 Mädchen 17 Jahre alt. Die Forschungsmethoden waren Aufmerksamkeitstest von Couve, Bourdon, Pieron, und Gedächtnisstest von Choynowski.

Die Schlussfolgerung unserer Arbeit lautet, dass, positive Emotionen positiv auf die Prozesse der Aufmerksamkeit und des Gedächtnisses einwirken.

Positive Emotionen einwirken positiv wahrscheinlich durch bessere Oxydation der Gehirnrinde.