

конечно, их количество может быть большим. Можно выделить и древний обонятельный интеллект — дегустатора, повара. Дополнительную компоненту межличностного интеллекта — эмоциональный интеллект и т. д. Но что полезного мы можем извлечь из этой информации?

Во-первых, принципиально меняется подход в оценке умственных способностей: не насколько вы умны, а в чём вы умны. Важно понимание, что через более развитую составляющую интеллекта можно оптимально усилить и развить другие. Классический пример — школы танцев для трудных подростков. Слабо социализированных, отстающих в учёбе ребят принимали в школы танцев, и через совершенствование телесно-кинестетического интеллекта они уходили от неблагоприятного варианта жизни, становились полноценными членами общества.

Во-вторых, гармоничная активизация всех видов интеллекта делает нашу жизнь более яркой и интересной. Например, если не удаётся решить какую-то проблему, попытайтесь подойти



Проект «Долголетие» доктора Льюиса Термана

из Стенфордского университета позволил сформулировать зависимость здоровья и долголетия человека от его интеллекта, черт характера и условий жизни. На протяжении 100 лет команда исследователей отслеживала судьбу 1528 талантливых мальчиков и девочек, родившихся в начале XX века. Исследование выявило, что больше всего с долгожительством и здоровьем коррелируют такие личные качества, как ответственность, добросовестность, благоразумие, упорство и организованность.

к решению не только через логический интеллект, но и через другие его грани: нарисовать — пространственно-визуальный, станцевать — телесно-кинестетический, спеть или простучать — музыкально-ритмический, обсудить с другим человеком — межличностный. Разностороннее применение теории множественного интеллекта очень активно используется в техниках по улучшению памяти, изучению языков.

В-третьих, понимание теории множественного интеллекта делает нас умнее, так как мы получаем хороший инструмент для собственного развития.

Сегодня задачей современного человека является умение активировать все типы интеллекта. При этом осознанность тренировки, а также контроль следующих за ней изменений значительно увеличивают эффективность воздействия. Такой подход применим как к тренировке физического тела, так и интеллекта.

Почему так важно знать о принципах работы головного мозга? Зна-