

# Ученые доказали бесполезность интеллектуальных игр для мозга

Ученые доказали бесполезность упражнений для головного мозга, направленных на повышение общих умственных способностей людей и применяемых в массе коммерческих программ, сообщается в статье исследователей, принятой к печати в журнале Nature.

Упражнения, разработанные по представлению их создателей для тренировки памяти, обоснованности принятия решений, планирования, улучшения навыков ориентирования в пространстве и внимания, на самом деле приводят к улучшению качества выполнения только тех задач, с которыми люди сталкиваются во время тренировки и не повышают качество и скорость выполнения даже родственных им умственных задач, не говоря уже обо всех остальных.

Авторы исследования, проведенного группой ученых под руководством Эдриана Оуэна (Adrian Owen) из отделения наук о мозге и сознании Британского совета по медицинским исследованиям, задействовали в своей работе 11 тысяч 430 добровольцев, привлеченных для участия в проекте британского телеканала BBC1 "Bang Goes The Theory".

Все добровольцы проходили первоначально тестирование умственных способностей, после чего в течение шести недель должны были в рамках проекта хотя бы 10 минут в день посвящать выполнению упражнений из специально подготовленного набора, доступного через Интернет.

Этот набор был составлен на основе большого количества коммерчески доступных программ, которые, согласно заверениям их разработчиков, должны улучшать общие умственные способности человека.

Несмотря на то, что эти программы пользуются большой популярностью, а индустрия подобных программ, чаще всего предоставляемых человеку в форме компьютерных интеллектуальных игр, оценивается в миллионы фунтов стерлингов, их эффективность до сих пор не была подтверждена данными научных исследований.

Согласно данным, полученным командой Оуэна после прохождения всеми участниками шестинедельной программы по улучшению умственных способностей и их повторной оценке, эффективность подобных программ равна нулю. Все, чего добились участники эксперимента, - это улучшения своих способностей выполнять те самые умственные задачи, которые были представлены в программе интеллектуальных игр.

"Результаты совершенно четкие. Мы не обнаружили статистической разницы между улучшениями, наблюдавшимися у тех, кто прошел разработанную нами программу интеллектуальных игр, и теми людьми, которые аналогичное время просто проводили в Интернете", - сказал Оуэн.

"Многие из нас играют в интеллектуальные игры, полагая, что эти дорогостоящие игры могут сделать нас лучше в плане выполнения повседневных задач, однако до последнего времени научного подтверждения их эффективности не существовало. Мы попытались в рамках нашего телевизионного проекта получить ответ на вопрос: стоят ли эти интеллектуальные игры денег? Мы его получили", - подытожил Даллас Кэмпбелл (Dallas Campbell), ведущий телепрограммы.

[👍 Порекомендовать текст](#)

Поделиться в соцсетях:

Также читайте эксклюзивную информацию в соцсетях:

- [Телеграм](#)

- [ВКонтакте](#)

Связаться с редакцией Бабра:

[newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### НАПИСАТЬ ГЛАВРЕДУ:

Телеграм: [@babr24\\_link\\_bot](#)

Эл.почта: [newsbabr@gmail.com](mailto:newsbabr@gmail.com)

#### ЗАКАЗАТЬ РАССЛЕДОВАНИЕ:

эл.почта: [bratska.net.net@gmail.com](mailto:bratska.net.net@gmail.com)

#### КОНТАКТЫ

Бурятия и Монголия: Станислав Цырь

Телеграм: [@bur24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [bur.babr@gmail.com](mailto:bur.babr@gmail.com)

Иркутск: Анастасия Суворова

Телеграм: [@irk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [irkbabr24@gmail.com](mailto:irkbabr24@gmail.com)

Красноярск: Ирина Манская

Телеграм: [@kras24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [krasyar.babr@gmail.com](mailto:krasyar.babr@gmail.com)

Новосибирск: Алина Обская

Телеграм: [@nsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [nsk.babr@gmail.com](mailto:nsk.babr@gmail.com)

Томск: Николай Ушайкин

Телеграм: [@tomsk24\\_link\\_bot](#)

эл.почта: [tomsk.babr@gmail.com](mailto:tomsk.babr@gmail.com)

[Прислать свою новость](#)

#### ЗАКАЗАТЬ РАЗМЕЩЕНИЕ:

Рекламная группа "Экватор"

Телеграм: [@babrobot\\_bot](#)

эл.почта: [equatoria@gmail.com](mailto:equatoria@gmail.com)

#### СТРАТЕГИЧЕСКОЕ СОТРУДНИЧЕСТВО:

эл.почта: [babrmarket@gmail.com](mailto:babrmarket@gmail.com)

[Подробнее о размещении](#)

[Отказ от ответственности](#)

[Правила перепечаток](#)

[Соглашение о франчайзинге](#)

[Что такое Бабр24](#)

[Вакансии](#)

[Статистика сайта](#)

[Архив](#)

[Календарь](#)

[Зеркала сайта](#)