

وهي تعتبر شكلاً من أشكال الترفيه والتحدى للعقل. حيث كانت تستخدم كوسيلة لتنمية مهارات التفكير والتحليل لدى الأفراد. فهي تعتبر وسيلة ممتعة للاسترخاء وتحسين قدرات التركيز والتفكير لدى الأفراد. يمكن القول إن الألغاز لها تأثير كبير على التركيز وقدرة الشخص على حل المشكلات. فعندما يتعامل الشخص مع الألغاز، يحتاج إلى توجيه جميع قدراته العقلية نحو البحث عن الحل، تتطلب الألغاز تفكيراً استراتيجياً وتحليلياً، مما يوفر تمارين ممتازة للعقل. مما يزيد من تحفيز الشخص على الاستمرار في المحاولة حتى يصل لحل اللغز. وعندما ينجح الفرد في حل اللغز، وهذا يعزز ثقته بنفسه ويحفزه على مواصلة حل المشكلات الصعبة. ومن الجدير بالذكر أن حل الألغاز يساهم في تحسين الذاكرة وتقوية العقل، يساهم حل الألغاز في تعزيز التفكير الإبداعي وتطوير مهارات حل المشكلات، يمكن القول إن الألغاز تعتبر وسيلة فعالة لتحسين التركيز والتفكير لدى الأفراد، بالإضافة إلى تنمية القدرات العقلية وتعزيز الذاكرة وتقوية العقل.