



Чувство одиночества приводит к множеству пагубных последствий, что заставляет ученых изучать проблему вновь и вновь. На днях было сделано еще одно открытие в этой области. Канадские исследователи обнаружили, что чувство одиночества и социальной изоляции заставляет людей воспринимать температуру ниже, чем она есть на самом деле, сообщает utro.ru.

Ученые из университета Торонто провели ряд экспериментов для оценки влияния чувства одиночества на восприятие ими окружающей среды. В первом опыте приняли участие 65 студентов. Молодых людей разделили на две группы и попросили вспомнить эпизод из жизни, в котором они чувствовали себя одинокими. Другой же группе людей предложили воспроизвести наиболее счастливый момент их прошлого. После этого студентов из обеих групп попросили оценить температуру воздуха в помещении. Оценки колебались от +12°C до +40°C. Исследователи отметили, что участники первой группы воспринимали температуру ниже, чем она есть на самом деле.

В следующем эксперименте приняли участие 52 студента, которым было предложено сыграть в компьютерную игру с мячом. Причем она была запрограммирована таким образом, что часть участников получала подачи намного чаще других. После окончания игры студентам предложили на выбор горячие и холодные напитки. Выяснилось, что большинство из тех, кому не везло в игре, стремились согреться, выбирая суп или кофе.

"Мы сосредоточили исследование на взаимосвязи между снижением числа солнечных дней и увеличением зимней депрессии. Также некоторые факты давали нам повод судить и о влиянии температуры на повышение депрессивных настроений", - отметили специалисты из университета Торонто.

Ученые считают, что по результатам экспериментов можно предположить и обратную зависимость: снижение чувства одиночества под влиянием теплого воздуха и горячей еды. Возможно, именно это открытие приведет к разработке так называемой "тепловой

терапии" — лечению теплом. Преподаватель психологии в университете Бирмингема доктор Лесли Принс сказал: "Это очень интересно и показывает, как психология соотносится с эмоциями". Он также добавил: "Лично мне нравится идея, что людям, которые чувствуют себя изолированно и одиноко, можно помочь, предложив согреться".

Между тем, несколько месяцев назад ученые Чикагского университета пришли к выводу, что беседы с предметами помогают преодолеть чувство одиночества. Разговаривая с неодушевленными вещами, человек, сам того не подозревая, помогает себе преодолеть депрессию.