



در هر سنی هوشتان را باید صرف چه کارهایی کنید

مهم نیست تا چه اندازه باهوش باشید یا هوش اجتماعی‌تان چقدر باشد. مهم این است که بدانید از بهره هوشی‌تان در چه سنی چطور استفاده کنید. محققان می‌گویند آدم‌ها در دوره‌های مختلف زندگی‌شان، در حوزه‌های متفاوتی خوب عمل می‌کنند.

مهم نیست تا چه اندازه باهوش باشید یا هوش اجتماعی‌تان چقدر باشد. مهم این است که بدانید از بهره هوشی‌تان در چه سنی چطور استفاده کنید. محققان می‌گویند آدم‌ها در دوره‌های مختلف زندگی‌شان، در حوزه‌های متفاوتی خوب عمل می‌کنند.

به گزارش سلامت نیوز به نقل از هفته نامه آتیه نو، پس برای اینکه بیشترین بهره را از توانایی ذهنی و عاطفی‌تان ببرید، نگاهی به شناسنامه‌تان بیندازید.

11 سالگی: یاد گرفتن زبان دوم

گرچه در سال‌های گذشته، متخصصان سال‌های قبل از شروع مدرسه را بهترین زمان زبان‌آموزی معرفی کرده بودند، اما پژوهشگران در بررسی‌های تازه‌شان، بهترین سن برای آموختن زبان دوم را 11 سالگی معرفی کرده‌اند. بررسی‌هایی که آنها روی کودکان در سنین مختلف انجام داده‌اند، نشان می‌دهد که آنها در 11 سالگی بهتر از کودکان کوچک‌تر زبان را یاد می‌گیرند.

18 سالگی: تندخوانی

شاید کسانی که ایده برگزاری کنکور در 18 سالگی را مطرح کردند، از این واقعیت باخبر بودند. محققان می‌گویند در این سن نوجوانان بهترین عملکرد را در پاسخگویی به سوالات تستی نشان می‌دهند. در واقع 18 ساله‌ها مهارت خارق‌العاده‌ای در تندخوانی، تمرکز بر موضوعات و درک آنها دارند و می‌توانند سوالات پیچیده امتحانات را به سرعت تحلیل کنند.

24 سالگی: به خاطر سپردن نام‌ها

هرچه تاریخ می‌خوانید، نمی‌توانید نام شاهان و حکمرانان را حفظ کنید؟ شاید اگر در 24 سالگی سراغ خواندن تاریخ می‌رفتید، عملکرد بهتری را نشان می‌دادید. به گفته محققان، افراد در 23 یا 24 سالگی، بهتر نام‌ها را به خاطر می‌سپارند، پس خودتان را در این سن به خاطر فراموش کردن اسامی سرزنش نکنید.

32 سالگی: شناختن آدم‌ها

در حالی که احساس می‌کنید فرد مقابلتان را قبلاً دیده بودید، نمی‌توانید او را به خاطر بیاورید؟ محققان می‌گویند اگر 32 ساله بودید، این کار برایتان آسان می‌شد. با توجه به بررسی‌های آنها، بازشناسی آدم‌هایی که قبلاً در گوشه‌ای از زندگی‌تان حضور داشته‌اند، در فاصله 30 تا 34 سالگی از هر زمانی آسان‌تر است.

48 سالگی: درک احساسات

اگر هوش اجتماعی‌تان بالا باشد، احساسات را ساده‌تر از چهره دیگران می‌خوانید و به گفته محققان، در 48 سالگی، شما از بیشترین میزان هوش اجتماعی بهره‌مندید. با توجه به بررسی‌های انجام‌شده، در فاصله 40 تا 60 سالگی، با نگاه کردن به چشم‌های دیگران می‌توانید از دلشان باخبر شوید.

50 سالگی: حل مسائل ریاضی

شاید فکر کنید محققان سال‌ها قبل از بازنشستگی را بهترین زمان یادگیری می‌دانند و در خبرهای خوبشان، تنها به جوان‌ها فکر می‌کنند. اما بررسی‌ها ثابت کرده که افراد در میانسالی هم قابلیت‌های ویژه‌ای دارند. برای مثال، به گفته پژوهشگران افراد در 50 سالگی بهترین عملکرد را در حوزه ریاضیات دارند و مسائل پیچیده ریاضی را آسان‌تر حل می‌کنند. جالب نیست؟

60 سالگی: دایره واژگان

شاید جوان‌ها اشتیاق زیادی برای شعر گفتن و نوشتن داستان داشته باشند، اما محققان می‌گویند افراد 55 تا 60 ساله بهتر می‌توانند موضوعات را روایت کنند. به گفته محققان، دایره واژگان افراد در این سنین از هر زمانی گسترده‌تر است و به همین دلیل می‌توانند بهتر خاطرات را روایت کنند، داستان بگویند یا آنچه در ذهنشان است را روی کاغذ بیاورند.