

מבוא

המחקר הינו מחקר חלוצי בתחום המשלב רגישות יתר, נשים בהריון ומדיה. רגישות יתר הינה תכונה בה יש תגובתיות יתר לגירויים סביבתיים וחברתיים (Aron, Aron, & Jagiellowicz, 2012) בעקבות תהליכי עיבוד עמוקים במח (Mesulam, 1998). אימוגי מהווה כלי נפוץ מאוד בימנו במדיה החברתית, ומספק אמצעים להבעת רגשות בצורה לא מילולית (Pavalanathan & Eisenstein, 2015). נשים בהריון עוברות שינויים בתהליך עיבוד מידע רגשי (Pearson, Lightman & Evans, 2009). כל אחד מהנושאים הנ"ל נחקר רבות במהלך השנים, אולם אין מחקר הבוחן את ההשפעה של רגישות יתר, שימוש באימוגי לביטוי רגשות במדיה בקרב נשים בהריון ולא בהריון.

השפעת המדיה על נשים בהריון נחקר מעט מאוד ולכן מגביל את ההבנה שלנו לגבי ההשלכות של התנסויות שונות במדיה על הרגשות של נשים בהריון. המחקר הנוכחי הינו מחקר חלוצי העוסק בתחום של המדיה החברתית ובוחן כיצד נשים בהריון, הנמצאות במצב של רגישות יתר משתמשות באימוגי לביטוי רגשותיהן.

סקירת ספרות

אנשים רגישים

Gray (1970; Gray, 1982), חקר הבדלים אישיים באישיות האדם, לפי התיאוריה שלו תיאוריית הרגישות המחוזקת (Reinforcement Sensitivity Theory – RST), קיימות שתי מערכות מוטיבציה עיקריות באדם: מערכת העיכוב ההתנהגותי (BIS) ומערכת ההפעלה ההתנהגותית (SAS), כל תת מערכת מגיבה לאירועים שונים עם סוגי התנהגות שונים. עם השנים פותחה מערכת מרכזית שלישית: מערכת הילחם-או-ברח (Fight-or-Flight) המופעלת במצבי חירום ומצוקה (Gray, 1987). התיאוריה מניחה כי הבדלים אינדיווידואליים נובעים מרגישות של מערכות בסיסיות במח המגיבות לגירויים של תגמול, ענישה ומוטיבציה. כך למשל, מעכב התנהגותי גבוה מתפרש בדרך כלל כרגישות גבוהה לעונש או איום, ביישנות, מופנמות ונוירוטיות (Carver & White, 1994).

רגישות עיבוד סנסורי (sensory processing sensitivity - SPS), מוגדרת כתהליך קוגניטיבי עמוק של גירויים או שיוך אסוציאטיבי (Lockhart & Craik, 1990; Mesulam, 1998). רגישות יתר הינה תגובתיות רגשית גבוהה יותר לגירויים סביבתיים וחברתיים (Aron, Aron, & Jagiellowicz, 2012), בנוסף הינה תכונה גנטית המופיע בקרב 20% מבני האדם (Aron & Aron, 1997; Aron et al., 2012).

יגלוביץ, אהרון ואהרון (Jagiellowicz, Aron & Aron, 2016) במחקרם טוענו כי רגישות יתר הינה אינדיבידואלית ומבדילה בין בני האדם בתגובות הרגשיות לחוויות וגירויים שונים. במחקרם, הציגו בפני אנשים תמונות של אירועים רגשיים שהיו בדרך כלל סצנות מוכרות יחסית, כגון זבוב על חתיכת עוגה או מתבגרים מחייכים. נמצא כי אנשים בעלי רגישות יתר נוטים לדרג גירויים רגשיים רגילים באופן אינטנסיבי יותר ומהיר יותר, כנראה בגלל עוררות פיזית גבוהה יותר מאשר האוכלוסייה. בנוסף, נמצא כי התגובות לגירויים חיוביים היו חזקים יותר מהתגובות לחיזוקים שליליים, וזאת על אף שההטיה האנושית הכללית הינה תגובה רגשית חזקה יותר דווקא לגירויים שליליים (Levenson, Ekman, & Friesen, 1990). אך באופן כללי, אנשים בעלי רגישות יתר מראים מודעות מוגברת ותשומת לב לגירויים עדינים, כמו כן מראים יותר תגובתיות הן לגירויים חיוביים והן לגירויים שליליים (Jagiellowicz, 2012).

הרעיון העומד מאחורי תיאורית ה-SPS, המגיע מתחום הביולוגיה, הינו כי לרב המינים התפתחו סוגי אישיות אינדיבידואלים, כגון ביישן או נועז, אגרסיבי או מתון, ורגיש או לא רגיש (Sih & Bell, 2008). נראה כי לאנשים רגשים יותר הנחשבים מופנים יש יותר מודעות לגירויים עדינים, ערנות וקשב גבוהים יותר (Koelega, 1992) ורגישות ותגובתיות חושיות גבוהות יותר (Doucet & Stelmack, 2000). יגלוביץ, שו, אהרון, אהרון, קאו, פנג, וונג (Jagiellowicz, Xu, Aron, Aron, Cao, Feng & Weng, 2010), במחקרם בוחנים את האסוציאציות של פרטים שונים בעלי תכונת רגישות יתר שונה ואת ההבדלים בפעילות העצבים כאשר זיהו את המשימה. במחקרם הם חשפו אנשים בעלי תוכנה של רגישות יתר לתמונות שונות ובחנו כמה זמן לוקח להם להגיב לשינויים בתמונה ומה עוצמת הפעילות המוחית. מתוצאות מחקרם עולה כי אנשים רגשים יתר מראים זמן תגובה ארוך יותר לצד הגברת הפעילות המוחית באזורים הרלוונטיים, וזאת בתגובה לשינויים עדינים בגירוי. ההסבר לכך הוא שהם שמים לב גם לפרטים הקטנים שבסיטואציה ולכן לוקח להם יותר זמן להגיב לשינויים.

מבחינה התנהגותית, רגישות יתר הינה תכונה המאופיינת על ידי עיבוד משוכלל יותר לגירויים, אנשים בעלי רגישות יתר מתעכבים לבדוק גירויים בסביבה לפני שסיטואציות ומצבים שונים מתקרבים. הרלוונטיות הרגשית היא המנחה את העיבוד הנרחב יותר, כך שככל שהגירוי רלוונטי יותר מבחינה חברתית כך הוא יעורר תגובה חזקה יותר בקרב אוכלוסייה זו (Acevedo, Aron, Aron, Sangster, Collins & Brown, 2014). אסבדו ועמיתים (Acevedo et al., 2014), במחקרם בחנו את הפעולה העצבית של הפרט בתגובה לתפיסת הביטויים הרגשיים של אחרים כפונקציה לרמת רגישות היתר. הם בחנו את התגובות של אנשים נשואים טריים בזמן שהם צפו בתמונות של בני זוגם ושל אנשים זרים שהציגו בתמונות אושר, עצב ונטרלי, במטרה לבחון האם אנשים שהובחנו כרגשים יתר יראו פעולה חזקה יותר באזורי מוח המשקפים מודעות, אמפתיה