

## [Akceptuje](#)

W ramach naszej witryny stosujemy pliki cookies w celu świadczenia państwu usług na najwyższym poziomie, w tym w sposób dostosowany do indywidualnych potrzeb. Korzystanie z witryny bez zmiany ustawień dotyczących cookies oznacza, że będą one zamieszczone w Państwa urządzeniu końcowym. Możecie Państwo dokonać w każdym czasie zmiany ustawień dotyczących cookies. Więcej szczegółów w naszej [Polityce Prywatności](#)

[Portal](#) [Informacje](#) [Katalog firm](#) [Praca](#) [Szkolenia](#) [Wydarzenia](#) [Porównania międzylaboratoryjne](#)  
[Kontakt](#)



**[Laboratoria](#)**  
**[.net](#)**  
**[Innowacje](#)**  
**[Nauka](#)**  
**[Technologie](#)**



[Logowanie](#) [Rejestracja](#) [pl](#)

Newsletter

zapisz się

Naukowy styl życia

Nauka i biznes

- [Nowe technologie](#)
- [Felieton](#)
- [Tygodnik "Nature"](#)
- [Edukacja](#)
- [Artykuły](#)
- [Przemysł](#)

[Strona główna](#) > [Informacje](#)

# Inteligencja tak jak mięśnie, wymaga stałego użycia



**Inteligencja, czyli zdolność pojmowania, rozum, jest w pewnym zakresie wrodzona, tak jak budowa ciała. Ma ją każdy. Ale inteligencja - tak jak mięśnie - wymaga stałego użycia, inaczej nie rozwija się - mówi PAP psycholog prof. Czesław S. Nosal.**

Uczony z Uniwersytetu Humanistycznospołecznego SWPS (filia we Wrocławiu), badacz ludzkiego umysłu i inteligencji, jest mentorem naukowym polskiego oddziału Mensy - elitarnej organizacji, która skupia najbardziej inteligentnych ludzi. W Krakowie od 10 do 14 sierpnia trwa Europejski Zjazd Mensy.

Prof. Nosal określa inteligencję „klejnotem ludzkiego mózgu”, a jednocześnie porównuje ją do mięśni. Z inteligencją, czyli zdolnością rozumienia i mądrego wyboru, opartego na trafnym wnioskowaniu i ocenie sytuacji, rodzi się każdy człowiek.

„Inteligencja nie jest tajemniczą siłą, trzeba ją po prostu rozwijać. To tak jak z mięśniami - ma je każdy, ale jeśli będziemy siedzieć ciągle w fotelu, to one nie rozwiną się” - zaznacza psycholog.

By rozwijać inteligencję - mówi profesor - należy nieustannie rozwiązywać jakieś zadania. Ważną rolę odgrywa otoczenie: ono powinno umożliwiać rozwój inteligencji, stymulować do działania i premiować. Przykładem organizacji pomagającej inteligentnym osobom jest Mensa, która w Polsce mogła otworzyć oddział dopiero po upadku komunizmu.

Czy poziom inteligencji jest cechą wrodzoną czy nabytą? - pytany o to profesor przywołuje biblijną przypowieść o talentach, którymi właściciel obdarzył swoje sługi: „+Jednemu dał pięć talentów, drugiemu dwa, trzeciemu jeden, każdemu według jego zdolności+. Po dłuższym czasie przekonał się, że dwaj pierwsi pomnożyli swoje talenty w dwójnasób, a trzeci nie, bo zakopał go w ziemi” - mówi profesor i wyjaśnia, że podobnie jest z inteligencją.

„Jedni ją rozwijają, stawiając sobie coraz wyższe wymagania intelektualne, inni zaś marnotrawią możliwości, poprzestając na miernych celach i braku ambicji. Biblijna przypowieść kończy się wszak paradoksalnym wnioskiem: +Każdemu, kto ma, będzie dodane, tak, że nadmiar mieć będzie. Temu zaś, kto nie ma, zabiorą nawet to, co ma+. W odniesieniu do inteligencji paradoks ten znika, bo rozumiemy, że rozwój stymuluje rozwój następny, a stagnacja umysłowa niszczy nawet ten potencjał, który był na początku” - opisuje psycholog.

Przywołuje też wnioski amerykańskiego psychologa Raymonda Cattella, który twierdził, że od 21. roku życia możliwości ludzkiego umysłu spadają wskutek starzenia się mózgu. Z wiekiem na mózg niekorzystnie wpływają także zamiany zachodzące w układzie krwionośnym. „Mózg jest wielkim energożercą, a nie ma innej drogi otrzymywania energii, niż poprzez układ krwionośny” - wyjaśnia uczony.

Niektórzy badacze uważają, że zdolności inteligenckie aż w 80 proc. mają charakter wrodzony; inni zaś twierdzą, że tylko w 50 proc.

„We wczesnych okresach rozwoju poznawczego należy dbać o rozwój swojej inteligencji, aby później było z czego +spadać+. Nie wiemy dokładnie, czym Stwórca obdarzył nasze mózgi, ale przez nieustanny rozwój i poszukiwania poznawcze możemy stymulować nasze zdolności” – podkreśla prof. Nosal.

Mensa powstała w 1946 r. To najstarsza i najbardziej znana organizacja zrzeszająca ludzi o najwyższym ilorazie inteligencji. Elitarne stowarzyszenie liczy ponad 120 tys. członków ze 100 krajów świata.

Aby należeć do Mensy, trzeba zdobyć odpowiednią liczbę punktów w teście IQ. Testy inteligencji mierzone są w trzech skalach, które jednak mają taką samą trudność. W Polsce, jak i wielu innych krajach, test Mensy jest wykonywany w międzynarodowej skali Cattella. Osoba, która chce przynależeć do elitarnej organizacji, musi zdobyć co najmniej 148 punktów w tej skali. Osoba o przeciętnej inteligencji rozwiązuje test IQ na ok. 100 punktów w skali Cattella.

Wybitnie inteligentni ludzie stanowią 2 proc. społeczeństwa.

Testy IQ badają inteligencję abstrakcyjną, niezależną kulturowo. Test nie składa się z zadań językowych, ale obrazkowych – tak by równe szanse miały różne osoby, niezależnie od wykształcenia. Badanie uwzględnia też inne czynniki, np. wiek.

W latach 90. XX w. popularność zyskał termin inteligencja emocjonalna (EQ), która dopełnia inteligencję ogólną, umysłową (IQ). „Z ogólnej inteligencji korzystamy bez przerwy, jest ona warunkiem życia i adaptacji. Inteligencja emocjonalna zaś służy nam od czasu do czasu, gdy jesteśmy w sytuacjach wymagających regulacji emocji” – wyjaśnia prof. Nosal.

*Beata Kołodziej (PAP)*

Źródło: [www.pap.pl](http://www.pap.pl)

<http://laboratoria.net/aktualnosci/25927.html>



23-12-2024

## **Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia**

Najserdeczniejsze życzenia zdrowych, radosnych i pogodnych Świąt Bożego Narodzenia.



23-12-2024

## **Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025!**

Odbędą się one w dniach 11-13 czerwca w Expo XXI w Warszawie.



23-12-2024

## Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn

Kobiety często nie czują typowych bólów co skutkuje gorszymi wynikami.



23-12-2024

## Świąteczna apteczka

Szczypta umiaru i coś na zgagę



23-12-2024

## Radioaktywny pluton się nie ukryje

Naukowcy znajdują go nawet na lodowcach



23-12-2024

## Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14

Wyłoniono autorów najlepszych prac licencjackich i inżynierskich.



23-12-2024

## Polacy są umiarkowanie prospołeczni

Polacy chcą wspierać materialnie.



23-12-2024

## Związek między traumą z dzieciństwa a zespołem jelita drażliwego

Pokazały badania polskich naukowców.

**Informacje dnia:** [Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14 Zdrowych i Pogodnych Świąt Bożego Narodzenia Zapraszamy na wyjątkową edycję Targów PCI Days 2025! Zawał już dawno przestał być chorobą mężczyzn Świąteczna apteczka Radioaktywny pluton się nie ukryje Złoty Medal Chemii przyznany po raz 14](#)

## **Partnerzy**