



ویژگی های افراد باهوش

| مقالات پروژه پلاس |

ProzhePlus

www.ProzhePlus.ir

برخی از ویژگی‌ها یا مهارت‌های فردی ممکن است بیخود یا منفی تلقی شوند اما در واقع نشاندهنده سطح بالای

فعالیت مغزی فرد هستند. دست کم دانشمندان که اینطور فکر می‌کنند! حالا این ویژگی‌ها و مهارت‌ها کدامند؟

در این مقاله با **پروژه پلاس** همراه باشید تا ویژگی افراد باهوش را بررسی کنیم و همچنین علائمی را که به گفته‌ی

محققان نشان از هوش بالای شما دارند برایتان رو کنیم. **مقالات پروژه پلاس**

• **چپ دست هستید (یا دو سو توان هستید)**

دانشمندان آزمایش‌هایی روی گروهی از چپ دست‌ها و راست دست‌ها انجام دادند و یافته‌ها نشان داد افراد چپ

دست مثلا در ترکیب دو شیء به روشی جدید و تشکیل یک شیء سوم مهارت بیشتری دارند. دانشمندان چپ دستی

را با طرز تفکر دگرسان (متفاوت) ربط دادند؛ نوعی خلاقیت که به خلق ایده‌های جدید کمک می‌کند. همین را می‌شود

در مورد افراد دو سو توان نیز گفت؛ افرادی که توان استفاده از هر دو دست در آنها یکسان است. پس اگر شما راست

دست هستید، سعی کنید بعضی از کارها را با دست چپ‌تان انجام دهید و برعکس. این تمرین‌ها بخش‌های کاملاً رشد

نکرده‌ی مغز را فعال می‌کنند.



• **زیادی کنجاو هستید**

دانشمندان دانشگاه روانشناسی لندن می گویند: احتمال اینکه یک کودک فضول و کنجاو، بر خلاف کودکی که چنین ویژگی ندارد، بعدها در زندگی اش یک مخترع شود بسیار بیشتر است. سرپرست این تحقیقات توضیح می دهد که چگونه کنجاوی و یک «ذهن گرسنه» ما را باهوش تر می کند: کنجاوی باعث می شود کودک به علم و هنر به عنوان ابزارهایی از درک و شناخت و ابراز وجود علاقه مندتر شود.

در یک تحقیق، دانشمندان ۶۰۰۰ نفر را که طی ۵۰ سال گذشته متولد شده بودند مورد مشاهده قرار دادند. آنها دریافتند بچه های ۱۱ ساله ای که در تست IQ نمرات بالایی گرفته بودند، کنجاوتر بوده و نسبت به تجربیات جدید در سالهای بعدی زندگی، پذیراتر پ مشتاق تر بودند.

• **اغلب در مورد جزئی ترین چیزها هم نگرانید**

دانشمندان در مطالعه ای از ۱۲۶ دانش آموز دوره ی ابتدایی خواستند به پرسشنامه هایی در مورد اینکه معمولا چقدر در مورد مسائل احساس نگرانی می کنند، به شایعه ها توجه می کنند و یا به چیزهای ناراحت کنند فکر می کنند جواب بدهند. معلوم شد بچه هایی که بیشتر از بقیه نگرانی و اضطراب داشتند، در تست هوش غیر کلامی امتیازات بیشتری کسب کردند. دانشمندان این یافته ها را ناشی از این حقیقت می دانند که آنهایی که همیشه نگران و دلوپس هستند، بیشتر تمایل دارند که کارها را بهتر و درست تر انجام بدهند.

• **ژن جغد شب دارید**

اگر مثل جغد شبها بیدار می مانید، احتمال اینکه هوش شما بالاتر از حد معمول باشد زیاد است. دانشمندان علت این نظریه را اینگونه توضیح می دهند که فعالیت مغز فرد باهوش آنقدر زیاد است که بیوریتیم های عادی روزانه را مدام به چالش می کشد. در مطالعه ای، ارتباط میان هوش و عادات خواب هزاران فرد جوان مورد بررسی قرار گرفت و معلوم شد اکثر افراد باهوش عاشق بیدار ماندن تا دیروقت بودند، هم در طول هفته و هم آخر هفته ها. تحقیقات مشابه دیگر نیز همین یافته ها را ارائه دادند.

• تاثیر پذیرد و خیلی راحت حواس تان پرت می شود

اگر معمولا با نوتیفیکیشن های شبکه های مجازی و ... و یا حتی حین صحبت حواس تان پرت می شود، احتمالا باهوش تر از بقیه هستید. طبق مطالعه ای جدید، متمرکز و حواس جمع ماندن هر چقدر که برای شما دشوارتر باشد، یعنی شما باهوش ترید. دانشمندان توضیح می دهند تحت کنترل درآوردن سطح بالای فعالیت های مغزی کار سختی است.

• مهارت خود کنترلی خوبی دارید

افراد باهوش می توانند هیجانات ناگهانی خود را کنترل کنند و در مهار احساسات خود ماهرند. همچنین پیش از آنکه دست به کاری بزنند، به عواقب آن فکر می کنند. یک مطالعه ای معروف اینچنین بود: از افراد خواسته شد بین دو گزینه یکی را انتخاب کنند: فوراً پول کمتری به دست بیاورند یا اینکه در طول سال پول بیشتری به دست بیاورند. نتایج نشان داد افرادی که پول بیشتر اما دیرتر را انتخاب کرده بودند (به عبارتی دیگر خود کنترلی بیشتری داشتند) در تست های گوناگون امتیازات بیشتری کسب کرده و در زندگی به موفقیت های بیشتری رسیده بودند.

• زیاد راه می روید

دانشمندان آمریکایی طبق یک مطالعه ای آماری دریافتند افرادی که زیاد راه می روند و از وسایل حمل و نقل استفاده ای چندانی نمی کنند نسبت به بقیه باهوش ترند.

• می دانید که هنوز چیزهای زیادی هست که نمی دانید!

اثر دانینگ کروگر (The Dunning-Kruger effect)، نتیجه ای مطالعه ای از جاستین کروگر و دیوید دانینگ است که در علم روانشناسی اجتماعی الگو شده است. نتیجه ای این مطالعه این است: فرد هر چه باهوش تر باشد، تردید بیشتری نسبت به توانایی های ادراکی و شناختی خود دارد. به عبارتی دیگر، افراد باهوش از گفتن «نمی دانم»

نمی ترسند. اگر چیزی را ندانند می توانند به دنبالش بروند و چیز جدیدی یاد بگیرند. برای همین است که این افراد همیشه پرسش‌هایی در سرشان می‌چرخد و از سوال کردن هم واهمه‌ای ندارند.

• عاشق خنده و شوخی هستید

یک مطالعه‌ی جالب در دانشگاه مکزیک انجام شد که در آن ۴۰۰ دانش آموز تست‌هایی در مورد توانایی‌هایشان در بحث کردن روی موضوعاتی خاص دادند. بعد از انجام تست، از دانش آموزان خواسته شد برای تصاویری از کارتونها، کپشن‌هایی انتخاب کنند. این کپشن‌ها توسط معیارهایی ارزیابی شدند و معلوم شد ۸۶ درصد از دانش آموزان باهوش‌تر که در بالاترین امتیازها را در تست گرفته بودند، خنده‌دارترین کپشن‌ها را برای تصاویر انتخاب کردند. بعداً تحقیق مشابهی روی کم‌دین‌ها انجام شد و تمامی آنها در تست هوش کلامی امتیازهای متوسط به بالا کسب کردند. به گفته‌ی دانشمندان، حس شوخ طبعی بر توانایی‌های هوشی تاثیر گذاشته و مغز و سیستم عصبی را در شرایط خوبی قرار می‌دهد و ما را باهوش‌تر می‌کند!



• معمولا امروز و فردا می کنید

طبق نظر دانشمندان آنهایی که به راحتی بهانه جور می کنند تا از انجام کاری طفره برونند، باهوش ترند. بیشتر افراد باهوش تمایل دارند کارهای خود را به تعویق بیندازند و این ویژگی در بسیاری از دانشمندان معروف دیده می شود. مثلا آدام گرانت، نویسنده آمریکایی می گوید، امروز و فردا کردن کلید نوآوری است! استیو جابز نیز به طور استراتژیک از طفره رفتن استفاده می کرد! او با رفتن سراغ کارهای کاملا متفاوت و این پا و آن پا کردن، اجازه می داد مغزش استراحت کند!

• مدام ذره ذره چیزهایی می خورید

معروف است که جویدن آدامس، فعالیت و تمرکز مغز را بالا می برد، اما متاسفانه فقط به مدت ۲۰ دقیقه! اما دانشمندان اخیرا دریافتند افراد باهوش عادت دارند مدام چیزی مزه مزه کنند. به گفته ی خودشان وقتی چیزی می جوند، مغزشان آمادگی تامل و تجزیه و تحلیل را پیدا می کند!

• در طول روز نگاه چرت می زنید

می گویند لئوناردو داوینچی، خواب چند فازی داشت. او هر چهار ساعت، ۲۰ تا ۳۰ دقیقه می خوابید. چرا او این کار را می کرد؟ مغز افراد باهوش به سختی کار می کند و زود هم خسته می شود اما سریع تر هم شارژ می شود. برای رفع خستگی و نگاه به مسائل با دیدی تازه تر، شما باید مغزتان را مجددا شارژ کنید، برای همین دست کم ۲۰ دقیقه چرت می زنید.

