**Как умение ждать влияет на результат?**

В 1972 году, провели интересный эксперимент. Детям предложили выбор: получить один кусочек зефира прямо сейчас или подождать 15 минут и получить сразу два. Их оставляли в комнате один на один с кусочком зефира и наблюдали за их поведением через скрытую камеру. Результаты эксперимента показали, что только 30% могли удержать себя в руках и получить два кусочка зефира. 70% детей так и не совладали с собой, довольствовуясь только одним кусочком.

30 лет спустя выяснили взрослую жизнь каждого ребенка, участвовашего в эксперименте. Те 30% детей, которые смогли удержать себя в руках, во взрослой жизни были более успешными, чем другие дети. Они получали более высокие оценки в школе, они лучше выглядели, не имели избыточного веса, обладали лучшим финансовым состоянием. Ученые назвали этот эффект «задержанное удовлетворение». Проявил выдержку - получил высокий результат!