
Fenomenem myślenia badacze zajmują się od dawna. Podział na myślenie szybkie i wolne (dwa odmienne systemy przetwarzania informacji) wprowadził Daniel Kahneman, laureat nagrody Nobla w dziedzinie ekonomii. Systemy te różnią się między sobą i pełnią odmienne funkcje. Wygląda to tak, jakby w naszej głowie mieszkały dwie różne osoby. Jak systemy te wpływają na sposób podejmowania decyzji?

Myślenie umożliwia nam formułowanie nowych pojęć i rozwiązywanie problemów na podstawie dotychczas zebranej wiedzy. Mówimy zatem o toku myślenia, koncentracji, zdolności do myślenia abstrakcyjnego, poszerzaniu liczby pojęć i zainteresowań. Nasz mózg nieustannie zbiera informacje ze świata po to, by służyły nam przy dokonywaniu właściwych wyborów, tych mniej lub bardziej ważnych.

Myślenie w różnych sytuacjach

Mózg działa tak, że raz sprawdzone informacje nie muszą być weryfikowane ponownie, przebiegają skróconą ścieżką, bez ponownego sprawdzania. Mamy do czynienia ze zautomatyzowanym procesem (nazywanym też heurystykami), który pozwala na dokonywanie uproszczonych ocen oraz sądów. Uruchamia się wtedy szybkie myślenie. Jeżeli jednak spotykamy się z czymś po raz pierwszy, a więc ze zjawiskiem dla nas nowym, mózg potrzebuje zebrać wiele szczegółowych informacji, które się z nim wiążą. Wtedy proces trwa znacznie dłużej i jest energochłonny. Dlatego, by zaoszczędzić czas i energię, mózg pomaga sobie, wychwytyjąc podobieństwa.

Myśląc stereotypowo, upraszczamy problem, pozwalamy, by kierowały nami pierwsze wrażenia i odczucia, zakładając prawdopodobieństwo udanego powtórzenia tego, co już się sprawdziło u innych. Kiedy proces decyzyjny odbywa się w warunkach niepewności, a my nie mamy niezbędnych informacji w danym temacie, zdajemy się na emocje. Jeśli nie dysponujemy fachową wiedzą, intuicja ją nam zastąpi i podsunie prawdopodobną, szacowaną, statystyczną odpowiedź, co czasem okazuje się trafne, a czasem prowadzi do popełniania błędów poznawczych.

Ważne!

Badacze Amos Tversky i Daniel Kahneman twierdzili, że wnioski wyciągamy na podstawie intuicji lub rozumowania. W sytuacji, gdy intuicja nic nam nie podpowiada, nie zadziałają heurystyki i nie mamy fachowej wiedzy, musimy podjąć trud szukania dobrego rozwiązania krok po kroku. Wtedy wchodzimy na ścieżkę wolnego, analitycznego myślenia. Kahneman po raz pierwszy przedstawił podział na myślenie szybkie i wolne (System 1 i System 2) w 2011 r. w swojej książce *Pułapki myślenia. O myśleniu szybkim i wolnym*.

Charakterystyka myślenia szybkiego (Systemu 1)

System ten działa automatycznie, bez naszej kontroli, zwykle poza świadomością. Umożliwia natychmiastowe podejmowanie decyzji. Jego podstawą są nasze wcześniejsze doświadczenia i wypracowane wzory. Jest bardzo efektywny w sytuacjach, które wymagają natychmiastowej reakcji. Odpowiedź przychodzi do głowy bez wysiłku, intuicyjnie. Umiejętności tego systemu są ewolucyjnie wypracowane, jak np. zdolność do postrzegania otaczającego nas świata, rozpoznawania obiektów, skupiania uwagi, unikania nieznanego.

Zalety myślenia szybkiego:

- efektywność,
- uwolnienie od konieczności analizowania wszystkich informacji (kluczowe w sytuacjach zagrożenia),
- automatyzacja, która pozwala na wykonywanie pewnych czynności, takich jak np. jazda na rowerze czy zakupy, bez angażowania świadomego myślenia, dzięki czemu zwalnia miejsce na inne działania,

**Aby czytać dalej, potrzebujesz pełnego dostępu.
Przeglądaj wszystkie materiały w ramach abonamentu lub prenumeraty.**

Korzyści:

- nielimitowany dostęp do treści,
- aktualizacje materiałów w niezbędnikach, nawet do 2 razy w tygodniu,
- e-czasopisma w nowej, wygodnej formie,
- dodatkowe materiały i wzory dokumentów do pobrania,
- dostęp do porad cenionych ekspertów i praktyków,
- zniżki na kolejne produkty, szkolenia i webinary

i znacznie więcej...

**Zamów na: www.oficynamm.pl
lub skontaktuj się z nami: 800 702 902, bok@oficynamm.pl**