13 Νοεμβρίου 2014

Νέα έρευνα: Η ΛΥΠΗ διαρκεί περισσότερο από κάθε άλλο συναίσθημα!

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



«Βασίλισσα» των συναισθημάτων η στεναχώρια...

Σύμφωνα με νέα βελγική έρευνα που είδε το φως της δημοσιότητας, η λύπη που προκαλείται λόγω τραυματικών γεγονότων στη ζωή ενός ανθρώπου, διαρκεί περισσότερο από όλα τα άλλα συναισθήματα.

Σαφέστερα, η λύπη μπορεί να διαρκέσει έως 240 φορές περισσότερο από την ντροπή, την έκπληξη, τον θυμό ή τη βαρεμάρα. Αυτή ήταν η πρώτη μελέτη που έκανε μια άμεση σύγκριση της διάρκειας των διαφόρων συναισθημάτων και των αιτιών που κάποια διαρκούν περισσότερο από άλλα.

Η βασική διαπίστωση της μελέτης, ήταν ότι η «βασίλισσα» των συναισθημάτων, τουλάχιστον όσον **αφορά στη διάρκεια, είναι αναμφισβήτητα η λύπη, κυρίως επειδή προκαλείται από πιο σοβαρές αιτίες, όπως ένας θάνατος ή ένα ατύχημα.**

Αντίθετα, ανάμεσα στα πιο σύντομα συναισθήματα, που εξαφανίζονται σχετικά γρήγορα, είναι η ντροπή, η έκπληξη, ο φόβος, η αηδία, η βαρεμάρα, η ανακούφιση κ.ά.

Μια ακόμα ενδιαφέρουσα πληροφορία, είναι ότι η ενοχή διαρκεί πολύ περισσότερο από την ντροπή, ενώ το άγχος πολύ περισσότερο από τον φόβο.

Ειδικά για τη βαρεμάρα, ένα συναίσθημα που συχνά νιώθουν έφηβοι και ενήλικοι, **οι ερευνητές ανέφεραν ότι, αν και όταν βαριέται κάποιος ο χρόνος φαίνεται να περνά αργά, στην πραγματικότητα ένα επεισόδιο βαρεμάρας συνήθως δεν διαρκεί πολύ.**

Τα συναισθήματα που διαρκούν λίγο είναι κατά βάση εκείνα που προκαλούνται από γεγονότα τα οποία έχουν σχετικά μικρή προσωπική σημασία για κάποιον. Όσο πιο βαθιά επιδρά ένα συμβάν σε έναν άνθρωπο, τόσο περισσότερο διαρκεί το αντίστοιχο συναίσθημα.

Για παράδειγμα, σύμφωνα με τη μελέτη, το συναίσθημα της λύπης τείνει να ανανεώνεται στην πορεία του χρόνου, καθώς ένας άνθρωπος σκέφτεται ξανά και ξανά το συμβάν που του προκάλεσε τη λύπη και τις συνέπειες που έχει αυτό για τη ζωή του.

Όπως είπε ο Φιλίπ Βερντουάν, επικεφαλής του **Πανεπιστημίου της Λουβέν, το «κλειδί» τελικά για τη διάρκεια ενός οποιουδήποτε συναισθήματος είναι το στοχαστικό «αναμάσημα» του συμβάντος και του αντίστοιχου συναισθήματος στο μυαλό κάποιου** – και αυτό ισχύει τόσο για τα θετικά όσο και για τα αρνητικά συναισθήματα.

Πηγή: star.gr