

СУПЕРМОЗГ

сообразительность
суперсила
развитие
лабиринт
интеллект
тренинг
мозг
bay

ЛЕВОЕ



Правое

сила
ответ
знание
вопрос
скорость
решение
данность
лабиринт
реальность

ТРЕНИРУЕМ ПРАВОЕ, РАЗВИВАЕМ ЛЕВОЕ ПОЛУШАРИЕ!
Новые интеллектуальные задачи
+ эксклюзивные лабиринты

Коллектив авторов

**Супермозг: тренируем
правое, развиваем левое
полушарие! Новые
интеллектуальные задачи**

«АСТ»

2017

УДК 82-84
ББК 94.8

Коллектив авторов

Супермозг: тренируем правое, развиваем левое полушарие!
Новые интеллектуальные задачи / Коллектив авторов —
«АСТ», 2017

ISBN 978-5-17-100077-6

Хотите стать обладателем Супермозга? Конечно, да! Тогда его надо тренировать так же, как и мышцы, — каждый день и с полной отдачей. «Тренажером» вам послужит эта книга. В ней вы найдете новые интеллектуальные задачи, любопытные тесты и лабиринты, которые помогут вам начать использовать свой мозг правильно и на всю мощь вашего интеллекта. Вы узнаете, какое из полушарий вашего мозга доминирует, и, соответственно, выясните, к какому типу личности вы относитесь: к «технарям» или «гуманитариям». Научитесь развивать способности обоих полушарий. Определите вид своей памяти, познакомитесь со специальными методами запоминания, и навсегда избавитесь от забывчивости. А оценив свои способности с помощью универсальных анкет, наконец, узнаете — гений ли вы!

УДК 82-84
ББК 94.8

ISBN 978-5-17-100077-6

© Коллектив авторов, 2017
© АСТ, 2017

Содержание

Вступление	5
За что отвечают левое и правое полушария и почему их надо тренировать?	6
Конец ознакомительного фрагмента.	21

Супермозг: тренируем правое, развиваем левое полушарие! Новые интеллектуальные задачи

Вступление

«Наш мозг использует другой тип математики...»

«Мозг до сих пор остается самой большой загадкой для науки», – однажды призналась на одной из своих лекций крупнейший специалист по проблемам мышления, биолог, лингвист и психолог, профессор Санкт-Петербургского государственного университета Татьяна Черниговская.

И это, действительно, так. Только представьте, что у каждого человека в голове находится сложнейшая нейронная сеть. Если нейроны вытянуть в одну ниточку, то получится 2,8 миллионов километров. Это достаточно, чтобы 68 раз облететь вокруг Земли или 7 раз слетать на Луну. А у человеческого плода нейроны образуются с бешеной скоростью – почти 30 миллионов в час. Каждый нейрон имеет до 10 000 или больше возможных связей с другими нейронами. Так и получается нейронная сеть, по которой, как по проводам, течет информация. И там же обрабатывается. Если посчитать все эти цифры, то получается квадриллион синапсов, то есть связей в мозгу. Квадриллион – это феерическая цифра. Это больше, чем звезд во Вселенной!

«Принято говорить, что наш мозг – это компьютер, – рассуждала Татьяна Владимировна. – И у нас нет другой метафоры, потому что его ни с чем другим сравнить нельзя. Если собрать все компьютеры Земли плюс интернет, то получится мощность одного человеческого мозга. И мы точно знаем сейчас, что «компьютер» в нашей голове отличается от любого из тех, который человечеству известен. В нашей черепной коробке, конечно, также происходят вычисления. Но это не единицы и не нули, он работает по другому принципу. Возможно, что он использует другой тип математики... И этот тип передается из поколения в поколение. Поэтому кому-то может повезти, и по наследству от бабушки с дедушкой ребенок получит замечательный мозг, который хорошо обучается и у которого быстрые биохимические процессы. Но если ребенка при этом плохо учат, то толку от его замечательного мозга, который ему от предков достался, нет никакого. Какой бы «инструмент» ни появился у вас в голове, на нем нужно научиться играть».

Эта книга как раз и призвана научить вас виртуозно «играть» на вашем «инструменте»-«компьютере»-мозге, то есть использовать его правильно и на полную мощность, чтобы он выдавал не отдельные звуки, а целые симфонии. Хотите стать обладателем Супермозга? Пройдите все тесты, решите все задачи и раскрасьте лабиринты, представленные в этой книге.

За что отвечают левое и правое полушария и почему их надо тренировать?

Наш мозг, конечно, не похож на бицепс. Однако ему требуются такие же усиленные тренировки. И если «верховного главнокомандующего», как называют его ученые, не загружать различными задачами и мыслительными процессами, он начнет лениться, «тупеть», и, в конце концов, перестанет выполнять свои познавательные и креативные функции. А в итоге, на уровне физиологии, уменьшаться сначала связи между нейронами, потом начнут отмирать сами нейроны, что в большинстве случаев может привести к слабоумию.

Итак, вспомним школьный курс биологии. Мозг человека состоит из двух полушарий – правого и левого. Эти части разделены корой головного мозга, однако обмен информацией происходит через так называемое мозолистое тело. Если говорить кратко, то левое полушарие мозга отвечает за анализ и логику, а правое – за интуицию и образы. У каждого человека обе части мозга должны функционировать равномерно, однако всегда одно из полушарий будет работать более активно, а другое – как вспомогательный элемент. Поэтому главенство левой или правой половины нашего мозга определяет тип личности. И в общих чертах люди делятся на мыслителей с преобладанием активности «технического» левого полушария, и художников – с «гуманитарным» правым. Правда, в чистом виде такие типы встречаются редко. Большинство имеют качества, как физиков, так и лириков. Но все же преобладание одних качеств над другими проявляется, так или иначе, в неповторимых предпочтениях, особенностях характера, склонностях, взглядах на жизнь, определенном поведении, влечении к конкретным знаниям и занятиям, в выборе профессии, наконец. Эти закономерности, утверждают специалисты, и диктует доминирование одного из двух полушарий мозга.

Поэтому для того чтобы начать интеллектуальные тренировки, надо выяснить, какое полушарие головного мозга у вас ведущее. Тогда вы будете знать, какое из них больше загружать, чтобы выжать из него все заложенные таланты и развить их. Или, если вы хотите переквалифицироваться, заставить работать на полную катушку другое, пассивное полушарие.

«Полушарие головного мозга – это самостоятельная познавательная система, которая по-своему воспринимает, размышляет, запоминает, рассуждает и реагирует, – писал американский нейропсихолог, профессор психобиологии, получивший в 1981 году Нобелевскую премию по физиологии и медицине «за открытия, касающиеся функциональной специализации полушарий головного мозга» Роджер Сперри. – Оба полушария могут одновременно обрабатывать информацию об окружающем мире, но в совершенно разных, даже взаимно противоречивых умственных переживаниях, которые идут параллельно».

За что отвечает левое полушарие

- # Логическое мышление.
- # Анализ всех фактов.
- # Языковые способности.
- # Контроль речи.
- # Способности к чтению и письму.
- # Запоминание фактов, дат, имен и написание последних.
- # Понимание только буквального смысла слов.
- # Обработка информации последовательно, по этапам.
- # Распознавание чисел и символов.
- # Решение математических задач.

Контроль за движениями правой половины тела. Когда вы поднимаете правую руку или ногу, это означает, что команда ее поднять поступила из левого полушария.

Характер левополушарных. Эти люди любят порядок и организованность: всегда соблюдают все сроки и графики. Легко воспринимают информацию на слух. Все их действия подчинены здравому смыслу, а не порывам души, поэтому они быстро достигают всех поставленных целей. Им чужды абстракции и недосказанности. Для них в приоритете – форма и смысл. Они могут смело прогнозировать будущее. Очень активны. В сложных ситуациях проявляют исключительную изобретательность и холодную рассудительность. Поэтому крайне редко принимают ошибочные решения и избегают нежелательных последствий. Они умеют по-настоящему радоваться жизни. Им присущи оптимизм и бодрость.

Также доминирование левого полушария стимулирует: стремление к надежному, известному, проверенному; желание избежать нового; замкнутость; скованность; жесткость; упрямство; буквальность; окаменевшее «я».

К левополушарным, как правило, относятся ученые, инженеры, архитекторы, конструкторы, программисты, а также руководители. Кстати, людей с доминирующим левым полушарием – всего 30 процентов.

Как развивать левое полушарие. Физические нагрузки на организм тесно связаны с работой мозга. Максимально задействуйте сторону тела, контролируемую полушарием. Например, для развития левого полушария необходимо работать правой частью тела: вы можете прыгать на правой ноге или жонглировать только правой рукой.

Решайте математические задачи. Начните с простых, постепенно переходя к все более сложным. Разгадывайте кроссворды. Пазлы, головоломки, загадки и задачи на логику являются отличным способом развития этого полушария мозга. Пройдите специализированные, разработанные психологами тесты, которые помогают активизировать и развить левое полушарие.

За что отвечает правое полушарие

Интуиция.

Обработка невербальной информации, которая выражается не в словах, а в символах и образах.

Обработка информации не поэтапно, а параллельно.

Восприятие месторасположения и пространственной ориентации.

Составление мозаичных картинок-головоломок.

Музыкальные способности, а также способность воспринимать музыку.

Понимание метафор.

Понимание результатов работы чужого воображения.

Понимание не только буквального смысла того, что слышим или читаем. К примеру, фразу «Он висит у меня на хвосте» поймет правое полушарие.

Мечты и фантазии.

Сочинение различных историй.

Способности к изобразительному искусству.

Одновременная обработка большого количества разнообразной информации.

Рассмотрение проблемы в целом, не применяя анализа.

Распознавание лиц, восприятие совокупности разных черт как единое целое.

Секс.

Мистика, вера в чудеса и высшие силы.

Контролирует движения левой половины тела. Когда вы поднимаете левую руку или ногу, это означает, что команда ее поднять поступила из правого полушария.

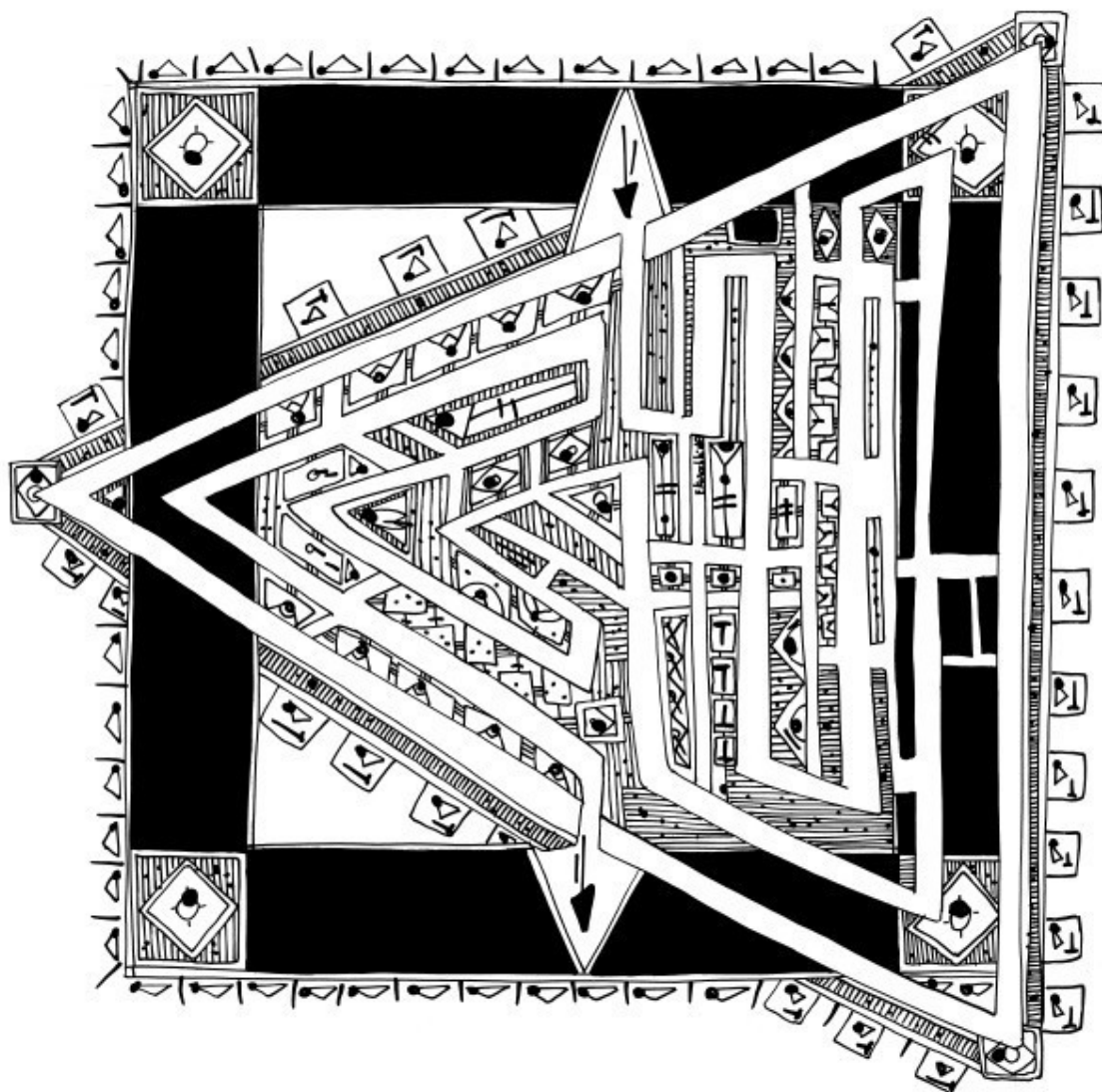
Характер правополушарных. Эти люди относятся к чувственному типу: они чрезмерно эмоциональны. Способны к глубокому сочувствию, состраданию, частым душевным порывам. Готовы к самопожертвованию в борьбе за справедливость. Очень близко к сердцу переживают неудачи. Настроение часто неустойчивое: склонны и к депрессиям, и к беспричинному оптимизму. Сравнивают объекты в таких понятиях как хорошее или плохое, злое или доброе, верное или неверное и часто не способны к компромиссам. Находясь во власти эмоций, не способны логично думать. В правом полушарии «живут» грусть, разочарования и сожаления. Поэтому у всех пессимистов и скептиков доминирует правое полушарие.

Также доминирование правого полушария стимулирует: принятие неопределенного; желание исследовать новое; открытость; непринужденность; гибкость; уступчивость; меняющееся «я».

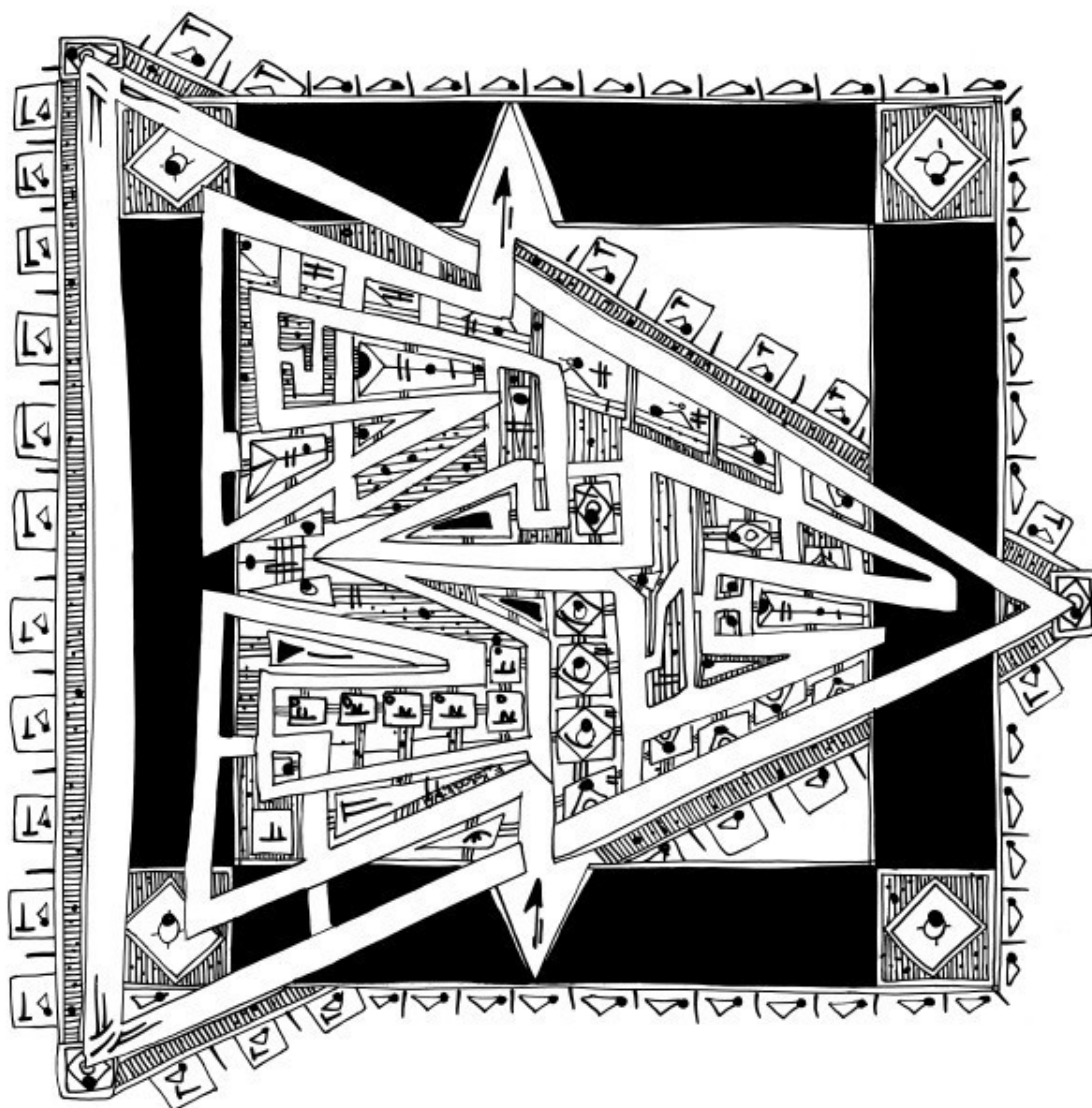
К правополушарным, как правило, относятся художники, скульпторы, поэты, певцы, артисты, в конечном счете, все романтики.

Как развивать правое полушарие. Также прибегайте к физическим нагрузкам. Для развития правого полушария необходимо работать левой частью тела. Например, вы можете рисовать левой рукой, прыгать на левой ноге, жонглировать только левой рукой. Для развития воображения посещайте художественные выставки. Пробуйте заниматься разными видами искусств. Музыцируйте, пишите картины, сочиняйте и заучивайте стихи, много читайте. Чтение великолепно стимулирует человеческий мозг и развивает фантазию.

Так же мы можем целенаправленно работать над развитием правого полушария, тренируя например левую руку. Даже есть специальные упражнения для детей, которые можно использовать и для взрослых. Когда берется карандаш сначала в правую, а затем в левую руку и выполняется графическое задание. А затем двумя руками одновременно рисуются образы: сначала одинаковые, а затем (усложняем) разные – одна рука рисует круг, а другая треугольник. Причем вместе начинают и вместе заканчивают!



Пройдите лабиринт



Пройдите лабиринт

Вообще, если человек регулярно нагружает мозг, то, независимо от возраста, в мозгу возрастает количество новых нейронных связей, что влияет на психологическую гибкость человека и на его способность адаптироваться к разным условиям, которые нам диктует жизнь.

* * *

А сейчас пройдите тесты, которые позволят выявить ваше ведущее полушарие с помощью простых, объективных методов, а, соответственно, и свой тип характера, и свой вид памяти.

Тест. Определите, какая половина мозга вами командует

Задание N 1.

Переплетите пальцы рук, и вы заметите, что сверху всегда оказывается один и тот же палец, если левый – вы человек эмоциональный, правый – у вас преобладает аналитический склад ума.

Задание N 2.

Попробуйте «прицелиться», выбрав себе мишень и глядя на нее через своеобразную мушку – карандаш или ручку. Попеременно закрывайте глаза. Ведущим является тот глаз, при закрывании которого картинка смещается. Правый ведущий глаз говорит о твердом, настойчивом, агрессивном характере, а левый – о мягком и уступчивом.

Задание N 3.

Если при переплетении рук на груди наверху оказывается левая рука, то вы способны к кокетству, притворству, хвастовству, если правая – склонны к простоте и простодушию.

Задание N 4.

Когда вы аплодируете, то одна рука сверху хлопает по другой. Если удобнее хлопать правой рукой, можно говорить о решительном характере, левой – вы часто колеблетесь, прежде чем принять решение.

Для более точной характеристики, можно объединить результаты этих четырех заданий в общую формулу, где П будет означать правое полушарие, Л – левое.

ПППП – для вас характерен консерватизм, ориентация на общепринятое мнение, стереотип. Вы не любите конфликтовать, спорить и ссориться.

ПППЛ – определяющая черта вашего характера – нерешительность.

ПЛПЛ – для вас характерны кокетство, решительность, чувство юмора, артистизм. Очень контактный тип характера. Встречается наиболее часто у женщин.

ПЛЛЛ – редкий, мягкий тип характера. Наблюдается некоторое противоречие между нерешительностью и твердостью характера.

ЛЛПП – тип характера, сочетающий аналитический склад ума и мягкость. Чаще свойственен типу «деловой женщины». Отличительные черты: медленное привыкание, осторожность, в отношениях с окружающими – терпимость и некоторая холодность.

ЛЛПЛ – слабый и самый редкий тип характера. Его обладатели беззащитны, подвержены различному влиянию. Встречается, как правило, у женщин.

ЛППП – такое сочетание встречается очень часто. Основная черта – эмоциональность, сочетающаяся с недостаточной настойчивостью.

ЛППЛ – для вас характерны мягкость, наивность. Требуете особого, внимательного отношения к себе. Относитесь к типу «маленькая королева» или «маленький принц».

ЛЛПП – вам присущи дружелюбие и простота, некоторая разбросанность интересов, склонность к самоанализу.

ЛЛПЛ – в вашем характере преобладают простодушие, мягкость, доверчивость. Редкий тип характера, практически не встречается у мужчин.

ЛЛЛП – вы эмоциональный, энергичный и решительный человек, но часто наспех принимаете решения, которые приносят серьезные осложнения. Очень важен дополнительный тормозной механизм.

ЛЛЛЛ – у вас характер реформатора. Способны на старые вещи взглянуть по-новому. Характерны эмоциональность, эгоизм, упрямство, иногда переходящие в замкнутость.

ЛПЛП – самый сильный тип характера. Вас трудно в чем-либо убедить. Вы с трудом меняете свою точку зрения. Но в то же время вы энергичны, упорно добиваетесь поставленных целей.

ЛПЛЛ – вы настойчивы в достижении поставленных целей. Часто неуступчивы, переубедить вас порой оказывается невозможно. Склонны к самоанализу, с трудом находите себе новых друзей. Однако часто меняете свои увлечения.

ПЛЛЛ – вам присущи непостоянство и независимость, желание все сделать самому. Способность анализировать помогает вам успешно решать сложные задачи. Обычно вы кажетесь мягким, но становитесь требовательным и даже жестоким, когда доходит до дела.

Тест. Выясните, вы «Художник» или «Мыслитель»

1. У меня преобладает хорошее настроение.

Нет, это точно не про меня. – 0

Скорее нет. – 2

Чаще да, чем нет. – 5

Да, так бывает почти всегда. – 8

Абсолютно точно. – 10

2. Я помню то, чему учился несколько лет назад.

Нет, это точно не про меня. – 0

Скорее нет. – 2

Чаще да, чем нет. – 5

Да, так бывает почти всегда. – 8

Абсолютно точно. – 10

3. Прослушав раз-другой мелодию, я могу правильно воспроизвести ее.

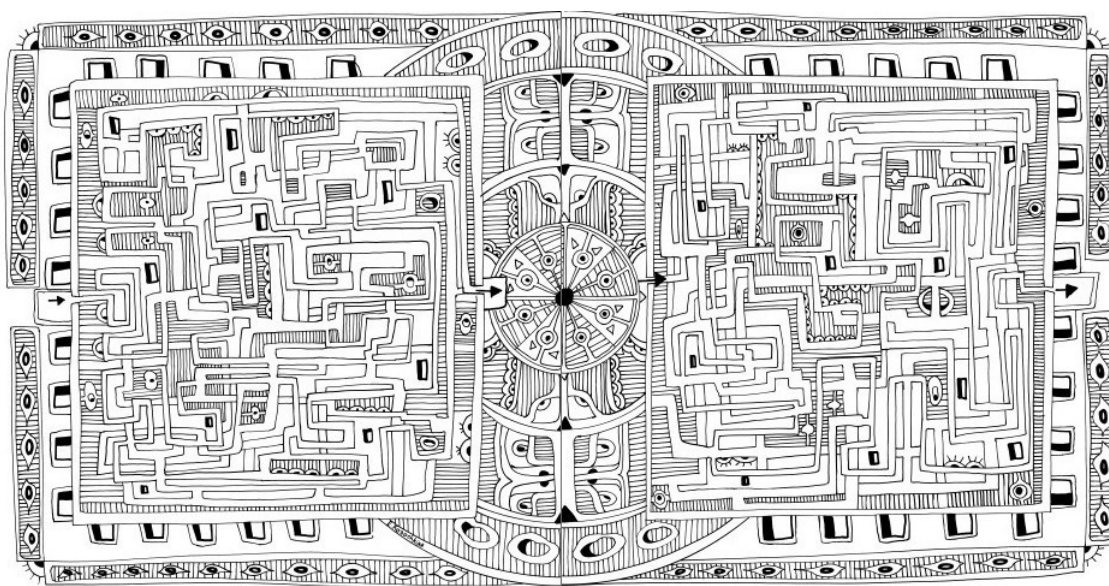
Нет, это точно не про меня. – 0

Скорее нет. – 2

Чаще да, чем нет. – 5

Да, так бывает почти всегда. – 8

Абсолютно точно. – 10



Пройдите лабиринт

4. Когда я слушаю рассказ, то представляю его в образах.

Нет, это точно не про меня. – 0

Скорее нет. – 2

Чаще да, чем нет. – 5

Да, так бывает почти всегда. – 8

Абсолютно точно. – 10

5. Я считаю, что эмоции в разговоре только мешают.

Нет, это точно не про меня. – 0

Скорее нет. – 2

Чаще да, чем нет. – 5

Да, так бывает почти всегда. — 8

Абсолютно точно. — 10

6. Мне всегда трудно давались математические подсчеты.

Нет, это точно не про меня. — 0

Скорее нет. — 2

Чаще да, чем нет. — 5

Да, так бывает почти всегда. — 8

Абсолютно точно. — 10

7. Я легко запоминаю незнакомые лица.

Нет, это точно не про меня. — 0

Скорее нет. — 2

Чаще да, чем нет. — 5

Да, так бывает почти всегда. — 8

Абсолютно точно. — 10

8. В группе приятелей (подруг) я первым начинаю разговор.

Нет, это точно не про меня. — 0

Скорее нет. — 2

Чаще да, чем нет. — 5

Да, так бывает почти всегда. — 8

Абсолютно точно. — 10

9. Если обсуждают чьи-то идеи, то я требую аргументов.

Нет, это точно не про меня. — 0

Скорее нет. — 2

Чаще да, чем нет. — 5

Да, так бывает почти всегда. — 8

Абсолютно точно. — 10

10. У меня преобладает плохое настроение.

Нет, это точно не про меня. — 0

Скорее нет. — 2

Чаще да, чем нет. — 5

Да, так бывает почти всегда. — 8

Абсолютно точно. — 10

Подсчитайте сумму баллов по вопросам:

Л = 1, 2, 5, 8, 9 («левополушарный»)

П = 3, 4, 6, 7, 10 («правополушарный»)

Разъяснение результатов:

1. Если ваш «левополушарный» (Л) результат превышает «правополушарный» (П), то, значит, вы принадлежите к типу людей с логическим мышлением. Вы, в общем-то, оптимист, и считаете, что большую часть своих проблем решите самостоятельно. Как правило, вы без особого труда вступаете в контакт с людьми. В учебе и повседневных делах больше полагаетесь на расчет, чем на интуицию. Испытываете больше доверия к информации, полученной из средств массовой информации, книг, чем собственным впечатлениям. Вам легче даются виды деятельности, требующие логического мышления. Вы будете успешны в профессиях, требующих логических способностей: математик, преподаватель точных наук, конструктор, организатор производства, программист, пилот, водитель, чертежник.

2. «П» больше, чем «Л». Это означает, что вы человек художественного склада. Склонны к некоторому пессимизму. Предпочитаете полагаться больше на собственные чувства, чем на логический анализ событий, и при этом зачастую не обманываетесь. Не очень

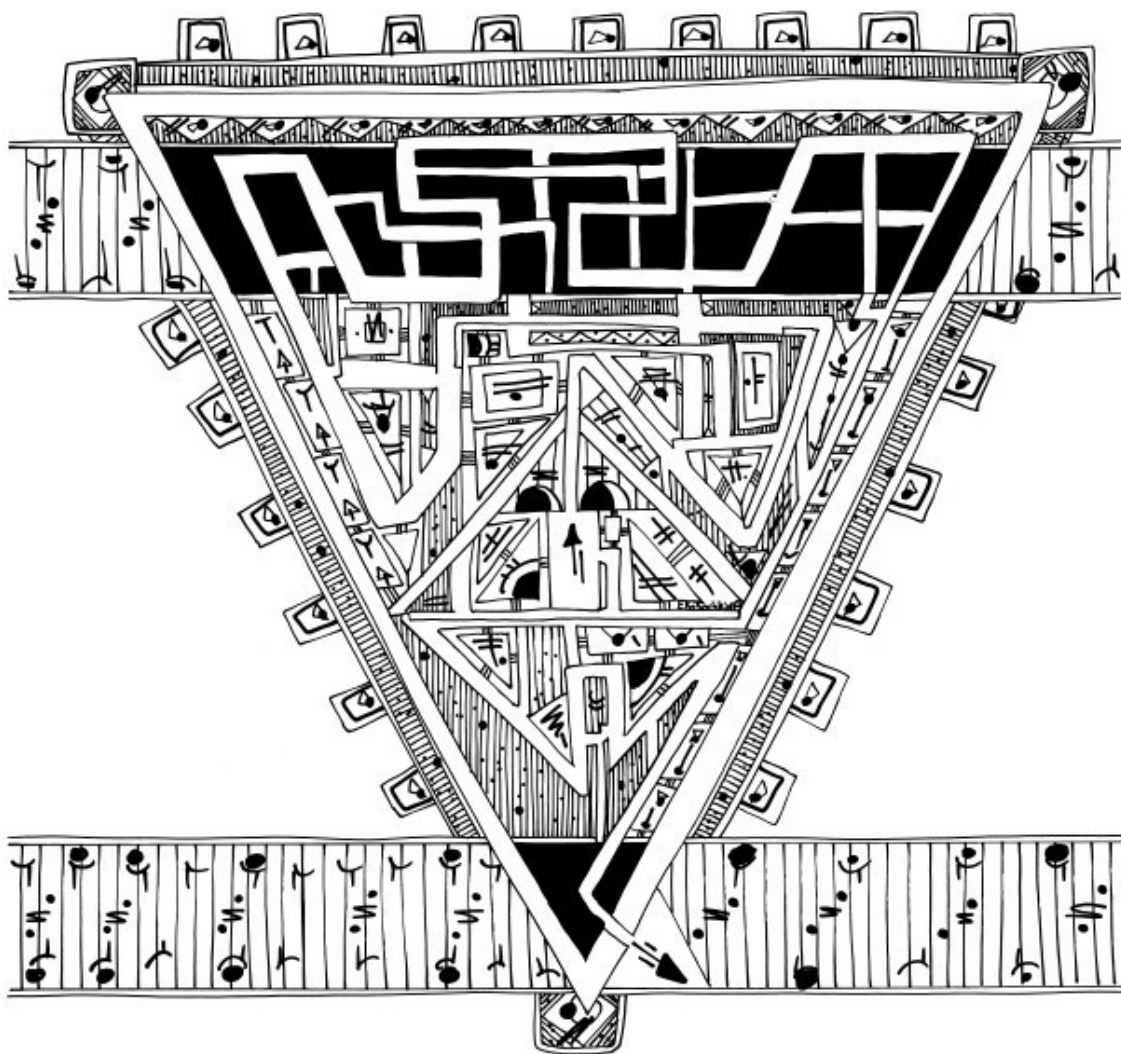
общительны, но зато может продуктивно работать даже в неблагоприятных условиях (шум, различные помехи и т. п.). Вас ожидает успех в таких областях деятельности, где требуются способности к образному мышлению: художник, актер, архитектор, врач, воспитатель, писатель.

3. Перед человеком, в равной степени сочетающим в себе признаки логического и художественного мышления, открывается широкое поле деятельности. Зоны его успеха там, где требуется умение быть последовательным в работе и одновременно образно, цельно воспринимать события, быстро и тщательно продумывать свои поступки даже в экстремальной ситуации.

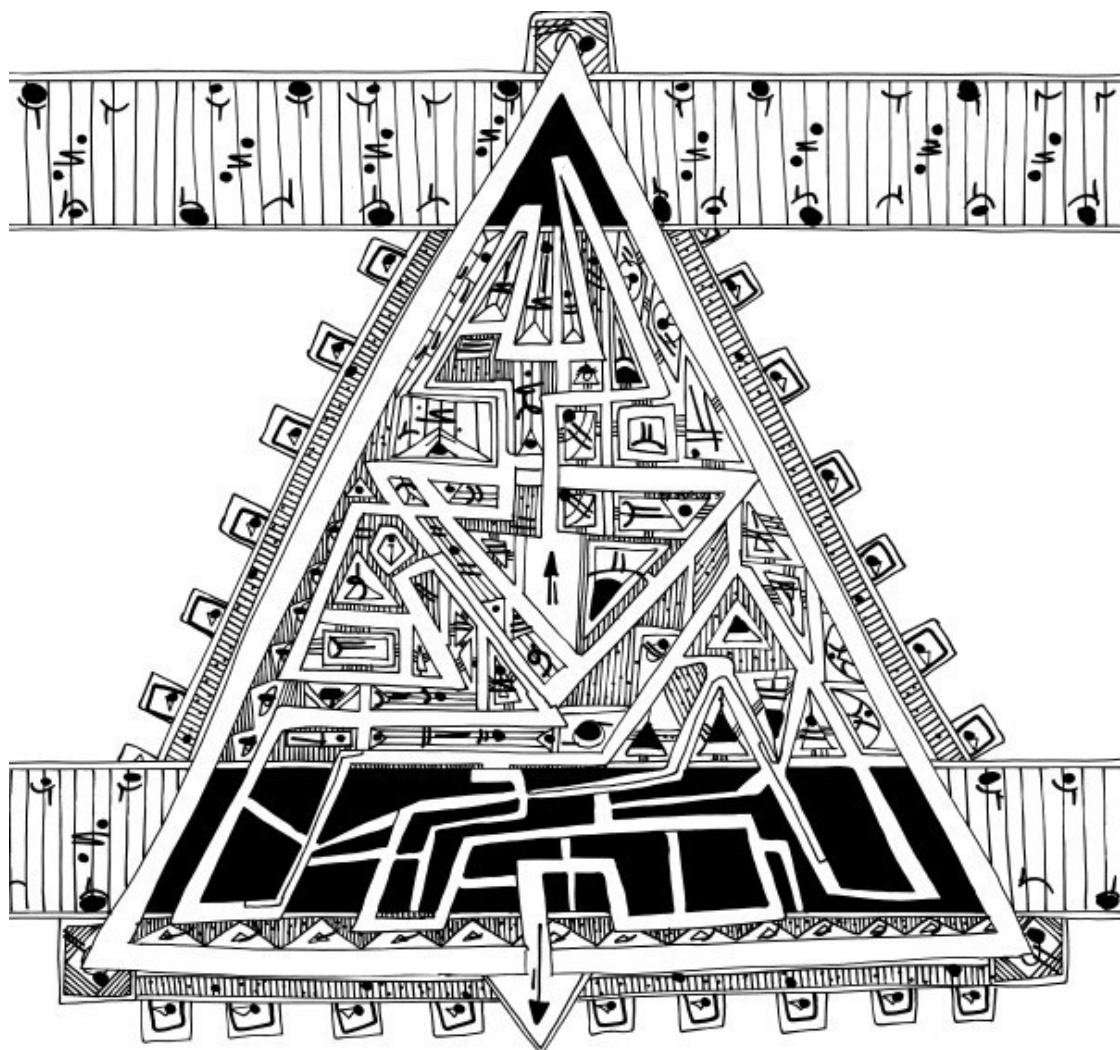
Тест. Узнайте, какой у вас тип мышления

У каждого человека преобладает определенный тип мышления. К ним относятся предметно-действенное, абстрактно-символическое, словесно-логическое, наглядно-образное, творческое сознание. В чистом виде эти типы встречаются редко. Чаще мы наблюдаем людей, у которых совмещаются разные виды мыслительных способностей, это сочетание называют синтетическим. Однако знать свой преобладающий тип мышления очень полезно для того, чтобы добиться больших высот в своей профессии.

(Тест составлен старшим научным сотрудником Центра практической психологии образования Академии социального управления Галиной Резапкиной).



Пройдите лабиринт



Пройдите лабиринт

Если вы согласны с высказыванием, поставьте плюс, если нет – минус.

Тест

1. Мне легче что-либо сделать самому, чем объяснить другому.
2. Мне интересно было бы составлять компьютерные программы.
3. Я люблю читать книги.
4. Мне нравится живопись, скульптура, архитектура.
5. Даже в отлаженном деле я стараюсь что-то улучшить.
6. Я лучше понимаю, если мне объясняют на предметах или рисунках.
7. Я люблю играть в шахматы.
8. Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.
9. Когда я читаю книгу, зрительно представляю себе ее героев.
10. Я предпочитаю самостоятельно планировать свою работу.
11. Мне нравится все делать своими руками.
12. В детстве я создавал (-а) свой шифр для переписки с друзьями.
13. Я придаю большое значение сказанному слову.
14. Знакомые мелодии часто вызывают у меня воспоминания.
15. Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче и ярче.
16. При решении задачи мне легче идти методом проб и ошибок.

17. Мне интересно разбираться в природе физических явлений.
18. Мне интересна работа ведущего телерадиопрограмм, журналиста.
19. Мне легко представить предмет или животное, которых нет в природе.
20. Мне больше нравится процесс деятельности, чем сам результат.
21. Мне нравилось в детстве собирать конструктор из деталей.
22. Меня больше привлекают точные науки (математика, физика).
23. Меня восхищает точность и глубина некоторых стихотворений.
24. Знакомый запах вызывает в моей памяти прошлые события.
25. Мне трудно подчинять свою жизнь определенной системе.
26. Когда я слышу музыку, мне хочется танцевать.
27. Я понимаю красоту математических формул.
28. Мне легко говорить перед любой аудиторией.
29. Я люблю посещать выставки, спектакли, концерты.
30. Я сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.
31. Я люблю заниматься рукоделием, что-то мастерить.
32. Мне интересно было бы расшифровать значения древних символов.
33. Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.
34. Я понимаю красоту природы и искусства.
35. Не люблю ходить одним и тем же путем.
36. Мне нравится работа, требующая физической активности.
37. Я легко запоминаю формулы, символы, условные обозначения.
38. Друзья любят слушать, когда я им что-то рассказываю.
39. Мне легко представить в образах содержание рассказа или фильма.
40. Я не могу успокоиться, пока не доведу свою работу до совершенства.

Результаты теста

№ Тип мышления Вопросы

- 1 Предметно-действенное 1 6 11 16 21 26 31 36
- 2 Абстрактно-символическое 2 7 12 17 22 27 32 37
- 3 Словесно-логическое 3 8 13 18 23 28 33 38
- 4 Наглядно-образное 4 9 14 19 24 29 34 9
- 5 Креативность (творческое) 5 10 15 20 25 30 35 40

Подсчитайте число плюсов в каждой из пяти строк. Каждая строка соответствует определенному типу мышления. Количество баллов в каждой колонке указывает на уровень развития данного типа мышления:

- 0–2 – низкий,
- 3–5 – средний,
- 6–8 – высокий.

Разъяснение результатов теста

1. Предметно-действенное мышление свойственно людям дела. Они усваивают информацию через движения. Обычно они обладают хорошей координацией движений. Их руками создан весь окружающий нас предметный мир. Они водят машины, стоят у станков, собирают компьютеры. Без них невозможно реализовать самую блестящую идею. Это мышление также важно для спортсменов, танцоров, артистов.

2. Абстрактно-символическим мышлением обладают многие ученые – физики-теоретики, математики, экономисты, программисты, аналитики. Они могут усваивать информацию с помощью математических кодов, формул и операций, которые нельзя ни потрогать, ни

представить. Благодаря особенностям такого мышления, на основе гипотез, сделаны многие открытия во всех областях науки.

3. Словесно-логическое мышление отличает людей с ярко выраженным вербальным интеллектом (от лат. *verbalis* – словесный). Благодаря развитому словесно-логическому мышлению ученые, преподаватели, переводчики, писатели, филологи, журналисты могут сформулировать свои мысли и донести их до людей. Это умение необходимо руководителям, политикам и общественным деятелям.

4. Наглядно-образным мышлением обладают люди с художественным складом ума. Они могут представить то, что было, что будет, чего никогда не было и не будет. Это художники, поэты, писатели, режиссеры, архитекторы, конструкторы, дизайнеры.

5. Креативность – это способность мыслить творчески, находить нестандартные решения задачи. Это редкое и ничем не заменимое качество, отличающее людей, талантливых в любой сфере деятельности.

Тест. Определите, какой у вас вид памяти

(Тест подготовлен психологом Татьяной Огневой-Сальвони)

1. Выберите геометрическую фигуру:

- а) треугольник;
- б) круг;
- в) звездочка.

2. Вспомните картину «Иван-царевич на Сером волке» В. Васнецова. Какая деталь вам вспоминается первой:

- а) бегущий волк;
- б) царевна;
- в) глаза царевича?

3. Загадка: в темной комнате, в темном шкафу 15 черных и 15 белых носков. Сколько носков надо взять в темноте, чтобы наверняка составить пару?

- а) в темной комнате ничего не найти, как минимум, придется вытащить три;
- б) надо взять первые два попавшихся наудачу, скорее всего, повезет;
- в) страшновато в темной комнате в одиночку искать носки, лучше зажечь свет.

4. Два друга начали работать в одной компании. И однажды, ради повышения в должности, один серьезно подставил другого, предал осознанно. Второй потерял из-за него работу, полгода пытался устроиться, но через пять лет ему повезло, он занял очень высокую должность. И тут к нему пришел попавший под сокращение, первый, с просьбой помочь по старой дружбе, взять на работу. Теперь некогда пострадавший может не только не помочь предателю, но и отомстить. Его влияние таково, что достаточно пары звонков – и бывший друг вообще никуда не устроится. Как ему поступить?

а) отомстить, конечно, ведь предателей нужно ставить на место;

б) помочь, если бы тогда он не предал, то сейчас оба попали бы под сокращение, и второй не стал бы начальником;

в) не мстить, но и не помогать, пусть идет своей дорогой.

5. Выберите цвет:

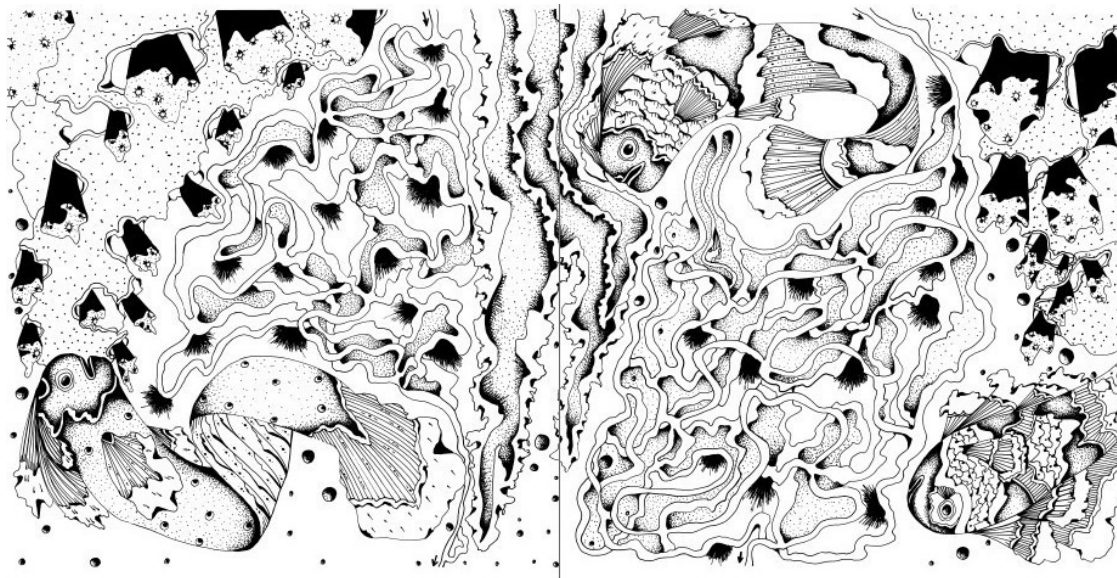
- а) алый;
- б) светло – голубой;
- в) оранжевый.

6. Какое из трех высказываний великих о женщинах вам кажется наиболее правдивым?

а) «Как бы плохо мужчины не думали о женщинах, любая женщина думает о них еще хуже» (Никола Шамфор),

б) «Женись, несмотря ни на что. Если попадется хорошая жена, будешь исключением, а если плохая станешь философом» (Сократ);

в) «Счастливая пара: он делает то, чего она хочет, и она делает то, чего она хочет» (Петер Альтенберг).



Пройдите лабиринт

ИТОГО.

Если у вас больше ответов под буквой «А» – вы относитесь к категории «злопамятный», и у вас больше развито левое полушарие. Если под буквой «Б» – сострадательный, больше развито правое полушарие. Под буквой «В» – значит у вас эмоциональная память, и ведущее – тоже правое полушарие. А если всех букв поровну, значит, вы очень сбалансированы, и «рулят» оба полушария.

Злопамятный

Вы – осторожный человек, который трепетно охраняет свои личные границы и не позволяет себе роскоши забывать обиды. В любом событии вы сначала машинально отмечаете негативные факты, у вас аналитический ум. Лозунг «Предупрежден, значит, вооружен» – придуман такими, как вы. Но не заикивайтесь только на темной стороне бытия. О чем думаете, то и притягиваете.

Сострадательный

Вы философ и оптимист. Даже если в вашем прошлом было не слишком много повода порадоваться, вы все равно помните лучшие моменты. И это притягивает в вашу сегодняшнюю жизнь светлых людей и приятные события. В событии вы стараетесь увидеть обе стороны, и понять происходящее более глубоко. Скорее всего, вы отличный житейский психолог и к вам нередко обращаются друзья за советом.

Эмоциональный

У вас лучше развито правое полушарие, которое отвечает за восприятие эмоций. Это значит, что факты как таковые вас волнуют менее, чем те эмоции, которые они приносят. Эмоциональная память окрашивает события жизни в более яркие тона, и помните вы лучше лишь то, что доставило вам сильные эмоции – положительные или отрицательные уже менее важно.

Универсальный

Вам, может быть, повезло больше всех, поскольку у вас наличествует баланс всех видов восприятия – и эмоционального, и аналитического, и фактического. Вы – человек уравновешенный, потому что все видите более объективно и оцениваете с разных точек зрения. Вам, с одной стороны, легче существовать, ведь такое устройство психики выделяет вас среди других людей, им кажется, что вы более умны, чем другие. А, с другой стороны, сложнее, потому что иногда вам сложно понять некоторых людей. Ну, как можно видеть только черное или только белое, или не замечать фактов, зато придавать столько значения эмоциям? Зачем долго и на повышенных тонах выяснять отношения, если можно поговорить спокойно, конструктивно? С вами удобно жить и работать, а вот вам приходится подстраиваться под других. Кстати, если вы станете очевидцем преступления, то нарисуете самую точную картину произошедшего. И лучше всех справитесь с любой, даже очень запутанной проблемой.

* * *

Итак, если из двух полушарий ведущим является правое, то человек находится во власти эмоций. Если ведущим оказывается левое, то у человека логика и анализ преобладают над чувствами. Ведущее полушарие является признаком врожденным и, как правило, не меняется до конца жизни. Доминирование же левой или правой половины мозга определяет тип личности.

Что касается тренировки мозга, то, как уверяют специалисты, оба его полушария нужно развивать одновременно. Ведь только разносторонне развитый человек может проявить все свои таланты и уникальные способности.

А теперь приступаем к тренировкам мозга – наша книга-тренажер поможет вам его «накачать», развить, усовершенствовать, в общем, превратить в Супермозг.

Тест. Выясните, какого пола ваш мозг – мужского или женского?

Ученые давно установили, что мозг мужчины и женщины по-разному воспринимает и обрабатывает поступающие в него сигналы. Например, при поиске выхода из трехмерного лабиринта у мужчин активируется зона гиппокампа слева, а у женщин – правая теменная и правая префронтальная зона коры больших полушарий головного мозга. А при эмоциональном возбуждении, напротив, у мужчин задействовано миндалевидное тело справа, а у женщин – слева. Ученые полагают, что у женщин лучше проходит централизованная обработка информации, в то время как у мужчин лучше налажена связь между удаленными участками мозга. Кроме того, его левое и правое полушария работают попеременно, поэтому мужчина может концентрироваться только на одной задаче и раздражается, если его при этом отвлекает что-то другое. У женщины же задействованы оба полушария, поэтому она в состоянии воспринимать и анализировать одновременно гораздо большее количество информации.

Итак, пройдите тест и узнайте, какой у вас мозг – мужской или женский?

1. Вы услышали негромкое «мяу». Не оглядываясь по сторонам, насколько верно вы сможете определить местонахождение кота?

А) Если немного подумать, то смогу указать, где он.

Б) Смогу указать, где он, сразу же.

В) Вы не уверены, что сможете указать, где кот.

2. Насколько легко вы можете вспомнить слова только что услышанной песни?

А) Для вас это легко, вы даже можете напеть часть ее.

Б) Вы можете сделать это только в том случае, если это простая и ритмичная песня.

В) Это трудно.

3. Вам звонит человек, которого вы встречали несколько раз. Насколько легко узнать его голос за те несколько секунд, пока он сам не представился?

А) Достаточно легко.

Б) Узнали бы, по крайней мере, в 50 случаев из 100.

В) Узнали бы меньше, чем в 50 случаев из 100.

4. Вы проводите время в компании семейных людей. Но у двоих из них тайный роман.

Сможете ли вы заметить это?

А) Почти всегда.

Б) В половине случаев.

В) Редко.

5. Во время вечеринки вас представили нескольким людям. Насколько легко вы вспомните их лица, если на следующий день назовут их имена?

А) Вы вспомните почти всех.

Б) Вспомните немногих.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.