

Учёные СФУ: «Хронический стресс влияет на зрение»

Учёные Сибирского федерального университета обнаружили связь между стрессом и ухудшением зрения. Исследование показало, что у участников эксперимента с диагнозом «профессиональное выгорание» была снижена контрастная чувствительность. Об исследовании учёных написал портал [Наука-ТАСС](#).



О результатах научной работы рассказала доцент кафедры психологии развития и консультирования Института педагогики, психологии и социологии СФУ **Елена Федоренко**.



«Мы обнаружили, что переживание человеком хронического стресса оказывает существенное влияние на его способность качественно перерабатывать информацию, поступающую визуальным путём. Это исследование позволяет более точно отвечать на вопросы о характере влияния хронического стресса на организм человека, в частности на особенности восприятия и переработки визуальной информации, а также даёт возможность поразмышлять о способах оперативной диагностики симптоматики эмоционального выгорания в организации для принятия оперативных мер, способствующих восстановлению работников», — пояснила Федоренко.

Учёные Института педагогики, психологии и социологии СФУ совместно с коллегой из Института физиологии РАН имени И. П. Павлова изучили влияние хронического стресса на функционирование парвоцеллюлярного и магноцеллюлярного путей (системы мозга, отвечающие за восприятие визуальной информации и реакцию на внешние раздражители) в человеческом организме. В эксперименте приняли участие более 40 человек — сотрудников и студентов СФУ.

Помимо теста на уровень профессионального выгорания по методике психолога Виктора Бойко испытуемые прошли проверку на контрастную чувствительность — способность глаза улавливать различия в уровне яркости двух объектов, расположенных рядом. Чем выше контрастная чувствительность, тем чётче глаз фиксирует малейшие различия. Выяснилось, что у тех участников эксперимента, которым был поставлен диагноз «профессиональное выгорание», наблюдалось снижение контрастной чувствительности в сравнении с людьми из двух других групп — у них симптомы разновидности хронического стресса только формировались либо отсутствовали вовсе.

Полученные данные позволят учёным продвинуться в изучении влияния хронического стресса на организм человека и разрабатывать более оперативные способы диагностики профессионального выгорания, считают авторы исследования. Результаты научной работы опубликованы в журнале *International Journal of Psychophysiology*.

[Пресс-служба СФУ](#), 4 декабря 2018 г.

Адрес страницы: <https://news.sfu-kras.ru/node/21077>