



Модуль 2. Мышление. Формирование желания и принятие решений.

2021

Цели модуля

Цели:

- Понять природу возникновения желания
- Научиться управлять желаниями у себя и других.





Урок 2-1. Восприятие информации. Быстрое и медленное мышление.

2021



Восприятие органами чувств

1. Мы воспринимаем информацию о событиях, сущностях и их состояниях помощью нервной системы. Органами чувств: глазами, ушами, тактильно, обонянием + напрямую **нервной системой** (боль, голод, удовлетворение под действием гормонов и биохимических реакций и т.д.)
 - а) У разных людей информация лучше воспринимается разными органами чувств. Поэтому всегда **стоит доносить ее одновременно и визуально, и вербально** – это увеличивает шансы на то, что человек поймет ее смысл. Дублирование (а иногда еще и включение дополнительных органов чувств) ВСЕГДА увеличивает восприятие смысла.
 - і. Поэтому, например, в сторисах сказанное стоит и дублировать плашками, и иллюстрировать картинками, а в магазинах использовать аромамаркетинг и музыкальное сопровождение.
2. Обработывается информации нашим мышлением
 - а) Именно благодаря нему бывают состояния
 - і. Смотрю в книгу – вижу фигу
 - іі. В одно ухо влетело – в другое вылетело.





Устройство мышления

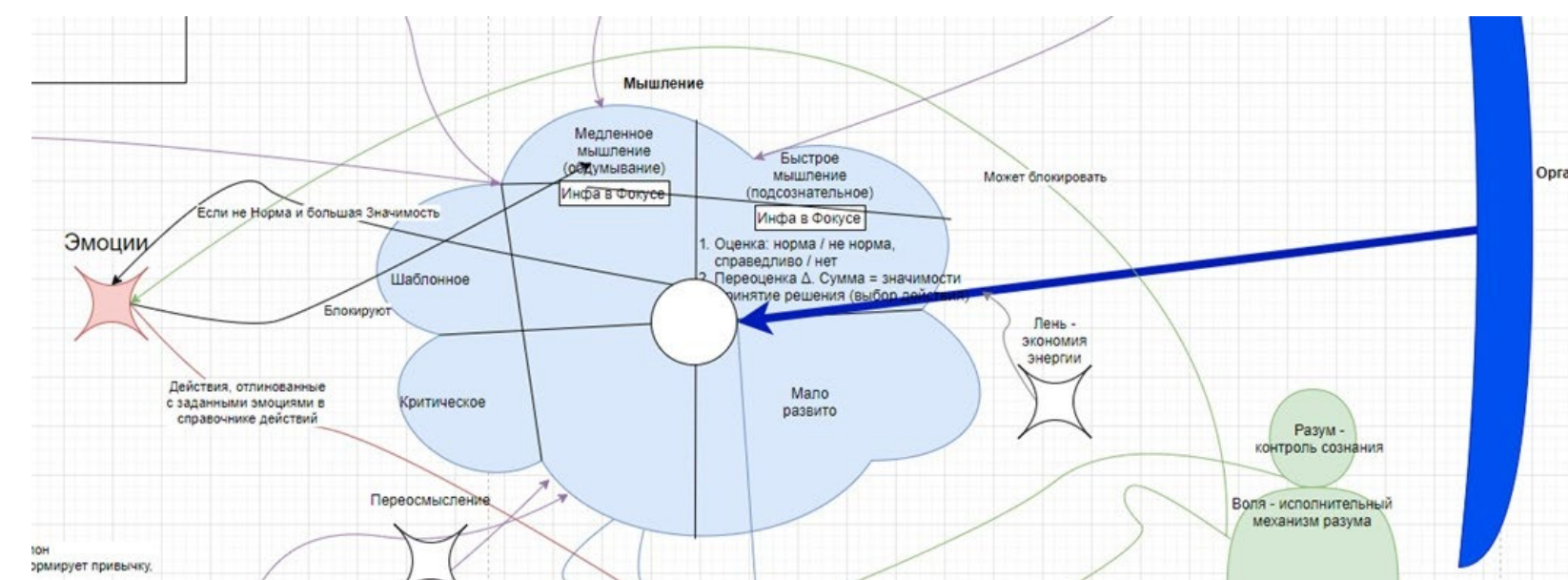
Уровни

- Мышление состоит из 2 уровней:
 - а) Быстрого** (подсознательного)
 - і. Иногда выводы быстрого мышления называют чувствами или ощущениями: я ощущаю, что это так (интуиция), но объяснить не могу (а на самом деле у вас в справочнике шаблонов такая последовательность мимолетной мимики собеседника ассоциирована с тем, что он хочет уволиться)
 - б) Медленного** (там, где наши мысли). Оно же критическое (у некоторых 😊).
 - і. Очень ресурсоемкое (время, энергия)
- Они работают независимо друг от друга, но при этом по одинаковому алгоритму.

Функции быстрого:

- оценка значимости информации и решения по событиям моментальной срочности (не пропустить, если на нас падает башенный кран)
- принятие рутинных решений - выполнение рутинных действия «на автопилоте» (без отвлечения медленного мышления).

Функция **медленного** – найти решение значимых вопросов не моментальной срочности.





Устройство мышления

Части

Каждый уровень состоит из 2х частей:

- Шаблонного мышления – отработка каждого этапа мышления на основании справочника наработанных шаблонов.
 - Они формируются на основе положительного опыта
 - Очень сильно экономят время и снижают вероятность ошибки
 - Критического мышления – эмпирическая обработка новой информации, по которой нет шаблона.
1. MBA – это образование на основе множества разных кейсов разных компаний. Т.е. формирование правильных шаблонов. Наличие правильно сформированных шаблонов позволяет принимать верные решения без размышлений.
 2. Нейросети и любые человеческие логические умозаключения – это всевозможные комбинации шаблонных решений (прямых и аналогичных ситуаций) в совокупности с оптимизированным (различными методами и алгоритмами) прямым перебором решений.

Быстрое критическое у людей развито слабо, но и именно оно дает «ощущения» решения – когда вы еще не поняли, что делать, но уже знаете, что все будет ОК.

Привычки и шаблоны	
События	Реакция
Идём на работу	Проверить карточки и ключи
Красный цвет	Нажать на тормоз
Ожидание сложной работы	Ленимся
...	...



Устройство мышления.

Фокус

В каждый момент времени быстрое мышление имеет в фокусе все то, что вы слышите, видите и ощущаете.

В каждый момент времени медленное мышление над чем-то думает.

В фокусе медленного мышления находится информация или ожидание:

- или с максимальной значимостью (ожидаемая сумма изменения интересов)
- или помещенная туда волей
- или ничего

Медитация – попытка выключить и быстрое мышление (закрыть глаза), и медленное (волей сосредоточить фокус на чем-то, например, дыхании, что вытеснит).

Медитация, наравне со сном и сознательным отдыхом восстанавливают функцию медленного мышления (утилизируют производную биохимию мышления).





Спасибо за внимание!