

[Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)
[Kontakt](#)



[Laboratoria](#)
[.net](#)
[Innowacje](#)
[Nauka](#)
[Technologie](#)



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

Dobry humor ma dobroczynny wpływ na starsze osoby

Radosny nastrój ułatwia podejmowanie decyzji i poprawia funkcjonowanie pamięci roboczej u osób w podeszłym wieku - zawiadania czasopismo "Cognition and Emotion".



Zespół naukowców z USA (University of Michigan, Cornell University) oraz Szwecji (Linköping University) doszedł do wniosku, że sprawienie już niewielkiej przyjemności osobom badanym w podeszłym wieku może poprawić im humor, a jednocześnie wpłynąć na lepsze funkcjonowanie poznawcze.

"Przeprowadzono wiele badań pokazujących, że młodzi dorośli są bardziej kreatywni i elastyczni poznawczo, kiedy mają dobry nastrój. Jednak z powodu ubytków poznawczych związanych ze starzeniem się, nie mieliśmy pewności, czy dobry humor może być pomocny w przypadku starszych osób" - zauważa Ellen Peters, współautorka badania.

Badacze wprawili część uczestników badania w dobry humor za pomocą drobnych upominków w postaci dwóch małych torebek ze słodyczami oraz kartki z podziękowaniami za udział w przedsięwzięciu. Zadbali też o to, aby pozytywny nastrój utrzymał się u nich podczas przeprowadzania eksperymentów, dlatego na komputerach ustawili tło pulpitu składające się z uśmiechniętych słoneczek na niebieskim tle.

Osobom, które miały pozostać w neutralnym nastroju nie zapewniono powyższych przyjemności.

Okazało się, że badani w dobrym humorze uczyli się znacznie szybciej, podejmowali trafniejsze decyzje i zapamiętywali dłuższe ciągi liter i liczb niż osoby w neutralnym nastroju.

"Wyniki naszego badania są ważne, bo pokazują, jak za pomocą prostych metod poprawy humoru, można polepszyć funkcjonowanie poznawcze i skuteczność podejmowania decyzji u starszych ludzi" - podkreśla Peters.

Nie stwierdzono jednak żadnego wpływu pozytywnego nastawienia na ogólną szybkość przetwarzania informacji i procesy związane ze stosowaniem słownictwa.

Źródło: www.pap.pl

<https://laboratoria.net/aktualnosci/16444.html>



12-05-2026

Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości

Najlepsze pomysły łączące naukę z biznesem.



12-05-2026

Kleszcz to tylko pośrednik

Krętki Borrelia to częściowo „prezent” od gryzoni i ptaków



12-05-2026

Jak rower zmienił świat

Od drewnianej „maszyny biegowej” do emancypacji robotników i kobiet



12-05-2026

Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji...

Utworzą obserwatorium do badania fal grawitacyjnych.



12-05-2026

Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością

Samotność ma liczne negatywne skutki zdrowotne.



12-05-2026

Norowirusy - biegunka brudnych rąk

Przenoszone drogą pokarmową norowirusy wywołują gwałtowne wymioty.



12-05-2026

Rak nie jest wskazaniem do przedwczesnego rozwiązania ciąży

W czasie ciąży można bezpiecznie prowadzić odpowiednie leczenie onkologiczne.



12-05-2026

Zakażenia w chirurgii to coraz większy problem

Konieczne jest wdrożenie skutecznego systemu opieki nad pacjentem.

Informacje dnia: [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#) [Ruszyła IV edycja konkursu Pomosty Przyszłości Kleszcz to tylko pośrednik Jak rower zmienił świat Polacy opracowują aparaturę dla teleskopów europejskiej misji kosmicznej](#) [Badanie: portale społecznościowe nie chronią przed samotnością](#) [Norowirusy - biegunka brudnych rąk](#)

Partnerzy