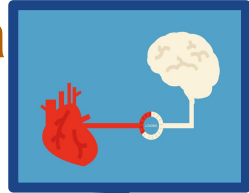


Увеличение эмпатии. Приобретение сенсорного опыта



Человеческий мозг мыслит нелинейно. В нем существуют, дополняют друг друга, а иногда и соревнуются друг с другом две системы. Что это такое, и как они образовались?



Система 1 — это наш интуитивный, автоматический, в значительной мере бессознательный режим. Она быстро слышит враждебность в голосе, встречает людей «по одежке» и действует крайне быстро.

Система 2 — это преднамеренный, аналитический и сознательный способ рассуждения о мире. Она скептически пытается оценить информацию, предоставляемую первой системой, хотя зачастую не успевает разобраться в данных и совершает ошибки. Система 2 действует медленно, но без нее мы не могли бы совершать сознательную деятельность в диапазоне от научных открытий до заполнения налоговых деклараций.

Когнитивные потенциалы

Первая система - интуиция

- Эволюционно более древняя
- Быстрая и экономная
- Не точная
- На основе прошлого опыта
- Эвристики



Вторая система - рациональность

- Эволюционно более древняя
- Медленная и затратная
- Взвешенная
- Но не связана с интеллектом
- Рациональные мысли

Эвристики (А.Тверски, Д.Канеман)

Совокупность приемов и методов, облегчающих и упрощающих принятие решение познавательных, конструктивных, практических задач.

1. Если человек продолжает пользоваться старым опытом в новой ситуации, где он неприменим, и приходит к нерациональным решениям, хотя и не осознает этого - это когнитивные ловушки.
1. Выход из «ловушки» - рефлексия соответствия привычных способов решения новым условиям и преодоление негативного влияния собственного опыта. Содействовать развитию рефлексивного мышления, через рефлексия себя. Развитию трех видов наблюдения.
1. При принятии решений в ситуациях неопределенности рекомендуется использовать нерациональные правила, которые позволяют увидеть ситуацию с разных позиций, как бы в объеме. Примером таких обсуждений могут быть в Круге по определенным правилам.



Сенсорный опыт

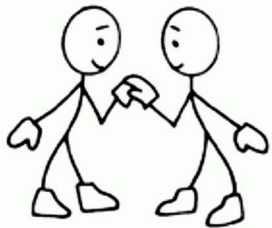
Сенсорный опыт - развитие, направленное на формирование полноценного восприятия окружающей действительности, служит основой познания мира, первой ступенью которого является чувственный опыт.

Значение сенсорного воспитания состоит в том, что оно:

- является основой для интеллектуального развития
- упорядочивает хаотичные представления ребенка, полученные при взаимодействии с внешним миром;
- развивает наблюдательность;
- дает ребенку возможность овладеть новыми способами предметно-познавательной деятельности;
- влияет на развитие зрительной, слуховой, моторной, образной и др. видов памяти.



Чтобы не попадать в когнитивные “ловушки” (ошибки сознания) и максимально использовать ресурсы необходимо развивать сенсорный опыт. Одним из таких способов является - **наблюдение**. В процессе такой деятельности развивается эмпатия.



Эмпатия — сложный и многообразный механизм, незаменимый в человеческом взаимодействии. Она позволяет со-испытывать (co-feel) и мысленно моделировать то, что другой человек переживает в данный момент. Эмпатию можно рассматривать как способность переживать последствия некоторого опыта, сам опыт при этом не переживая, а лишь наблюдая. Основные следствия этого механизма — наши способности имитировать и понимать другого человека.

Приобретение сенсорного опыта через наблюдение



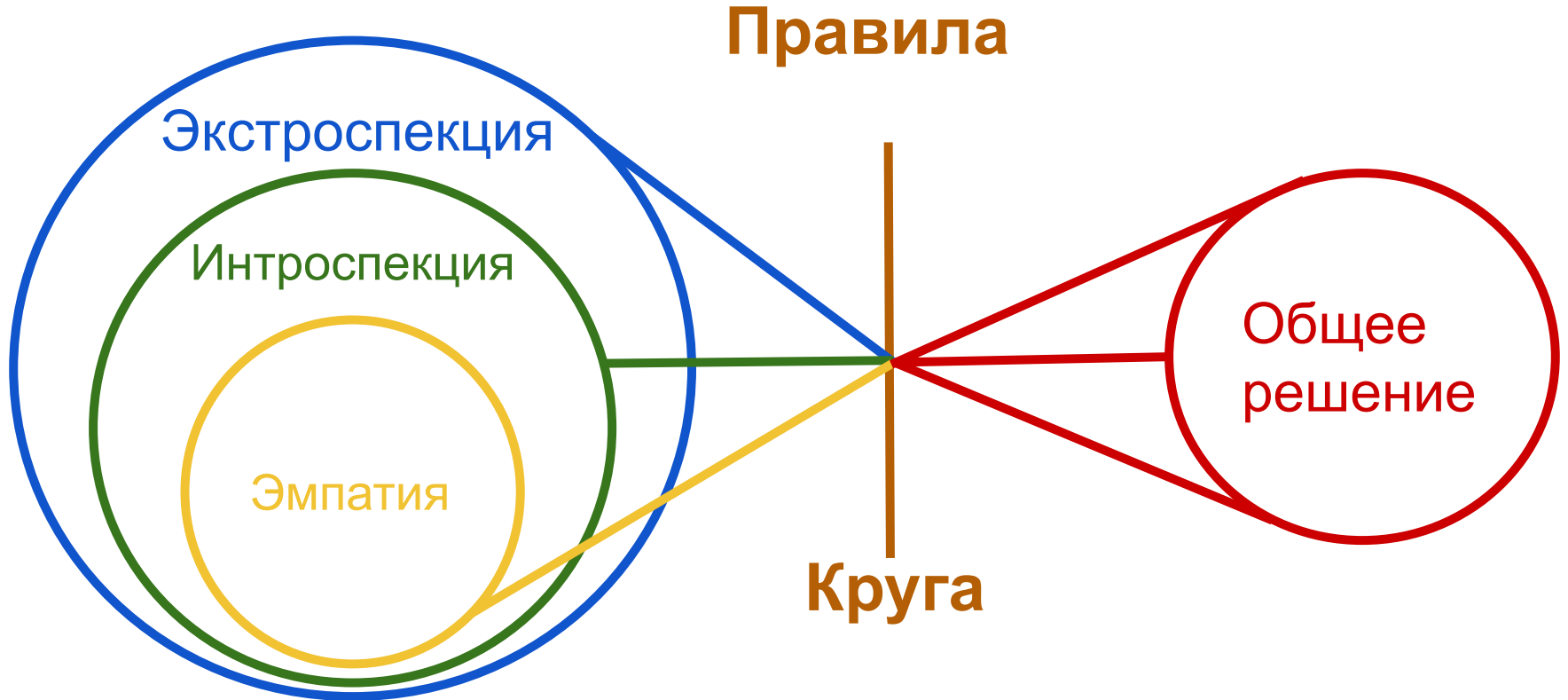
Экстроспекция
За другими

Интроспекция
За собой

Эмпатия
За ситуацией



Метод Круга



Ошибки наблюдения

Это искажения восприятия, которые закономерно присущи чувственному познанию и, обычно, слабо поддаются сознательному контролю.

1. Ошибка первого впечатления
2. Гало - эффект
3. Эффект снисхождения
4. Ошибка усреднения
5. Ошибка корреляции
6. Ошибка контраста (реактивное образование)

