

[Главная](#) > Синий свет вызывает бурю эмоций

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

Автор: 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.

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.



Добавить комментарий

Пожалуйста, [войдите](#) или [зарегистрируйтесь](#) , чтобы отправить комментарий
