

等待时间越长 生活越幸福成功

“糖果诱惑”预知孩子未来

该实验已成情商研究的基石 可能有助减肥革命

后吃糖果
学业出众 更有主见
果汁软糖实验是世界上最简单,也是最成功的行为实验之一,由沃尔特·米舍尔教授设计。他于上世纪 60 年代在加利福尼亚州斯坦福大学校园里一间幼儿园开始这项实验。

米舍尔找来数十名孩子,在每人面前放一块果汁软糖,告诉他们糖可以吃,但如果等到他返回时再吃就可以多得到一块。然后他便离开教室 10 到 15 分钟。

通过观察发现,有三分之一的孩子马上就开始吃糖果,还有三分之一则一直等米舍尔回来兑现额外奖励后才开始吃,另外三分之一儿童开始坚持但后来忍不住放弃等待。

直到 14 年后这些孩子中学毕业,开始进入高等院校学习或工作,米舍尔才开始研究的下一步。他发现当年马上开始吃糖的孩子在青少年时期表现得缺乏自信,与同龄人相处不好;等到最后才吃糖果的孩子则交际能力强、有主见且学业出众。“等待者”比“不等者”考试成绩

要知道一个孩子未来会怎样,借助一颗糖果或许可以作出预测。
美国心理学家通过一项果汁软糖实验发现,一个人在孩童时期应对诱惑的表现影响他日后人生道路的顺逆,在吃糖之前等待的时间越长,以后生活就越幸福、成功。



平均高出 210 分。

延迟满足
等待更易使人成功
米舍尔通过多年观察这些实验对象得出结论:对待糖果诱惑态度与日后成功与否有关。一个 4 岁儿童在吃糖之前等待的时间越长,以后生活就越幸福、成功。

为了说明这种现象,米舍尔提出了“延迟满足”这一概念。能够坚持等待就是能够延迟满足。具有延迟满足能力可以使孩子在成人后容

易获得成功。
英国《星期日泰晤士报》11 月 2 日评论说,果汁软糖实验有助于研究与受教育程度及理性认识无关、而由情绪决定的人类特性。这一实验是研究情绪智商,即 EQ 的基石。

米舍尔的研究成果已深入到美国生活的方方面面。例如商业顾问以延迟满足为例,告诫企业家要抵制住那些短期内促升股价但可能有损长远利益的策略。

全新尝试
可能带来减肥革命

有人曾对实验准确性质疑,如果改用果冻或太妃糖等其他糖果,可能会得出不同结果。但还是有很多人把果汁软糖实验作为例证,说明情商对孩子未来发展起关键作用。

实验并未就此结束。现就职于纽约哥伦比亚大学的米舍尔正在深化这项研究,希望发现诱惑抵制能力如何产生,为什么有些人抵制诱惑的能力比其他人强。

米舍尔一直跟踪调查那些研究对象。他们现在都已 40 多岁。米舍尔从中选出 40 人,为他们作脑部扫描。通过对比“等待者”和“不等者”的脑部扫描图,研究是否有方法提高自控力、培养延迟满足能力。

米舍尔设想,或许可以通过教孩子用不同方式看待糖果来培养延迟满足能力。

《星期日泰晤士报》评论说,如果米舍尔找到提高自控力的办法,可能能够帮助那些爱吃糖的孩子改变未来,或是帮助人们减少食欲,带来一场减肥概念革命。

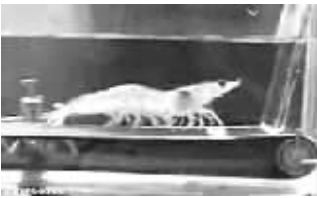
(新华)

奇闻趣事

爱锻炼的虾 “跑步机”上健身 3 小时

美国科学家日前做了一项特殊实验,把一只活虾放到一个特制“跑步机”上跑步锻炼,以此来研究甲壳类水生动物的活动水平。记录这项实验过程的视频随后在网上迅速流传,这只活虾现在成为网络“红人”。

科学家在一个水缸内装上一个自制迷你“跑步机”,然后把一只体长约 10 厘米的活虾放到跑步机上,观察它的运动情况。通过实验科学家发现,活虾在跑步机上的移



动速度最快达到每分钟 20 米,而且它可以连续跑动长达 3 小时,期间没有出现疲劳迹象。

(新华)

科技前沿

日本成功克隆冷冻实验鼠 猛犸象或能复活

日本理化研究所 4 日发表新闻公报说,该所研究小组用冷冻保存了 16 年的实验鼠尸体克隆出新个体,这项成果或许能使沉睡于永久冻土下的猛犸象等已灭绝的动物复活。

理化研究所发展生物学研究中心的研究人员从冷冻了 16 年的实验鼠尸体中获得细胞组织,然后在神经诱导培养基内将其轻轻碾碎,取出细胞核。接着,研究人员把

细胞核植入健康实验鼠的无核卵细胞中,培养出克隆胚胎,然后用克隆胚胎制造出胚胎干细胞,将其增殖后进行第二次核移植。研究人员把最终得到的细胞核植入代孕母鼠的子宫,克隆出 4 只小鼠。

公报说,这项研究首次证明了即使细胞因冷冻死亡,组织受到破坏,只要细胞核正常,那么利用这些细胞核就能使死亡细胞创造生命。

(钱铮)

考古发现

鲸的祖先有 4 条腿

鲸是哺乳动物是众所周知的事情,但是很少有人知道鲸的祖先生活在陆地上,它们曾经有 4 条腿。这是美国古生物学家马克·尤恩最近根据化石研究得出的结论。

尤恩指出,鲸类的远古祖先曾经生活在陆地上,它们像鳄鱼一样依靠四肢爬行。之后,它们逐渐开始了两栖生活方式,身体形态也逐渐发生变化,原先的四肢演化成了

鳍。
尤恩的研究对象是一种名为“乔治亚鲸”的古老鲸类化石。这种鲸主要生活在大约 4000 万年前的墨西哥湾沿岸。尤恩发现,乔治亚鲸并没有尾鳍,相反,它们身体的后部结构倒很像是现在的鳄鱼,长有一对非常发达的后腿。正是这两条后肢扮演着发动机的角色。

(徐娜)

英国 57 岁妇女 后花园造出“火箭汽车”



据英国媒体 11 月 4 日报道,英国 57 岁妇女坎贝尔在自家后花园制造出了一辆时速达到 482 公里的“火箭汽车”,它从零加速到

160 公里只需半秒。

这辆火箭汽车的发动机非常可怕,它装有 4 个固液混合火箭,使用一氧化二氮和生物燃料作为燃料,一共可产生 8000 磅推进力,与一架“红箭”喷气式战斗机不相上下。

坎贝尔花 5 年时间设计和制造出了这个重 400 公斤的“速度怪物”。在点燃发动机前,她不得不申请爆炸物许可证。

(杨凌)

科普新知

美国最新研究显示洗手无法彻底消灭细菌 女性手上细菌种类更多

美国科研人员最新研究发现,与男性相比,女性手上细菌种类更多,而且每个人手上的细菌种类超过预期。

美国科罗拉多大学研究者从 51 个大学生的手上提取样本,运用聚合酶链式反应技术放大细菌脱氧核糖核酸(DNA),同时使用焦磷酸测序技术给基因物质排序。

研究人员共从 102 只手上检测出分属 4742 类的 33.2 万个细菌,平均每个学生手上携带分属 150 种的 3200 个细菌。但是,在每只手上都能发现的细菌只有 5 种。不仅个体之间手上细菌种类差异大,同一个人左右手上的细菌种类也只有 17% 相同。

研究报告刊登在 3 日的美国《国家科学院学报》网络版上。报告作者之一、科罗拉多大学生物化学助教罗布·奈特说:“让我们感到惊奇的不仅是个体间的差异,还有同一个体两只手之间的差异。”

“我们对发现的细菌种类和数目感到惊讶。我们还发现女性手上细菌种类多于男性。”研究人员说。

研究人员还无法确认女性手上细菌种类比男性多的原因,但研究者猜测这也许与皮肤酸碱度有关。酸性环境不利于微生物多样性。

研究人员说,通常男性皮肤酸性高于女性。此外,差异可能与汗水和油脂腺分泌、涂抹保湿霜或化妆品、皮肤厚度以及荷尔蒙分泌量有关。研究人员发现,在皮肤表层下无法清洗的部分,女性携带的细菌更多。

尽管研究人员强调日常勤洗手的重要性,但他们在研究报告中指出,洗手无法彻底消灭细菌。洗手后细菌群体能迅速复原,而洗手无法清除皮肤表面大部分菌群。虽然通常女性洗手次数多于男性,但还是女性手上细菌种类更多。研究人员随后挑选 8 个人在洗手后跟进测试,结果发现洗手后细菌群体需要时间恢复,但一些细菌喜欢干净的手。

至于左右手上细菌的差异,研究人员猜测可能与外部环境有关。例如一只手碰到了油性、含盐分或者潮湿的环境表面。

(新华)

让人叹为观止 的真实奇景



在西伯利亚海域,天然地形成了一个月亮和星星的岛屿,让人不得不称奇。



在加拿大海边,有著名的袋鼠饮水石。“袋鼠”锐利的目光令人胆寒。



南斯拉夫境内,一只“老猫”睡得还挺香。



印度洋中的一个海湾,从高空看竟是死亡的武士的形状。



1975 年,在美国俄亥俄洲,两个龙卷风相互交汇,竟产生了心的形状,可估计当时没人敢仔细欣赏这一幕。



南美火地岛,地面变成了一个骷髅头,感觉像地狱。

(任民)