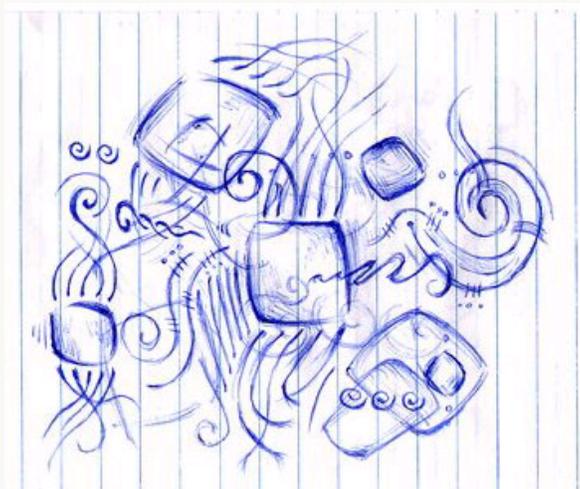


来源：新华网 发布时间：2009-3-2 8:49:28

[小字号](#)[中字号](#)[大字号](#)

## 研究发现学生随手涂画有助其集中注意力



学生听课时若在本子上乱涂乱画，教师通常会认为他们注意力不集中。但是，英国研究人员发现，随手涂画可能有助于集中注意力。

杰姬·安德雷德是英国普利茅斯大学心理学家，邀请40名成年男女参与实验，所获结果2月26日由英国《应用认知心理学》（*Applied Cognitive Psychology*）杂志刊载。

安德雷德让受试者听一段两分半钟模拟电话录音，内容单调乏味，涉及策划一场聚会。录音提及参加和缺席聚会者的姓名、地点和一些不相关信息。

她让所有受试者听录音时写下参加聚会者的姓名，要求其中一半人同时在纸上随意涂画，对另一半人没有这项要求。

放音结束后，安德雷德发现，随意涂画的人所记姓名多于另一半人。而且，他们大脑中平均记住的人名和地名比其他人多29%。

这些结果显示，随手涂画或许能让人记住更多细节，提高记忆效率。

安德雷德认为，人们之所以能边涂画边记住更多信息，首先是因为随手涂画简单得不用动脑，丝毫不影响大脑完成主要任务；另外，随手涂画能让人避免走神，更容易集中注意力。

她说：“人们做一项枯燥工作时，如听单调的电话录音，注意力可能开小差，影响工作效率。随手涂鸦之类简单方法既不会影响主要工作，又足以让人不再走神。”她认为，学生在课堂上随手涂画是好事。如果在涂画和开小差之间选择，前者更能让教师放心。

[更多阅读](#)

[《应用认知心理学》杂志论文摘要（英文）](#)

[英国《卫报》相关报道（英文）](#)

发E-mail给:

go

[打印](#) | [评论](#) | [论坛](#) | [博客](#)

读后感言:

发表评论

#### 相关新闻

《科学》：选举是否是一种儿戏  
美研究称：孤独危害如同吸烟和肥胖  
《心理学》：女性对待同性朋友更加“苛刻”  
研究证实：写日记可使心情变好  
美研究：肢体语言示贫富 出身较好的人更粗鲁  
美研究揭示为何人们认为100美分比1美元钱多  
美研究：电视或致抑郁 电子游戏或阻人格发展  
高校心理委员形同虚设 学生担心隐私外泄成主因

#### 一周新闻排行

2009年博士后最佳雇主排名颁布  
科技部公布新认定7个国家大学科技园名单  
《科学》杂志一篇新闻报道值得商榷  
留学基金委公示优秀自费留学生奖学金获奖名单  
08诺奖失意者罗伯特·加罗获得百万美元大奖  
吴谨：第三只眼看SCI  
盘点历史上影响最大的10个实验  
2月20日《科学》杂志精选