

Gudstru gjer trygg

Gudstru kan hjelpa til med å avgrensa angst og minska stress.

Ei forskargruppe ved University of Toronto under leiing av assisterande professor i psykologi Michael Inzlicht har funne klare forskjellar i hjernane til truande og ikkje-truande.

Forsøkspersonane gjennomgjekk ein test på kognitiv kontroll – ei Stroop-oppgåve – medan hjerneaktiviteten blei målt med elektrodar. Dei religiøse deltakarane viste signifikant lågare aktivitet i anterior cingulate cortex (ACC), ein del av hjernen som seier frå når noko krev auka merksemd og kontroll, som når ein gjer eit mistak. Jo sterkare gudstru og religiøs glød, jo mindre reagerte ACC på feila forsøkspersonane gjorde, og jo færre feil gjorde dei.

Ifølgje Inzlicht er folk som trur på Gud, mindre engstelege og blir mindre stressa når dei gjer feil. Psychological Science skriv at korrelasjonane heldt seg sterke sjølv etter at ein hadde kontrollert for personlegdom og kognitive evner.