

## 3 «κακές» συνήθειες που δείχνουν εξυπνάδα!

/ Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός



Είναι πολύ πιθανόν να θεωρείς τις συνήθειες που ακολουθούν ως περίεργα αν όχι κακά στοιχεία του χαρακτήρα σου. Κάνεις λάθος! Αντίθετα σημαίνουν εξυπνάδα και δημιουργικότητα!

### **Πιάνεις τον εαυτό σου να ζωγραφίζεις μουτζούρες χωρίς λόγο**

Οι ερευνητές υποστηρίζουν ότι όσοι έχουν υψηλή νοημοσύνη αναζητούν, συνήθως χωρίς να το καταλαβαίνουν, εναλλακτικούς τρόπους για να εκφράσουν τη δημιουργικότητα και τις ιδέες τους. Αυτό κάνουν και κορυφαίοι ζωγράφοι, όπως ο Van Gogh και ο Picasso, αλλά και ιδιοφυΐες της μουσικής, όπως ο Beethoven και ο Mozart.

### **Μήπως αφήνεις δουλειές στη μέση;**

Μάλλον νομίζεις ότι αυτό είναι μεγάλο σου ελάττωμα. Κι όμως, σύμφωνα με τον επιχειρηματία Roger James Hamilton, πολλοί άνθρωποι, παρόλο που είναι πολύ έξυπνοι και δημιουργικοί, δεν είναι και τόσο καλοί στο multitasking.

## **Προτιμάς να ξενυχτάς παρά να ξυπνάς νωρίς το πρωί**

Έρευνα του London School of Economics, υποστηρίζει ότι όσοι κοιμούνται αργά το βράδυ είναι αρκετά πιο έξυπνοι από εκείνους που συνηθίζουν να κοιμούνται πιο νωρίς. Η μελέτη αυτή έρχεται να συμπληρώσει και ένα ακόμη συμπέρασμα Γερμανών ερευνητών: Ότι το να κοιμόμαστε γύρω στη 1 το βράδυ και το να ξυπνάμε μετά τις 12 το μεσημέρι, κάνει πολύ καλό στη ψυχική μας υγεία!

**Πηγή:** [.cytoday.eu](http://.cytoday.eu)