

Если вам скучно - малюйте!

Когда вы рассеянно малюете что-то на клочке бумаги, разговаривая по телефону, ваш мозг на самом деле продолжает работать на полную мощность.

К такому неожиданному выводу пришли ученые из университета Плимута.

Исследователи попросили 40 добровольцев в ходе телефонного разговора запомнить как можно больше произнесенных имен и географических названий.

Оказалось, что те из них, кто при этом что-то чиркал на бумаге, запомнили на 29% больше информации.

По мнению специалистов, бездумное рисование на самом деле выводит людей из состояния протрации и помогает им сосредоточиться на выполнении скучных заданий.

Скучная работа ведет к протрации

Суть теста, проведенного плимутскими исследователями, состояла в том, что половина участников должна была закрашивать фигуры, слушая телефонное послание.

Другой половине была предоставлена свобода действий. При этом всем принимавшим участие в эксперименте заранее сообщили, что задание будет скучным.

После этого добровольцам предложили на память записать восемь имен и восемь мест, упомянутых в послании.

Те, кто в ходе телефонного звонка что-то рисовал на бумажке, вспомнили в среднем 7,5 нужных слов, остальным удалось припомнить лишь 5,8.

"Если человек выполняет занудную работу, или занят пустой болтовней по телефону, он впадает в протрацию, - считает руководитель исследования Джеки Андраде. - Это, в свою очередь, отвлекает их от дела. А если при этом что-то рисовать, то можно выйти из состояния протрации и при этом успешно справиться даже с самым скучным заданием".

Профессор Алан Бейдли из Британского психологического общества согласен с такой точкой зрения.

"Во время пустого телефонного разговора или собрания, которое вам не слишком интересно, возникает желание подумать о чем-то отвлеченном, - говорит профессор Бейдли. - Потом вы отвлекаетесь окончательно или даже начинаете дремать, а если вы станете чертить на бумаге что-то незамысловатое, ваше внимание обострится, и вы, скорее всего, не пропустите мимо ушей сказанное в ходе разговора".

👍 [Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

newsbabr@gmail.com

НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: @babr24_link_bot
Эл.почта: newsbabr@gmail.com

ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: bratska.net.net@gmail.com

КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь
Телеграм: @bur24_link_bot
эл.почта: bur.babr@gmail.com

Иркутск: Анастасия Суворова
Телеграм: @irk24_link_bot
эл.почта: irkbabr24@gmail.com

Красноярск: Ирина Манская
Телеграм: @kras24_link_bot
эл.почта: krasyar.babr@gmail.com

Новосибирск: Алина Обская
Телеграм: @nsk24_link_bot
эл.почта: nsk.babr@gmail.com

Томск: Николай Ушайкин
Телеграм: @tomsk24_link_bot
эл.почта: tomsk.babr@gmail.com

[Прислать свою новость](#)

ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"
Телеграм: @babrobot_bot
эл.почта: equatoria@gmail.com

СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: babrmarket@gmail.com

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)