

Abstrakt

Tato diplomová práce se zabývá vlivem tréninku exekutivních funkcí na regulaci negativních emocí. V rámci teoretické části práce autorka představuje soudobé pohledy neuropsychologie, jež akcentují otázku vztahu mezi emocemi a kognicí. Východisko práce stojí na předpokladu, že emočně-regulační a kognitivní procesy spolu významně interagují, a to převážně v oblastech prefrontální kůry. Bude rozebrán procesní model emoční regulace (Gross, 1998), dle něhož je práce s emoční regulací možná skrze kognitivní strategie, tedy procesy, probíhající před vznikem samotné emoční odpovědi. Tyto předpoklady budou dány do souvislosti výzkumů počítačového tréninku exekutivních funkcí. Trénink exekutivních funkcí způsobuje frontální aktivaci (např. Klinberg et al., 2005), která může pozitivně ovlivňovat afektivní fungování a regulaci.

Výzkumný projekt se zabývá možností ovlivnění schopnosti regulace negativních emocí prostřednictvím systematického tréninku exekutivních funkcí pomocí programu BrainTwister, který je v klinické praxi využíván k neuropsychologické diagnostice a rehabilitaci. Účinek tréninkového programu je měřen třemi metodami: dotazníky POMS, DERS a experimentem sestaveným na základě IAPS. Výzkumný soubor tvoří celkem 25 osob, z nichž 11 bylo zařazeno do kontrolní skupiny a 14 do skupiny experimentální. Obě tyto skupiny podstoupily trénink – experimentální skupina však trénovala s vyšší intenzitou a obtížností.

U obou skupin bylo zjištěno signifikantní zlepšení v rámci škály DERS a regulační podmínky IAPS experimentu, což může např. poukazovat na efektivitu tréninku obou skupin, nebo na nedostatečnou velikost výzkumného souboru. Tato druhá možnost byla potvrzena bayesovskou analýzou dat. Součástí empirické části práce jsou i výsledky týkající se vlivu dalších intervenujících primárně neměřených proměnných. Tato práce podává předběžné doklady o tom, že trénink tohoto typu by mohl mít pozitivní vliv na regulaci negativních emocí. Roli zde však hraje i spousta dalších proměnných, na které je třeba brát v dalších výzkumech důraz. Bylo by vhodné ověřit tyto závěry v rozsáhlejším výzkumu.

Klíčová slova: regulace emocí, exekutivní funkce, počítačový trénink