

คิดไม่ออก...สื่อนอกวิจัย..ให้จับหลักสักครู ...ความรู้อะไรจะพรั่งพร้อม..ลองดูครับ

นำเสนอเมื่อ : 12 มิ.ย. 2552

คิดอะไรไม่ออก

ให้ล้มตัวลงจับหลัก นอกขอบปัญหาออก



สื่อเมืองผู้ดี ดีข่าวผลวิจัย ระบุ การนอนหลับทับปัญหา และยิ่งถึงกับฝันได้ก็ยิ่งดี จะช่วยนึกแก้ปัญหาออกได้ เพราะการนอนช่วยให้เกิดความคิดสร้างสรรค์...

นักวิจัยมหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนียแห่งสหรัฐอเมริกา บอกหนทางสวรรค์ให้ว่า หากพบปัญหาปวดหัว ก็ไม่ต้องงอแงมอแงใจให้รีบจับหลักไปเลย พอล้มตัวตื่นขึ้นก็จะคิดออกเอง หนังสือพิมพ์รายวัน "เดอะ เดลี่ เทเลกราฟ" มีชื่อเสียงเมืองน่าชา รายงานข่าวเรื่องนี้ว่า ทีมนักวิทยาศาสตร์ระหว่างชาติ ซึ่งมีศาสตราจารย์ชารา เมตริก มหาวิทยาลัยแคลิฟอร์เนียเป็นหัวหน้า ได้พบว่า การนอนหลับทับปัญหา และยิ่งถึงกับฝันได้ก็ยิ่งดี จะช่วยนึกแก้ปัญหาออกได้จริงๆ เพราะการจับหลักจะช่วยให้เรามีความคิดสร้างสรรค์ดีขึ้น ช่วยให้คิดนอกกรอบกว้างและไวขึ้น ยิ่งฝันได้ยิ่งดีใหญ่ ยิ่งจะช่วยให้ คิดออกขึ้น"

รายงานผลการศึกษา เสนอในวารสารวิชาการของสมาคมวิทยาศาสตร์แห่งชาติสหรัฐกล่าวว่า อาจารย์เมตริกได้ระบุว่า "เราพบว่า เวลาจะข่วยแก้ปัญหาความคิดสร้างสรรค์ของงานที่ทำอยู่เองแต่ถ้าหากเป็นปัญหาใหม่ๆ จะต้องให้เป็นระหว่งการนอนหลับระยะที่สอง ที่มีการกลอกตาอย่างรวดเร็วเกิดขึ้นเท่านั้น จึงจะเกิดความคิดสร้างสรรค์ขึ้น"

- โดย ทีมข่าววิทยากร
- 12 มิถุนายน 2552, 05:30 น. ขอบคุณ ไทยรัฐออนไลน์ ครับ

ในฝัน - ทูล ทองใจ ตันฉบับ

