

HỌC NGOẠI NGỮ GIÚP NÃO HOẠT ĐỘNG TỐT HƠN

Một nghiên cứu cho thấy việc sử dụng thường xuyên hai (hay nhiều) thứ tiếng sẽ đem đến những hiệu quả tích cực trong việc cải thiện hoạt động của não cũng như sức khỏe.

Giúp tập trung tốt hơn

Albert Costa thuộc Đại học Pompeu Fabrain ở Barcelona, Tây Ban Nha, cho biết chức năng điều hành của não

Một nghiên cứu cho thấy việc sử dụng thường xuyên hai (hay nhiều) thứ tiếng sẽ đem đến những hiệu quả tích cực trong việc cải thiện hoạt động của não cũng như sức khỏe.

Giúp tập trung tốt hơn

Albert Costa thuộc Đại học Pompeu Fabrain ở Barcelona, Tây Ban Nha, cho biết chức năng điều hành của não bộ cho phép con người duy trì mục đích trong tâm trí, thực hiện các hành động để đạt được mục đích đó và loại bỏ thông tin làm loãng trí nhớ.

Việc học ngoại ngữ có thể tăng cường khả năng tập trung và giúp con giảm thiểu nguy cơ mắc bệnh Alzheimer. (Ảnh: Internet).

Câu hỏi đặt ra là: Với những người nói hai thứ tiếng thì hệ thống điều hành não bộ có tốt hơn không? Costa khẳng định các nghiên cứu cho thấy có những kết quả bổ sung tích cực, thể hiện rõ ở trẻ em và người già.

Những người tham gia thực nghiệm tiến hành các bài kiểm tra đòi hỏi thực hiện nhiều chức năng như vừa lái xe (mô phỏng trên máy tính) vừa nghe điện thoại. Kết quả là tất cả mọi người đều xử lý kém nhưng những người sử dụng hai ngôn ngữ thì đỡ kém hơn.

Sử dụng thường xuyên hai ngôn ngữ trong thời gian dài giúp đạt hiệu quả nhận thức tốt hơn và mang lại nhiều lợi ích, thậm chí ngay cả khi bạn muốn học thêm ngôn ngữ lúc tuổi đã cao.

Tuy nhiên các tác giả cũng cho biết việc sử dụng hai ngôn ngữ cũng gặp những khó khăn như

chúng ta phải mất hai phần triệu giây để xác định đúng nghĩa từ vựng của ngôn ngữ đó. Với những trẻ em dùng hai ngôn ngữ thường có vốn từ vựng ở mỗi ngôn ngữ ít hơn so với những đứa trẻ chỉ dùng một ngôn ngữ. “Tuy nhiên nếu gộp chung thì vốn từ vựng của chúng lại nhiều hơn”, Bialystock thuộc Đại học York ở Toronto nói.

Theo Bialystock, việc cải thiện chức năng điều hành quan trọng hơn những khác biệt nhỏ về vốn từ vựng và thời gian vài phần triệu giây dành để xác định chính xác nghĩa của nó.

Tốt cho sức khỏe

Nghiên cứu mới đây của Bialystock cũng cho thấy việc sử dụng nhiều ngôn ngữ cũng đem lại những tác dụng tích cực cho sức khỏe ở bệnh nhân Alzheimer.

Bialystock nói “Chúng tôi đã chứng minh ở ít nhất hai nghiên cứu khác nhau trong số hàng trăm người, những người nói hai thứ tiếng có sức đề kháng bệnh Alzheimer tốt hơn. Các triệu chứng của căn bệnh cũng xảy đến muộn hơn bốn năm so với những người chỉ dùng một ngôn ngữ. Khi bệnh Alzheimer bắt đầu phá hủy các vùng não, những người dùng hai ngôn ngữ vẫn có thể kiểm soát cơ thể. Kết quả tương tự cũng xảy ra với những người thường xuyên chơi trò giải ô chữ”.

Tiếng anh giao tiếp

Nhà cung cấp: SSDG

Giá bán: 24.000 VNĐ

Tiếng anh tổng quát

Nhà cung cấp: SSDG

Giá bán: 28.000 VNĐ

English Study Pro 1.0

NXB Giáo dục

Giá bán: 70.000 VNĐ