

Эксперт рассказал, почему мы лучше всего помним молодость, а не другие годы жизни

Если человеку за 30 или больше, то он с большей вероятностью сможет вспомнить общественные важные события, которые произошли, когда ему было от 10 до 30. То же самое касается любимых команд, групп и т. п. Если людей разных поколений попросить назвать любимый фильм, то они, скорее всего, назовут тот, который смотрели в этот возрастной период.

Существует несколько теорий, объясняющих то, что мы хорошо помним время с 10 до 30 лет. Одна из них связана с тем, что многие события, происходящие в этот период, формируют нашу личность. Они переплетаются с нашим развивающимся ощущением того, кто мы есть, поэтому мы их запоминаем.

Другая теория гласит, что в молодом возрасте мы получаем много новых впечатлений. Новизна этих событий делает их запоминающимися.

Наконец, более приземлённое объяснение заключается в том, что наша умственная работоспособность и работа памяти достигают своего пика во втором и третьем десятилетиях жизни. Благодаря этому мы так хорошо помним этот период.