



ŒU ACAYIP BEYİN




İnsan beyni ile ilgili şaşırtacak bilgiler

- ▶ Sol beyin, rasyonel ve stratejik düşünceler üretip uzun vadeli planlar yapar. 'Eğer' ve 'fakat' sözlerini çok kullanır. Sağ beyin ise duygusaldır. Sıcaklık ve yakınlığa önem verir. Daha yuvarlak düşünür. En çok ürettiği kelimeler, 'hemen' ve 'şimdi' dir. Sol beyin gerçekleri, sağ beyin duyguları, ön beyin doğruları analiz eder.
- ▶ İnsanda sağ beynin fonksiyonu olarak güzelliği sevme eğilimi vardır. Kadınlar, beyinlerinin bu bölgesinin fazla çalışmasından kaynaklanan biyolojik eğilimleri gereği estetik duyusuna, erkeklerden daha çok önem verir.

- 
- ▶ Uzun süreli depresyon varlığı kişide Alzheimer riskini iki kat arttırır. Kronik alkol kullanımını ise beyinde belirgin yıpranma yaparak, Alzheimer hastalığına zemin hazırlar.
 - ▶ Yeni edindiğimiz bilgileri 24 saat içerisinde tekrar eder, konu üzerine kafa yorar ve hayal kurarsak, beyinde bir network oluşur ve öğrenilenlerin kalıcılığı sağlanır. Bu şekilde kimyasal kayıt yapılır.
 - ▶ Çocukluk ve gençlik döneminde yaşananlar daha sonra yaşananlara oranla daha az unutulurlar. Bazen insanlar o yaşlarda hiçbir anlam veremedikleri halde, öğrendikleri bilgileri aynen aktarabilirler. Bunun nedeni, bu çağlarda beynin öğrenme kapasitesinin ve öğrenilenlerin arasında bağ kurma yeteneğinin yüksek oluşudur.

- 
- ▶ Çocuklar, altı yaşına gelene kadar duygusal empatiyi, daha sonra da zihinsel empatiyi öğrenirler. 10-12 yaşlarında ise soyut empati yeteneği kazanılır.
 - ▶ Gece uykusu gündüz öğrenilenleri pekiştirir. Beyin için “en ideal uyku” olan gece uykusu, beyinde bulunan sinir hücreleri arasındaki bağların geliştirilmesini sağlar. Bu sayede beyin gündüz öğrendiklerini gece kayda geçirir. Sağlıklı beyin için uykunuza özen gösterin. Çünkü yetersiz uyku beyninizi etkiler ve iradenizi zayıflatarak tepkilerinizi yavaşlatır.
 - ▶ İnsan beyni geçtiğimiz 10.000-20.000 yıllık süre içerisinde kademeli olarak küçülüyor.

- 
- ▶ İnsan beyni, merkezi sinir sisteminin merkez komutası olarak görev yapmasına rağmen, insan vücudunda sinirlerden yoksun tek organdır. Bu basitçe, insan beyninin acı hissetmediği anlamına gelir.
 - ▶ İnsan beyni, insan vücudunda üretilen toplam enerjinin en büyük kısmını tüketir. Kesin olmamakla birlikte, beyin toplam vücut ağırlığının yalnızca yüzde 2'sini oluşturmasına rağmen, bu enerjinin yüzde 20'sini tüketir. Enerji, sağlıklı beyin hücrelerini korumak ve sinir sinyallerini beslemek için hayati bir öneme sahiptir.
 - ▶ Beyindeki mevcut nöronların sayısı, dünyadaki toplam insan nüfusunun 15 katıdır, bu da yaklaşık 100 milyar kadardır. Bu fazla sayıdaki nöronlar, beyin işlem yeteneğini artırır.
 - ▶ Beynimizin yalnızca yüzde 10'unu kullandığımız popüler efsane, yanlış yorumlanmıştır. Yapılan beyin taramaları, uyurken bile beynimizin çoğunu kullandığımızı açıkça göstermektedir.

▶ **KAYNAKÇA**

▶ **Bilimgenç**

▶ <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://www.hurriyet.com.tr/kesfet/sizi-sasirtacak-beyinle-ilgili-10-ilginc-bilgi-40431731&ved=2ahUKEwifhuDHI8vvAhVJnqQKHWIWBC0QFjAOegQILxAC&usg=AOvVaw2x0k3bMkwCK6E--CmxtEQb>

▶ **FERİDE BACAKLI**

▶ **404 10/A**