

我的大腦騙我？



昨天回家時，我明明順手就把鑰匙放在桌上，怎麼今天卻不見了？我翻遍桌面、抽屜和沙發，找了半天，最後竟然放在書包裡！難道是我記錯了？我的大腦出了什麼問題嗎？為什麼最近總是記錯、看錯，甚至記得一些「根本沒發生」的事？

你有沒有遇過類似的事：明明很確定，結果卻完全不是那樣？別急著怪自己粗心，先打開下一頁，玩三個小遊戲，看看你的大腦究竟可不可以靠！

腦力大考驗

1 情境題

下列情況，在你有發生過的格子中打✓。

- ☐ 我明明記得把聯絡簿放進書包，到了學校卻找不到。回家才發現，它其實還躺在書桌上。
- ☐ 我記得鉛筆借給同學了，但他卻說沒有！最後在我自己的書包裡找到，根本沒借出去。



- ☐ 我和朋友約在操場集合，結果他一直在走廊上等我。原來我們不是約在操場啊……



- ☐ 我確定我昨天晚上已經倒過垃圾了，結果今天回家垃圾桶還是滿的。



如果你打勾的項目超過一半，先別緊張，這並不代表你的大腦壞掉了！我們每天要記住很多事，大腦常常會用「我以為」、「應該是」來快速整理記憶；因此，它有時會將「想做的事」記成「已經做過」，或是把相似的場景混在一起，這些都是大腦很常見的小失誤喔！

2 顏色挑戰

計時 10 秒鐘：不要管文字的意思，只看每個字真正的顏色，再從右邊的「答案選項」中，選出對應代號，填入括號中。

題目

紫色
(E)

綠色
()

白色
()

藍色
()

紅色
()

藍色
()

答案選項

紫色 A
綠色 B
紅色 C
白色 D
黃色 E
藍色 F

你是不是差點被文字騙了？看到「紅色」兩個字，大腦就立刻聯想到紅色，沒想到題目卻是問那個字是什麼顏色。

這個遊戲其實是在訓練大腦「煞車」！當文字和顏色在大腦裡「打架」時，你越能冷靜判斷，就越能鍛鍊出專心和控制衝動的能力喔！

3 記憶力大考驗

準備好了嗎？

請先看左邊的詞語 5 秒鐘，努力記起來。時間一到，蓋住左邊，從右邊圈出你剛剛看過的詞語。

題目

書桌 打呼
夜晚 作夢 清醒
被子 休息 床
疲倦 躺下 枕頭

請圈選

夜晚、作夢、課本、
打呼、枕頭、睡覺、
籃球、老師、被子

核對答案，你全都答對了嗎？有沒有不小心圈到「睡覺」？如果有，也別緊張，這是大腦的小魔術！看到「作夢、疲倦、枕頭、打呼」這些與睡眠高度相關的詞，大腦會自然的想到「睡覺」，並把這個詞混進你的記憶裡。