

STRESS CÓ THỂ TRUYỀN NHIỄM NHƯ BỆNH CẢM LẠNH?

Các nhà tâm lý học Mỹ tuyên bố, chúng ta có thể "nhiễm" stress từ những người lạ do tình trạng căng thẳng cũng có tính truyền nhiễm như bệnh cảm lạnh.

Một nhóm chuyên gia tâm lý đến từ Đại học Saint Louis (Mỹ) đã tiến hành tìm hiểu xem, những người lạ mặt nhạy cảm tới mức nào trước "stress gián tiếp". Họ đã yêu cầu một nhóm người tình nguyện thực hiện nhiệm vụ diễn thuyết hoặc trải qua thử thách tính nhảm trước sự quan sát của đông đảo những người khác.

Theo các nhà nghiên cứu, stress có thể lây lan từ người này sang người khác. (Ảnh: Getty Images)
Các nhà nghiên cứu đã tiến hành đo lượng hormone cortisol và một enzym liên quan đến stress trong nước bọt của các diễn giả bị căng thẳng và những người quan sát. Kết quả hé lộ, phản ứng stress ở những người chứng kiến cũng tương đương với ở các diễn giả và không chịu ảnh hưởng của giới tính.

Nhóm nghiên cứu kết luận, stress có thể lan truyền thông qua giọng nói, biểu cảm trên khuôn mặt, tư thế và thậm chí cả mùi hương.

"Chúng tôi đã chứng minh rằng, stress có thể dễ lây nhiễm từ các đối tượng sang những người quan sát. Việc khám phá ra rằng, phản ứng đó xuất hiện ở một số người, trong khoảng thời gian nhất định nào đó, chỉ bằng cách ngồi và quan sát ai đó đang bị căng thẳng, vô cùng thú vị và đáng kinh ngạc", giáo sư Tony Buchanan, một thành viên nhóm nghiên cứu, cho biết.

Ông Buchanan và các cộng sự nhấn mạnh thêm rằng, trong một số tình huống cụ thể, stress có tính truyền nhiễm. Tuy nhiên, nó cũng có thể dẫn tới hành vi anh hùng ở một số người nhất định.