

Дофамин известен как «молекула мотивации», но новое исследование показало: он играет куда более сложную роль, помогая нам адаптироваться и учиться избегать угроз.

Ученые из Северо-Западного университета обучали мышей реагировать на сигналы опасности. Они обнаружили, что в двух зонах прилежащего ядра мозга дофамин вел себя по-разному: в одной его уровень рос, в другой снижался. Эти зоны активировались на разных этапах обучения — сначала при распознавании угрозы, потом при закреплении избегания.

Когда избежать неприятности становилось невозможno, дофаминовые сигналы откатывались, показывая, что дофамин гибко подстраивается под контекст, а не просто «закрепляет» опыт. Это объясняет, почему нарушения его работы могут приводить к тревожным расстройствам и ОКР.

Авторы подчеркивают: дофамин — не враг, которого нужно «детоксировать», а важный механизм обучения и адаптации. Попытки полностью подавить его активность лишают мозг способности эффективно справляться с рисками и изменениями.