

ACTIVITY 1

Continue the unfinished article below (about 350 words):

- First of all, **explain** what makes some people feel rejected and hurt, even if there is no real cause, and give examples by referring to people that you or others around you know.
- Secondly, finish the article by **giving advice** both to people who suffer from High Rejection Sensitivity and to people who are close to the person who suffers from this syndrome.

The screenshot shows a web browser window with the URL <https://www.psychologyinaction.org>. The page title is "Psychology In Action" and the navigation menu includes "HOME", "ABOUT", "BLOG POSTS", "GRAD INTERVIEWS", "PODCASTS", and "SEARCH". The main content area features a banner with pink flowers and the text "PSYCHOLOGY, TO THE PEOPLE". Below the banner is the article title "Is being hyper-sensitive a problem?" in a large, bold, red font. The article text is as follows:

Ever have one of your friends voice the thought that “no one will talk to me at the party”? Or maybe “they’ll talk to me, but I know they’re thinking how stupid I am.” Well, you might be suffering from something psychologists call High Rejection Sensitivity. Sandra L. Murray, Professor of Psychology at the State University of New York, coined the term *Rejection Sensitivity* in 2003, explaining that It is a type of social anxiety – one of the most common forms of Clinical Anxiety.

When suffering from High Rejection Sensitivity, one is more susceptible to criticism and potential rejection than the average person. This is especially upsetting when closer relationships are at stake. What is even worse, people who suffer from the High Rejection Sensitivity syndrome will almost always try to get even with their critics, and their reactions will lead to more rejection and feelings of depression. As a matter of fact, several studies have shown that the High Rejection Sensitivity syndrome is also linked to depression.

People who suffer from the syndrome are prone to being hurt. They are what we usually call ‘touchy’ people. They interpret other peoples’ behaviors as dismissive and cold, thinking things like “they don’t care about me”. They think the world is a hurtful place and more than that, don’t really see how they could be encouraging that suffering.

[Read more](#)

ATTENTION

- Respond to both activities.
- Write your texts in your notebook. Use a pen, not a pencil.
- Do not write your name in or under either of your texts.
- You have **2 hours** to complete this part of the exam.

ACTIVITY 2

Using information from the text below, write an **article** (300 words) for your college newspaper, in which you:

- Warn** young readers about the dangers of using smartphones in the dark and **explain** what the source of your information is
- Present** the two cases of women who were affected and **finish off** your article with suggestions about sensible cell phone use in general.

← → ↻ ↶ ↷ ☆ http://www.docmed.gr/
Google
🔍

DOC MED

[Αρχική](#)
[Ειδήσεις](#)
[Υγεία](#)
[Ιατρικό Σαλόνι](#)
[Σεξ & Υγεία](#)
[Πολιτική](#)
[Διατροφή](#)
[DOC MED+](#)
[Επικοινωνία](#)

Η χρήση smartphone στο σκοτάδι ΜΠΟΡΕΙ ΝΑ ΠΡΟΚΑΛΕΣΕΙ ΠΡΟΣΩΡΙΝΗ ΤΥΦΛΩΣΗ!

Οι επιστήμονες τόνισαν ότι όταν κανείς ασχολείται με το κινητό του μέσα στο σκοτάδι, πρέπει να έχει και τα δύο μάτια του ανοιχτά.

Η συχνή χρήση «έξυπνου» κινητού τηλεφώνου μέσα στο σκοτάδι της νύχτας, λίγο πριν κοιμηθεί κανείς, μπορεί να προκαλέσει προσωρινά προβλήματα όρασης έως και προσωρινή τύφλωση από το ένα μάτι. Για πρώτη φορά οι επιστήμονες ανακάλυψαν δύο τέτοιες ασυνήθιστες περιπτώσεις γυναικών στη Βρετανία, μιας γυναίκας 22 ετών και μιας άλλης 40 ετών, που είχαν τη συνήθεια να «τσεκάρουν» κάθε λίγο και λιγάκι το κινητό τους, ενόσω ήταν ξαπλωμένες.

Οι ερευνητές, με επικεφαλής τον οφθαλμίατρο Gordon Plant του μεγάλου Οφθαλμολογικού Νοσοκομείου Moorfields του Λονδίνου, οι οποίοι έκαναν τη σχετική δημοσίευση στο αμερικανικό ιατρικό περιοδικό New England Journal of Medicine, δήλωσαν ότι και οι δύο γυναίκες έκαναν παράπονα για επαναλαμβανόμενα επεισόδια παροδικής απώλειας όρασης, που διαρκούσαν έως 15 λεπτά και εμφανίζονταν το βράδυ ή νωρίς το πρωί.

Παρά τις πολλαπλές ιατρικές εξετάσεις, οι γιατροί δεν μπορούσαν να βρουν κάποιο πρόβλημα. Όμως στην πορεία συνειδητοποίησαν ότι «ένοχο» ήταν το κινητό τους! Οι γυναίκες είχαν τη συνήθεια να ξαπλώνουν στο πλευρό και να βλέπουν μέσα στο σκοτάδι την έντονα φωτισμένη οθόνη του κινητού



τους με το ένα μάτι, ενώ το άλλο ήταν σκεπασμένο από το μαξιλάρι. Όπως είπε ο Gordon Plant, «αυτό έχει ως συνέπεια το ένα μάτι, που κοιτάζει το τηλέφωνο, να προσαρμόζεται στο φως, ενώ το άλλο μάτι προσαρμόζεται στο σκοτάδι, με συνέπεια να προκαλείται παροδική απώλεια όρασης από το πρώτο μάτι, όταν κλείνει η συσκευή, μέχρι και αυτό το μάτι να προσαρμοσθεί στο σκοτάδι».

Βέβαια, η τύφλωση λόγω κινητού δεν είναι ιδιαίτερα επιβλαβής και δεν προκαλεί κάποια μόνιμη ζημιά, ενώ παραμένει ασαφές πόσοι «μόνοφθαλμοί» χρήστες κινητού μέσα στο σκοτάδι μπορούν να πάθουν τέτοια πρόσκαιρη απώλεια όρασης και κατά πόσο τέτοια περιστατικά είναι γενικευμένα.

Ωστόσο, οι επιστήμονες τονίζουν πως, αν παραστεί ανάγκη να ασχοληθεί κανείς με το κινητό του σε σκοτεινό χώρο, πρέπει πάση θυσία να φροντίζει ώστε να μην παρεμποδίζεται η όρασή του από το ένα μάτι. Πάντως, είναι καλύτερα να αποφεύγουμε τη χρήση του κινητού στο σκοτάδι και να μην έχουμε το κινητό δίπλα μας ανά πάσα στιγμή.

Adapted from text in www.protothema.gr (24/06/2016)

ΤΕΛΟΣ ΜΗΝΥΜΑΤΟΣ