



# هل يمكن للماء أن يؤثر على نتائجك في الامتحان؟

يمكن للطلاب الذين يجلبون معهم الماء في الامتحانات تحسين درجاتهم، هذا ما خلص إليه بحث قدمه كريس باوسن من جامعة شرق لندن في المؤتمر السنوي للجمعية في لندن الأسبوع الماضي.



وقد تناقلت صحف و قنوات تلفزيونية متعددة نتائج هد البحث، حيث قام كريس باوسن رفقة عدد من معاونيه بتسجيل سلوك 447 من طلاب المرحلة الجامعية عبر ثلاثة أفواج مختلفة، للبحث فيما إذا كان الطلاب يجلبون المشروبات في الامتحانات، ونوعية هذه المشروبات. وقد وجد الباحثون أن الطلاب الذين كانوا في مستويات دراسية أعلى جامعيًا أكثر جلبًا للمشروبات في الامتحان من طلبة السنة الأولى من الدراسة الجامعية.

وقد ربط الباحثون علامات الطلاب في الامتحان بإحضارهم الماء، وأظهرت النتائج أن الذين يجلبون الماء ويشربونه أيضًا أبلوا حسنًا في الامتحان بالمقارنة مع الذين لم يفعلوا ذلك. وقد فسر الباحثون هذا الفرق بالتأثير الفيزيولوجي الذي يحدثه الماء في وظائف التفكير من خلال ترطيبه للجسم، بالإضافة إلى دوره السيكولوجي في التخفيف من القلق الذي يعد السبب الأساسي في أداء الطلاب السلبي في الامتحان.

المرجع: [1](#)

الصورة: [2](#)