

Устройство состоит из специальной гарнитуры, датчики и наушники, а также программного обеспечения, включающего игры, которые регулируются дыханием пользователя. Прототип устройства пока функционирует только на ПК, но в дальнейшем планируется его адаптация для мобильных устройств, сообщила руководитель проекта Анастасия Гришина.

Гришина отметила, что исследования влияния дыхания на эмоциональное состояние проводятся в медицине уже давно, но их целью было внедрение этих знаний в повседневную жизнь. Стресс переживает каждый, и новое устройство позволит без труда применять дыхательные техники для улучшения эмоционального состояния.