

Πέντε συνηθισμένα «λάθη» που κάνει καθημερινά ο εγκέφαλός μας

/ [Επιστήμες, Τέχνες & Πολιτισμός](#)



Εγκέφαλος, το τελειότερο και πιο πολύπλοκο όργανο του ανθρώπινου σώματος, ο εντολέας και, γενικά, ο απόλυτος κυρίαρχος. Ωστόσο, αυτό δεν σημαίνει ότι είναι και αλάνθαστος.

Αυτή η... καλοκουρδισμένη μηχανή επηρεάζεται συνεχώς από κάθε εμπειρία και ερέθισμα γύρω μας, αλλά η λειτουργία του δεν είναι πάντα αντικειμενική με αποτέλεσμα να παρουσιάζει και κάποιες «ατέλειες» της λογικής και του μυαλού.

Τα πέντε βασικά λάθη είναι τα ακόλουθα:

Εστιάζουμε πάντα στα αρνητικά: Οι επιστήμονες υποστηρίζουν ότι ο ανθρώπινος εγκέφαλος είναι προγραμματισμένος να εντοπίζει οποιοδήποτε αρνητικό ερέθισμα. Αναζητά πιθανές απειλές και όταν δεν τις εντοπίζει, τις απομονώνει και παθαίνει εμμονή.

Βλέπουμε σχήματα εκεί που δεν υπάρχουν: Ενα ακόμη κλασικό λάθος στον τρόπο σκέψης είναι το «σφάλμα τύπου 1». Χαρακτηρίζει τον ισχυρισμό ότι μια εσφαλμένη υπόθεση είναι σωστή, συνήθως κάνοντας έναν άσχετο συσχετισμό μεταξύ αιτίας και αποτελέσματος.

Δεν βλέπουμε αυτό που είναι πραγματικά μπροστά μας: Μελέτες και πειράματα από το πανεπιστήμιο του Χάρβαρντ καταγράφουν ότι ο άνθρωπος είναι επιλεκτικός σε αυτά που βλέπει και παρατηρεί γύρω του. Συχνά στη μνήμη μας, περισσότερο μάλιστα απ' όσο συνειδητοποιούμε, κι αυτό αποδυναμώνει σε μεγάλο βαθμό την ικανότητα αντίληψης μέσω της όρασής μας.

Τάση να αποφεύγουμε την κάθε διαφωνία: Ο εγκέφαλος απεχθάνεται τις συγκρούσεις και κάνει τα πάντα για να τις αποφύγει. Για αυτό το λόγο προτιμάμε τους ανθρώπους και τις καταστάσεις που συμφωνούν με τον τρόπο σκέψης μας και

ενισχύουν τις πεποιθήσεις μας.

Είμαστε αρκετά αυστηροί με τον εαυτό μας: Υπάρχει μια έμφυτη τάση να μεγαθύνουμε τα λάθη και τα ελαττώματά μας. Αυτό είναι το λεγόμενο «φαινόμενο του προβολέα», όπως το αποκαλούν οι ψυχολόγοι. Το φαινόμενο αυτό χαρακτηρίζει την τάση του ανθρώπου να εστιάζει στα δικά του ψεγάδια πιο έντονα απ' ότι οι άλλοι.

Πηγή: thrakitoday.com