

Кто лучше читает мысли: мужчины или женщины?

В новом исследовании утверждается, что женщины лучше ментализируют и улавливают тонкие поведенческие сигналы, чем мужчины

Психологи из Университета Бата в Кардиффе и Лондоне разработали первый в истории «опросник чтения мыслей», чтобы оценить, насколько хорошо люди понимают, о чем на самом деле думают другие.

Новый подход к «чтению мыслей» был разработан исследователями из Университета Бата в Кардиффе и Лондоне, чтобы улучшить наше понимание того, что думают другие. И выяснилось, что женщины гораздо лучше мужчин умеют ставить себя на место других.

Чтение мыслей, иногда называемое в психологии "ментализацией", является важной способностью, позволяющей нам улавливать тонкие поведенческие сигналы, которые могут указывать на то, что кто-то, с кем мы разговариваем, думает о чем-то, чего он не говорит (например, говорит с сарказмом или даже лжет).

Исследователи считают, что все мы обладаем разными способностями к чтению мыслей, причем некоторые из нас изначально способнее других. Тот факт, что люди могут «читать» мысли, может вызывать проблемы - особенно у людей с аутизмом, для которых применение этой способности может привести к сложностям в построении или поддержании отношений.

Чтобы выявить тех, кто испытывают трудности, и оказать им соответствующую поддержку, команда университета разработала новый тест на чтение мыслей, который опирается на данные более чем 4000 аутичных и неаутичных людей в Великобритании и США.

Результаты их простого четырехэтапного опросника были оценены в диапазоне от 4 до 16 баллов (4 – низкая способность к чтению мыслей; 16 – высокая способность). Средний балл по их анкете составлял от 12 до 13. После статистического подтверждения того, что тест одинаково оценивает и мужчин и женщин, ученые обнаружили, что женщины демонстрируют лучшее чтение мыслей, чем мужчины, а также подтверждают некоторые из хорошо описанных социальных проблем, с которыми сталкивается сообщество аутистов. Опросник опубликован вместе с результатами их исследований в журнале *Psychological Assessment*.

Доктор Пунит Шах, старший автор исследования и ведущий эксперт по социальной когнитивной обработке данных на факультете психологии Университета Бата, поясняет так: «Несомненно, каждый из нас сталкивался с отсутствием контакта с собеседником, когда мы чувствовали, что нас не понимают, или же сказанное нами было воспринято неверно. Многие из нашего образа общения зависят от понимания того, что думают другие, но это удивительно сложный процесс, который не каждому под силу.»

«Чтобы понять этот процесс, нам нужно было отделить чтение мыслей от эмпатии. Чтение мыслей относится к пониманию того, что думают другие люди, тогда как эмпатия - это понимание того, что чувствуют другие люди. Разница может показаться неуловимой, но она критически важна и включает в себя совершенно разные мозговые сети. Тщательно сосредоточившись на измерении чтения мыслей, не путая его с эмпатией, мы уверены, что



все же смогли оценить чтение мыслей. При этом женщины демонстрировали лучшие способности к чтению мыслей, чем их коллеги-мужчины.»

Ведущий исследователь, Рэйчел Клаттербак, подчеркивает клиническую важность опросника. Она считает: «Этот новый тест, который занимает меньше минуты, имеет важное значение в клинических условиях. Не всегда очевидно, что кто—то испытывает трудности с пониманием и реагированием на других. Многие люди изучили методы, которые могут помочь снизить уровень социальных трудностей, даже если они остаются. Эта работа имеет большой потенциал для лучшего понимания жизненного опыта людей с трудностями чтения мыслей, таких как аутисты, в то же время создавая точную количественную оценку, которая может быть использована клиницистами для выявления людей, которым это необходимо.»

Доктор Шах уточняет: «Это исследование было направлено на то, чтобы лучше понять наши способности к чтению мыслей и предложить решения тем, кто испытывает сложности, особенно аутистам. Нами был создан опросник, который находится в свободном доступе. Мы также надеемся, что он поможет выявить людей, испытывающих психологические трудности в социальной жизни».

Оригинальная статья: University of Bath - Women Better at Reading Minds Than Men, February 2021

Перевод: Остренко Анна Александровна

Редакторы: Симонов Вячеслав Михайлович, Шипилина Елена Ивановна

Источник изображения: pixabay.com

Ключевые слова: психология, чтение мыслей, ментализация, эмпатия, аутизм.





Воронежский Институт Практической Психологии и Психологии Бизнеса

www.vipsy.ru

Дополнительное профессиональное образование в сфере практической психологии, исследования, тренинги, семинары, мастер-классы, ассессмент, исследования на полиграфе, реабилитационные группы.