

Ученые доказали, что тренировка воображением какого-либо объекта или действия может быть так же хороша, как и тренировка настоящим действием или наблюдением настоящего объекта, сообщается в статье швейцарских исследователей, опубликованной в журнале Current Biology.

Ученые доказали, что тренировка воображением какого-либо объекта или действия может быть так же хороша, как и тренировка настоящим действием или наблюдением настоящего объекта, сообщается в статье швейцарских исследователей, опубликованной в журнале Current Biology.

Группа ученых из Федеральной политехнической школы Лозанны под руководством Элизы Тартаглии (Elisa Tartaglia) провели серию экспериментов с участием добровольцев, которым нужно было определить, какая из двух параллельных линий, представленных на экране, ближе к третьей параллельной им линии, находящейся между первыми двумя.

В ходе первого короткого этапа ученые выявляли способность подопечных различать расстояния между линиями, после чего одна группа добровольцев в ходе 4,16 тысячи повторений выполняла эту же самую задачу, тренируясь различать близость центральной линии к одной из двух других. Вторая группа в ходе тренировок должна была наблюдать только две параллельные линии, представляя положение центральной линии по звукам, сопровождавшим появление линий на экране. Если добровольцы слышали высокочастотный сигнал с частотой 1 кГц, то они должны были представить разделяющую линию ближе к правой линии, тогда как низкий звук (700 герц) означал, что разделяющую вообразить необходимо ближе к левой линии.

После того, как обе группы прошли тренировочный этап, их способность различать положение центральной линии на экране относительно двух крайних улучшилась в одинаковой степени. В контрольных экспериментах с другими группами добровольцев ученые показали, что такого улучшения невозможно добиться с помощью коротких экспериментов по определению способности людей различать положение центральной линии, которым первые две группы были подвергнуты перед началом тренировок. Также с помощью четвертой группы добровольцев ученые показали, что простое прослушивание двух звуков разной частоты 4,16 тысячи раз и сопровождающие это наблюдение двух параллельных линий на экране также не помогает, научиться лучше выполнять задачу эксперимента.

Это говорит о том, что добровольцы из второй группы сумели улучшить свои способности с помощью воображения выполнения задачи, а не настоящей практики.

"Хорошо натренированные рентгенологи умеют различать на снимках различные аномалии, которые крайне трудно распознать неподготовленным людям. Наши результаты, например, показывают, что тренировки по воображению аномалий на рентгеновских снимках на самом деле могут помочь научиться их различать даже неопытным людям, лишенным практики", - сказала Тартаглия, слова которой приводит пресс-служба школы.

Теперь ученым предстоит разобраться в механизмах такой практики и тренировок воображением, а также границах её возможного применения.