

Míra sebekontroly ovlivňuje působení efektu červené barvy

Na základě předchozích zjištění, že barvy ovlivňují psychické funkce a že vnímání červené barvy vyvolává úzkost a tím narušuje kognitivní výkonnost, byl vytvořen nový výzkumný projekt. Autoři převážně z německých univerzit navrhují tento efekt červené barvy testovat ve spojitosti se sebeovládáním a seberegulací.

Autoři testovali hypotézu, že úzkostné reakce vyvolané červenou barvou nebo napsané slovo *červená* by mohly ohrozit kognitivní výkonnost silněji, když bude schopnost sebeovládání na chvíli snížena. Předpokládali, že vystavení červené barvy, zhorší výkon v kognitivním testu u lidí, kteří předtím vykonávali činnost spojenou s vynaložením sebekontroly. Zatímco lidé, kteří tuto činnost nevykonávali, budou efektem červené barvy méně ovlivněni.

Celý výzkum zahrnoval tři oddělené experimenty, kterých se dohromady zúčastnilo 274 probandů, z toho 178 žen a 96 mužů z různých univerzit, průměrný věk byl 20,24 let. Účastníci byli vystavováni červené nebo šedé barvě (kontrolní barva), někdy i pouze nápisu *červený* (černě napsané na bílém papíře). Poté měli různé úkoly například přepisovat text s vynecháním písmen *e* a *n* ve slovech, dále různé kognitivní testy verbálních i číselné, matematické úlohy, testy zjišťující hodnotu IQ.

Autoři zjistili, že krátké vystavení červené barvě způsobuje horší výsledky v kognitivních testech, ale jen u lidí, kteří předtím vyvíjeli činnost, při které vynaložili jistou míru sebekontroly v předchozích úlohách a jejich sebekontrola je tedy mírně vyčerpána. U ostatních účastníků nebyl zpozorován úbytek kognitivní výkonnosti v důsledku vystavení červené barvě. Tedy účastníci, kteří měli vyšší hladinu sebekontroly, dokázali odolat efektu červené barvy.

V případě dalších navazujících studií autoři uvádějí, že by bylo zajímavé porovnat červenou barvu i s jinými barvami než pouze šedou. Výsledkem výzkumu tedy bylo znovu ověření a prokázání toho, že různé barvy mají odlišné účinky na výkonnost, a dále stanovení a porovnání, kdy se tyto účinky vyskytují, respektive nevyskytují.

Zpětná vazba

Co se rozvržení textu týče, úvod článku není dostatečně „úvodní“. Za začátek by se hodilo přidat frázi, která čtenáře osloví a krátce je seznámí s problematikou, které se článek věnuje.

Obsah textu popularizačního článku plně odpovídá jeho názvu, ale pro čtenáře nemusí být nadpis dostatečně zajímavý.

Čtenář laik by nemusel správně rozumět pojmům „kognitivní“, „proband“ či „kontrolní barva“, bylo by vhodné místo těchto slov použít český ekvivalent, nebo je blíže vysvětlit. Zbytek textu je psán čtivým a dostatečně jednoduchým jazykem.

Vypracovaný popularizační článek neodpovídá tak zcela zadání, protože je o několik slov kratší, než minimální zadaná délka textu. V článku se objevuje několik drobných chyb, především čárky ve větách.

Výzkum je v popularizačním článku uváděn objektivně, avšak nepřesně. Při popisu průběhu experimentu autor popularizačního článku chybně seřadil jednotlivé fáze experimentu. K tomu by zajisté měli připomínku autoři původního článku. Bylo uvedeno, že přepisování textu proběhlo až po konfrontaci účastníků výzkumu s červenou/šedou barvou, což není pravda. Hlavně z tohoto důvodu bych autorovi popularizačního článku doporučila text upravit. Toto zavádějící tvrzení by se mi nezamlouvalo ani z pohledu redaktora.