

Πάνω από 9 στους 10... αγαπούν τον ψυχαναγκασμό

/ [Γενικά Θέματα](#) / [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Έρευνα του καναδικού Πανεπιστημίου Κονκόρντια

Σχεδόν όλοι οι άνθρωποι (ποσοστό 94%) έχουν κατά καιρούς ανεπιθύμητες, ενοχλητικές, παρείσακτες, ψυχαναγκαστικές σκέψεις, εικόνες και παρορμήσεις, που τους δημιουργούν λιγότερο ή περισσότερο άγχος, σύμφωνα με μια νέα διεθνή επιστημονική έρευνα σε 13 χώρες, μεταξύ των οποίων και η Ελλάδα. Η μελέτη δείχνει ότι το συγκεκριμένο πρόβλημα είναι πολύ πιο εξαπλωμένο στον πληθυσμό από ό,τι θεωρείτο έως τώρα.

Οι 19 ερευνητές, με επικεφαλής τον καθηγητή ψυχολογίας Άνταμ Ραντόμσκι του καναδικού Πανεπιστημίου Κονκόρντια, που έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο περιοδικό για θέματα ιδεοψυχαναγκαστικών και συναφών διαταραχών "Journal of Obsessive - Compulsive and Related Disorders", μελέτησαν ένα δείγμα 777 ανθρώπων σε έξι ηπείρους, διερευνώντας σε ποιο βαθμό οι άνθρωποι έχουν ξαφνικές ανεπιθύμητες και πιθανώς επαναλαμβανόμενες σκέψεις, όπως να κάνουν κακό σε κάποιο αγαπημένο τους πρόσωπο ή να κάψουν το σπίτι τους ή να νιώθουν συνεχώς μολυσμένοι από μικρόβια.

Το 94% των συμμετεχόντων στην έρευνα ανέφερε ότι είχαν τουλάχιστον μια τέτοια σκέψη κατά το τελευταίο τρίμηνο. Όταν τέτοιες σκέψεις και ιδεοληψίες γίνονται συχνές και γεννούν μεγάλο άγχος, τότε κάποιος θεωρείται ότι πάσχει από ιδεοληπτική - ψυχαναγκαστική (ή ιδεοψυχαναγκαστική) διαταραχή και χρειάζεται

θεραπεία, συνήθως γνωσιακή – συμπεριφορική και φαρμακευτική.

Οι σκέψεις για τη βρώμα και τη μόλυνση, οι επίμονες αμφιβολίες και οι παρορμήσεις επιθετικότητας κυριαρχούν στις ανεπιθύμητες σκέψεις παγκοσμίως, ενώ το σεξ και η βλασφημία εμφανίζουν πολύ μικρότερη συχνότητα.

Η νέα μελέτη δείχνει ότι τέτοιες σκέψεις “τρυπώνουν” στο μυαλό των περισσότερων ανθρώπων και δεν αποτελούν “προνόμιο” μόνο όσων πάσχουν από ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή. Σύμφωνα με τους ερευνητές, αυτό που κυρίως αποτελεί τη διαχωριστική γραμμή μεταξύ ασθενών και μη, είναι ο τρόπος που αντιδρούν σε τέτοιες σκέψεις.

«Οι περισσότεροι άνθρωποι που θα τους περάσει ξαφνικά από το νου να πηδήξουν από το μπαλκόνι ή από την αποβάθρα του μετρό στις γραμμές, θα πουν στον εαυτό τους ότι ήταν παράξενο ή ανόητο που σκέφτηκαν κάτι τέτοιο, αλλά κάποιος με ιδεοψυχαναγκαστική διαταραχή θα ανησυχεί πως μπορεί να αυτοκτονήσει», δήλωσε ο Άνταμ Ραντόμσκι. «Οι ασθενείς με αυτή τη διαταραχή έχουν πιο συχνά τέτοιες σκέψεις και ταραζούνται περισσότερο από αυτές, αν και οι σκέψεις τους δεν φαίνεται να διαφέρουν από αυτές που έχει ο υπόλοιπος πληθυσμός», πρόσθεσε ο канаδός ψυχολόγος.

Η μελέτη επίσης βρήκε ότι μεταξύ των χωρών υπάρχουν εθνικές διαφορές, όσον αφορά τη συχνότητα ορισμένων παρείσακτων σκέψεων (π.χ. σε σχέση με το σεξ), κυρίως λόγω των πολιτισμικών και θρησκευτικών διαφορών.

Από ελληνικής πλευράς, στην έρευνα συμμετείχε ο Γρηγόρης Σίμος, αναπληρωτής καθηγητής ψυχοπαθολογίας του Τμήματος Εκπαίδευσης και Κοινωνικής Πολιτικής του Πανεπιστημίου Μακεδονίας.

Πηγή: [news.gr](https://www.news.gr)