

Το άγχος μας «τυφλώνει»

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Επιδεινώνει την ικανότητά μας να συμπάσχουμε με τους άλλους

Το άγχος επιδεινώνει την ικανότητα των ανθρώπων να συμπάσχουν με άλλους ανθρώπους, υποστηρίζει μια ομάδα επιστημόνων από τις ΗΠΑ.

Οι αμερικανοί ερευνητές ισχυρίζονται, ότι σύμφωνα με όσα έδειξε μια νέα κοινωνική έρευνα, το άγχος μπορεί να μειώνει την ικανότητα των ανθρώπων να συμπάσχουν με τους άλλους και να κατανοούν τα συναισθήματά τους.

Επικεφαλής της έρευνας ήταν ο καθηγητής Andrew Todd από το πανεπιστήμιο της Άιοβα, ο οποίος διεξήγαγε πειράματα σε ανθρώπους αυξάνοντας τα επίπεδα άγχους τους με τεχνητό τρόπο, ζητώντας τους να θυμηθούν αγχωτικά γεγονότα που είχαν βιώσει στο παρελθόν τους. Από άλλους συμμετέχοντες ζητήθηκε να θυμηθούν εντελώς ουδέτερα περιστατικά, ή γεγονότα που τους προκαλούσαν θυμό ή αηδία.

Αρχικά οι ερευνητές εξέτασαν τις ικανότητες των υποκειμένων να λαμβάνουν υπόψη τους τις προοπτικές άλλων. Τους παρουσίασαν μια εικόνα ενός άνδρα που κάθεται σε ένα τραπέζι με ένα βιβλίο στα αριστερά του (στα δεξιά σε σχέση με τα

υποκείμενα της έρευνας). Στη συνέχεια τους ρώτησαν σε ποια πλευρά ήταν το βιβλίο. Περισσότεροι από τους μισούς από την ομάδα των μη-αγχωμένων απάντησαν, ότι το βιβλίο ήταν στην αριστερή πλευρά, υποδηλώνοντας ότι είχαν λάβει υπόψη τους την προοπτική του ανθρώπου μέσα στην εικόνα. Από την ομάδα των αγχωμένων, μόνο το ένα τέταρτο έδωσε την ίδια απάντηση, κάτι που φανέρωνε ότι η ψυχική τους κατάσταση είχε επηρεάσει την ικανότητά τους να βλέπουν τα πράγματα από την πλευρά των άλλων.

Το δεύτερο πείραμα περιστρεφόταν γύρω από ένα σενάριο με έναν πρωτοετή φοιτητή, το Νικ, ένα δευτεροετή φοιτητή, το Ντέιβιντ και το καθηγητή Τζόουνς. Εν αγνοία του Νικ, ο καθηγητής Τζόουνς στο παρελθόν είχε υπάρξει αγενής απέναντι στον Ντέιβιντ.

Ο Νικ έστειλε ένα email στο Ντέιβιντ, ρωτώντας τον αν θα ήταν καλό να παρακολουθήσει ένα μάθημα του καθηγητή και ο Ντέιβιντ απάντησε: «Ναι, ο καθηγητής Τζόουνς είναι πολύ καλός άνθρωπος».

Οι ερευνητές ζήτησαν στη συνέχεια από τους συμμετέχοντες να ερμηνεύσουν αν η απάντηση που έδωσε ο Ντέιβιντ ήταν σαρκαστική ή ειλικρινής.

Οι αγχωμένοι ήταν πιο πιθανό από τους μη-αγχωμένους να πιστεύουν, ότι ο Νικ ήταν σαρκαστικός, παρότι ο Νικ δεν είχε ιδέα για την προηγούμενη σχέση ανάμεσα στον καθηγητή και το δευτεροετή φοιτητή κι επομένως, θα ήταν σχεδόν απίθανο να θεωρήσει ο ίδιος ότι ο Ντέιβιντ ήταν σαρκαστικός.

Όπως αναφέρει δημοσίευμα του βρετανικού Independent, σύμφωνα με τους ερευνητές, αυτό δείχνει ότι το άγχος μπορεί να «τυφλώνει» τους ανθρώπους, ως προς τα συναισθήματα και τη συμπεριφορά τους απέναντι στους άλλους.

Αυτή η αρνητική επίδραση του άγχους μπορεί να επηρεάζει τους ανθρώπους σε διάφορες κοινωνικές καταστάσεις, όμως όντας ενήμερος κανείς για τις επιπτώσεις αυτές και προσπαθώντας να το ξεπεράσει, θα μπορούσε να είναι σε θέση να συμπάσχει λίγο καλύτερα με τους συνανθρώπους του, καταλήγει η έρευνα.

Πηγή: newsbeast.gr