

پارسیان	بندر چارک	بسنک	میناب	بندر لنگه	قشم	بندر عباس	کیش
▲ ۴۱ ▼ ۳۰	▲ ۳۸ ▼ ۳۲	▲ ۴۱ ▼ ۳۰	▲ ۳۸ ▼ ۳۱	▲ ۳۷ ▼ ۳۲	▲ ۳۴ ▼ ۳۲	▲ ۳۶ ▼ ۳۲	▲ ۳۸ ▼ ۳۲

سبک زندگی

سوگیری منفی چیست و چگونه توصیف میشود ؟

اطلاعات منفی نسبت به رویدادها، احساسات یا اطلاعات یا شدت یکسان، تأثیر بیشتری بر وضعیت و فرآیندهای روانی فرد دارند.

سوگیری منفی که به عنوان اثر منفی نیز شناخته می‌شود، یک سوگیری شناختی است که نشان می‌دهد رویدادها، احساسات یا اطلاعات منفی نسبت به رویدادها، احساسات یا اطلاعات با شدت یکسان، تأثیر بیشتری بر وضعیت و فرآیندهای روانی فرد دارند.

سوگیری منفی نگرانی نوعی سوگیری شناختی است که در آن، افراد تمایل دارند به اطلاعات و رویدادهای منفی بیشتر توجه نشان دهند. این سوگیری می‌تواند به دلیل طبیعت انسان باشد که از درد و رنج متفر است و توجه به اطلاعات منفی به ما کمک می‌کند تا از موقعیت‌های ناخوشایند و خطرناک دوری کنیم.

رسانه‌ها نیز تمایل دارند به اخبار و رویدادهای منفی بیشتر توجه نشان دهند، که می‌تواند باعث شود افراد تصور کنند که دنیا پر از اتفاقات منفی است. سوگیری منفی نگرانی با سایر سوگیری‌های شناختی تفاوت دارد زیرا آن را به طور خاص به اطلاعات و رویدادهای منفی محدود می‌کند.

بغیر می‌رسد افراد تمایل دارند خطرات منفی را بیشتر از خطرات مثبت به خاطر بسپارند. عواقب سوگیری منفی نگرانی شامل کاهش توانایی و تاب آوری افراد در تحلیل‌های صحیح اطلاعات و رویدادها، پذیرش دیدگاه‌های دیگران است.

به گزارش میگزاین سلامت تاب آوری و سلامت روان

ایران این سوگیری همچنین می‌تواند در روابط و سلامت روان افراد تأثیر منفی داشته باشد. برای مثال، سوگیری منفی می‌تواند ما را مضطرب، آشفته و بدبین کند و به جای نگرانی یا همدلی، با بدگمانی و خصمیت یا دیگران استقبال کنیم. این سوگیری همچنین می‌تواند حلقه بازخورد ایجاد کند که اضطراب‌ها به طور مداوم توسط مفروضات منفی تقویت می‌شود و در نهایت اعتماد و رضایت در رابطه را تضعیف می‌کند.

رویدادهای منفی اثر بیشتری دارند زیرا مغز انسان به طور طبیعی به واکنش‌های منفی و تهدیدآمیز بیشتر واکنش نشان می‌دهد. این به خاطر ساختار و عملکرد مغز است که به ما اجازه می‌دهد به تهدیدها و خطرات سریعتر واکنش نشان دهیم.

این واکنش سریع به ما کمک می‌کند تا از تهدیدها و خطرات پرهمیز کنیم و به سلامت و بقا خود کمک می‌کند.

	آموزش آشپزی املت بامیه مواد لازم: بامیه ۲۵۰ گرم تخم مرغ ۳ عدد پیاز متوسط ۱ عدد سیر ۲ حبه روغن مایع به میزان لازم نمک، فلفل سیاه و زردچوبه به مقدار لازم طرز تهیه: بامیه‌ها را به خوبی بشوید و با چاقو سر و دم بامیه‌ها را جدا کنید. تابه مناسبی را روی حرارت متوسط قرار دهید و مقداری روغن مایع داخل آن بریزید. بامیه را به صورت نگینی ریز خرد کنید.

پرفیوم گالری کیش

بوس انواع ادکلن های اورجینال و شرکتی



PARFUM_GALLERY_KISH

☎ ۰۷۶ ۴۴۴۵ ۸۲۰۹

☎ ۰۹۳۵ ۷۰۰۰ ۸۱۷

جزیره کیش، بازار مروارید، لاین آریا، غرفه ۹
