



Ljudi gotovo pola svog dnevnog vremena provedu razmišljajući o nečem drugom od onoga što u tom trenutku rade, rezultat je američkog istraživanja. Više od 2200 dobrovoljaca na svoj je iPhone instaliralo aplikaciju putem koje su odgovarali na pitanja o svojem raspoloženju i razmišljanjima u bilo koje doba dana.

Prikupljene podatke analizirali su potom stručnjaci s Harvarda, kojima je ovo bilo prvi put da iPhone koriste kao oruđe u svojim istraživanjima. Oni su zaključili da su ljudi u čak 46,9% svog vremena odsutni mislima.

"Lutanje misli uobičajeno je pri svim aktivnostima, uključujući i vođenje ljubavi", rekao je jedan od istraživača s Harvarda. "Studija pokazuje da našim mentalnim životima u zavidnoj količini dominira nestvarnost", dodao je.

Istraživanje je također pokazalo određenu povezanost između količine sanjarenja i razine sreće. Pokazalo se da oni kojima misli najčešće odlutaju i najčešće prijavljuju osjećaj nezadovoljstva.

Plivazdravlje/HINA