



«منم منم»کننده‌ها افسرده‌اند

نتایج یک مطالعه جدید، استفاده مکرر از ضمیر اول شخص مفرد را به داشتن مشکلات در روابط و میزان بالای افسردگی افراد مرتبط می‌کند.

نتایج یک مطالعه جدید، استفاده مکرر از ضمیر اول شخص مفرد را به داشتن مشکلات در روابط و میزان بالای افسردگی افراد مرتبط می‌کند. به گزارش سرویس پژوهشی خبرگزاری دانشجویان ایران (ایسنا)، محققان آلمانی دریافته‌اند افرادی که بطور مکرر از واژگان اول شخص مفرد مانند "من" و "خودم" استفاده می‌کنند، در مقایسه با اشخاصی که از کلمه "ما" استفاده می‌کنند، بیشتر احتمال است که مبتلا به افسردگی، هراس، مشکلات میان‌شخصی، بشتی، باشند. در یک مطالعه که بر روی 103 زن و 15 مرد انجام شد، این افراد مصاحبه‌های روان‌درمانی 60 تا 90 دقیقه‌ای را در خصوص ۹۹ درصد این سوژه‌ها بیماران یک کلینیک روان‌درمانی بودند که از مشکلاتی مانند اختلالات غذاخوردن گرفته تا اضطراب رنج می‌بردند. آنها همچنین دست‌نامه‌ها، یادداشت‌ها، مکتوبات، مشکلات میان‌شخصی، شایع کردند. در این تحقیق که به رهبری یوهانز زیمرمان از دانشگاه کاسل آلمان انجام شد، دانشمندان تعداد ضمیر اول شخص مفرد (من) و ضمیر ما، شخص جمع (ما) مورد استفاده در مصاحبه‌ها را شمارش کردند. آنها دریافتند سه‌ه‌ها، که بشت از لغات ما، شخص مفرد استفاده کردند، از میزان بالاتری از افسردگی رنج می‌بردند. این افراد همچنین رفتارهای میان‌شخصی مشکل‌زای بیشتری مانند جلب توجه، خودنمایی و عدم توانایی گذراندن اوقات به تنهایی را به‌داده‌اند. در مقایسه، شرکت‌کنندگانی که از ضمیری مانند "ما" استفاده کردند، بیشتر آنچه را که محققان سبک میان‌شخصی "سرد" می‌نامند، نشان دادند. اما این سده، به‌عنوان اهد، مثبت‌ها، حفظ می‌ها، روابط حد، کمک به دیگران، در صورت نیاز، عماد، کرد. استفاده از ضمیر اول شخص مفرد خود را به عنوان یک هویت مجزا برجسته می‌کند، در حالی که ضمیر اول شخص جمع، بر حادان، خمد، روابط اجتماعی، تاکید داد. به گفته دانشمندان، هنوز شواهدی مبنی بر این که استفاده بیشتر از ضمیر "من" واقعا منجر به افسردگی می‌شود، وجود ندارد، بلکه استفاده مکرر احتمالاً این‌ها، که افراد چگونه خمد، می‌سند، با دیگران ارتباط برقرار می‌کنند، منعکس می‌کند. نتایج این تحقیق در Journal of Research in Personality انتشار یافت.