

NÊN NGHĨ VỀ TỔ TIÊN TRƯỚC KHI THI

Một nghiên cứu cho thấy, những người nghĩ về tổ tiên trước khi làm bài kiểm tra hay phỏng vấn xin việc sẽ đạt kết quả tốt hơn.

Trước khi làm bài kiểm tra hay phỏng vấn xin việc, thí sinh sẽ thấy tự tin và đạt kết quả tốt hơn nếu nghĩ về tổ tiên trong vài phút.

Los Angeles Times đưa tin các nhà nghiên cứu của Đại học Graz tại Áo cùng các đồng nghiệp tại Đức tuyển 80 sinh viên để thực hiện một thử nghiệm.

Ban đầu các chuyên gia chia ngẫu nhiên sinh viên thành hai nhóm rồi yêu cầu một nhóm tưởng tượng về dung mạo và cuộc sống của tổ tiên, còn nhóm kia nhớ lại một lần mua sắm.

Ngay sau đó nhóm nghiên cứu hỏi sinh viên về mức độ tự tin của họ trước những kỳ thi sắp tới. Phần lớn sinh viên trong nhóm nghĩ về tổ tiên tỏ ra tự tin hơn.

Nhóm nghiên cứu yêu cầu tất cả sinh viên thực hiện một số bài kiểm tra trí tuệ. Kết quả cho thấy điểm trung bình và điểm tuyệt đối của nhóm nghĩ về hoạt động mua sắm đều thấp hơn nhóm nghĩ về tổ tiên.

“Chúng tôi đã chứng minh được rằng việc nghĩ về tổ tiên có thể làm tăng khả năng tư duy của con người”, nhóm nghiên cứu kết luận trong bài viết trên tạp chí Social Psychology tại châu Âu.

Các thành viên trong nhóm nghiên cứu cho rằng, mỗi khi ai đó chuẩn bị đối mặt với những tình huống đòi hỏi hoạt động trí não, như kỳ thi hay cuộc phỏng vấn xin việc, người ấy nên dành ít nhất 5 phút để nghĩ về tổ tiên. Đó là một biện pháp đơn giản để tăng khả năng thành công.

Tiến sĩ Peter Fischer, nhà nghiên cứu của Đại học Graz, phát biểu: “Tổ tiên chúng ta đã vượt qua hàng loạt thử thách trong cuộc sống của họ, như bệnh hiểm nghèo, chiến tranh, nỗi đau do mất người thân, suy thoái kinh tế. Vì thế, khi nghĩ tới họ, chúng ta nhận ra rằng những con người giống hệt chúng ta về mặt di truyền có thể vượt qua nghịch cảnh đáng sợ nhất. Nhờ đó mà chúng ta cảm thấy tự tin hơn”.