

Подавление экспрессии положительных и отрицательных эмоций в России и Азербайджане

А.А. Панкратова*,

МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия,
alina_pankratova@mail.ru

Е.Н. Осин**,

НИУ «Высшая школа экономики», Москва, Россия,
evgeny.n.osin@gmail.com

В.В. Лебедев***,

МГУ имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия,
wleb@ya.ru

Закономерность о наличии или отсутствии негативных последствий подавления экспрессии как стратегии эмоциональной регуляции была установлена на примере США и Китая — крайних групп по уровню индивидуализма/коллективизма культуры. Цель настоящего исследования — оценить эффект подавления экспрессии в России и Азербайджане, которые имеют сходный средний уровень индивидуализма/коллективизма культуры. У испытуемых (N = 111: средний возраст — 20 лет, женского пола, 59 — Россия, 52 — Азербайджан) индуцировались эмоции (радость, нейтральное состояние, печаль) с помощью апробированных видеороликов и давалась инструкция на обычный просмотр или просмотр с подавлением экспрессии (репликация классического эксперимента Дж. Гросса). При подавлении экспрессии радости у русских и азербайджанцев: 1) не меняется интенсивность радости, при этом у русских усиливаются фоновые отрицательные эмоции; 2) снижается активность мышц щеки, при этом у русских одновременно с этим напрягаются мышцы лба; 3) не меняется активность симпатической нервной системы. При подавлении экспрессии печали у русских и азербайджанцев: 1) не меняется интенсивность печали, при этом у русских усиливаются фоновые положительные эмоции; 2) мышцы лба работают по-разному — у русских снижается активность мышц лба, у азербайджанцев мышцы лба остаются в напряженном состоянии; 3) не меняется активность симпатической нервной системы. В отличие от американцев, подавление экспрессии для русских и азербайджанцев является достаточно типичной

Для цитаты:

Панкратова А.А., Осин Е.Н., Лебедев В.В. Подавление экспрессии положительных и отрицательных эмоций в России и Азербайджане // Культурно-историческая психология. 2019. Т. 15. № 3. С. 60–70. doi: 10.17759/chp.2019150307

For citation:

Pankratova A.A., Osin E.N., Lebedev V.V. Expressive Suppression of Negative and Positive Emotions in Russia and Azerbaijan. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya = Cultural-historical psychology*, 2019. Vol. 15, no. 3, pp. 60–70. (In Russ., abstr. in Engl.). doi: 10.17759/chp.2019150307

* *Панкратова Алина Александровна*, кандидат психологических наук, старший научный сотрудник кафедры психогенетики факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия. E-mail: *alina_pankratova@mail.ru*

** *Осин Евгений Николаевич*, кандидат психологических наук, ведущий научный сотрудник международной лаборатории позитивной психологии личности и мотивации, Национальный исследовательский университет «Высшая школа экономики», Москва, Россия. E-mail: *evgeny.n.osin@gmail.com*

*** *Лебедев Вячеслав Владимирович*, инженер лаборатории по обслуживанию учебного процесса и практикуму по общей психологии факультета психологии, Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова, Москва, Россия. E-mail: *wleb@ya.ru*

Pankratova Alina Aleksandrovna, PhD in Psychology, Senior Research Associate, Department of Behavioral Genetics, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia. E-mail: *alina_pankratova@mail.ru*

Osin Evgeny Nikolaevich, PhD in Psychology, Leading Research Associate, International Laboratory of Positive Psychology of Personality and Motivation, National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia. E-mail: *evgeny.n.osin@gmail.com*

Lebedev Vyacheslav Vladimirovich, Engineer, Educational Process Laboratory, Faculty of Psychology, Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia. E-mail: *wleb@ya.ru*

стратегией эмоциональной регуляции и не приводит к дополнительной активации симпатической нервной системы

Ключевые слова: подавление экспрессии, радость, печаль, Дж. Гросс, Россия, Азербайджан.

Expressive Suppression of Negative and Positive Emotions in Russia and Azerbaijan

A.A. Pankratova*,

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia,
alina_pankratova@mail.ru

E.N. Osin**,

National Research University Higher School of Economics, Moscow, Russia,
evgeny.n.osin@gmail.com

V.V. Lebedev***,

Lomonosov Moscow State University, Moscow, Russia,
vleb@ya.ru

Expressive suppression may have negative consequences when used as an emotional regulation strategy. However, the extent of these consequences is very different in strongly individualist and collectivist cultures, as studies comparing the USA and China have revealed. The aim of the present study was to investigate the effects of expressive suppression in Russia and Azerbaijan where the levels of individualism/ collectivism are comparable and moderate. The subjects ($N = 111$, mean age 20 years, females, 59 Russians and 52 Azerbaijani) were induced with emotional states (joy, neutral, sadness) using validated video clips and were randomly assigned to the normal viewing or the expressive suppression condition, replicating the classical experiment of J. Gross. We found that suppression of joy: 1) did not affect the subjective intensity of joy in both groups, but was associated with increase of background negative emotions in Russians; 2) was associated with reduced activity of cheek muscles in both groups and with increased activity of forehead muscles in Russians; 3) did not have any significant effects on sympathetic nervous system activity. The suppression of sadness: 1) did not affect the subjective intensity of sadness in both groups, but was associated with increased in background positive emotions in Russians; 2) was associated with reduced activity of forehead muscles in Russians, but not in Azerbaijani; 3) did not have any significant effects on sympathetic nervous system activity. The findings suggest that, unlike the USA, in Russia and Azerbaijan expressive suppression is a typical emotional regulation strategy, which explains the absence of sympathetic activation.

Keywords: expressive suppression, joy, sadness, J. Gross, Russia, Azerbaijan.

Приводит ли подавление экспрессии — стратегии эмоциональной регуляции, когда человек не показывает свои эмоции окружающим — к негативным последствиям для здоровья?

В первых исследованиях на американских выборах было показано, что: 1) при подавлении экспрессии повышается активность симпатической нервной системы [17]; 2) в ситуации общения подавление экспрессии отвлекает внимание от разговора, снижает чувство раппорта у собеседника и не вызывает у него желания завязывать дружеские отношения [14]. Этот непосредственный эффект подавления экспрессии может иметь и более долгосрочные последствия для здоровья человека: описываются психофизиологические и психосоциальные механизмы развития сердечно-сосудистых заболеваний [24]. В рамках корреляционных исследований установлено, что подавление экспрессии положительно связано с депрессией и отрицательно — с удовлет-

воренностью жизнью, самоуважением, оптимизмом, благополучием [18].

Однако в исследованиях на выборках из Восточной Азии были получены противоположные результаты: например, у китайцев при подавлении экспрессии не повышается активность симпатической нервной системы [26], а в ситуации общения им удается продемонстрировать большую отзывчивость [15]. По результатам метаанализа подавление экспрессии отрицательно коррелирует с индикаторами психического здоровья на выборках с западными культурными ценностями (США, Англия и т. д.) и не коррелирует на выборках с восточными культурными ценностями (Китай, Япония и т. д.) [29]. Таким образом, негативные последствия подавления экспрессии, связанные с непосредственным эффектом и проблемами со здоровьем в более долгосрочной перспективе, неодинаково выражены в разных культурах.

Эти различия объясняются разным уровнем индивидуализма/коллективизма культуры: в масштабных проектах Д. Мацумото [19; 20] было показано, что чем выше уровень коллективизма культуры, тем ниже общий уровень проявления эмоций и чаще используется подавление экспрессии. Описанная выше закономерность о наличии или отсутствии негативных последствий подавления экспрессии была установлена на примере США и Китая — крайних групп по уровню индивидуализма/коллективизма культуры, по данным Г. Хофстеде (91 и 20 баллов по шкале «Индивидуализм», шкала от 0 до 100; $M = 45$, $SD = 24$) [27; 28]. Таким образом, культура задает требования к эмоциональному контролю, и подавление экспрессии как типичная стратегия не имеет негативных последствий.

Мы изучаем эффект подавления экспрессии в России и Азербайджане, которые отличаются по уровню индивидуализма/коллективизма культуры, но не относятся к крайним группам. По данным Г. Хофстеде [там же], в России и Турции — стране, близкой по культуре к Азербайджану — примерно одинаковый средний уровень индивидуализма/коллективизма культуры (39 и 37 баллов). Замер ценностей в России и Азербайджане с помощью опросника INDCOL Г. Триандиса выявил более сложную картину: в России выше показатели по вертикальному индивидуализму (конкуренция и соревнование с другими) и горизонтальному коллективизму (включенность в коллектив и взаимозависимость), а в Азербайджане — по горизонтальному индивидуализму (уникальность и отличие от других) и вертикальному коллективизму (подчинение своих интересов интересам группы) [10].

Сопоставление особенностей эмоциональной регуляции в этих странах с помощью опросников ECV A. Маусс [7], DRAI Д. Мацумото [9], ЭМИн Д.В. Люсина [8] показало, что: 1) у азербайджанцев выше ценность эмоционального контроля, и они чаще прибегают к частичной или полной маскировке своих эмоций, по сравнению с русскими; 2) при этом азербайджанцы чаще усиливают внешние проявления своих эмоций, по сравнению с русскими; 3) азербайджанцы считают, что эмоции плохо поддаются контролю, и ниже оценивают свои способности понимать эмоции и управлять ими, по сравнению с русскими. Анализ по шкалам методики DRAI также показал, что азербайджанцы более склонны к подавлению внешних проявлений эмоций и при этом наигрывают при проявлении эмоций, по сравнению с русскими [13].

Эти особенности эмоциональной регуляции объясняются разными вариантами индивидуализма и коллективизма: в России горизонтальный коллективизм (включенность в коллектив и взаимозависимость) связан с открытым проявлением эмоций, а в Азербайджане вертикальный коллективизм (подчинение своих интересов интересам группы) связан с подавлением внешних проявлений эмоций, а горизонтальный индивидуализм (уникальность и отличие от других) — с наигрыванием при проявлении эмоций [там же]. Низкая самоэффективность азербайджанцев в сфере эмоционального контроля, видимо, является своеобразным «защитным механизмом», снимающим это

противоречие между строгими требованиями к эмоциональному контролю в рамках культуры и проявлением эмоций в гипертрофированной форме

По результатам опросника ERQ Дж. Гросса, русские и азербайджанцы в равной степени используют подавление экспрессии при регуляции своих эмоций [6; 11]. Это подтверждают результаты и по методике DRAI Д. Мацумото (нет значимых различий по такому правилу проявления эмоций, как нейтрализация), однако в отношении радости, печали и удивления азербайджанцы чаще используют все три стратегии сокрытия истинного эмоционального состояния (в том числе нейтрализацию), чем русские [9]. С опорой на эти данные для лабораторного эксперимента были выбраны две эмоции — радость и печаль, по которым получены культурные различия в подавлении экспрессии. Дополнительный анализ данных по методике DRAI показал, что как в России, так и в Азербайджане чаще прибегают к подавлению экспрессии печали, чем к подавлению экспрессии радости.

Цель нашего исследования — оценить эффект подавления экспрессии радости и печали у русских и азербайджанцев (на уровне эмоционального состояния, активности мышц лица и активности симпатической нервной системы). Учитывая описанные выше культурные различия в подавлении экспрессии радости и печали, а также различия в подавлении экспрессии радости и печали, характерные для обеих культур, мы выдвигаем следующие **гипотезы**: 1) азербайджанцы будут более эффективно справляться с подавлением экспрессии радости и печали, чем русские; 2) как русские, так и азербайджанцы будут более эффективно справляться с подавлением экспрессии печали, чем с подавлением экспрессии радости. Под эффективностью подавления экспрессии мы понимаем, прежде всего, отсутствие дополнительной активации симпатической нервной системы.

Метод

Стимульный материал

В лабораторном эксперименте использовались четыре видеоролика — ролики для индукции радости («Ребенок» — смеющийся ребенок) и печали (отрывок из х/ф «Чемпион» — ребенок, рыдающий над телом своего отца) и два нейтральных ролика («Аляска» — пейзажи Аляски; «Дельфины» — подводный мир и стая дельфинов). По результатам апробации на российской и азербайджанской выборках [12], ролики для индукции радости и печали имеют максимальные показатели по интенсивности целевой эмоции (на уровне 3 баллов по шкале от 0 до 5) и эмоциональной специфичности воздействия (на уровне 70% по шкале от 0 до 100%), а нейтральные ролики имеют минимальные показатели по интенсивности всех эмоций (ниже 1,5 баллов по шкале от 0 до 5).

В эмоциональном воздействии роликов были установлены культурные различия (ролик «Ребенок» вызвал у азербайджанцев более сильную радость, чем у русских) и гендерные различия в России

(ролик «Чемпион» вызвал более сильную печаль у женщин, по сравнению с мужчинами). При этом ролики для индукции радости и печали оказали одинаковое эмоциональное воздействие на русских и азербайджанских женщин. С опорой на эти данные было принято решение изучать культурные различия на примере женских подгрупп с дополнительным анализом гендерных различий в Азербайджане. Подобные эксперименты за рубежом чаще всего также проводят на женских подгруппах [5], что, видимо, позволяет получить эффекты, связанные с эмоциональной регуляцией, в более выраженной форме

Выборка

В лабораторном эксперименте приняли участие 111 человек: 1) российская выборка — 59 человек (из них в экспериментальной и контрольной группах — 31 и 28 человек соответственно), все испытуемые были женского пола, в возрасте от 17 до 25 лет ($M = 21$, $SD = 2$); 2) азербайджанская выборка — 52 человека (из них в экспериментальной и контрольной группах — 25 и 27 человек соответственно), все испытуемые были женского пола, в возрасте от 16 до 24 лет ($M = 19$, $SD = 2$). Этническая принадлежность оценивалась с помощью прямого вопроса: «К какой национальности Вы себя относите?», дополнительно фиксировались место рождения и место постоянного проживания. В выборку были включены только респонденты, идентифицировавшие себя как русские и азербайджанцы¹, родившиеся и проживающие в соответствующей стране.

Процедура эксперимента

Процедура представляет собой репликацию классического эксперимента Дж. Гросса [17]: у испытуемых индуцировались эмоции с помощью видеороликов, при этом экспериментальной группе давалась инструкция на подавление экспрессии («Сейчас мы Вам покажем видеоролик, во время просмотра старайтесь не показывать свои эмоции. Или, другими словами, старайтесь вести себя таким образом, чтобы люди, которые смотрят на Вас, не поняли, что Вы чувствуете»), а контрольной группе — на обычный просмотр («Сейчас мы Вам покажем видеоролик, смотрите, пожалуйста, внимательно»). В качестве экспериментального воздействия использовались радостный, нейтральный и печальный ролики, для вхождения в ситуацию эксперимента — еще один нейтральный ролик

Нами были прописаны 4 варианта сценария лабораторного эксперимента с использованием программного обеспечения установки «Реакор» — для экспериментальной (подавление экспрессии) и контрольной (просто просмотр) группы с первым (радостный, нейтральный, печальный ролики) и вторым (печальный, нейтральный, радостный ролики) по-

рядком предъявления экспериментальных роликов. Работа с каждым испытуемым проводилась индивидуально и занимала в среднем около 1 часа, регистрация физиологических параметров в ходе эксперимента производилась также с помощью установки «Реакор» (четырёхканальный полиграф). Ниже приводится сценарий лабораторного эксперимента с указанием этапов и временного регламента.

- Исходный фон (2 мин.).
- Инструкция (просто просмотр).
- Нейтральный ролик («Дельфины», 2 мин. 34 сек.).
- Самоотчет об эмоциональном состоянии.
- Отдых (1 мин.).
- Инструкция (подавление экспрессии / просто просмотр).
- Радостный ролик («Ребенок», 1 мин. 43 сек.).
- Самоотчет об эмоциональном состоянии.
- Отдых (1 мин.).
- Инструкция (подавление экспрессии / просто просмотр).
- Нейтральный ролик («Аляска», 2 мин. 11 сек.).
- Самоотчет об эмоциональном состоянии.
- Отдых (1 мин.).
- Инструкция (подавление экспрессии / просто просмотр).
- Печальный ролик («Чемпион», 3 мин. 03 сек.).
- Самоотчет об эмоциональном состоянии.
- Отдых (1 мин.).
- Итоговый фон (2 мин.).

Эмоциональный ответ испытуемых регистрировался на трех уровнях [21]: 1) самоотчет об эмоциональном состоянии — 10 эмоциональных терминов, по 2 на шкалы — «Радость» (радость, веселье), «Печаль» (печаль, подавленность), «Гнев» (гнев, раздражение), «Отвращение» (отвращение, неприязнь), «Страх» (страх, тревога) (шкала от 0 до 5) [12]; 2) активность лицевой экспрессии — электромиограмма мышц щеки (*musculus risorius*) и лба (*musculus corrugator supercilii*) (показатели: ЭМГ_ср, ЭМГ_L); 3) симпатическая активность электродермальной и сердечно-сосудистой систем — кожногальваническая реакция (показатели: КГР_ср, КГР_L) и электрокардиограмма (показатели: LF и HF — активность симпатической и парасимпатической нервной системы).

Преобразование данных и их математическая обработка

Первичная обработка физиологических данных была связана с их очисткой от артефактов и выделением равных временных отрезков по исходному и итоговому фону и экспериментальным роликам для фиксации показателей. Преобразование данных включало три процедуры: 1) получение составных показателей — общая активность мышц щеки и лба ($\text{ЭМГ_ср} * \text{ЭМГ_L}$)², общая мощность кожногальва-

¹ Здесь и далее термины «русские» и «азербайджанцы» используются для обозначения представителей русской и азербайджанской культур.

² «_ср» — усредненные значения сигналов ЭМГ и КГР; «_L» — нормированная ко времени длина кривой сигналов ЭМГ и КГР.

нической реакции (КГР_ср*КГР_L) и относительная активность симпатической нервной системы (LF/HF); 2) деление показателей по экспериментальным роликам на соответствующие показатели базового уровня (усредненные показатели по исходному и итоговому фону); 3) логарифмирование данных, позволяющее нормализовать распределение и использовать параметрические методы.

Математическая обработка данных проводилась в SPSS 18.0 с помощью дисперсионного анализа (ANOVA) с повторными измерениями на разных массивах данных: 1) по контрольной группе (обычный просмотр), чтобы оценить эффективность воздействия экспериментальных роликов в России и Азербайджане и работу оборудования; 2) на всем массиве данных для проверки эффектов (3 ролика \times 2 условия просмотра \times 2 страны) и отдельно на российской и азербайджанской выборках для уточнения содержания этих эффектов. Дополнительно в рамках ANOVA подсчитывались простые контрасты, которые позволяют сравнить уровни изучаемого фактора между собой: эмоциональный ответ при просмотре радостного, нейтрального и печального роликов.

Результаты

Учитывая, что эксперимент проводился на женских подгруппах, мы сравнили русских и азербайджанских женщин по подавлению экспрессии и получили сходные результаты [характеристики выборок см. в оригинальных статьях: 9; 11]: 1) русские и азербайджанские женщины в равной степени используют подавление экспрессии при регуляции своих эмоций (по опроснику ERQ Дж. Гросса); 2) азербайджанские женщины чаще прибегают к подавлению экспрессии радости ($\chi^2(5) = 95,45$; $p < 0,001$; V Крамера = 0,13) и печали ($\chi^2(5) = 64,74$; $p < 0,001$; V Крамера = 0,11), по сравнению с русскими женщинами (по методике DRAI Д. Мацумото); 3) как русские ($\chi^2(5) = 1487,4$; $p < 0,001$; V Крамера = 0,42), так и азербайджанские ($\chi^2(5) = 588,39$; $p < 0,001$; V Крамера = 0,44) женщины чаще прибегают к подавлению экспрессии печали, чем к подавлению экспрессии радости (по методике DRAI Д. Мацумото).

Самоотчет об эмоциональном состоянии

Несмотря на то, что ролики апробировались в отдельном эксперименте, мы проверили эффективность их воздействия в рамках лабораторного эксперимента. Было установлено, что ролики при обычном просмотре, как на российской, так и на азербайджанской выборке, сработали одинаково: 1) индукция радости ($F(2; 106) = 73,13$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,58$): радостный ролик вызвал более сильную радость, чем нейтральный и печальный ролики (при этом нейтральный ролик с положительным эмоциональным фоном имел более высокий рейтинг по радости, чем печальный ролик); 2) индукция печали ($F(2; 106) = 76,07$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,59$):

печальный ролик вызвал более сильную печаль, чем нейтральный и радостный ролики; 3) общее эмоциональное воздействие радостного и печального роликов было одинаковым и значимо отличалось от нейтрального ролика ($F(2; 106) = 35,99$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,40$).

При просмотре роликов с подавлением экспрессии эмоциональное состояние ни у русских, ни у азербайджанцев не изменилось и соответствовало описанной выше реакции на ролики (значимый эффект ролика по радости, печали и общему эмоциональному воздействию: $F(2; 214) = 147,36$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,58$. $F(2; 214) = 137,93$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,56$. $F(2; 214) = 58,78$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,36$). Однако на российской выборке была тенденция к слабому эффекту взаимодействия ролика и условия просмотра ($F(1; 57) = 2,82$; $p = 0,098$; $\eta^2 = 0,05$): при просмотре радостного ролика с подавлением экспрессии общая интенсивность эмоций была выше, а при просмотре печального ролика с подавлением экспрессии — ниже, чем при обычном просмотре. Чтобы понять содержание этого эффекта, мы сравнили контрольную и экспериментальную группы по всем эмоциональным терминам самоотчета с помощью критерия У Манна—Уитни.

На российской выборке: 1) при просмотре радостного ролика с подавлением экспрессии были выше показатели по печали (эмоциональный термин «подавленность»: $U = 350,50$; $p < 0,05$) и по всем фоновым отрицательным эмоциям в целом ($U = 325,50$; $p = 0,088$), по сравнению с обычным просмотром; 2) при просмотре печального ролика с подавлением экспрессии были выше показатели по радости (эмоциональный термин «радость»: $U = 353,50$; $p < 0,05$), по сравнению с обычным просмотром. На азербайджанской выборке не было установлено значимых различий между экспериментальной и контрольной группами по самоотчету об эмоциональном состоянии. Таким образом, у русских, в отличие от азербайджанцев, при подавлении экспрессии радости усиливались фоновые отрицательные эмоции, а при подавлении экспрессии печали — фоновые положительные эмоции.

Активность мышц лица

При обычном просмотре: 1) активность мышц щеки была выше при просмотре радостного ролика, чем при просмотре нейтрального и печального роликов ($F(2; 98) = 75,72$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,61$); 2) активность мышц лба была выше при просмотре печального ролика, чем при просмотре нейтрального и радостного роликов ($F(2; 98) = 7,13$; $p < 0,001$; $\eta^2 = 0,13$). При этом активность мышц лба при просмотре нейтрального ролика была значимо выше, чем при просмотре радостного ролика. Это связано с тем, что у русских активность мышц лба при просмотре нейтрального ролика соответствовала печальному ролику, а у азербайджанцев — радостному ролику (рис. 3 и 4, пунктирные линии). Кроме этого был получен эффект взаимодействия ролика и страны ($F(1; 49) = 5,47$; $p < 0,05$; $\eta^2 = 0,10$): у азербайджанцев активность мышц лба была

выше при просмотре радостного ролика, а у русских — при просмотре нейтрального ролика.

При просмотре роликов с подавлением экспрессии, как у русских ($F(1; 53) = 6,19; p < 0,05; \eta^2 = 0,11$), так и у азербайджанцев ($F(1; 47) = 3,95; p = 0,053; \eta^2 = 0,08$), снижалась активность мышц щеки (рис. 1 и 2). При этом подавление экспрессии у русских и азербайджанцев было связано с разной работой мышц лба (значимый эффект взаимодействия ролика, группы, страны: $F(2; 206) = 5,46; p < 0,01; \eta^2 = 0,05$). Так, у русских (рис. 3) при просмотре радостного ролика с подавлением экспрессии активность мышц лба увеличивалась, а при просмотре нейтрального и печального роликов с подавлением экспрессии — снижалась (значимый эффект взаимодействия ролика и группы: $F(2; 106) = 8,17; p < 0,001; \eta^2 = 0,13$). В свою очередь, у азербайджанцев (рис. 4) при просмотре роликов с подавлением экспрессии активность мышц лба не менялась, по сравнению с обычным просмотром.

**Симпатическая активность
 электродермальной системы**

КГР была выше при просмотре радостного и печального роликов, по сравнению с нейтральным роликом, и не менялась в зависимости от условия просмотра, как у русских, так и у азербайджанцев (рис. 5 и 6; значимый эффект ролика: $F(2; 198) = 40,77; p < 0,001; \eta^2 = 0,29$). При этом КГР при просмотре радостного ролика была выше, чем при просмотре печального ролика. Это связано с тем, что у русских КГР при просмотре радостного и печального роликов была примерно одинаковой, а у азербайджанцев КГР при просмотре радостного ролика была значимо выше, чем при просмотре печального ролика ($F(1; 47) = 24,93; p < 0,001; \eta^2 = 0,35$). Полученный эффект взаимодействия ролика и страны ($F(1; 99) = 7,07; p < 0,01; \eta^2 = 0,07$) также касался разного уровня КГР при просмотре радостного и печального роликов: у азербайджанцев КГР была выше при просмотре радостного ролика, а у русских — при просмотре печального ролика.

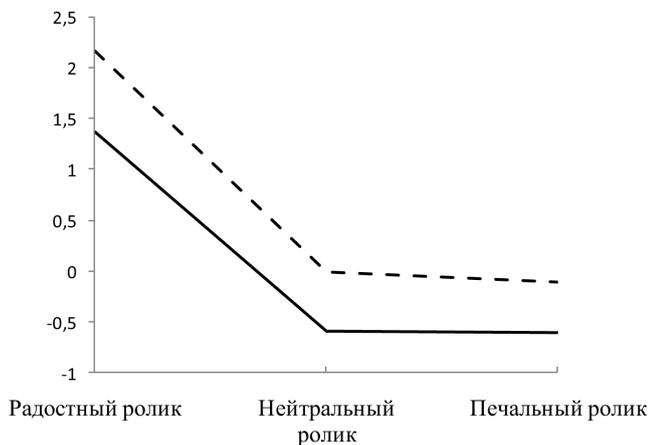


Рис. 1. Активность мышц щеки (ЭМГ_ср*ЭМГ_L) при обычном просмотре роликов и с подавлением экспрессии в России: пунктирная линия — обычный просмотр; сплошная линия — с подавлением экспрессии

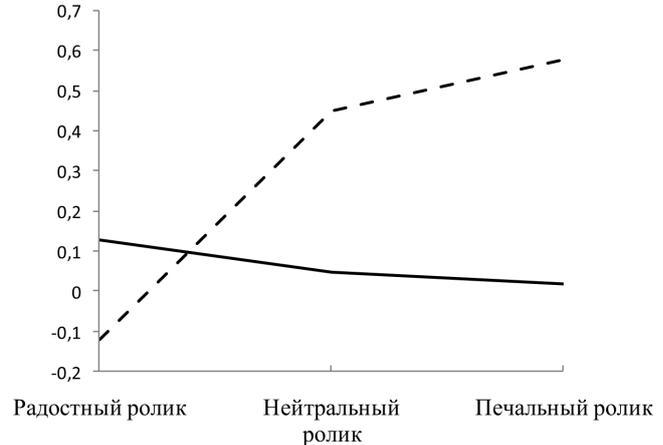


Рис. 3. Активность мышц лба (ЭМГ_ср*ЭМГ_L) при обычном просмотре роликов и с подавлением экспрессии в России: пунктирная линия — обычный просмотр, сплошная линия — с подавлением экспрессии

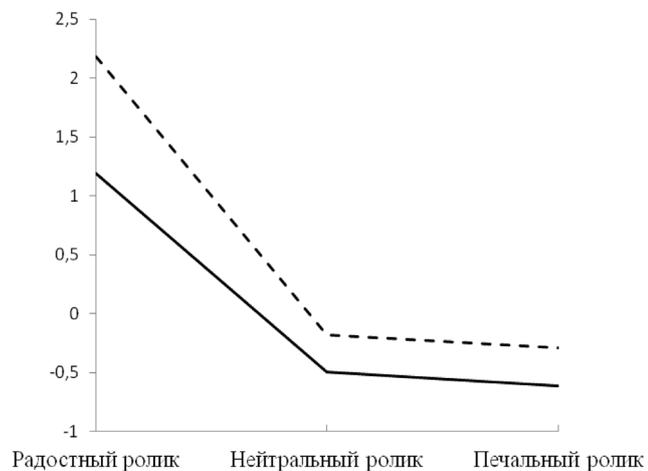


Рис. 2. Активность мышц щеки (ЭМГ_ср*ЭМГ_L) при обычном просмотре роликов и с подавлением экспрессии в Азербайджане: пунктирная линия — обычный просмотр; сплошная линия — с подавлением экспрессии

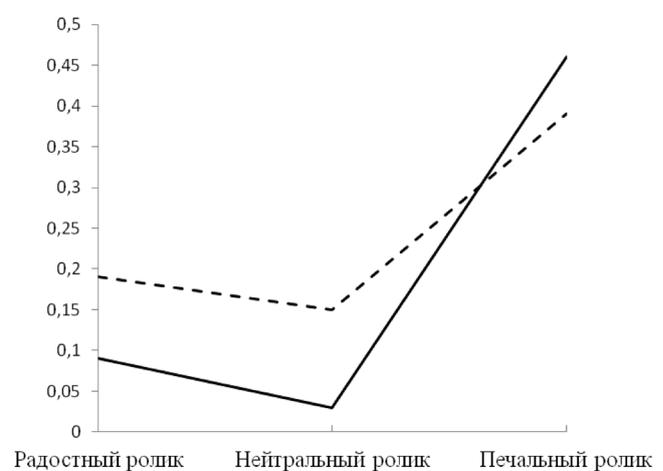


Рис. 4. Активность мышц лба (ЭМГ_ср*ЭМГ_L) при обычном просмотре роликов и с подавлением экспрессии в Азербайджане: пунктирная линия — обычный просмотр, сплошная линия — с подавлением экспрессии

**Симпатическая активность
сердечно-сосудистой системы**

У русских (рис. 7, пунктирная линия) симпатическая активация была выше при просмотре радостного ролика, чем при просмотре нейтрального и в большей степени печального роликов ($F(2; 50) = 4,18; p < 0,05; \eta^2 = 0,14$). У азербайджанцев (рис. 8, пунктирная линия) симпатическая активация была выше при просмотре радостного и печального роликов, чем при просмотре нейтрального ролика ($F(2; 46) = 3,61; p < 0,05; \eta^2 = 0,14$). Полученный эффект взаимодействия ролика и страны ($F(1; 48) = 3,58; p = 0,065; \eta^2 = 0,07$) касался разного уровня симпатической активации при про-

смотре печального и нейтрального роликов: у русских симпатическая активация была выше при просмотре нейтрального ролика, а у азербайджанцев — при просмотре печального ролика. Просмотр роликов с подавлением экспрессии не привел к значительному повышению симпатической активации ни у русских, ни у азербайджанцев (см. рис. 7 и 8).

Обсуждение результатов

В классическом эксперименте Дж. Гросса [17] было установлено, что у американцев при подавле-

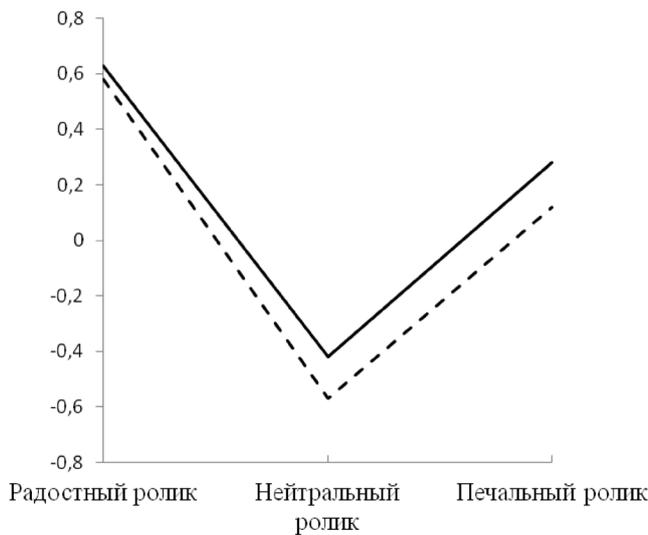


Рис. 5. Симпатическая активность электродермальной системы (КГР_ср*КГР_Л) при обычном просмотре роликов и с подавлением экспрессии в России: пунктирная линия — обычный просмотр; сплошная линия — с подавлением экспрессии

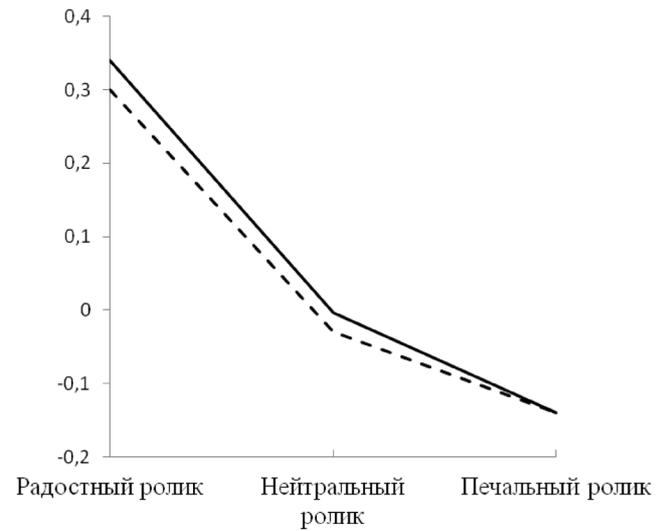


Рис. 7. Симпатическая активность сердечно-сосудистой системы (LF/HF) при обычном просмотре роликов и с подавлением экспрессии в России: пунктирная линия — обычный просмотр; сплошная линия — с подавлением экспрессии

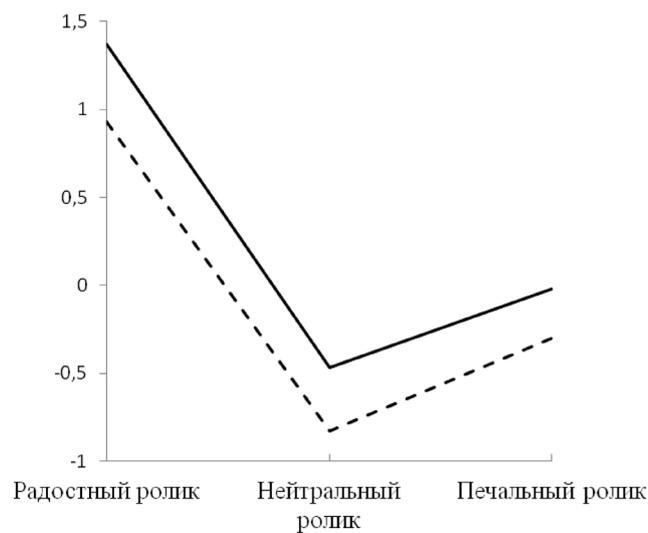


Рис. 6. Симпатическая активность электродермальной системы (КГР_ср*КГР_Л) при обычном просмотре роликов и с подавлением экспрессии в Азербайджане: пунктирная линия — обычный просмотр; сплошная линия — с подавлением экспрессии

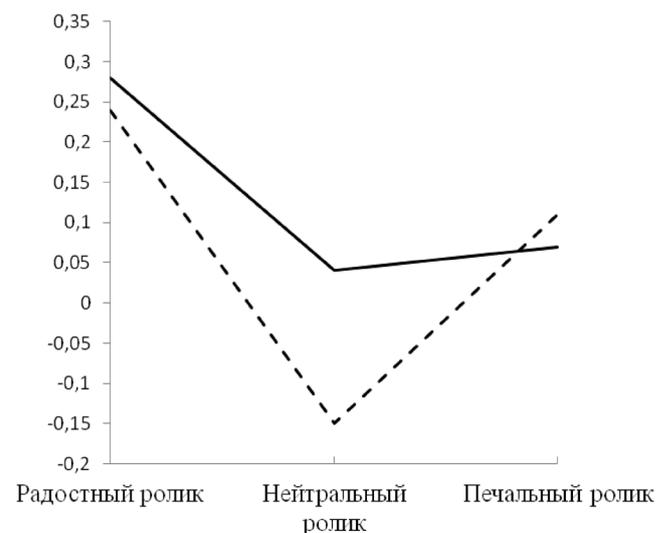


Рис. 8. Симпатическая активность сердечно-сосудистой системы (LF/HF) при обычном просмотре роликов и с подавлением экспрессии в Азербайджане: пунктирная линия — обычный просмотр; сплошная линия — с подавлением экспрессии

нии экспрессии радости и печали (по сравнению с контрольным условием): 1) снижается интенсивность радости и не меняется интенсивность печали; 2) снижается активность лицевой экспрессии; 3) повышается активность симпатической нервной системы. В отличие от нашего исследования, активность лицевой экспрессии оценивалась не на уровне мышц лица, а независимыми экспертами по видеозаписи эксперимента. Стоит отметить, что интенсивность радости снижалась при подавлении экспрессии во время просмотра как радостного, так и печального роликов. Это можно считать косвенным признаком того, что для американцев подавление экспрессии является нетипичной стратегией эмоциональной регуляции.

При подавлении экспрессии радости у русских и азербайджанцев (по сравнению с контрольным условием): 1) не меняется интенсивность радости, при этом у русских усиливаются фоновые отрицательные эмоции; 2) снижается активность мышц щеки, при этом у русских одновременно с этим напрягаются мышцы лба; 3) не меняется активность симпатической нервной системы. При подавлении экспрессии печали у русских и азербайджанцев (по сравнению с контрольным условием): 1) не меняется интенсивность печали, при этом у русских усиливаются фоновые положительные эмоции; 2) по-разному работают мышцы лба — у русских снижается активность мышц лба, у азербайджанцев мышцы лба остаются в напряженном состоянии (и даже можно говорить о еще большем их напряжении); 3) не меняется активность симпатической нервной системы.

Подавление экспрессии ни у русских, ни у азербайджанцев не привело к дополнительной активации симпатической нервной системы, по сравнению с контрольным условием. Это объясняется тем, что в России и Азербайджане зафиксирован сходный средний уровень индивидуализма/коллективизма культуры и подавление экспрессии как стратегия эмоциональной регуляции используется в равной степени. Культурные различия по подавлению экспрессии радости и печали, установленные с помощью опросника, видимо, не являются такими существенными, чтобы отразиться на уровне физиологических показателей. Таким образом, наша первая гипотеза не подтвердилась, а полученные результаты свидетельствуют о том, что для русских и азербайджанцев, в отличие от американцев, подавление экспрессии является достаточно типичной стратегией эмоциональной регуляции.

Подавление экспрессии радости и печали ни у русских, ни у азербайджанцев не привело к разному уровню активации симпатической нервной системы, по сравнению с контрольным условием. При подавлении экспрессии радости у русских и азербайджанцев происходит расслабление мышц щеки, при этом русские напрягают мышцы лба, что соответствует усилению фоновых отрицательных эмоций. При подавлении экспрессии печали у азербайджанцев мышцы лба остаются в напряженном состоянии, а у русских происходит расслабление мышц лба, что

соответствует усилению фоновых положительных эмоций. Таким образом, наша вторая гипотеза не подтвердилась, но с опорой на данные об активности мышц лица и эмоциональном состоянии можно предположить, что русские более эффективно справляются с подавлением экспрессии печали, чем радости.

Кроме этого были получены результаты, которые свидетельствуют о культурной специфике. Во время просмотра нейтрального ролика (с положительным эмоциональным фоном) у русских активность мышц лба соответствовала печальному ролику, а у азербайджанцев — радостному ролику. Таким образом, напряженное лицо у русских не всегда означает, что они испытывают отрицательные эмоции: это может быть реакция на нейтральную ситуацию, которая не вызывает сильных эмоций. Во время просмотра радостного ролика у азербайджанцев КГР была выше, чем у русских. Это объясняется содержанием радостного ролика (маленький ребенок), которое оказалось более значимым для представителей азербайджанской культуры как более традиционной [4; 30] и централизованной на продолжении рода [3], по сравнению с русской культурой.

Во время просмотра печального ролика у русских и азербайджанцев повышалась КГР, при этом у русских симпатическая активность сердечно-сосудистой системы снижалась, а у азербайджанцев — повышалась (относительно нейтрального ролика). Эти результаты свидетельствуют о внимательном просмотре печального ролика, при этом для русских характерен паттерн угрозы (торможение), а для азербайджанцев — паттерн вызова (активации) на уровне эмоционального реагирования [22]. Как нам кажется, это может отражать разные стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями: для русских в большей степени характерны способы, связанные с уходом в себя, переживанием чувства безвыходности и бездействием [1], а для азербайджанцев, как и для других кавказских народов, — способы, связанные с поиском социальной поддержки и помощи [2].

Выводы

1. В отличие от американцев, для русских и азербайджанцев подавление экспрессии является достаточно типичной стратегией эмоциональной регуляции и не приводит к дополнительной активации симпатической нервной системы.

2. При подавлении экспрессии радости у русских и азербайджанцев происходит расслабление мышц щеки, при этом русские одновременно с этим напрягают мышцы лба, что соответствует усилению фоновых отрицательных эмоций.

3. При подавлении экспрессии печали у азербайджанцев мышцы лба остаются в напряженном состоянии (и даже можно говорить о еще большем их напряжении), а у русских происходит расслабление мышц лба, что соответствует усилению фоновых положительных эмоций.

Ограничения

Главное ограничение подобных исследований связано с индукцией эмоций и моделированием стратегий эмоциональной регуляции в лабораторных условиях. В нашем эксперименте, как и в эксперименте Дж. Гросса, для индукции эмоций использовались апробированные видеоролики [16; 25]. Стоит отметить, что проводились эксперименты, пытающиеся преодолеть это ограничение через

создание реальной эмоциогенной ситуации в лабораторных условиях [23; 26], в рамках которых были получены сходные результаты. Среди ограничений нашего исследования можно также выделить изучение эффекта подавления экспрессии только двух эмоций (радости и печали), регистрацию только четырех физиологических показателей, а также недостаточно большой объем выборки исследования, что могло повлиять на мощность статистического анализа

Финансирование

Работа выполнена при финансовой поддержке РФФИ, проект № 16-06-00363, тема «Связь между ценностями культуры и особенностями проявления эмоций у ее представителей».

Благодарности

Авторы статьи выражают благодарность аспиранту кафедры психофизиологии факультета психологии МГУ А.А. Сергееву и бакалавру филиала МГУ в г. Баку З.З. Шукюрову за проведение лабораторного эксперимента на российской и азербайджанской выборках.

Funding

The study was supported by the Russian Foundation for Basic Research, project № 16-06-00363 «Culture values and emotion display rules».

Acknowledgements

The authors are grateful to A.A. Sergeev, PhD student of the Faculty of Psychology, Moscow State University, and to Z.Z. Shukurov, graduate student of the Moscow State University Baku branch, for their assistance in experimental data collection.

Литература

1. Битюцкая Е.В. Сценарий безвыходности при переживании трудной жизненной ситуации // Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие: материалы IV Международной научной конференции. Т. 2 / Под ред Т.Л. Крюковой, М.В. Сапоровской, С.А. Хазовой. Кострома: изд-во КГУ, 2016. С. 220–222.
2. Битюцкая Е.В., Курилова Е.В., Логачева Е.А. Возможности метода фокус-групп для изучения коллективных способов копинга молодежи Северного Кавказа // Инновационные ресурсы социальной психологии: теории, методы, практики: сб. научных работ / Под ред. О.В. Соловьевой, Т.Г. Стефаненко. М.: изд-во МГУ, 2017. С. 284–289.
3. Гулиев Г.Г. Архетипичные Азери: лики менталитета. Баку: Ени Несил, 2002. 354 с.
4. Инглхарт Р., Вельцель К. Модернизация, культурные изменения и демократия: Последовательность человеческого развития. М.: Новое издательство, 2011. 464 с.
5. Панкратова А.А. Подход Дж. Гросса к изучению эмоциональной регуляции: примеры кросс-культурных исследований // Вопросы психологии. 2014. № 1. С. 147–155.
6. Панкратова А.А., Корниенко Д.С. Русскоязычная адаптация опросника ERQ (Emotion Regulation Questionnaire) Дж. Гросса // Вопросы психологии. 2017. № 5. С. 139–149.
7. Панкратова А.А., Осин Е.Н. Кросс-культурное исследование особенностей эмоционального контроля (Россия, Азербайджан) [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2015. Т. 8. № 44. С. 6. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 18.12.2018).
8. Панкратова А.А., Осин Е.Н., Люсин Д.В. Особенности эмоционального интеллекта у представителей российской

References

1. Bityutskaya E.V. Stsenarii bezvykhodnosti pri perezhivanii trudnoi zhiznennoi situatsii [Scenario of Hopelessness in Difficult Life Situation]. In Krukova T.L., Saporovskaia M.V., Khazova S.A. (eds.), *Psikhologiya stressa i sovladayushchego povedeniya: resursy, zdorov'e, razvitie* [Stress and coping psychology: Resources, health, and development]. Kostroma, Russia: Publ. KSU, 2016. Vol. 2, pp. 220–222.
2. Bityutskaya E.V., Kurilova E.V., Logacheva E.A. Vozmozhnosti metoda fokus-grupp dlya izucheniya kolektivnykh sposobov kopinga molodezhi Severnogo Kavkaza [Possibilities of focus groups method for studying collective of ways of coping among the youth of the North Caucasus]. In Solov'eva O.V., Stefanenko T.G. (eds.), *Innovatsionnye resursy sotsial'noi psikhologii: teorii, metody, praktiki: Sbornik nauchnykh rabot* [Innovative resources of social psychology: theories, methods, practices]. Moscow: Publ. MGU, 2017, pp. 284–289. (In Russ., abstr. in Engl.).
3. Guliev G.G. Arkhetipichnye Azeri: liki mentaliteta [Archetypal Azeri: Faces of mentality]. Baku: Eni Hesil, 2002. 354 p.
4. Inglehart R., Welzel C. Modernizatsiya, kul'turnye izmeneniya i demokratiya: Posledovatel'nost' chelovecheskogo razvitiya [Modernization, cultural change and democracy: The human development sequence]. Moscow: Publ. Novoe, 2011. 464 p. (In Russ.).
5. Pankratova A.A. Podkhod Dzh. Grossa k izucheniyu emotsional'noi regulyatsii: primery kross-kul'turnykh issledovaniy [J. Gross's approach to studying emotional regulation: examples of cross-cultural studies]. *Voprosy psikhologii* [Issues of Psychological], 2014, no. 1, pp. 147–155.
6. Pankratova A.A., Kornienko D.S. Russkoyazychnaya adaptatsiya oprosnika ERQ (Emotion Regulation Emotion Regulation Strategies Questionnaire) G. Gross. *Voprosy psikhologii* [Issues of Psychological], 2017, no. 5, pp. 139–149.

и азербайджанской культур [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2013. Т. 6. № 31. С. 11. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 18.12.2018).

9. Панкратова А.А., Люсин Д.В. Правила проявления эмоций в русской и азербайджанской культурах [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2016. Т. 9. № 48. С. 11. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 18.12.2018).

10. Панкратова А.А., Осин Е.Н., Гасанова У.У. Уровень горизонтального и вертикального индивидуализма и коллективизма в России и Азербайджане [Электронный ресурс] // Психологические исследования. 2017. Т. 10. № 55. С. 3. URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 18.12.2018).

11. Панкратова А.А., Осин Е.Н. Особенности эмоциональной регуляции у представителей русской и азербайджанской культур // Культурно- историческая психология. 2018. Т. 14. № 2. С. 52–60.

12. Панкратова А.А., Люсин Д.В. Видеоролики для индукции эмоций в лабораторных условиях: нормативные данные и кросс-культурный анализ // Экспериментальная психология. 2018. Т. 11. № 2. С. 5–15.

13. Панкратова А.А., Осин Е.Н. Круговая модель правил проявления эмоций: кросс-культурное исследование // Психологический журнал. 2019. В печати.

14. Butler E.A., Egloff B., Wilhelm F.W. et al. The Social Consequences of Expressive Suppression // *Emotion*. 2003. Vol. 3(1). P. 48–67.

15. Butler E.A., Lee T.L., Gross J.J. Emotion Regulation and Culture: Are the Social Consequences of Emotion Suppression Culture-Specific? // *Emotion*. 2007. Vol. 7(1). P. 30–48.

16. Gross J.J., Levenson R.W. Emotion Elicitation Using Films // *Cognition and Emotion*. 1995. Vol. 9(1). P. 87–108.

17. Gross J.J., Levenson R.W. Hiding feelings: The Acute Effects of Inhibiting Negative and Positive Emotion // *Journal of Abnormal Psychology*. 1997. Vol. 106(1). P. 95–103.

18. Gross J.J., John O.P. Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-being // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003. Vol. 85(2). P. 348–362.

19. Matsumoto D., Yoo S.H., Fontaine J. et al. Mapping Expressive Differences Around the World: The Relationship Between Emotional Display Rules and Individualism Versus Collectivism // *Journal of Cross-Cultural Psychology*. 2008. Vol. 39(1). P. 55–74.

20. Matsumoto D., Yoo S.H., Nakagawa S. et al. Culture, Emotion Regulation, and Adjustment // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2008. Vol. 94(6). P. 925–937.

21. Mauss I.B., Robinson M.D. Measures of Emotion: A review // *Cognition and Emotion*. 2009. Vol. 23(2). P. 209–237.

22. Mauss I.B., Butler E.A. Cultural Context Moderates the Relationship Between Emotion Control Values and Cardiovascular Challenge Versus Threat Responses // *Biological Psychology*. 2010. Vol. 84(3). P. 521–530.

23. Mauss I.B., Butler E.A., Roberts N.A. et al. Emotion Control Values and Responding to an Anger Provocation in Asian-American and European-American Individuals // *Cognition and Emotion*. 2010. Vol. 24(6). P. 1026–1043.

24. Mauss I.B., Gross J.J. Emotion Suppression and Cardiovascular Disease: Is Hiding Feelings Bad for Your Heart? // *Emotional Expression and Health: Advances in Theory, Assessment, and Clinical Applications* / L.R. Temoshok, I. Nyklicek, A. Vingerhoets (Eds.). New York: Brunner-Routledge, 2004. P. 62–81.

25. Rottenberg J., Ray R.D., Gross J.J. Emotion Elicitation Using Films // *The Handbook of Emotion Elicitation and*

7. Pankratova A.A., Osin E.N. Kross-kul'turnoe issledovanie osobennosti emotsional'nogo kontrolya (Rossiya, Azerbaidzhan) [Elektronnyi resurs] [Cross-cultural study of emotional control (Russia and Azerbaijan)]. *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological Studies], 2015. Vol. 8 (44), p. 6. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed: 01.07.2019).

8. Pankratova A.A., Osin E.N., Lyusin D.V. Osobennosti emotsional'nogo intellekta u predstavitelei rossiiskoi I azerbaidzhanskoi kul'tur [Elektronnyi resurs] [Differences in emotional intelligence in Russian and Azerbaijani culture]. *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological Studies], 2013. Vol. 6 (31), p. 11. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed: 01.07.2019).

9. Pankratova A.A., Lyusin D.V. Pravila proyavleniya emotsii v russkoi i azerbaidzhanskoi kul'turakh [Elektronnyi resurs] [Emotional display rules in Russian and Azerbaijani cultures]. *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological Studies], 2016. Vol. 9 (48), p. 11. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed: 01.07.2019).

10. Pankratova A.A., Osin E.N., Hasanova U.U. Uroven' gorizontalnogo i vertikal'nogo individualizma i kollektivizma v Rossii i Azerbaidzhane [Elektronnyi resurs] [Levels of horizontal and vertical individualism and collectivism in Russia and Azerbaijan]. *Psikhologicheskie issledovaniya* [Psychological Studies], 2017. Vol. 10 (55), p. 3. Available at: <http://psystudy.ru> (Accessed: 01.07.2019).

11. Pankratova A.A., Osin E.N. Osobennosti emotsional'noi regulatsii u predstavitelei russkoi i azerbaidzhanskoi kul'tur [Emotion regulation strategies in Russian and Azerbaijani culture]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-Historical Psychology], 2018. Vol. 14 (2), pp. 52–60. (In Russ., abstr. in Engl.).

12. Pankratova A.A., Lyusin D.V. Videoroliki dlya induksii emotsii v laboratornykh usloviyakh: normativnye dannye i kross-kul'turnyi analiz [Videos for eliciting emotions in the laboratory settings: Normative data and cross-cultural analysis]. *Ekspperimental'naya psikhologiya* [Experimental Psychology], 2018. Vol. 11 (2), pp. 5–15. (In Russ., abstr. in Engl.).

13. Pankratova A.A., Osin E.N. Krugovaya model' pravil proyavleniya emotsii: kross-kul'turnoe issledovanie [Circumplex model of emotional display rules: A cross-cultural study]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological Journal], 2019. V pechati.

14. Butler E.A., Egloff B., Wilhelm F.W. et al. The Social Consequences of Expressive Suppression. *Emotion*, 2003. Vol. 3 (1), pp. 48–67

15. Butler E.A., Lee T.L., Gross J.J. Emotion Regulation and Culture: Are the Social Consequences of Emotion Suppression Culture-Specific? *Emotion*, 2007. Vol. 7 (1), pp. 30–48.

16. Gross J.J., Levenson R.W. Emotion Elicitation Using Films. *Cognition and Emotion*, 1995. Vol. 9 (1), pp. 87–108.

17. Gross J.J., Levenson R.W. Hiding feelings: The Acute Effects of Inhibiting Negative and Positive Emotion. *Journal of Abnormal Psychology*, 1997. Vol. 106 (1), pp. 95–103

18. Gross J.J., John O.P. Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2003. Vol. 85(2), pp. 348–362.

19. Matsumoto D., Yoo S.H., Fontaine J. et al. Mapping Expressive Differences Around the World: The Relationship Between Emotional Display Rules and Individualism Versus Collectivism. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 2008. Vol. 39 (1), pp. 55–74.

20. Matsumoto D., Yoo S.H., Nakagawa S. et al. Culture, Emotion Regulation, and Adjustment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2008. Vol. 94 (6), pp. 925–937.

- Assessment / J.A. Coan, J.J. Allen (Eds.). New York: Oxford University, 2007. P. 9–28
26. Zhou T., Bishop G.D. Culture Moderates the Cardiovascular Consequences of Anger Regulation Strategy // *International Journal of Psychophysiology*. 2012. Vol. 86(3). P. 291–298.
27. Hofstede G.H. *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations Across Nations*. Thousand Oaks, CA: Sage, 2001. 596 p.
28. Hofstede G. Research and VSM: Dimension Data Matrix [Электронный ресурс]. URL: <https://geerthofstede.com> (дата обращения: 18.12.2018).
29. Hu T., Zhang D., Wang J. et al. Relation Between Emotion Regulation and Mental Health: A Meta-Analysis Review // *Psychological Reports: Measures and Statistics*. 2014. Vol. 114(2). P. 341–362.
30. Word Values Survey. [Электронный ресурс]. URL: www.worldvaluessurvey.org (дата обращения: 18.12.2018).
21. Mauss I.B., Robinson M.D. Measures of Emotion: A review. *Cognition and Emotion*, 2009. Vol. 23 (2), pp. 209–237.
22. Mauss I.B., Butler E.A. Cultural Context Moderates the Relationship Between Emotion Control Values and Cardiovascular Challenge Versus Threat Responses. *Biological Psychology*, 2010. Vol. 84 (3), pp. 521–530.
23. Mauss I.B., Butler E.A., Roberts N.A. et al. Emotion Control Values and Responding to an Anger Provocation in Asian-American and European-American Individuals. *Cognition and Emotion*, 2010. Vol. 24 (6), pp. 1026–1043.
24. Mauss I.B., Gross J.J. Emotion Suppression and Cardiovascular Disease: Is Hiding Feelings Bad for Your Heart? In Temoshok L.R., Nyklicek I., Vingerhoets A. (Eds.), *Emotional Expression and Health: Advances in Theory, Assessment, and Clinical Applications*. New York: Brunner-Routledge, 2004, pp. 62–81.
25. Rottenberg J., Ray R.D., Gross J.J. Emotion Elicitation Using Films. In Coan J.A., Allen J.J. (Eds.), *The Handbook of Emotion Elicitation and Assessment*. N.-Y.: Oxford University, 2007, pp. 9–28.
26. Zhou T., Bishop G.D. Culture Moderates the Cardiovascular Consequences of Anger Regulation Strategy. *International Journal of Psychophysiology*, 2012. Vol. 86 (3), pp. 291–298.
27. Hofstede G.H. *Culture's Consequences: Comparing Values, Behaviors, Institutions and Organizations Across Nations*. Thousand Oaks, CA: Sage, 2001. 596 p.
28. Hofstede G. Research and VSM: Dimension Data Matrix. URL: <https://geerthofstede.com> (Accessed: 18.12.2018).
29. Hu T., Zhang D., Wang J. et al. Relation Between Emotion Regulation and Mental Health: A Meta-Analysis Review. *Psychological Reports: Measures & Statistics*, 2014. Vol. 114 (2), pp. 341–362.
30. Word Values Survey. URL: www.worldvaluessurvey.org (Accessed: 18.12.2018).