

PHÁI ĐẸP NÊN UỐNG CÀ PHÊ KHI LÀM VIỆC

Phụ nữ nên thay trà bằng cà phê khi tới công sở nếu họ muốn vượt các đồng nghiệp nam trong công việc.

Chất caffeine trong cà phê là tác nhân kích thích có khả năng tác động tới não, chống cảm giác buồn ngủ và mệt mỏi. Một số nhà khoa học của Đại học Bristol tại Anh muốn tìm hiểu tác động của cà phê đối với cơ thể khi con người đang ở trong trạng thái mệt mỏi, đặc biệt là khi ai đó uống nhiều cà phê trong cuộc họp căng thẳng, Telegraph đưa tin.

Họ tuyển 64 người tình nguyện để thực hiện một thử nghiệm. Các tình nguyện viên được chia thành 32 đôi cùng giới tính. Nhóm nghiên cứu giao cho mỗi đôi vài nhiệm vụ để thực hiện – như thương lượng các điều khoản trong hợp đồng thương mại, giải đố hay ghi nhớ đồ vật.

Để tăng áp lực đối với tình nguyện viên, các chuyên gia nói, tất cả 64 người sẽ phải thuyết trình trước đám đông về phương pháp mà họ áp dụng để hoàn thành các nhiệm vụ.

Nhóm nghiên cứu đưa cho mỗi cặp hai loại cà phê, trong đó một loại không có chất caffeine, để họ uống trong lúc thực hiện các công việc. Sau đó họ theo dõi hoạt động của tình nguyện viên.

Kết quả cho thấy mức độ chính xác, tốc độ thao tác và tư duy của những nam giới uống cà phê có chất caffeine giảm rõ rệt. Chẳng hạn, thời gian giải đố của họ dài hơn ít nhất 20 giây so với những người uống cà phê không có caffeine. Điều tương tự không xảy ra với những nam giới khác.

Ngược lại, những phụ nữ uống cà phê có caffeine hoàn thành các nhiệm vụ nhanh hơn và chính xác hơn. Chẳng hạn, so với những phụ nữ uống cà phê không có caffeine, thời gian giải đố của họ ngắn hơn ít nhất 100 giây.

Trong bài viết trên tạp chí Applied Social Psychology (Tâm lý Xã hội Ứng dụng), nhóm nghiên cứu khẳng định uống nhiều cà phê trong những cuộc họp căng thẳng và quan trọng không phải là ý tưởng hay, đặc biệt là với nam giới.

“Nếu uống cà phê trong cuộc họp, đàn ông có thể vô tình phá hỏng tinh thần hợp tác trong quá trình giải quyết các vấn đề hóc búa”, họ giải thích.

Các chuyên gia nhận định nghiên cứu của họ rất có ý nghĩa bởi cà phê là một trong những chất được con người sử dụng nhiều và rộng rãi nhất trên thế giới. Người dân trên toàn thế giới uống hàng tỷ tách cà phê mỗi ngày. Cà phê mang đến một số lợi ích về sức khỏe, như ngăn ngừa bệnh tiểu đường và mất trí nhớ, giảm tổn thương thận và thậm chí chống được cả bệnh gout.

Hơn nữa, uống cà phê trong cuộc họp đã trở thành thói quen của nhiều người. Trong phần lớn cuộc họp quan trọng nhất thế giới, đàn ông là những người ra quyết định cuối cùng.