**להיות מושפע על ידי אמנות: כיצד קריאת ספרות יפה משפיעה על האישיות**

התקציר נעשה על סמך:

Maja Djikic, Keith Oatley, Sara Zoetwrman and Jorsan B. Peterson, "On Being Moved by Art: How Reading Fiction Transforms the Self", *Creativity Research Journal*, 2009, vol. 21, No. 1, pp. 24 – 29/

בספרות הפסיכולוגית נבחנים היבטים שונים של הקשר בין אמנות לאישיות, אך חסרים מחקרים אמפיריים בתחום השפעתן של יצירות אמנות על אישיותו של הצופה, המאזין או הקורא. הדבר אינו מפתיע; אף על פי שחובבי אמנות רבים מרגישים שיצירות אמנות מסוימות משפיעות עליהם באופן עמוק ומביאות לשינוי פנימי, התופעה נראית ייחודית, אקראית ושאינה ניתנת לניתוח כמותי. יחד עם זאת, מחקרים מראים כי תופעה זו נפוצה דיה; כך, באחד המחקרים נמצא כי כ-60% מהאנשים הקוראים ספרות בקביעות ראו בקריאה חוויה טרנספורמטיבית ומכוננת אישיות.

המחקר הנוכחי שם לו למטרה לבחון ברמה אמפירית את הפוטנציאל של הספרות היפה לחולל שינוי באישיות הקורא. לשם כך נבחנה השפעת הסיפור "הגברת עם הכלבלב" לצ'כוב על רגשות הקוראים ועל "חמש התכונות הגדולות" [[1]](#footnote-1)("Big-Five Inventory") של האישיות, דהיינו: פתיחות לחוויה (סקרנות אל מול זהירות); מוחצנות אל מול מופנמות; מכוונות (מידת אחריות, ארגון פנימי ויכולת להתמקד במטרה); פתיחות לזולת (יחס חברותי ונכונות לשיתוף פעולה לעומת יחס מנוכר ומרוחק יותר); יציבות רגשית לעומת נוירוטיסיזם (ויסות רגשי ותגובה לרגשות שליליים). הניסוי נערך בתנאי מעבדה בקרב קבוצת סטודנטים, שנה ראשונה (כבני 19.5 בממוצע).

על מנת למקד את המחקר בהשפעתה של הצורה האמנותית ולא של התוכן בלבד, נחלקו המשתתפים לקבוצת ניסוי ולקבוצת ביקורת. הסטודנטים השייכים לקבוצת הניסוי קראו את הסיפור "הגברת עם הכלבלב". לעומת זאת, הסטודנטים השייכים לקבוצת הביקורת קראו תיאור של עלילת היצירה, תיאור ענייני ותמציתי שהיה כתוב כעדות בדיון בתיק גירושין בבית משפט. בעבור כולם היה זה המפגש הראשון עם הסיפור. כל המשתתפים נבדקו בהתאם למבחנים הפסיכולוגיים המקובלים של "חמש התכונות הגדולות" ושל רגשות, והשינויים במאפיינים אלה נמדדו. חשוב לציין כי המטרה הייתה לבחון שינויים במכלול התכונות ולא בתכונה ספציפית, וזאת כמובן לאור ההבדלים שבין הסטודנטים.

תוצאות המחקר הראו כי המשתתפים בקבוצת הניסוי עברו שינוי משמעותי בהרבה, הן ביחס לתכונות האישיות והן מבחינה רגשית (כאן הפער היה גדול במיוחד) לעומת המשתתפים בקבוצת הביקורת. ממצא זה מאפשר להציע כי מפגש עם אמנות עשוי לחולל שינויים משמעותיים באישיות האדם וכי לרגשות יש תפקיד מתווך בתהליך. במחקר נעשה מאמץ לבחון את השפעתו של הממד האמנותי של היצירה על האדם, ואכן, ההבדל היחיד בין שני הסיפורים היה צורני. אמנם האירועים בסיפורו של צ'כוב מתרחשים במציאות של רוסיה של סוף המאה ה-XIX ולכאורה הם יכולים להיראות רחוקים לבני הנוער של זמננו, אך הסיפור הביא לשינוי בתפישתם של הקוראים הצעירים את עצמם. ייתכן גם, שאנשים הקוראים יצירות ספרות מגיבים באופן דומה לתהליך הטרנספורמטיבי והרגשי שעבר האמן ושמוצפן באופן סימבולי ביצירת אמנות

מחקרים קודמים כבר הצביעו על קשר סטטיסטי בין חשיפה לספרות יפה לבין פיתוח יכולות של אינטראקציה בין-אישית, אך עד כה שאלת הקשר הסיבתי נשארה פתוחה. המחקר שלנו מצביע על כיוון ברור של השפעה: אם קריאת ספרות מסוגלת להשפיע על תכונות האישיות, סביר להניח כי תהליך זה עשוי לחולל שינוי גם ביחס כלפי הזולת ובפיתוח אמפתיה והבנה עמוקה יותר של "האחר". הממצאים האמפיריים המדברים על השפעתן של יצירות אמנות על האישיות ועל מיומנויות של אינטראקציה בין-אישית נתמכים על ידי מחקרים בתחום המדע הקוגניטיבי. תהליך תפישת האחר ויצירת הדימוי הפנימי של האחר, המתבצע באופן שגרתי בחיי היומיום, דומה לתהליכים שמתרחשים בעת קריאה פעילה של יצירות ספרות. קריאה של ספרות יפה מפעילה תהליכים של הזדהות ו"העברה עצמית", שכן קורא מקבל באופן זמני את נקודת המבט, הן קוגניטיבית והן רגשית, של הדמויות בספר. בהקשר זה, ניתן לראות בספרות סימולציה קוגניטיבית ורגשית שבמסגרתה מתפתחות יכולת של אינטראקציה בין-חברתית וקיים פוטנציאל לטרנספורמציה פנימית של אישיות הקורא.

ממחקרנו עלה גם כי לא ניתן לצמצם את השפעתה של האמנות רק ביחס למצב רוח מסוים, חיובי או שלילי. על מנת למנוע אפשרות כזו, בדקנו את השפעתה של היצירה הספרותית על תכונות כמו יציבות רגשית או מוחצנות, ולא מצאנו השפעה מיוחדת על התכונות הללו. כפי צוין, מדובר בהשפעה עמוקה ומורכבת שניכרת בכל מכלול התכונות האישיות. הפער בין קבוצת הניסוי לקבוצת הביקורת בא לידי ביטוי דווקא בשינוי המצטבר במכלול התכונות האישיות.

אין בכוונתנו לומר כי יצירות אמנות בהכרח יוצרות שינויים משמעותיים וקבועים בנפש האדם. גם במחקר שלנו ניתן היה לראות שהיחס בין הנפש האינדיבידואלית ליצירת האמנות הוא מורכב ביותר. לדעתנו, נכון לומר כי ספרות יפה מייצרת פוטנציאל לטרנספורמציה של האישיות וכי הנפש האנושית מגיבה לצורה האמנותית באמצעות שינויים דקים בתפישתה את עצמה.

1. הכוונה לדגם חמשת הגורמים שמרכיבים את האישיות, שפותח על ידי Lewis Goldberg וחוקרים אחרים בשנות השמונים והתשעים על סמך מחקרי אישיות קודמים. בבסיסו עומדת ההנחה כי ניתן לאפיין את האישיות על ידי הבדלים אינדיבידואליים באופן של הסתגלותו לסביבה, ותכונות ביולוגיות. נטען כי מכלול חמשת הממדים מתאר את האישיות בצורה עקבית וכוללת, כאשר ניתן לאפיין את האדם על ידי מציאת מקומו בכל אחד מחמשת הממדים. [↑](#footnote-ref-1)