

לחץ פסיכולוגי כמתווך בקשר בין מאפייני אישיות לתדירות מצמוץ העין

רעות יפרח^{1*}, אבי בסר², איילת גולדשטיין³, יבגני בידרמן⁴, ליאת גנץ¹

1. החוג לאופטומטריה ומדעי הראייה, המרכז האקדמי הרב תחומי ירושלים
2. החוג להפרעות בתקשורת, המרכז האקדמי הרב תחומי ירושלים
3. החוג למדעי המחשב, המרכז האקדמי הרב תחומי ירושלים
4. הפקולטה להנדסת חשמל ואלקטרוניקה, המכון הטכנולוגי חולון
- *reutif@jmc.ac.il

תוצאות

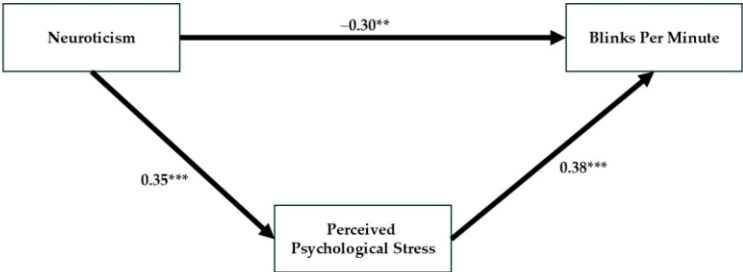
- קשר אישיות-לחץ-פיזיולוגיה:** מצמוץ עשוי לשמש מדד פיזיולוגי עדין ולא פולשני לתגובתיות ללחץ, המעוצבת על ידי אישיות.

תפקיד הלחץ הסובייקטיבי: לחץ נתפס, ולא בהכרח חשיפה ללחץ אובייקטיבי, ממלא תפקיד מרכזי בתגובות פיזיולוגיות. אישיות משפיעה על האופן שבו הלחץ מוערך, ולא רק על האופן שבו הגוף מגיב.

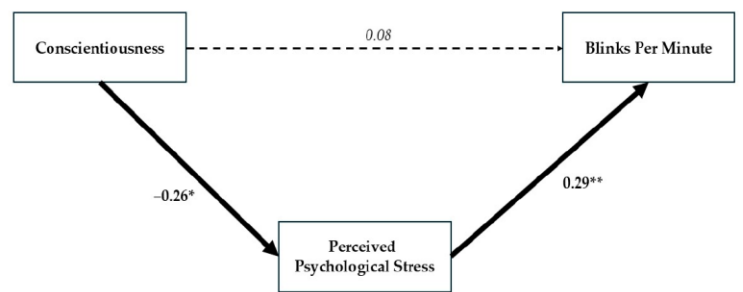
תפקיד מורכב של נירוטיות: נירוטיות עשויה לכלול גם תגובתיות רגשית וגם שליטה קשבית, כפי שמשתקף באפקט הדיכוי המדגיש את החשיבות של בחינת מסלולים מרובים במחקר אישיות.

מדדים אובייקטיביים לעומת סובייקטיביים: הבדלים בין מצמוץ סובייקטיבי לאובייקטיבי מרמזים על שונות במודעות אינטרוספטיבית (תחושתית פנימית). מדדים פיזיולוגיים אובייקטיביים עשויים להיות רגישים יותר מדיווח עצמי.

איור 1. מודל נתיבים הממחיש את ההשפעות הישירות והעקיפות של נירוטיות על קצב מצמוץ דרך לחץ פסיכולוגי נתפס.



איור 2. מודל נתיבים המראה את התפקיד המתווך של לחץ פסיכולוגי נתפס בקשר בין מצפוניות לקצב מצמוץ.



מסקנות

הממצאים מצביעים על תדירות מצמוץ כסמן פסיכופיזיולוגי רגיש ולא פולשני, המקשר בין אישיות ללחץ. שילוב מדדים התנהגותיים פשוטים בטכנולוגיות ניטור עשוי לתרום לאיתור מוקדם של עומס נפשי, לתמוך ברפואה מונעת ולקדם מדיניות בריאות מותאמת אישית במערכות בריאות, חינוך ותעסוקה.

רקע

- תכונות אישיות משפיעות על תגובתיות ללחץ.
- התמקדות במודל חמש התכונות הגדולות:
- נירוטיות קשורה לרגישות גבוהה יותר ללחץ.
- מצפוניות קשורה לוויסות עצמי, שליטה וארגון.
- קצב מצמוץ ספונטני: מדד פיזיולוגי לא פולשני משקף פעילות דופמינרגית קשור לקשב ולעוררות

מטרה

לבחון האם לחץ פסיכולוגי נתפס מתווך את הקשר בין תכונות אישיות לבין התנהגות של מצמוץ עיניים ספונטני.

שיטות

86 משתתפים
74 נשים

גיל ממוצע 22±3 שנים (טווח: 18–31)

פרוצדורה

- שאלון אישיות (BFI-2)
- שאלון לחץ נתפס (PSS-14)
- מדד פיזיולוגי- מצמוצים ספונטניים תועדו בזמן קריאת טקסט באמצעות מצלמה (תוכנת Python)
- מדד סובייקטיבי- קצב מצמוץ נתפס

אנליזה סטטיסטית

- ניתוחי מתאם
- ניתוח מסלולים (Path Analysis) לבדיקת: השפעות ישירות: אישיות → קצב מצמוץ ספונטני
- השפעות עקיפות: באמצעות לחץ נתפס