



نحوه فعالیت مغز وقتی احساسات سرکوب می‌شوند

دانشمندان دریافته اند وقتی انسان خودش سرکوب یک احساس را انتخاب می کند، نواحی خاصی در مغزش فعال می شود ...

دانشمندان دریافته اند وقتی انسان خودش سرکوب یک احساس را انتخاب می کند، نواحی خاصی در مغزش فعال می شود اما زمانی که فرد دیگری دستور مهار احساسات را داده باشد نواحی متفاوت دیگری در مغز فعالیت می کند. به گزارش خبرگزاری مهر، محققان موسسه علوم عصب شناختی دانشگاه کالج لندن و دانشگاه گنت در بلژیک، مغز داوطلبان سالم را اسکن کردند و دریافتند وقتی که افراد سرکوب یک احساس را انتخاب می کنند، سیستم های مغزی مهمی فعال می شوند.

دانش پژوهان پیش از این، این نواحی مغزی را به تصمیم گیری برای مهار حرکت مرتبط کرده بودند.

دکتر "سیمون کوهن" از دانشگاه گنت گفت: این نتایج نشان می دهد که خویشتن داری احساسی، شامل یک سیستم مغزی کاملا متفاوت از آن چیزی است که گفته می شود چگونه به طور عاطفی و احساسی واکنش نشان می دهیم.

در اغلب مطالعات گذشته به داوطلبان گفته شده بود واکنش احساسی خود را درک و احساس کرده یا آن را مهار سازند.

بهرحال در زندگی هر روزه به ندرت به ما گفته می شود احساساتمان را سرکوب کنیم و معمولا خودمان تصمیم می گیریم آیا به احساساتمان پاسخ بدهیم یا آن را سرکوب کنیم.

در این مطالعه جدید محققان به 15 زن سالم، تصاویر ناخوشایند یا ترسناک نشان دادند. این شرکت کنندگان می بایست عمل خویشتن داری خود را با درک احساس این تصویر و یا مهار احساس خود "انتخاب" می کردند.

محققان مغز این افراد را با اسکن مغزی fMRI، مطالعه و بررسی کردند.

در آزمایش دیگری به شرکت کنندگان دستور داده شد احساسات خود را درک یا مهار کنند در این حالت شرکت کنندگان نمی توانستند خویشتن دارانه انتخاب کنند.

محققان این دو اسکن را با هم مقایسه و مشاهده کردند بخش های مختلفی از مغز در هر دو وضعیت فعال شد. دانشمندان دریافتند وقتی که شرکت کنندگان برای خود تصمیم گرفتند تا احساسات منفی را مهار کنند، فعال سازی در ناحیه میان پسین استخوان جلوی پیشانی مغز روی داد.

در مقابل وقتی از شرکت کنندگان خواسته شد تا یک احساس را مهار کنند نواحی جانبی بیشتری فعال شدند.

کوهن گفت: تصور ما بر آن است که کنترل کردن احساسات یک فرد و کنترل کردن رفتار او شامل سازوکارهای همپوشان است.

وی افزود: می توانیم بین کنترل داوطلبانه و دستوری احساسات تمایز قایل شویم؛ به همین شیوه می توانیم بین ذهنیت سازی خودمان درباره اینکه چه کار کنیم در مقابل پیروی از دستورات تفاوت ایجاد کنیم.

پروفسور پاتریک هاگارد از مجریان این طرح گفت سازوکار مغز شناسایی شده در این مطالعه می تواند هدف بالقوه ای برای درمان باشد.

نتایج این تحقیقات در نشریه Brain Structure and Function منتشر شده است.