

## **„Zasoby poznawcze a samokontrola impulsów: podejście neuroekonomiczne”**

**Opis:** Celem projektu jest zbadanie roli zasobów poznawczych w samokontroli impulsów, skupiając się na wyborach żywieniowych. W projekcie przeprowadzimy badania kwestionariuszowe i behawioralne oraz eksperymenty neuroobrazowe z wykorzystaniem funkcjonalnego rezonansu magnetycznego (fMRI).

### **Szczegółowymi celami projektu są:**

1. Zbadanie cech indywidualnych, warunków eksperymentalnych i mechanizmów neuronalnych, przy których ograniczenie dostępności zasobów poznawczych w pamięci roboczej obniża samokontrolę (jak też, przy których może nastąpić poprawa samokontroli);
2. Sprawdzenie, czy i w jaki sposób możliwa jest poprawa samokontroli po wykonaniu innego zadania wymagającego hamowania reakcji automatycznych;
3. Analiza neurobiologicznych korelatów procesów poznawczych i automatycznych zaangażowanych w decyzje wymagające samokontroli.

Eksperymenty zaplanowano w oparciu o paradygmat badania samokontroli w wyborach żywieniowych (Hare et al. *Science* 2009). O podejściu neuroekonomicznym do badania decyzji człowieka, również wymagających samokontroli, można poczytać [TU](#) lub posłuchać [TU](#).

**Uzasadnieniem podjęcia tego tematu** są badania pokazujące, że zwiększenie obciążenia pamięci roboczej w momencie podejmowania decyzji może obniżać samokontrolę w wyborach żywieniowych, jak i ją poprawiać. Dotychczas nie zbadano cech indywidualnych, warunków eksperymentalnych ani procesów neuronalnych, przy których możliwe są te odwrotne efekty. Dostępne wyniki sugerują, że zasoby poznawcze w pamięci roboczej służą kierowaniu uwagi nie tylko na zdrowotne skutki wyborów żywieniowych, ale także na ich hedonistyczne konsekwencje (przyjemne doznania smakowe). Czy możliwe jest więc, że ograniczając zasoby poznawcze w pamięci roboczej, odwrócimy uwagę od smaku czekoladek na tyle, żeby się powstrzymać od ich konsumpcji? W jakich warunkach i dla jakich osób byłoby to możliwe? Inne badania wskazują natomiast na znaczenie zasobów poznawczych w hamowaniu impulsów i pokazują, że możliwa jest lepsza koncentracja uwagi na zdrowotności produktów po wykonaniu innego zadania wymagającego hamowania reakcji automatycznych i niezwiązanego z jedzeniem (np. polegającego na nazywaniu koloru czcionek następujących napisów: zielony, czerwony, zielony, czerwony). Czy możliwa jest zatem poprawa samokontroli impulsów w wyborze żywieniowym poprzez wywołanie ‘uważności’ w innym zadaniu wymagającym hamowania impulsów?

**Projekt finansowany jest ze środków Narodowego Centrum Nauki i realizowany przez Akademię Leona Koźmińskiego** we współpracy z badaczami Pracowni Obrazowania Mózgu Instytutu Biologii Doświadczalnej im. M. Nenckiego PAN (<http://lobi.nencki.gov.pl/>) oraz Wydziału Psychologii Uniwersytetu Warszawskiego (<http://psych.uw.edu.pl/>), z udziałem ekspertów w badaniach fMRI, psychometrycznych, samokontroli impulsów i neuroekonomii, zarówno z Polski, jak i z zagranicy (m.in. Zurich, Nottingham, Leuven).