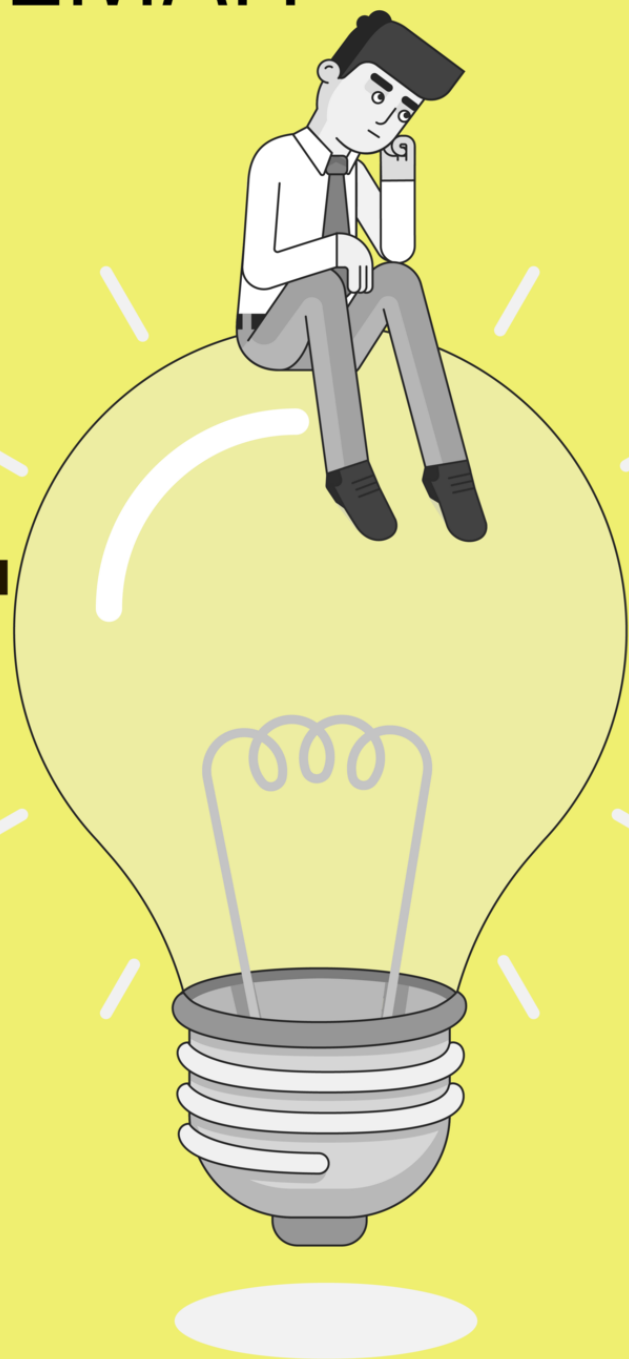


КРАТКОЕ
СОДЕРЖАНИЕ

ДАНИЭЛЬ КАНЕМАН

ДУМАЙ
МЕДЛЕННО...

РЕШАЙ
БЫСТРО



MYBOOK

Краткое содержание

Алёна Черных

**Краткое содержание «Думай
медленно... Решай быстро»**

«MyBook»

Черных А.

Краткое содержание «Думай медленно... Решай быстро» /
А. Черных — «MyBook», — (Краткое содержание)

Этот текст — сокращенная версия книги «Думай медленно... Решай быстро». Только самое главное: идеи, техники, ключевые цитаты. Американский психолог Даниэль Канеман – специалист в области когнитивных заблуждений человека. Вместе с Амосом Тверски он исследовал ошибки и иллюзии мышления в области формирования суждений, принятия решений, отношения к риску. Результаты их работы представлены в бестселлере «Думай медленно... Решай быстро». Канеман описывает процесс мышления, разделяя его на две части – медленное и быстрое, рациональное и эмоциональное, логическое и интуитивное. Он показывает, как взаимосвязанная работа этих двух систем порождает ловушки разума и заставляет нас принимать неверные решения. Автор разбирает множество подобных ошибок в разных областях: оценке событий, формировании мнения, прогнозировании, выборе, принятии рисков. Каждую иллюзию он подкрепляет результатами исследований и сопровождает интересными примерами. Он также дает рекомендации, как распознавать такие ошибки и избегать их. Напоминаем, что этот текст — краткое изложение книги «Думай медленно... Решай быстро»

Содержание

Введение	5
Две системы	6
Конец ознакомительного фрагмента.	7

Думай медленно... Решай быстро

Введение

Мы часто используем интуицию, чтобы составить мнение об окружающем мире и происходящих вокруг событиях. Обычно мы оказываемся правы, но иногда наша уверенность в собственной правоте не имеет под собой оснований.

Книга «Думай медленно... Решай быстро» помогает увидеть ошибки в процессе составления мнений и принятия решений. Сначала вы научитесь замечать неверные рассуждения у других людей, а со временем начнете осознавать собственные ошибки. Такая способность позволит избежать вреда, который наносят неправильные решения и суждения.

Автор книги, американский психолог Даниэль Канеман доказывает, что человек гораздо чаще делает неверные выводы и совершает необдуманные поступки, чем ему кажется. В процессе мышления мы пользуемся двумя системами: быстрой, которая действует автоматически и неосознанно на основании инстинктов и эмоций, и медленной, которая использует рациональные рассуждения и логику. Но во многих ситуациях мы неправильно пользуемся обеими системами.

Примеры частых ошибок – завышенный оптимизм, неадекватная оценка собственной личности, неверная трактовка событий. Канеман разбирает десятки подобных ошибок, которые приводят к неправильному планированию и неверным решениям. Автор также дает рекомендации о том, как избежать заблуждений и правильно использовать интуитивное и рациональное мышление.

Две системы

В последние десятилетия психологи активно изучают две части человеческого мышления. Первая – эмоциональная: она активизируется, когда мы смотрим на портрет разгневанной женщины. Вторая – рациональная: она включается, когда мы решаем математическую задачу. У этих двух режимов есть множество названий. Канеман пользуется терминами, которые предложили психологи Кейт Станович и Ричард Уэст: Система 1 и Система 2.

Система 1 работает автоматически и быстро, без усилий и ощущения контроля со стороны сознания. Система 2 требует приложения сил и внимания, ее работа сопровождается ощущением деятельности.

На любую возникшую задачу первой откликается Система 1. Если она не смогла принять решение, то обращается к Системе 2, чтобы детально разобрать проблему и сделать оптимальный выбор. Такое разделение труда – идеальный вариант для эффективного мышления: так достигается максимальная производительность при минимальных усилиях.

Система 2 требует приложения усилий – например, чтобы удерживать в памяти несколько концепций, сравнивать разные вещи по нескольким характеристикам, следовать определенным правилам, сознательно анализировать и выбирать варианты. Интуитивная часть нашего мышления не способна на это. Еще одно важное умение Системы 2 – программировать сознание и память, меняя привычные реакции на новые инструкции.

Рациональное мышление работает даже тогда, когда на первый взгляд мозг ничем не занят. Сознание отслеживает происходящее вокруг и отвлекается на случайные мысли. Но на это Система 2 тратит минимум усилий. Гораздо больше энергии расходуется, когда ситуация требует напряженной концентрации или предельной настороженности.

Конец ознакомительного фрагмента.

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.