

Dokážeme porazit priming?

Priming – relativně mladý fenomén, kterým se v poslední době zabývá mnoho vědců. Co to tedy je? Priming je určitý druh paměti působící na podvědomé bázi. Naše tělo automaticky vnímá a reaguje na určité stimuly, což má dopad při reakcích na stimuly následující. Pokud je tedy člověk vystaven nějakému podnětu, jeho reakce na další přicházející podněty již může být ovlivněna, aniž by si to uvědomoval. Platí to ale za všech okolností? To zkoumají Alex Bertrams, Roy F. Baumeister, Chris Englert a Philit Furley.

Výzkumy ukazují, že barvy mohou ovlivňovat fungování lidské psychiky, empirické důkazy konkrétně existují v souvislosti v červenou barvou. Tzv. červený efekt působí na osoby, které byly vystaveny červené barvě (rovněž pouze nebarevnému nápisu červená), například poklesem výkonu v kognitivních testech či vyvolává úzkostné odezvy. Autoři studie však naznačují, že to nemusí platit vždy. Pracují s hypotézou „vyčerpání ega“, která je založena na myšlence, že naše mysl má určitou mentální energetickou kapacitu, která se vyčerpává právě procesy jako je vůle a sebekontrola.

Byly provedeny celkem tři experimenty na vzorku německých studentů. V první řadě byla manipulována hladina vyčerpanosti ega. Studenti měli za úkol přepisovat text. První skupina studentů text přepisovala bez jakékoli změny, oproti druhé skupině, která text přepisovala s vynecháním písmen „e“ a „n“. Šlo o cvičení, které mělo za cíl napsat sebekontrolu respondentů, překonat jejich automatické naučené vzorce, a tím snížit jejich mentální energii. Poté byli respondenti vystaveni podnětu červené či šedé barvy (v dalších experimentech pouze textu) a byli požádáni, aby vyplnili aritmetický test (v dalších experimentech IQ test).

Výsledky splnily očekávání autorů. Skupina, která byla mentálně vyčerpaná a byla vystavena červenému stimulu, v testech skórovala o poznání hůře, než skupina „v plné síle“. Naopak skupina, která vyčerpaná nebyla, výrazně potlačila již zmiňovaný červený efekt a v testech skórovala v normálních hodnotách. Vrátíme-li se k úvodní otázce, opověď zní ano, priming lze přemoci. Z těchto závěrů vyplývá, že efekty v důsledku primingu mohou být překonány případně kompenzovány exekutivními psychickými funkcemi. Pokud je naše mentální energie nevyčerpána a zároveň možné důsledky primingového působení jsou pro nás negativní, jak ukazuje tento výzkum, exekutivní kontrolou lze efekt takřka eliminovat. Když ale mentální energie chybí, naše výrazně automatizované chování část kontroly přebírá za nás a priming tak může mít veliký dopad.

Bertrams A., Baumeister R. F., Englert C., Furley P. (2015). *Ego depletion in color priming research: self-control strength moderates the detrimental effect of red on cognitive test performance*. Pers. Soc. Psychol. Bull. 41, 311–322. 10.1177/0146167214564968

Výzkum je prezentován nezkresleně, došlo jen k vynechání určitých informací, což je zapříčiněno předepsanou délkou článku. Tyto vynechané informace však také nevedou ke zkreslení. Vytkla bych informaci na začátku článku o tom, že je prozkoumáno pouze působení červené barvy na lidskou psychiku, což není pravda.

Autor do článku nevlozil žádné své myšlenky, a proto nedochází k nejasnostem, zda jsou všechny myšlenky autorů studie či zda se jedná i o myšlenky autora článku.

V článku postrádám počty studentů, kteří se experimentu zúčastnili a část o výsledku a diskuzi bych zkusila napsat jinak. Přijde mi, že se tam vždy v několika větách opakuje jedna a ta samá

myšlenka a že by se to dalo říct jednodušeji. Jinak je výběr použitých informací relevantní. Nechybí nic důležitého.

Autor použil hodně odborných termínů, kterým by podle mého názoru laická veřejnost neporozuměla. Pokud je tam chce opravdu nechat, připsala bych k nim i vysvětlení, které by se do povolené délky článku ještě vešlo. Vhodnější by však nejspíš bylo cizí slova nahradit českými či méně odbornými. Některá souvětí bych rozdělila na jednodušší věty, protože se v nich dá docela lehce ztratit a větu si pak musím číst vícekrát, abych pochopila její význam. Autor se vyjadřuje spisovně.

V názvu bych změnila slovo priming, které je pro lidi většinou neznámé. Myslím si, že to dělá nadpis nedostatečně výstižným. Úvodní odstavec bych přepsala, působí na mě chaoticky a musela jsem ho číst vícekrát, abych ho vůbec pochopila. Líbí se mi, že je tučně vyznačený, což ho odděluje od zbytku textu. Celkově je článek přehledně rozdělen do odstavců, které pomáhají orientaci. Text je napsaný poutavě.

V článku bych opravila hlavně odborné výrazy a chaotická souvětí, kvůli kterým musí čtenář nad článkem strávit více času. Když je však čtenář nakonec pochopí, článek dává smysl a nebrání ve vytvoření si celkem dobrého obrázku o popisované studii.