

## A HORROR-PARADOXON

# A FÉLELEM BÉRE

KOVÁCS ANDRÁS BÁLINT

MIÉRT NÉZÜNK HORRORFILMEKET? MIÉRT SZERETÜNK FÉLNI? A FILMESZTÉTIKA,  
A LÉLEKTAN ÉS A NEUROBIOLÓGIA EGYÜTT KERESI A VÁLASZT.



**H**a végigszörfölünk a kábelkínálatban található számos természetfilmes csatornán, nagy a valószínűsége annak, hogy legalább az egyikben valamilyen félelmetes ragadozóról (oroszlánokról, cápákról), vagy veszélyes és visszatartó lényekről (kígyókról, mérges pókokról) szóló dokumentumfilmet fogunk találni. Például a mai napon az Animal Planet műsorán öt darab 45-50 perces műsort találtam oroszlánokról és cápákról. (<https://musor.tv/mai/tvmusor/ANIMAL>) Ugyanakkor valószínűleg senki nem hozná összefüggésbe ezeket a műsorokat a horrorfilmekkel. Pedig az a pszichológiai mechanizmus, ami miatt ezek a műsorok annyira népszerűek, ugyanaz, mint ami a közönség egy részét a horrorfilmekhez vonzza. Csupán az inger erőssége a különbség a veszélyes állatokat bemutató, óriási közönséget vonzó természetfilmek és a szűkebb közönséget vonzó horrorfilmek között.

A hetvenes évek óta, amióta a horror az egyik legelterjedtebb szórakoztató műfaj lett, sokan tették föl a kérdést, mi lehet az oka annak a látszólagos paradoxonnak, hogy – Hitchcock megfogalmazásával élve – „minden nap milliók költenek óriási összegeket, csak azért, hogy sok szenvedés árán élvezzék a félelmet”. Miért élvezünk valamit, ami rossz? Pszichológusok kezdtek kutatásba, hogy megértsék, milyen karaktertulajdonságokkal rendelkeznek azok, akik szeretik a horrorfilmeket; filozófusok, irodalom- és filmkutatók állítottak föl különféle elméleteket a horror-paradoxon megoldására.

Rengeteg megoldási kísérlet született, amelyek leggyakrabban azzal az egyszerű eszközzel élnek, hogy azt bizonyítják, a horrorfilmekben nem is a fé-

lelmet, tehát a rosszat élvezzük, hanem valami mást. Például azt, hogy megszabadulunk a rossz érzésektől, ahogy erre már Arisztotelész is célzott a „katarzisz” fogalmával. A kérdés persze nem az, miért jó megszabadulni a rossz érzésektől, hanem az, hogy mielőtt megszabadulnánk tőlük, miért kínlódunk végig több órát. Egyesek szerint azért, hogy közben élvezhessük a jól megszerkesztett elbeszélést, a vizuális trükköket, az érdekes karaktereket. A felkeltett rossz érzések az ár, amit fizetünk a pozitív esztétikai élményekért, amit a műalkotás önmagában, ettől függetlenül nyújt. Ez is tetszetős elméleti konstrukció, kár, hogy a tények ellentmondanak neki. A pszichológiai kutatások már a hetvenes években megmutatták, hogy a horrt kedvelő közönség kifejezetten a félelem érzését keresi a horrorban, nem valami mást. Pusztulást, undorító dolgokat akar látni, és félni akar. Egyetlen vizsgálati alany sem nyilatkozta, hogy a narratív szerkezet kedvéért szenved végig a horror borzalmait. Vannak aztán egészen magasaróptú fenomenológiai és pszichoanalitikus teóriák, amelyek megmagyarázzák, hogy a félelem érzése milyen elfojtott vagy az emberi egzisztenciával összefüggő más élelményeket idéznék föl, de ezek olyan elvontságban mozognak, ahol mindenféle cáfolhatóság vagy igazolhatóság eleve lehetetlen.

Röviden, a horror-paradoxont magyarázó eddigi teóriák vagy magát a fő problémát kerülik ki, hiszen tagadják, hogy bárki élvezné a félelmet, vagy az absztrakció olyan szintjén járnak, ahol már nem érintkeznek sem a valóságos nézőkkel, sem a filmekkel. Ráadásul egyik sem képes magyarázatot adni arra, miért

csak a közönség egy kis része élvezi a horrorfilmeket. Ma már világos, hogy a horror-közönség a moziba járók csupán 5-6%-a, és egy statisztikailag nagyon jól lehatárolható életkori és nemi csoportot ír körül: a 15-25 év közötti férfi közönséget. Nem az a kérdés tehát, hogy miért élvezzük a horrorfilmeket, hanem az, hogy ez a közönségréteg miért élvezi. Ami persze nem azt jelenti, hogy ne találjunk egy-egy idős hölgyet, aki rajong a horrort, de statisztikailag nem ő a horrorfilmek célközönsége.

Olyan magyarázatra van tehát szükségünk, amely empirikus alapon áll, nem kerüli ki a fő problémát, a félelem élvezetét, és magyarázatot ad a jelentős egyéni különbségekre, amely a horrorfilmek élvezetében tapasztalható. Ehhez a félelem mélyére kell ásniunk.

### A FÉLELEM TERMÉSZETE

Először azt kell megértenünk, hogy a félelem valamilyen szinten szinte mindenki számára élvezhető. Épp ezt mutatja a természetfilmes csatornák ragadozókról szóló műsorainak gyakorisága.

A félelem motivációs állapot, amelyet olyan ingerek hoznak létre, amelyek védekező vagy menekülő viselkedést provokálnak. Az esetek többségében a félelem kellemetlen érzés, és arra indít, hogy elkerüljük az inger forrását. A félelem, ahogy a többi érzélem is, három szinten írható le: neurofiziológiai, viselkedési és pszichológiai (élménykeltő) szinten. Az érzélem neurofiziológiai szintje arra vonatkozik, mi történik a testünkben, idegi aktivációk, hormonkiválasztás és más testi funkciók tekintetében, amikor egy érzélem átélünk. A viselkedési szint arra vonatkozik, hogy ténylegesen mit teszünk ilyenkor (kiabálunk, menekülünk,

lefagyunk stb.) A pszichológiai szint arra vonatkozik, hogy az adott emóció hogyan jelenik meg a tudatunkban, milyen érzést kelt bennünk, és milyen gondolatokat ébreszt.

Az általános meghatározáson túl, a motivációt tekintve van egy fontos különbség a negatív és a pozitív érzelmek között a viselkedésben. A negatív érzelmek meghatározott azonnali cselekvési tendenciákat hívnak elő, amelyek az adott pillanatban a túléléshez szükségesek. Például egy potenciálisan veszélyes lényvel való találkozás olyan neurofiziológiai folyamatokat indít el, amelyek azonnali cselekvésre készítik fel a testet, amely a félelem esetében megfelel a jól ismert menekülés/megküzdés/lefagyás válasznak. A pozitív érzelmekre viszont nem jellemzők az ilyen azonnali cselekvés-tendenciák. A szeretetet, az örömet, a megelégedettséget nem jellemzik nagyon jól meghatározható viselkedési reakciók. Ennek a ténynek kulcsszerepe lesz abban, hogy megértjük, miért lehet egy „negatív” érzés élvezetes. Az érzés minősége (negatív vagy pozitív) csak az érzelmi élmény pszichológiai szintjét írja le. De egy élmény átértézt minősége csak egy sor tudattalan és tudatos folyamat általános eredménye, amely adott esetben más értékeléshez is vezethet. Az olyan

negatív érzések esetében, mint a fájdalom vagy a félelem a sajátos cselekvési tendenciák elválaszthatók az érzés minőségétől.

Hogy kaphat egy „negatív” érzés „pozitív” minőséget? Az a kifejezés, hogy „negatív érzés” csak egy általánosított minősítés olyan érzelmi állapotoknak, amelyek a testet önvédelemre készítik föl, és arra sarkallják, hogy elkerülje vagy megtámadja az érzés kiváltóját. Tehát a félelem érzésének értékelése szoros kapcsolatban van azokkal a cselekvési tendenciákkal, amelyekre a testünk félelem érzése esetén felkészült; ezeknek a tendenciáknak a szubjektív érzése. Az, hogy szenvedünk-e olyan érzésektől, mint a fájdalom vagy a félelem, nem ugyanaz a dolog, mint érezni ezeket az érzéseket. A fájdalom érzése és a fájdalomtól való szenvedés (a rossz minőség) nem egyszerre és nem ugyanott keletkezik az agyunkban. Ahogy a híres idegtudós, Damasio mondja, a fájdalom érzése egy „helyi élő szövet diszfunkció érzékelése” az agy egy meghatározott területén.

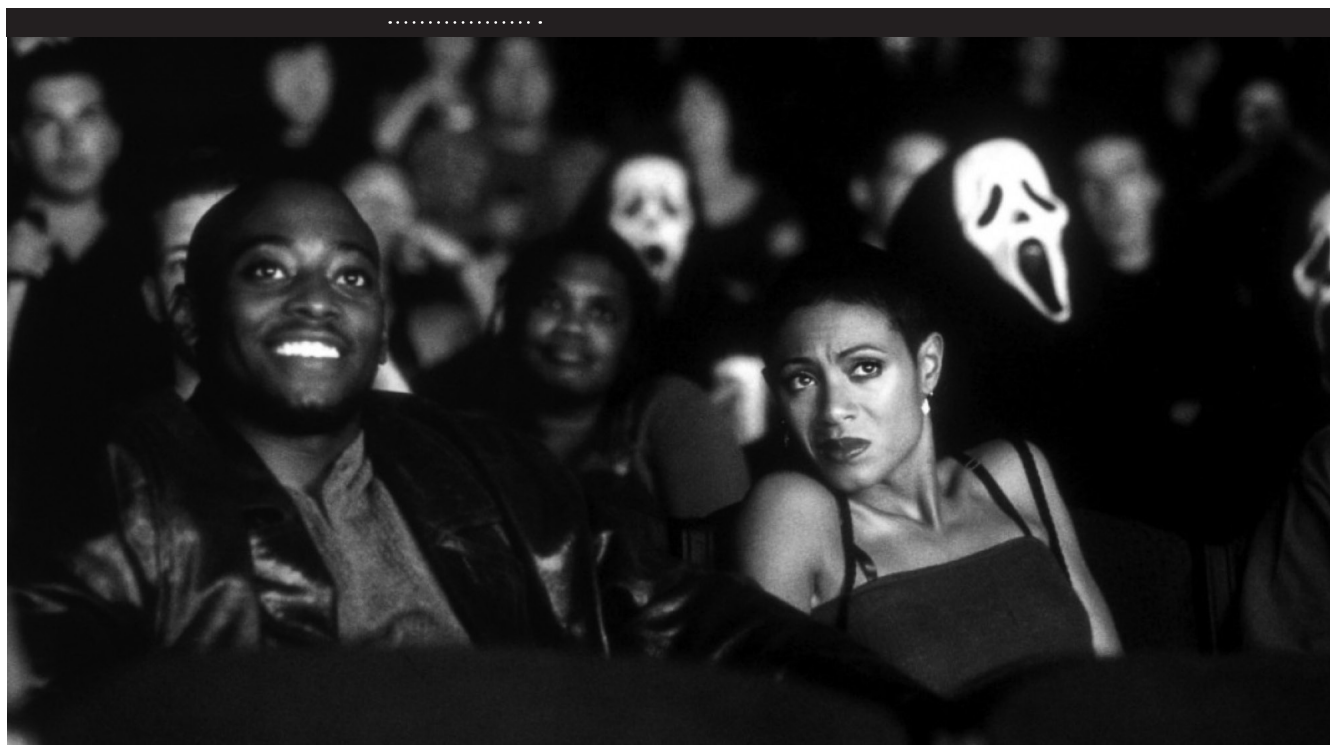
**„A félelem és szenvedés két külön folyamat”**

(Wes Craven: Sikoly 2. – Omar Epps és Jada Pinkett)

De a fájdalom-érzelem, amely szenvedést okoz, egy másik agyterület terméke, és a kettő egymástól függetlenül is manipulálható gyógyszerekkel, sebészeti úton vagy hipnózissal. Az ilyen beavatkozások eredményeképp érezhetjük a

fájdalmat, de nem szenvedünk tőle. Egy másik híres idegtudós, Ramachandran megjegyzi, hogy épp emiatt elképzelhető, hogy a fájdalom egyenesen nevetést okoz szenvedés helyett. Azt is tudjuk, hogy különféle kontextuális információk, hitek, más érzelmek, vagy akár társadalmi tényezők is módosíthatják a fájdalomtól való szenvedés érzését. Egy kutatás azt is kimutatta, hogy pontosan milyen idegpályák aktivizálódnak akkor, amikor a mazochisták élvezetet és nem szenvedést találnak a fájdalomban.

Hasonló a helyzet a félelemmel. A félelem sem csupán egyetlen „negatív érzés”, és nem egyetlen idegpálya rendszer aktivitásának az eredménye. A félelem kutatásának egyik nagy alakja, Joseph Ledoux megállapította, hogy az egyik idegi rendszer a defenzív állapotért, a másik az érzés tudati megjelenéséért felelős. Egy dolog defenzív állapotba kerülni, és egy másik szenvedni ettől a motivációs állapottól. Korábbi nagy pszichológusokkal – William James-szel és Ivan Pavlovval – egyetértésben ő is azon az állásponton van, hogy a félelem legnagyobb része autonóm testi reakció – fokozott izgalom, éberség, koncentráció, izomfeszültség, megnövekedett vérnyomás és pulzus, a „védekező állapot”, ami hozzájárul a félelem összetett „negatív” érzéséhez, amely ennek az állapotnak a tudatosulása. De a szenvedés, ami a féle-



lem érzésével többnyire megjelenik – a negatív érzés – nemcsak, hogy nem a forrása ennek a védekező állapotnak, nem is szükségyszerű velejárója. Ezt magasabb rendű kérgi területek „adják hozzá” a védekező állapothoz, de nem mindig és nem szükségszerűen. A félelem és a félelemtől való szenvedés két különböző folyamat eredménye, amelyek legtöbbször együtt járnak – ezért nevezzük a félelmet „negatív érzelemnek” –, de bizonyos körülmények között az elsőt nem követi a másík. Ennek a fényében a „horror-paradoxon” kérdése nem az, hogyan található valaki élvezetet egy negatív érzésben, hanem inkább az, milyen körülmények között jelenik meg élvezet egy olyan testi állapot esetén, amely leggyakrabban szenvedést okoz. Így kaphatunk magyarázatot arra, hogyan lehetséges, hogy valaki „szeret félni”.

#### A FÉLELEM MECHANIZMUSA

Azok, akik szeretik a horrorfilmeket, nem abban különböznek azoktól, akik nem szeretik, hogy valami agyi elváltozásuk lenne, vagy ne éreznének félelmet. Az amygdala sérült betegek valóban semmilyen élethelyzetben nem éreznék félelmet, de a horror közönség nagyon is érez félelmet, és ezt élvezi. Ezért néz horrorfilmeket. A választ arra a kérdésre, hogy ez hogyan lehetséges, a félelem élmény folyamatában találjuk, egészen pontosan abban a részben, ahol a félelem érzése testi jutalmazással jár. Ez lesz a kulcs az egyéni különbségek magyarázatában is.

#### „Szisztematikusan a jutalomkeresés javára dönt”

(Tim Burton:  
Ed Wood –  
Johnny Depp és  
Martin Landau)

A félelem folyamata nagyjából egy tucatnyi kérgi és kéreg alatti területet érint, amelyből négynek van kitüntetett szerepe. Az észlelési információk alapján, melyet a thalamusz közvetít, az amygdala bein-

dítja a védekező állapotot, és hozzájárul a félelem élményének létrejöttéhez; a hippocampus emlékeket, azaz kontextuális információt szállít az érzéki információk mellé (láttam már ilyen állatot, akkor is veszélyes volt, a múltkor meg is haragpott, vagy ellenkezőleg, a múltkor nem bántott, bár akkor is megijedtem tőle), a striatum motivációval látja el a szervezetet, azaz megjutalmaz, hogy megtaláljuk a megfelelő megküzdési módot, a frontális kéreg pedig tudatosan értékeli a jelenséget és szabályozza a viselkedést. Az egész folyamat ennek a négy területnek az együttműködésén és a működésük közötti egyensúlytól függ. Az észlelési információkat az amygdala, a hippocampus és a frontális kéreg szinte egyidőben kapja meg, de a veszélyesnek látszó ingerek esetén az amygdala reakciójának van előnye, lévén, hogy szerepe van az érzelmi emlékezet tárolásában és előhívásában is. A frontális kéreg és







a félelem élvezetét a szórakoztató kultúrán belül a legextrémebb formában űzi.

Az egyéni különbségeket úgy értelmezhetjük, mint a félelem által keltett izgalmi állapot toleranciaszint küszöbét. Ez a küszöb pedig a félelem által indukált viselkedés és a félelem által keltett jutalmazás egyensúlyától függ, amelyben az említett négy agyterületnek van fő szerepe. Pszichológiai vizsgálatok kimutatták, hogy a szenzáció vagy újdonságkereső személyiségvonás különlegesen jellemző a horrorkedvelő közönség tagjaira. A kutatások egyértelmű kapcsolatot fedeztek fel a jutalomérzékenység és a szenzációkereső személyiségvonás között. Más felmérések azt mutatják, hogy mind a jutalomérzékenység, mind a szenzációkeresés kamaszkorban a legjellemzőbb, és a fiúkra jellemzőbb, mint a lányokra. A jutalomkeresés ugyancsak szoros összefüggésben áll az alacsony félelemérzékenységgel. Továbbá, ez a személyiségvonás ambivalens helyzetekben, tehát, amikor mind a veszély, mind a jutalom kilátásban van, szisztematikusan a jutalomkeresés javára dönt. Más további anatómiai és fejlődéstani tények is arra mutatnak, hogy ebben az életkorban kiemelkedő a veszélyvállaláson keresztül történő jutalomkeresés.

**„Csak látszólag paradoxon”**

(Tobe Hooper: Poltergeist)

Egy másik pszichológiai tényező, amely az egyéni különbségeket befolyásolja a szorongás-érzékenység. Kutatások egyértelmű összefüggést találtak magas szorongás szint és a horrorfilmek kerülvése között. Ez magyarázza a nők általános tartózkodását is a horrorfilmekről, ugyanis a vizsgálatok a nőknél rendszeresen magasabb szorongás-érzékenységet mutatnak ki. Ugyanilyen tényező az ambivalencia elviselése. Akik nehezen tűrik a bizonytalanságot, azok hajlamosabbak szorongásra, kevésbé szenzációkeresők, és kevésbé kedvelik a horrorfilmeket is. Korábbi pszichológiai vizsgálatok még tucatnyi személyiségtényezőt említenek, amelyek a horrorfilmek kedvelőit jellemezhetik, de ezek kevésbé megbízható eredmények, nagyon különböző vizsgálati módszerekkel készültek, és többnyire az eredmények sem ismétlődnek. A fent említett jellemzőket azonban több vizsgálat is megerősítette, és – elsősorban – idegtudományi eredményekkel is összekapcsolhatók (szemben például a szadizmussal, a kellemetlenséggel, vagy a gátlástalansággal, amelyek egy-egy vizsgálat esetén ugyancsak kijöttek, mint a horror kedvelőkre jellemző személyiségjegyek).

Összefoglalva tehát azt mondhatjuk, hogy a horrorfilmeket a félelem által keltett, majd a félelem kioltásával együtt járó fiziológiai jutalom miatt nézik azok, akik nézik. Nemcsak ők szeretnek félni, hanem – különböző tolerancia küszöbökkel – lényegében egy kicsit mindenki, mégpedig kiskgyerekkortól kezdve. A kultúra kialakította azokat a formákat, amelyen keresztül ezt az élvezeti cikket, a félelem keltette dopamin adagot fogyaszthatjuk korra és nemre tekintettel. Van, aki attól a stressztől is elájul, hogy egy brazil szappanoperában Paolo nemet mond Paulának, amitől utóbbi elsírja magát, és van, akinek csak a kivájt szemű csecsemő sikoltozása elégséges inger, de azért legközelebb ennél többet vár. A horrorfilmek kedvelése csak látszólag paradoxon, mert extrém formája a mindenütt meglévő izgalmat keltő szórakozásnak. Továbbá, azért sem paradoxon, mert nem a rosszat élvezi benne, aki élvezi, hanem azt, ami a legtöbb embernek már rossz, de neki jó. Ez csak a horrortól irtózó többség számára érthetetlen. De ez a többség gondoljon arra, hogy amikor megnéz egy oroszlánokról vagy cápákról szóló cuki természetfilmet, ugyanaz játszódik le benne kicsiben, mint abban a horror-radjongóban, aki rémületesen ijesztő zombik társaságában múlhatja az idejét. •