



开栏语

周末,是每个人都望眼欲穿的日子,大家或是疯狂玩乐或静心休闲,报纸电视上那些让人神经紧绷的政经大事或社会热点,也该让位于轻松快意的话题了。为此,我们从本周末起推出“周末知了”栏目,力求以轻松的话题,独特的视角,让您周末拿着晚报时能在愉悦中有收获,乐和里也有思考。

周末知了【揭秘最强大脑】

最强大脑?不少是练出来的

电视里不少烧脑项目看着太难,其实普通人训练后也能做到

《最强大脑》选手王昱珩协助山东警方破案一事,广受网友热议。有报道称王昱珩凭超强观察力提供了信息,帮助警方抓获了嫌疑人。但24日潍坊交警官微发文称,他的推断在案件侦破中没有发挥太大的作用。

有网友怀疑节目组为宣传效果,夸大了选手拥有的“神奇能力”。真相如何尚待讨论,但无可否认的是,像王昱珩一样,越来越多的“牛人”开始在电视节目中展现他们异于常人的超强能力:逆天的计算力、惊人的记忆力、细致入微的观察力等等。

事实上,在这些炫酷的脑力大战背后,其实隐藏着汗水和门道。



王昱珩在参加电视节目时上演“微观辨水”。(资料片)

本报记者 魏新丽 实习生 王荣 洪铭宇 马以妹

记忆技巧都是能学会的

陈大纪是山东省淄博市审计局的一名会计。去年,他参加了《最强大脑》第二季,挑战七阶幻立方,取得成功。在舞台上,陈大纪请嘉宾在框架内指定任意起始点,他不借助计算机,徒手编制出七阶幻立方,这是一个需要强大计算力和记忆力的挑战。陈大纪还是151阶的完美幻立方的世界纪录保持者。但是,陈大纪依然认为,自己是一个“没有任何异能的普通人。”

26岁时,陈大纪在研究幻立方的时候创造了一个新方法,用这个方法来计算,他用不到一个星期的时间就做出了101阶幻立方,这在业界看来是不可思议的。而他的世界纪录,以及在电视节目上的挑战,都是基于这个方法上的创新。“能记住什么东西不是最强大脑,能创造出什么东西才是最强大脑。”他说,这种创造力来自于多年的坚持:“像个钉子一样,把精力用在一个地方,就一定会做出常人做不到的东西。”他说。

虽然电视节目中的选手们在普通观众看来,仿佛有着超能力,但是陈大纪在与其他选手的接触中发现,其实他们绝大多数也属于普通人的范畴,他们的成功大多建立在技巧和训练之上。“所谓的世界记忆大师,其实都是有特殊的记忆技巧的。”陈大纪说,“他们可以短时间记忆一副扑克牌的顺序,而这些都是可以习得的。”

心理学博士、思维研究者采铜说,选手们是有训练方法的,比如说记忆术。“特指对无意义的信息能够记得很牢。训练方法是将无意义的东西赋予想象力,变为有意义的东西,成为便于理解的东西。”采铜说,这需要有专门的一套方



陈大纪(左一)在参加《最强大脑》节目。(资料片)

法,且得要经过长期的训练,才可以获得强大的记忆无用信息的能力。“看上去神乎其神的辨认物品,找水杯,找唇纹等,其实都是来源于此技术。”他说。

对大多数人来说,差异尚未成为不可逾越的鸿沟。杜宜峰说:“人的智商有差别,但除了极端案例,普通人之间不会差到天上地下。”

采铜也说:“所谓的天赋,并不是多数观众所理解的那种。可能选手在智力某些方面超越常人,但是超出的程度并不是节目里展现出来的那么大。观众没有相应知识,就会觉得怎么这么厉害,是不是大脑构造很特殊,但其实并没有证据证明他们的大脑异于常人。”

模指导组组长高治源在教学过程中也发现,天赋是有差别的。“数学需要计算能力和空间想象能力,不同的孩子之间是不同的。做个简单的加法,有的孩子就要数指头细算,有的孩子只需要脑内想象一下,还有孩子小学就可以学习微积分了。我们应该承认这些特殊性。”他说。但是,杜宜峰也表示,现在的科学研究尚未能理清先天和后天的具体影响。对于人脑的研究,尚有许多谜团待解。

因此,虽然天赋很重要,但

对大多数人来说,差异尚未成为不可逾越的鸿沟。杜宜峰说:“人的智商有差别,但除了极端案例,普通人之间不会差到天上地下。”

采铜也说:“所谓的天赋,并不是多数观众所理解的那种。可能选手在智力某些方面超越常人,但是超出的程度并不是节目里展现出来的那么大。观众没有相应知识,就会觉得怎么这么厉害,是不是大脑构造很特殊,但其实并没有证据证明他们的大脑异于常人。”

智力个体差异大,但并非不能逾越

其实,从专业的层面分析,先天的智力和后天的智力有各自不同的属性。根据美国心理学家雷蒙德·卡特尔的研究,智力可以分为流体智力和晶体智力。流体智力,是一个人生来就具有的能力,相当于天赋,依赖于基因遗传,很少受教育文化的影响。它包括知觉速度、机械记忆、识别图形关系等。而晶体智力则需要通过教育来获得,它包括词汇概念、言语理解、常识等记忆储存的能力。

因此,首先,我们得承认人的一部分智力属于天生的,并且存在差异。山东省立医院神经内科主任杜宜峰说,从生理学和解剖学的层面讲,人与人之间确实有差异。“有的人的脑子就是特别好用,学东西特别在行,这是因为遗传因素决定了大脑的功能差别。大脑不同区域负责不同的功能,区域之间又相互联系,这些复杂的关系决定了一个人的天赋。”

中国幻方研究者协会主席、延安职业技术学院数学建

效仿。最强大脑是靠练出来的,不是靠生出来的。”

这种训练,既包括对流体智力的训练,也有对晶体智力的训练。虽然天赋很重要,但是并不是一成不变的,它可以通过后天的训练得到拓展。主要训练是“工作记忆以及专注力。”前者可以通过设定好的

电脑游戏,后者则需要通过冥想练习。训练这两种能力,将会使天生的“流体智力”得到显著提高。

这就好比一个足球运动员,肌肉、肺活量等属于先天的体力要素,但是可以通过训练得到提高。而踢球的技巧则是后天习得的。这两者既依赖

于天赋,又依赖于训练,但正常来说,即使天赋异禀,没有训练也是无法达到专业运动员的水平。

“那些选手厉不厉害?确实厉害,但是是不是先天的脑子特别发达?并不是,更重要的是后期刻苦的训练。”采铜说。

头条链接

看着能力挺酷 其实用处不大

电视节目中,评委会对选手进行打分,用“科学分”来评判选手的难度。但是思维研究者采铜对此表示质疑,科学分科学吗?“给一个东西打分,需要参照系,但是在这个节目里,每个设计都是没有先例的,挑战是一个独一无二的。”采铜说,“看到的选手可能很厉害,但是别人到底能不能做到,并不知道。说他难,只是感觉难,很难进行量化处理。据我所知,心理学上的判定,也通常是需要两个条件之间的比较,是比较的结果,不是绝对值。”

而这种挑战是否真的有意义,采铜持怀疑态度。“比如记忆术,对于大多数人来讲是没有意义的。对我们去学习、读大学、做研究,用处不大。学习要思考问题,解决问题,提出有意义的东西,不需要无意义的东西困扰。如果一个人花了很多时间做专门训练,意味着其他时间占用了,对个人成长也是不利的。所以虽然电视节目看上去很酷,但是对大多数人来说没有借鉴作用。”他说。

而高治源也表达了同样的观点。他以心算为例,称数学老师其实一直不提倡这种方法。“因为它是换了一种规律和算法,实际上在练习上很浪费时间,有点划不来。现在有计算器,比人脑更方便,没必要付出那么多代价。”本报记者 魏新丽

为开发孩子“天眼” 家长被骗十万

眼下在一些城市,号称开发“特殊潜能”的培训,正成为不少儿童培训机构的热推项目。据说,仅在深圳一地,就有数十家机构开设了此类课程。一些孩子通过培训,可以透视身体、蒙眼看书……媒体上屡屡能看到人们对这类培训班的质疑。

2015年7月,有成都的家长向媒体投诉,称当地的一家培训机构,在收取了十万元的学费后,自己的孩子学习了一年多的时间,都没有出现机构宣称的可以“开天眼”看东西的效果。据孩子家长称,在宣传的时候,培训师称只要上他们的第一节,就可以达到“开发天眼”的效果。但是孩子在学习了一年多之后,却没有出现任何效果,所以她才向培训班提出要退款。

此外,2012年发生在上海的“赢在右脑”培训班的涉嫌诈骗案,是这些遭遇家长投诉的案例中影响最大的一次。当时,曾经是上海市三八红旗手的企业家雷雅茹,创办了一间儿童培训机构——闵行新雨教育培训中心,打出了“右脑培训开发”的旗号,声称学生在经过培训之后,不需要看字,就可以阅读,而且不同的人可以用不同的方法,有些人通过听翻书声、闻味道,甚至用额头感知的方法,就能达到辨认扑克牌或者识别文字的效果。

其后,由于遭到了家长的举报,雷雅茹的培训班因涉嫌诈骗而被立案。举报的家长认为,“赢在右脑”培训纯属骗钱。“所谓的蒙眼识字,其实是让孩子透过布条的缝隙进行偷看,并且还让孩子学会了撒谎。”反对的家长这样说。最终,“赢在右脑”因为违规办学而被有关部门停办,但是涉嫌诈骗一案却并没有传出处理结果。据羊城晚报

即使天赋异禀,不训练也难“脑洞大开”

杜宜峰认为,后天的努力对智力的提升是非常重要的。“烧脑”类电视节目中的很多项目仅仅是看上去很难,其实普通人通过技巧学习和训练也能达到。果壳网主笔游识猷的《练出来的才是最强大脑》一文中说:“事实上,通过训练得到的天才更值得赞许和