



## WPLYW NUDY NA ODCZUWANIE BÓLU

Stan deprivacji sensorycznej (przez niektórych kojarzony z nudą) sprzyja większej wrażliwości na bodźce. Środowisko nie posiadające stymulacji wpływa bardzo szybko na pogorszenie nastroju człowieka. Najlepszym tego przykładem jest stan apatii czy dystymii towarzyszący depresji. Oznacza to że poczucie jakości życia może gwałtownie spaść, jeżeli nasze otoczenie nie posiada cech dobrego dystraktora. W swoim wystąpieniu chciałbym się skupić na znaczeniu dobrej dystrykcji w kontekście nudy. Porównując brak działania z działaniami twórczym i wpływy tego działania, na odczuwanie rzeczywistości. Podczas wystąpienia omówię ujęcie psychologiczne „nudy” w kontekście wrażliwości na ból. Porównując osoby działające twórczo z osobami, które wykonują zadania rutynowe, nie wymagające zaangażowania, pokarzę jak wykonywana czynność wpłynie na wrażliwość na bodźce z zewnątrz. Postaram się odpowiedzieć na pytanie, dlaczego podczas wykonywania zadań nudnych jesteśmy bardziej wrażliwi na ból, w porównaniu z zadaniami twórczymi. Jako podstawę wyjaśnienia przytoczę cechy neuroanatomiczne ośrodkowego układu nerwowego. Charakterystyka będzie obejmować również omówienie zależności osobowościowych i temperamentalnych w podatności na ten specyficzny stan psychofizjologiczny. Konkluzją prezentacji ma być omówienie wpływu nudy na proces leczenia i rehabilitacji oraz propozycja kierunku dalszych badań w tym kontekście.