



Как сообщает авторитетный американский канал новостей MSNBC, негативные события в жизни оказывают положительное влияние на человека. Считается, что такая закалка способна хорошо подготовить организм к стрессу. Такого мнения придерживается ученый Марк Сири (университет Баффало). Негативный опыт дарит ощущение контроля над прошлой неприятной ситуацией. Также он учит справляться людей со сложившейся ситуацией, благодаря росту клеток в определенных областях мозга, и устанавливает социальные сети, помогающие держаться в неприятных ситуациях. Это относится и к физиологической и к психологической боли. Как бы странным это не казалось, но это действительно так.

В ходе исследования был проведен такой эксперимент: ученые просили мужчин и женщин припомнить неприятные ситуации, которые происходили в их жизни (болезни, страхи, смерть близких людей, домашних животных, расставания и т.д.). При этом нужно было опускать руки в очень холодную воду. Как правило, у кого в жизни было больше всего неприятных моментов, лучше справились с испытанием холодом.

При проведении другого исследования выяснилось, что у людей, в жизни которых было много негативных ситуаций или людей с нормальной гармоничной жизнью, большинство из них сталкивалось с болью в пояснице. Идеальное количество негатива, способного закалить человека морально, увы, пока неизвестно. Возможно, в далеком будущем, психиатры будут прописывать своим пациентам определенный негатив, который они должны испытать, в том числе и физическую боль. Конечно, это звучит очень парадоксально, но своего будущего мы не знаем, и судить какое оно будет для всех нас, не можем.