

چرا نمی‌توانیم از شر «افکار ناخواسته» رها شویم؟



محققان در پژوهشی به این سوال پاسخ داده‌اند که چرا برخی افراد نمی‌توانند افکار ناخوشایند را در ذهنشان سرکوب کنند: این احتمال وجود دارد که مغز آنها فاقد نوعی ماده شیمیایی خاص برای نیل به چنین هدفی باشد.

محققان در پژوهشی به این سوال پاسخ داده‌اند که چرا برخی افراد نمی‌توانند افکار ناخوشایند را در ذهنشان سرکوب کنند: این احتمال وجود دارد که مغز آنها فاقد نوعی ماده شیمیایی خاص برای نیل به چنین هدفی باشد.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از سلامت آنلاین، بر اساس یافته‌های مطالعه‌ای که بتازگی در Nature Communications منتشر شده، در حالی که برخی افراد گاهی نمی‌توانند افکار ناخوشایندی را مهار کنند که در سرشان می‌چرخد، محققان گفته‌اند ممکن است چنین موضوعی صرفاً برای کسانی خطرناک باشد که مبتلا به افسردگی، اسکیزوفرنی و PTSD هستند.

مایکل اندرسون، پروفیسور کمبریج در نشستی مطبوعاتی گفت: توانایی ما برای کنترل افکارمان ستون تندرستی ما محسوب می‌شود و ناتوانی در این زمینه می‌تواند باعث بروز بعضی از علائم ناخوشایند مرتبط با بیماری‌های روانی شود.

به همین دلیل بود که اندرسون و گروهش وقتی دریافتند دلیل ناتوانی برخی افراد در مهار مسائل ناخواسته ذهنی می‌تواند نبود نوعی ماده شیمیایی باشد، بسیار هیجانزده شدند.

این محققان تغییرات شیمیایی و جریان خون را در مغز افرادی بررسی کردند که در حین تحقیق به آنها گفته می‌شد بعضی کلمات را به یاد آورند یا بعضی از آنها را به یاد نیاورند.

آنها دریافتند که یک انتقال‌دهندهٔ عصبی سرکوبگر یا مهارکننده به نام GABA در منطقه‌ای از حافظهٔ مغزی به اسم هیپوکامپ، کلید قفل موضوع است: افرادی که GABA بیشتری در این ناحیه از مغزشان داشتند، بیشتر هم می‌توانستند افکاری را متوقف کنند که میلی به یادآوری آنها نداشتند.

پروفیسور اندرسون توضیح داد که فعالیت GABA همچون ارتشی از سربازان است که علیه یادآوری چنین افکار و یا خاطراتی وارد کارزار می‌شود.

او گفت: این کشف ممکن است در آینده منجر به پیدایی راههای جدیدی برای درمان موارد مبتلا به PTSD، افسردگی، اسکیزوفرنی و... شود.