

## Синий свет вызывает бурю эмоций | La lumière bleue suscite un tas d'émotions

Auteur: Ольга Юркина, [Женева](#), 27.10.2010.



Оттенки синего могут влиять на эмоциональное состояние (deco-in.com)

Международное исследование, в котором приняли участие ученые Женевского университета, открыло неизвестные свойства света.

| Une étude internationale, avec participation des chercheurs du Centre interfacultaire de neurosciences et du Pôle de recherche national en sciences affectives à l'Université de Genève, a démontrée l'influence de la lumière bleue sur certaines zones du cerveau

responsables pour le traitement d'émotions.  
La lumière bleue suscite un tas d'émotions

Оказывается, цветовой оттенок света влияет на обработку эмоций головным мозгом, в частности, может повышать активность зон, ответственных за эмоциональные состояния и реакции.

Специалисты Центра неврологических наук и Национального полюса исследований эмоциональных состояний при Женевском университете совместно со своими британскими и бельгийскими коллегами провели тестирование 17 добровольцев. Здоровые люди с уравновешенным психическим состоянием должны были слушать раздраженные или нейтральные голоса в потоках сначала зеленого, а затем синего света. При этом активность головного мозга измерялась с помощью метода магниторезонансной томографии.

Согласно результатам исследования, в отличие от зеленоватого света, синий провоцирует более резкие эмоциональные изменения и острые реакции зон головного мозга, ответственных за регулирование эмоций и настроения. В частности, затронутыми оказались зоны, связанные с функцией голоса, а также гиппокамп, ответственный за память. Кроме того, синий свет стимулирует и укрепляет связи между различными частями лимбической системы, играющими ключевую роль в формировании эмоций, – гиппокампом, миндалинами и гипоталамусом, контролирующим эндокринную систему и важные центры эмоций и регулирующим биологические ритмы организма.

Таким образом, синий свет оказывает активное воздействие на функционирование "эмоциональных" зон мозга, - заключили ученые в статье, опубликованной в научном журнале PNAS. Подчеркнув при этом, что оттенки синего способны вызывать изменения настроения на длительный срок. Исследование позволит точнее изучить влияние светотерапий на лечение психических и нервных расстройств, а также привлечет внимание к роли света в повседневном окружении человека, на работе и дома.

Хотя синий свет и провоцирует более острые эмоциональные реакции, он известен с давних пор своими терапевтическими свойствами и как средство борьбы с депрессией и усталостью. Видимо, одно другому не мешает.

Статьи по теме

[Архитектура как поэзия света](#)

[Swiss Textiles Award \(4\): Эрдем Моралиоглу, виртуоз цвета](#)

---

**Source URL:** <https://nashagazeta.ch/node/10714>