

راست مغز هستید یا چپ مغز؟

آیا سر کلاس مدام به ساعتان نگاه می‌کنید یا وقتی زنگ می‌خورد تعجب می‌کنید که چه زود گذشت؟ آیا به شما ایراد می‌گیرند که زیادی همه‌چیز را تحلیل می‌کنید یا می‌گویند خیال‌باف هستید؟ این ویژگی‌های شخصیتی به نوع مغز بستگی دارند.



آیا سر کلاس مدام به ساعتان نگاه می‌کنید یا وقتی زنگ می‌خورد تعجب می‌کنید که چه زود گذشت؟ آیا به شما ایراد می‌گیرند که زیادی همه‌چیز را تحلیل می‌کنید یا می‌گویند خیال‌باف هستید؟ این ویژگی‌های شخصیتی به نوع مغز بستگی دارند.

دانشمندان نظریه‌هایی راجع به دو نیمکره مغز دارند که نشان می‌دهد عملکرد و روش فرمان دادن به بدن در هر یک متفاوت است. فکر می‌کنید شما راست‌مغز باشید یا چپ‌مغز؟

ممکن است بعضی دانش‌آموزان یا دانشجویان با یک نوع خاص از امتحان یا تکلیف مشکل داشته باشند و مشکل‌شان هم هیچ ربطی به درس خواندن یا نخواندن نداشته باشد. بلکه موضوع فقط به نوع خاص مغز آنها برمی‌گردد. اگر بدانید راست‌مغز هستید یا چپ‌مغز می‌توانید روش‌های مطالعه مناسب خود را برگزینید و برنامه‌ریزی درسی خود را براساس شخصیت و نوع مغزتان تنظیم کنید تا نتیجه بهتری عایدتان شود.

معمولاً رفتار چپ‌مغزها سازمان‌یافته‌تر است، گاهی به ساعت نگاه می‌کنند، اطلاعات را پردازش می‌کنند و این کار را به ترتیب انجام می‌دهند. این دسته از افراد معمولاً هوشیارند و قوانین و برنامه‌ها را دنبال می‌کنند. دانش‌آموزان چپ مغز در ریاضی و علوم قوی هستند و می‌توانند سریع به پرسش‌ها پاسخ بدهند. چپ مغزها رقیب‌های ریسک‌پذیری هستند.

راست‌مغزها خیال‌پرداز هستند. ممکن است خیلی باهوش و متفکر باشند که البته محتمل است که در دنیای کوچک خیال خود گم بشوند. این دسته در علوم اجتماعی و هنر خیلی خوب نتیجه می‌گیرند. بسیار شهودی هستند و مهارت بسیاری دارند که در دام دروغ یا نیرنگ نیفتند.

اما اگر کسی درست در میان این دو تیپ شخصیتی باشد چه؟ افراد با هم متفاوت‌اند و همه ویژگی‌هایی از هر دو نوع مغز را در خود دارند.

بعضی‌ها واقعاً ویژگی‌های برابر و یکسانی دارند. جهت‌گیری مغز این دانش‌آموزان و دانشجویان میانه بوده و ممکن است در کاروری عملکرد بسیار خوبی داشته باشند، چون این افراد خصلت‌های قوی هر دو نیمکره را در خود دارند؛ بنابراین منطق را از نیمکره چپ و شهود را از نیمکره راست در اختیار دارند که فرمول بسیار مناسبی برای موفقیت در تجارت است.

توصیه‌هایی برای راست مغزها

تنهایی تحقیق بنویسید.

مراقب خیال‌پردازی‌های خود باشید و آنها را مهار کنید.

بگذارید قوه تخیل‌تان شما را در هنر پیش براند.

بگذارید شهودتان در موقعیت‌های اجتماعی برایتان کار کند.

بگذارید تفکر عمیق‌تان در آزمون‌های تشریحی برایتان کار کند، اما در آن غرق نشوید.

در تحقیق‌ها خلاق باشید. می‌توانید از زبان شورانگیزتان خوب استفاده کنید.

هنگام درس خواندن از تصویر و نمودار کمک بگیرید.

دستورالعمل‌ها را بنویسید.

سعی کنید برنامه‌ریزی شده‌تر عمل کنید.

بیش از حد به دیگران مشکوک نباشید.

برای سازماندهی افکار تان نکات عمده را مشخص کنید.
در تکالیف ادبیات، ادبیات داستانی را انتخاب کنید.
شما خوب داستان می‌گویید؛ بعضی از آنها را بنویسید.

ویژگی‌های دانش‌آموزان راست‌مغز

آیا وقتی معلم یا استاد زیاد حرف می‌زند، خسته می‌شوید؟ آیا احساس می‌کنید می‌توانید مردم را به راحتی و فقط با نگاه کردن ارزیابی کنید. اگر این طور باشد امکان دارد که راست مغز باشید.

جزوه برمی‌دارید، اما آنها را گم می‌کنید. دنبال کردن تحقیق برای تان کار سختی است.
سخت می‌توانید حواس تان را جمع کنید.
با مردم راحت هستید.
مثل بعضی مردم راحت دستاویز مسخره‌بازی دیگران نمی‌شوید.
به نظر خیال‌باف می‌آیید اما در واقع به فکر عمیق فرو می‌روید.
مردم می‌گویند ماورایی هستید و علم غیب دارید.
به نوشتن رمان، نقاشی یا نواختن موسیقی علاقه دارید.
ممکن است ورزشکار باشید.
از داستان‌های پر رمز و راز خوش‌تان می‌آید.
زمانی را به تامل و تعمق اختصاص می‌دهید و فکر می‌کنید هر اتفاقی دوجنبه دارد.
ممکن است گذر زمان را فراموش کنید.
خودجوش و خودانگیخته هستید.
بذله‌گو و بامزه هستید.
نمی‌توانید دستورالعمل‌ها را کلمه به کلمه دنبال کنید.
پیش‌بینی‌ناپذیر هستید.
راحت گم یا سرگردان می‌شوید.

وظایف سمت راست مغز:

به کارگیری احساسات
پردازش تصاویر سه‌بعدی
تخیل و نوآوری
نمادها و سمبل‌ها
بیشتر سیر کردن در حال و آینده
فلسفه و دین
باورها و اعتقادات
پیشگویی و الهام
ادراک فضایی
تمایل به دانستن اهداف
خیال‌پردازی
حاضر جوابی
بی‌پروایی
خطرجویی یا ریسک‌پذیری

راست مغزها در کلاس درس

در کلاس تاریخ می‌توانید تاریخ‌ها و روند امور را به یاد بیاورید.
در کلاس ریاضی از حل کردن مساله‌های طولانی لذت می‌برید.
از نظم علوم خوش‌تان می‌آید.
در ادبیات درک مناسبی از دستور زبان و ساختار جمله دارید.

توصیه‌هایی به دانش‌آموزان چپ‌مغز

در اتاق آرام درس بخوانید.
برای درس دادن به دیگران پیشقدم نشوید، زیرا از توضیح دادن برای کسی که نمی‌فهمد، از کوره در می‌روید
عضو یک گروه مباحثه یا رقابت درسی شوید.
در نمایشگاه‌های علمی شرکت کنید. شما می‌توانید برنده مسابقه باشید.
از مهارت خود در ریاضی و علوم بهره بگیرید.
ادبیات غیرداستانی را انتخاب کنید.
می‌توانید جزوه‌هایتان را خوب سروسامان بدهید؛ این کار را بکنید.
اتاق‌تان را منظم نگه دارید.
تحقیق‌های تحلیلی را انتخاب کنید.
هر وقت امکان دارد تنهایی کار کنید، چون کسانی که مسخره‌بازی در می‌آورند، شما را خیلی خسته می‌کنند.
بیشتر خطر کنید. از خلاق بودن نترسید.

ویژگی‌های دانش‌آموزان چپ‌مغز

آیا خیلی سازمان‌یافته عمل می‌کنید؟ آیا عقیده دارید برای انجام هر کاری یک راه درست و یک راه غلط وجود دارد. اگر این طور است
احتمالاً چپ‌مغز هستید.

احتمالاً از روی فهرست، کارهایتان را انجام می‌دهید.
دوست دارید سر کلاس انتقاد کنید.
در ریاضیات و علوم قوی هستید.
منطقی و اهل استدلال هستید.
تحقیق شما دقیق و کاملاً مستند است.
برای خود هدف معین می‌کنید.
می‌توانید اطلاعات را خوب تعبیر و تفسیر کنید.
اتاق‌تان منظم است.
می‌توانید به سوالات بدون فکر جواب دهید.
دستورالعمل‌ها را اجرا می‌کنید و کلاً دستورالعمل‌ها را می‌خوانید.
احساساتی نیستید.
بدون این‌که کاسه صبرتان لبریز شود، می‌توانید به سخنرانی‌های طولانی گوش بدهید.
اجازه نمی‌دهید احساسات به درون‌تان رخنه کنند.
از فیلم‌های اکشن خوش‌تان می‌آید.
نشسته مطالعه می‌کنید.
کلمات‌تان دقیق هستند.

وظایف سمت چپ مغز:

منطق و استدلال
علوم و ریاضیات

جزئیات آرایش یافته
پردازش واقعیات
کلمات و زبان
بیشتر سیر کردن در حال و گذشته
توانایی درک و فراگیری
زیرکی
قدردانی
قالب بندی منظم ادراک و احساسات
واقع بینی
استراتژی منظم
عمل گری
اعتماد و اطمینان

چپ مغزها در کلاس درس

در کلاس تاریخ بیشتر از جنبه های اجتماعی لذت می برید. دوست دارید اتفاقاتی را که در تاریخ افتاده کشف کنید.
اگر روش خودتان را به کار بگیرید، ممکن است عملکرد رضایت بخشی در کلاس ریاضی داشته باشید، اما از حل مساله های طولانی خسته می شوید.
در کلاس ادبیات موفق هستید به خصوص هنگام روخوانی و انشا.