

英国神经学家纠正有关大脑的各种谬论: 大头智商不一定高

人类的大脑复杂、神秘,人们对它虽不陌生,了解却非常有限。英国神经学家桑德拉·阿莫特和萨姆·王出版新书《欢迎来到你的大脑:时差、爱情等背后的科学》,在向读者揭示大脑奥秘的同时,纠正一些关于大脑的谬论。



大脑仍然有着太多秘密

“90%都没被利用”不实

有一种说法是再聪明的人也只使用了大脑的十分之一。许多人对此深信不疑。但两位作者却在新作中推翻这一说法,他们写道:“其实人们每天都在使用大脑的全部。”作者认为,“十分之一说”之所以流行,是因为它向人们传递了一条乐观信息:“如果大脑的90%都没被利用上,那么想想看,哪怕能再开发其中的一点点,都会给人们带来无限可能。”

然而科学家对大脑的研究已经证实,即便是最简单的思考和行动,人都要充分调动用全部脑组织。

对大脑的另一个常见误解是,人们打哈欠是因为他们感到疲惫或无聊。但实际上,打哈欠恰恰使人们更加清醒。打哈欠的动作使气管扩张,让更多空气进入肺部,血液和大脑便能获得更多氧气,使人精力提升。

所以下次你哈欠频频时,不妨把它看成是大脑在帮你打起精神。

消耗身体六分之一能量

新书也向读者描述了大脑如何发挥中枢作用,并与

进行3次体育锻炼,每次不少于30分钟,这样才能获得较为理想的效果。作者认为,锻炼的强度不需要很大,快步走是不错的选择。

音乐并不提高婴儿智力

一个人脑袋大是否意味着比其他人聪明?虽然有人这样认为,但《欢迎来到你的大脑》一书却指出,人的智商与脑袋大小没有多少关联,而与童年与青少年时期大脑突触的形成有关。

此外,听莫扎特的音乐不能提高婴儿智力水平,人们的“常识”再一次被专家否定。书中写道,莫扎特音乐的神奇功效首先见于英国《自然》杂志。1993年,《自然》杂志报道了这样一个测试:在大学生参加逻辑考试前,先让他们听10分钟莫扎特的奏鸣曲,他们的考试成绩会有明显提高。

几年后,不知是否因为看了那篇报道,一名美国州长在州议会开会现场向议员们播放贝多芬的《欢乐颂》,并要求议会拨款10万美元,用于向每一个有新生儿出生的家庭免费发放古典音乐光盘。然而这名州长没有想清楚的是,也许10分钟的古典音乐可以帮助成年人提升逻辑思维能力,但它对婴儿一生的智力水平未必有直接影响。但从那以后,人们却对“古典音乐能提高婴儿智力水平”这一说法深信不疑,尽管从未有实验证实古典音乐的这种功效。

运动比益智游戏更有效

随着年龄增长,人体循环速度逐渐放缓。脑细胞由于供血量下降,无法获得足够的氧气和葡萄糖。这时,人的思维活跃程度就会下降。两位作者指出,延缓这一进程的最佳方法是运动。比起脑力益智游戏,运动其实更有效,因为它能向大脑提供较为充足的血液。研究发现,定期进行体育锻炼的老年人比久坐者思维敏捷得多。

作者建议人们每周至少

音乐并不提高婴儿智力

一个人脑袋大是否意味着比其他人聪明?虽然有人这样认为,但《欢迎来到你的大脑》一书却指出,人的智商与脑袋大小没有多少关联,而与童年与青少年时期大脑突触的形成有关。

此外,听莫扎特的音乐不能提高婴儿智力水平,人们的“常识”再一次被专家否定。书中写道,莫扎特音乐的神奇功效首先见于英国《自然》杂志。1993年,《自然》杂志报道了这样一个测试:在大学生参加逻辑考试前,先让他们听10分钟莫扎特的奏鸣曲,他们的考试成绩会有明显提高。

几年后,不知是否因为看了那篇报道,一名美国州长在州议会开会现场向议员们播放贝多芬的《欢乐颂》,并要求议会拨款10万美元,用于向每一个有新生儿出生的家庭免费发放古典音乐光盘。然而这名州长没有想清楚的是,也许10分钟的古典音乐可以帮助成年人提升逻辑思维能力,但它对婴儿一生的智力水平未必有直接影响。但从那以后,人们却对“古典音乐能提高婴儿智力水平”这一说法深信不疑,尽管从未有实验证实古典音乐的这种功效。

作者建议人们每周至少

新华社

会玩足球、橄榄球、灌篮、钻圈、钻桶甚至跳舞 聪明金鱼多才多艺

你见过这样的金鱼吗?它会玩水上足球、橄榄球、灌篮、钻圈、钻桶,甚至还会在一根横杆下翩然起舞。美国洛杉矶的迪安·波默洛博士通过一套特殊训练方法,训练出据称是世界上最聪明的金鱼“慧星”。

虑养鱼,因为经过适当的训练,鱼会很快变得多才多艺。”

训练方法很容易掌握

“慧星”的多才多艺显然得益于主人的特殊训练方法。波默洛采用名为“积极强化”的训练方法来训练“慧星”。据波默洛介绍,这一方法基于训练海豚和其它海洋哺乳动物的方法。例如,在训练一只动物按压杠杆时,最初它只是简单地转向杠杆方向就会得到奖励,接着转向杠杆方向和向杠杆方向游去都会获得奖励。经过一段时间强化训练和不断重复,这只动物将学会表演完整的动作,以获取奖励。

“这种训练方法很简单,也很容易掌握,任何人都可以这样训练他们的宠物,”波默洛说。

为了让人们更了解“积极强化”训练法,波默洛在他的个人网站上设置专门链接,向感兴趣的人们详细介绍这种训练方法。现在,波默洛的“鱼学院”里除了金鱼以外,还有搏鱼、地图鱼等鱼“学生”。

新华社

智慧远非人类所能想象

年仅2岁的“慧星”本是一条普通金鱼。通过波默洛名为“积极强化”的训练方法,现在它已完成多个游戏项目。有媒体称它为世界上最聪明的金鱼“慧星”。

“慧星”能够按照主人的要求表演一系列惊人的水上活动,如钻圈、钻桶等。不仅如此,这位“水上天才”还会推着橄榄球,在一组柱子间穿梭自如。

现年41岁的波默洛说:“实际上,鱼非常聪明,它们的智慧远非人类所能想象。”

他还指出,通过适当的工具和最基本的食物奖励,鱼能很快学会一些复杂的技巧,比如跳舞、灌篮、足球射门等。

英国《每日电讯报》5日援引波默洛的话报道:“现在,想养狗的人可以考



钻桶



钻圈



绕杆



过杆



点杀



大灌篮



顶橄榄球

资讯财富 随时掌控



权威资讯
快速行情
超值服务
实时交易

上证财讯通 手机证券软件