

LỢI ÍCH TUYỆT VỜI CỦA VIỆC BIẾT NGOẠI NGỮ

Việc học ngoại ngữ khi còn bé giúp duy trì trí tuệ minh mẫn khi về già; đồng nghĩa khả năng thích ứng cao với những tình huống mới mẻ và bất ngờ.

>>> Học ngoại ngữ giúp tăng khả năng nhận thức của con người

Lợi ích đầu tiên và dễ thấy chính là ưu thế của việc thông thạo ngoại ngữ mang lại cho mỗi người khi du lịch. Tiếp xúc với người bản địa, hiểu thêm và đắm mình trong một nền văn hóa mới dù chỉ ở mức độ sơ đẳng nhất không còn là một điều quá xa vời. Đơn giản hơn, khi ngồi trong một nhà hàng ở đất nước xa xôi, bạn gọi đồ ăn và biết đích xác đó là món mình muốn mà không cần sử dụng đến ngôn ngữ cử chỉ hay sợ bị hiểu nhầm.

Ngoài những lợi ích hiện hữu ngay trước mắt như trên, giới khoa học cũng đã bỏ khá nhiều công sức nghiên cứu về vấn đề này. Đa số đều chỉ ra tác động tích cực của học ngôn ngữ với sức khỏe, đặc biệt là não bộ.

Duy trì sự linh hoạt của não bộ

Theo kết quả nghiên cứu đăng trên tạp chí Neuroscience, người biết ít nhất hai ngôn ngữ biểu hiện một sự nhạy bén trong tư duy. Việc học ngoại ngữ khi còn bé giúp duy trì trí tuệ minh mẫn khi về già. Điều này cũng đồng nghĩa với khả năng thích ứng cao với những tình huống mới mẻ và bất ngờ.

Tham gia nghiên cứu này, tình nguyện viên thực hiện các bài kiểm tra về sự linh hoạt nhận thức. Mặc dù cả những người chỉ nói được tiếng mẹ đẻ cũng có thể hoàn thành yêu cầu, nhưng người nói được song ngữ kết thúc nhiệm vụ nhanh hơn và những phần riêng biệt trên não bộ của họ cũng sử dụng ít năng lượng hơn cho công việc này.

Biết ít nhất hai ngoại ngữ mang đến những lợi ích không nhỏ cho bản thân mỗi người. (Ảnh: moms.popsugar.com)

Tuy vậy, những người học ngoại ngữ muộn không nên thất vọng. Bởi sự sắc sảo này vẫn có được ngay cả khi bạn bắt đầu học khi đã có tuổi, theo một nghiên cứu mới công bố trên Annals of Neurology.

Nghiên cứu yêu cầu những người nói tiếng Anh bản xứ làm một bài kiểm tra trí tuệ khi 11 tuổi và tái thực hiện khi tình nguyện viên bước vào tuổi 70. Kết quả cho thấy, những người biết hai, ba ngôn ngữ hoặc nhiều hơn có khả năng nhận thức linh hoạt hơn, ở cả trí thông minh nói chung và khả năng đọc so với người chỉ biết một ngôn ngữ.

Còn theo nghiên cứu trên Psychological Science, học thêm ngôn ngữ giúp chúng ta xử lý từ ngữ nhanh nhạy, đặc biệt với những từ có nghĩa tương đồng trong cả 2 ngôn ngữ. Bằng kỹ thuật đo chuyển động mắt, nghiên cứu phát hiện rằng người thông thạo hai ngoại ngữ dùng ít thời gian hơn khi đọc những từ cùng nguồn gốc, chẳng hạn "sport" trong tiếng Anh và tiếng Hà Lan. Điều này cho thấy não bộ cần ít thời gian hơn để "thông qua" các từ chung đặc điểm này.

Biết ngoại ngữ còn giúp mọi người trì hoãn sự phát triển của Alzheimer, căn bệnh hiện vẫn chưa có cách chữa trị và có thể tấn công bất kỳ ai, trong khoảng 4 đến 5 năm. Phát hiện này được trình bày tại Hội nghị năm 2011 của Hiệp hội Mỹ vì sự tiến bộ khoa học.

Tăng khả năng xử lý tình huống

Trẻ biết hai ngoại ngữ thể hiện tốt hơn trong những bài kiểm tra tình huống hay sáng tạo. Nghiên cứu tiến hành trên 121 trẻ với khoảng một nửa trong số đó có thể nói được ngôn ngữ khác ngoài

tiếng mẹ đẻ. Các em được yêu cầu thực hiện việc lặp lại những dãy số, giải toán và tái tạo mô hình khối màu. Khảo sát cho thấy, tốc độ xử lý và chuyển từ nhiệm vụ này sang nhiệm vụ khác của các em nói được hai ngoại ngữ linh hoạt và nhạy bén hơn hẳn.

Không những thế, khả năng suy nghĩ bằng một ngôn ngữ khác cũng giúp các em đưa ra quyết định hợp lý cho từng kịch bản khác nhau. Đây là kết quả một nghiên cứu của ĐH Chicago (Mỹ). Theo nhận định của các nhà nghiên cứu, thói quen suy nghĩ bằng ngôn ngữ khác cho phép con người đưa ra quyết định thận trọng và ít cảm tính hơn.

“Dường như tác động quan trọng nhất của tiếng nước ngoài chính là nó ít bị tác động bởi cảm xúc hơn so với tiếng mẹ đẻ”, nhà nghiên cứu Sayuri Hayakawa nhận định. Theo bà, một phản ứng cảm tính có thể dẫn tới những quyết định bị thúc đẩy bởi nỗi sợ hãi hơn là hy vọng, khi đó sai lầm là điều khó tránh khỏi.