

Теории заговора выглядят убедительно для многих людей, поскольку предлагают простые объяснения сложным вещам и играют на чувствах людей. Обычно главным действующим лицом в них выступает некая могущественная группа — от мирового правительства до пришельцев, которая тайно работает во имя достижения своих зловещих целей.

Конспирологические теории могут нанести большой вред обществу, в том числе, привести к гибели людей — достаточно вспомнить антивакцинаторское движение. Поэтому психологи и социологи находятся в постоянных поисках ответов на вопрос о том, какие черты присущи людям, верящим в теории заговоров.

Одной из таких работ стало исследование ученых из Университета Граца (Австрия), опубликованное в журнале *Applied Cognitive Psychology*. В нем приняли участие 165 человек, по преимуществу студентов-психологов, средний возраст которых составил 26 лет. Участники прошли онлайн-опрос и установили на свои смартфоны специальное приложение для отслеживания собственного эмоционального состояния.

В течение недели приложение два раза в день предлагало добровольцам описать их текущее эмоциональное состояние их собственными словами. Они также оценивали интенсивность эмоций и то, насколько они были для них приятны или неприятны. Чтобы детально оценить то, как добровольцы характеризовали свои эмоции, ученые обратили внимание на то, какими прилагательными они их описывают, разделив слова на специфические (например, «изолированный») и неспецифические (например, «плохой»). Способность участников различать эмоции оценивалась на основе специфики используемых ими слов.

Кроме того, добровольцы также заполняли анкеты, включая общую шкалу убеждений в отношении конспирологии, а также — ту, что оценивала стратегии регулирования эмоций, таких как размышление. Исследователи измерили также уровень тревожности, депрессии и эмоционального самосознания участников.

Выяснилось — те испытуемые, которым сложнее давалось различать свои негативные эмоции и обозначать их, чаще верили в теории заговоров по сравнению с остальными участниками. Интересно, что такая корреляция обнаружена только в том случае, когда способность добровольцев различать эмоции оценивали независимые люди. Когда испытуемые делали это сами — вышеназванной связи не наблюдалось.

Исследователи также пришли к выводу, что участники, верящие в конспирологические теории, склонны к размышлениям. Это неадаптивная, по мнению ученых, стратегия

регулирования своих эмоций, при которой человек постоянно ищет причины своего дистресса во вне, но не находит ответа на свои вопросы. Авторы работы предположили: когда люди не способны эффективно управлять своими негативными эмоциями, то могут обращаться к теориям заговоров, как к способу разобраться в своих чувствах и окружающем мире, даже если эти убеждения не приносят им подлинного эмоционального облегчения.