

А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

КАК ПОНЯТЬ СВОЁ

«ВАЖНО» ЧЕРЕЗ СМЫСЛ СВОИХ
ДЕЙСТВИЙ

ЕРОСКИН ВСЕВОЛОД

ГРУППА «ДЕННЕТ»

ВАЖНОГО —

НЕТ!



А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

ЧТО ТАКОЕ – ВАЖНО?

важно

По словам По регионам История запросов Все регионы

Последнее обновление: 10.09.2019

Что искали со словом «важно» — 827 807 показов в месяц

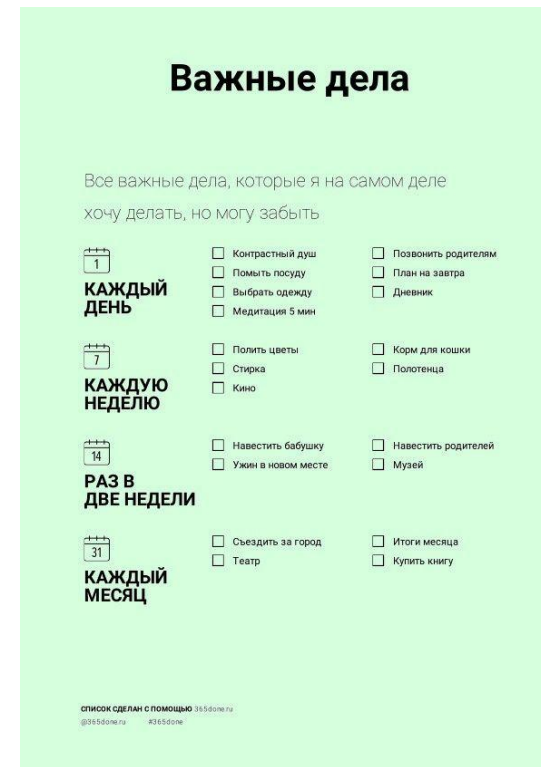
Статистика по словам	Показов в месяц <input type="checkbox"/>
важно	827 807
самое важное	85 210
какие важные	54 369
почему важно	44 138
важный человек	42 655
важное событие	30 024
важнейшим является	27 188
очень важно	26 810
важно ли	25 778
важные годы	24 651
важные слова	18 712
важнейшие классы	16 824
важно знать	15 877
важная информация	15 745
важные дела	15 285
+не суть важно	15 149
важный россия	14 787
важный день	14 422
важная особа	13 647
жизненно важные	13 632
особо важный	13 207
важна каждая	13 103
важен каждый	13 103
важные друзья	12 789

Запросы, похожие на «важно»

Статистика по словам	Показов в месяц <input type="checkbox"/>
обращать внимание	171 721
фильм 2016 ivi	74
давать возможность	29 376
ivi ru 2016	80
авиабилет плюс	638
кроме +того	39 154
первый очередь	101 746
ivi 2016	264
тойота тверь	4 880
фильм 15	98 687
тойота тверь официальный дилер	1 364
фильм ни	44 218

А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

ИЩЕМ ВАЖНЫЕ ДЕЛА?



КОГНИТИВНЫЕ ИСКАЖЕНИЯ

Версия 2017.12.20

Когда запоминаем и вспоминаем

Склонны сохранять личную автономию и текущий статус в группе, избегая необратимых решений

Предпочитаем завершать то, во что ранее уже вложили время и усилия

Предпочитаем фокусироваться на немедленных и близких результатах

Когда быстро реагируем

Чтобы действовать, должны быть уверены в способности что-то изменить и чувствовать важность своих поступков

Проецируем наш текущий образ мыслей в прошлое и будущее

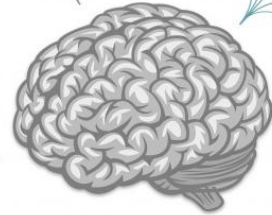
По-разному храним воспоминания в зависимости от ситуации получения опыта

Упрощаем события и списки до отдельных ключевых моментов и элементов

Отбрасываем частности для построения и закрепления обобщений

Редактируем и усиливаем воспоминания после случившихся событий

Предпочитаем просто выглядящие и однозначные варианты выбора более сложным и неопределённым



Охотнее замечаем то, что ранее запоминали либо часто встречали

Странные / смешные / внешне привлекательные / антропоморфные вещи привлекают внимание больше, чем привычные / несмешные

Когда много информации

Замечаем, когда что-то изменилось

Привлекают частности, подтверждающие существующие убеждения

Гораздо легче замечаем изъяны в других, чем в себе

Обнаруживаем истории и закономерности даже в скудных данных

Дополняем пробелы в информации известными признаками из стереотипов, обобщений и прошлого опыта

Когда не хватает смысла

Больше ценим знакомые / симпатичные вещи и людей, чем незнакомые / несимпатичные

Упрощаем числа и вероятности, чтобы о них было легче думать

Думаем, что знаем, о чём думают другие

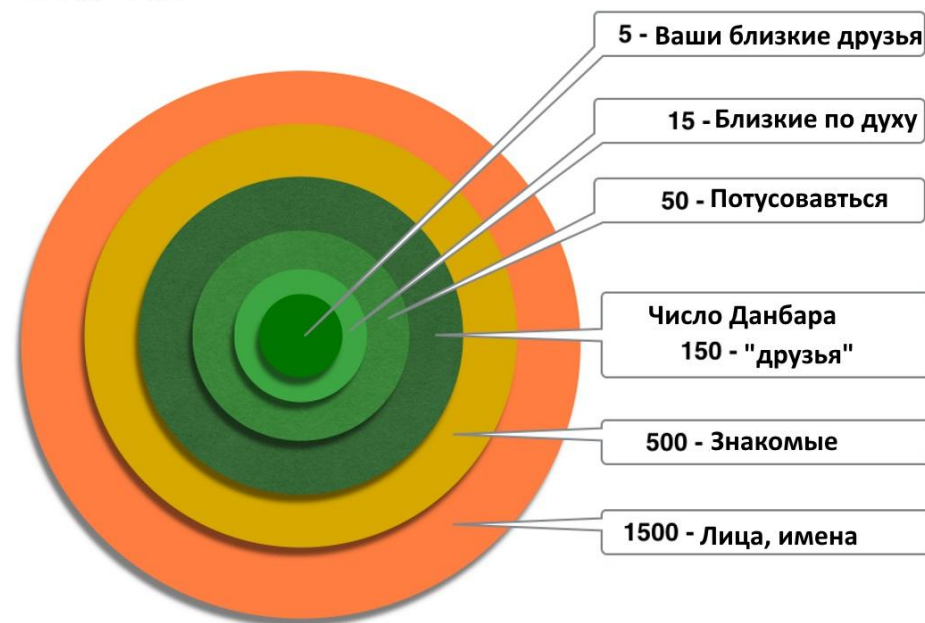
АКАДЕМИЯ
СМЫСЛА

Содержание © Катерина и Бастер Бенсон
Стиль и дизайн © Дмитрий Монагоган III
www.wikipedia.org
Внимание! Список неслучайно, которые когнитивные искажения спорны, некоторые имеют общую суть, выделены в рамочку. Присутствуют несколько логических ошибок.
Бригита Сакана — не когнитивное искажение, а принцип, который используют при распространении мифов.

ВАЖНО ЧЕРЕЗ ЛЮДЕЙ?



Число Данбара



ВАЖНО ВО ВРЕМЕНИ?



ИЩЕМ ВЕЗДЕ?



ПОСТОЯННО ЛИ ВАЖНО?



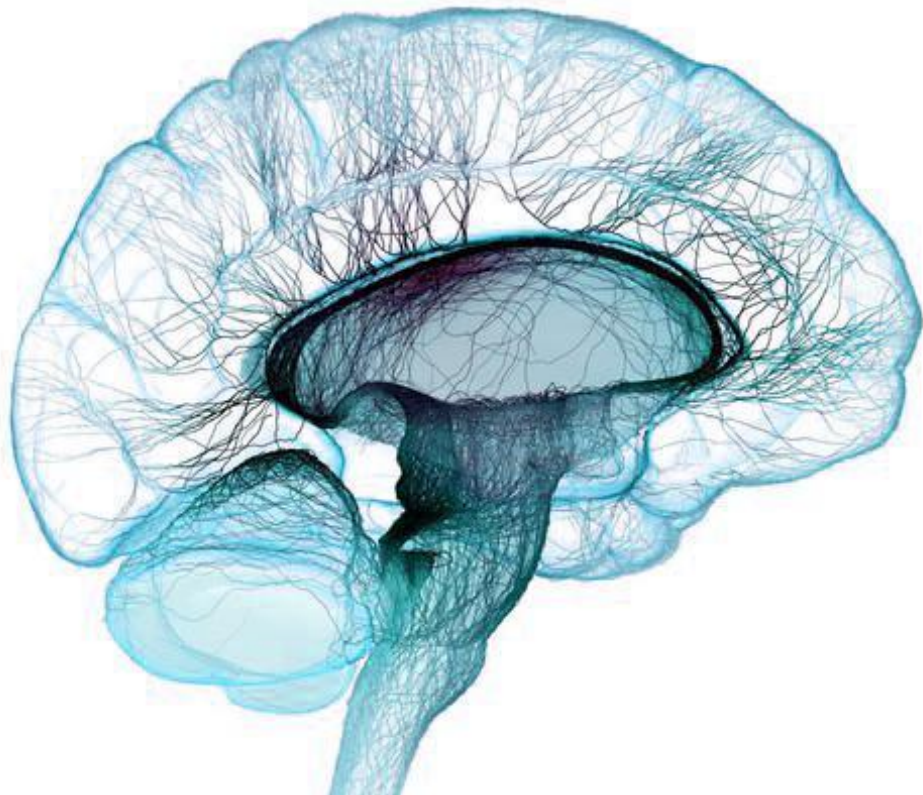
А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

ВАЖНО НЕ ВЗЛЕТАЕТ!

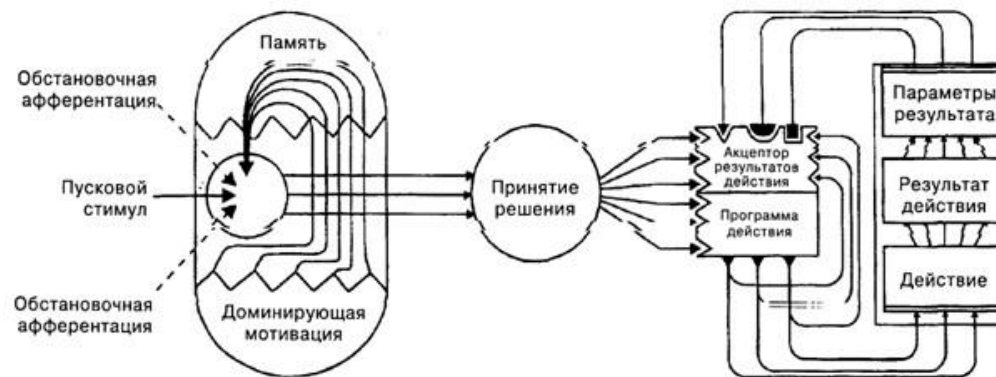


А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

ЧТО ТВОРИТСЯ В МОЗГЕ?



АВТОМАТИЗМ
УДАЛСЯ!

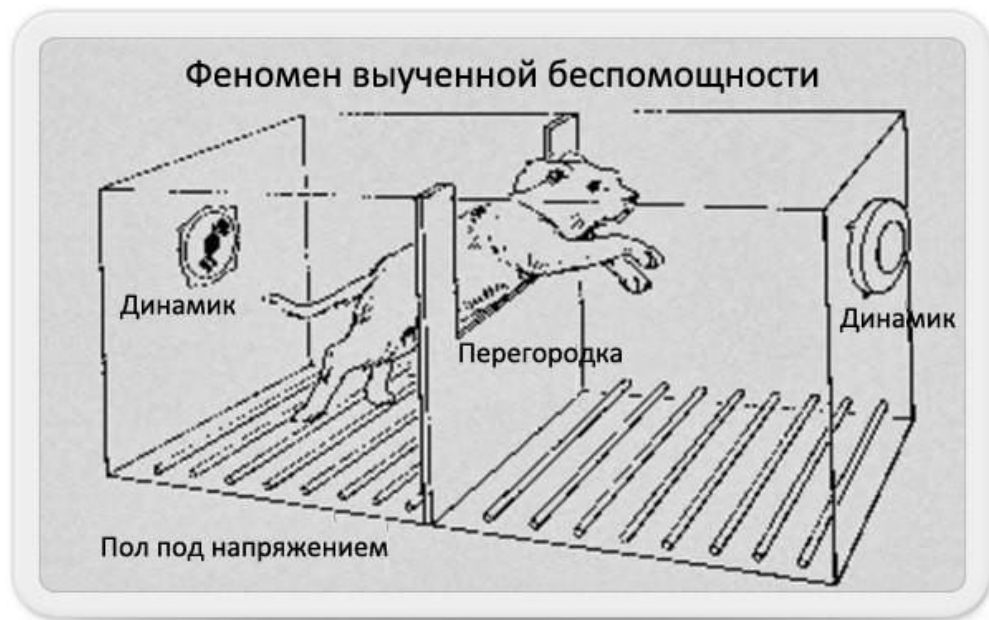


ГИМН 1-ОЙ СИГНАЛЬНОЙ

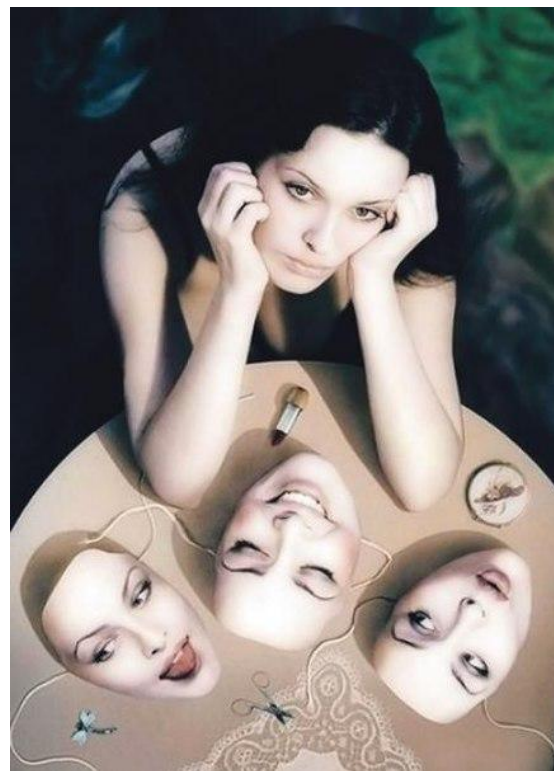
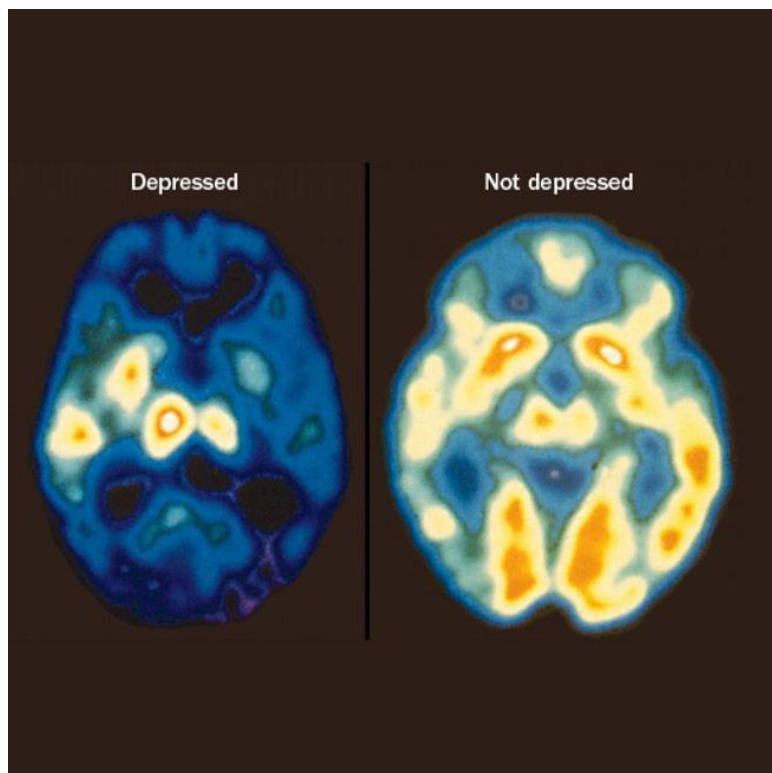
- Дешевый и постоянный дофамин
- Простые радости без хлопот
- Зона комфорта непреодолима
- Довольствоваться тем что есть
- Формальное общение с людьми
- ...



ВЫУЧЕННАЯ БЕСПОМОЩНОСТЬ

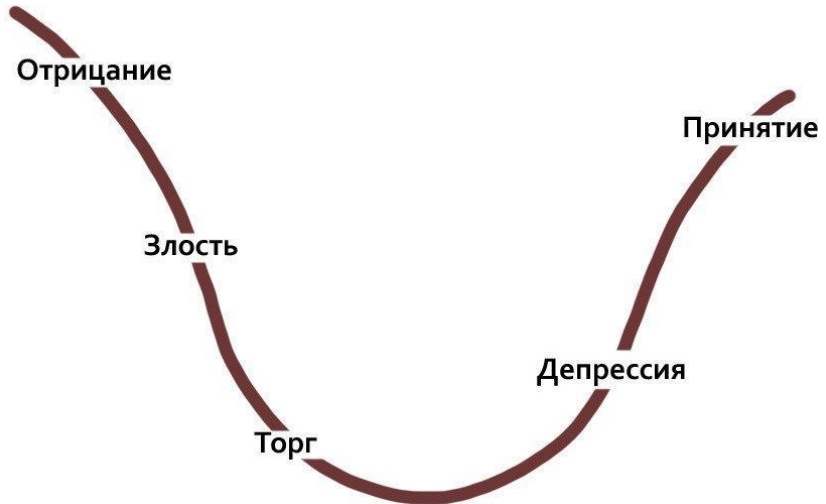


ПРИЕХАЛИ!



А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

ЧТО ДЕЛАТЬ?



РЕТИКУЛЯРНАЯ ФОРМАЦИЯ



Клетка Пуркинье



Клетка-зерно



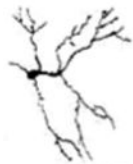
Пирамидный нейрон



Веретенообразный нейрон



Нейрон ядра таламуса



Нейрон ядра тройничного нерва



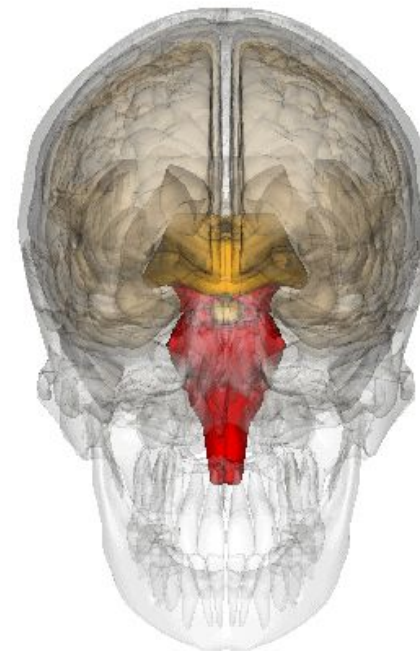
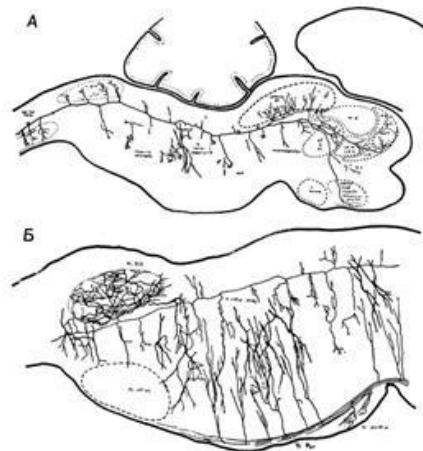
Малый
Нейроны ретикулярной формации



Большой



Нейрон бледного шара



КАК НА СОЗНАНИЕ ВЛИЯЕТ $R^*Ф$?

Как понять что
выделяется
«психическая энергия»



А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

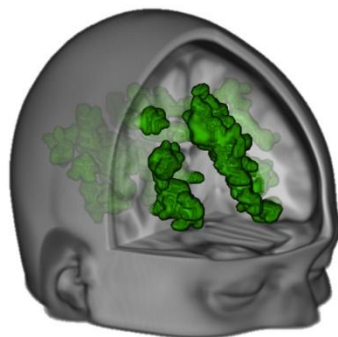
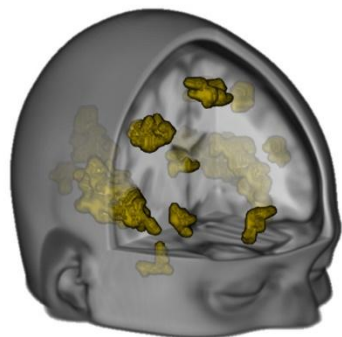
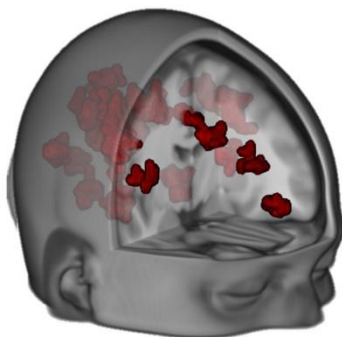
*Ретикулярная
Формация

НАМ НУЖНО НЕМНОГО МАГИИ!

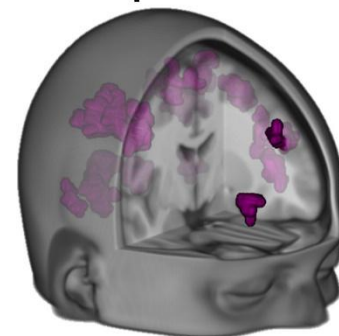
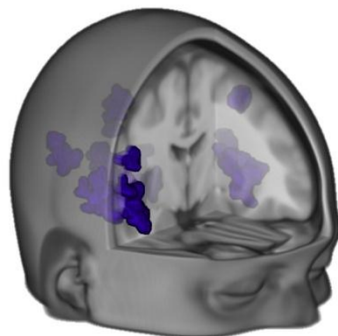
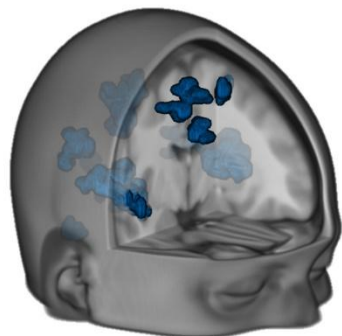
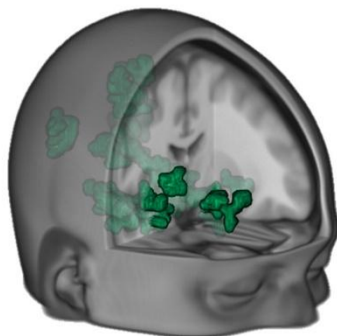


А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

ЭМОЦИИ!



- спокойствие
- веселье
- удивление
- страх
- гнев
- печаль
- нейтральная эмоция



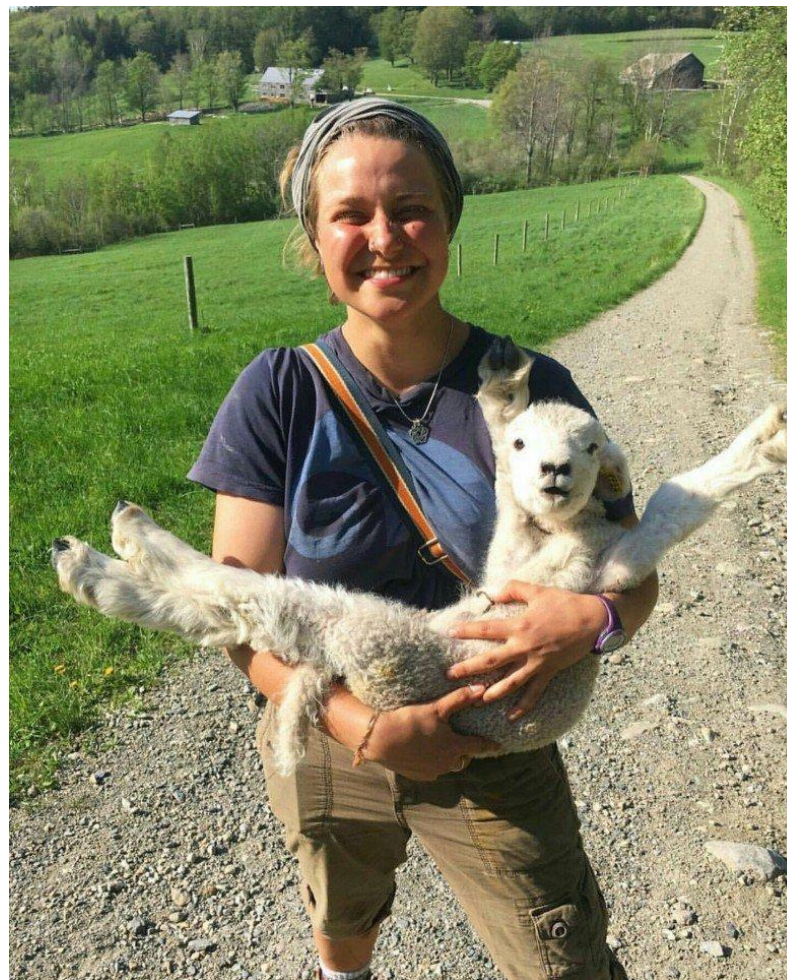
НЕМНОГО КОНКРЕТИКИ!

Мозг слеп – задача сознания
не думать за него, а
«смотреть»



ВСЁ БЕЗ ДОФАМИНА –

ГРГУИ



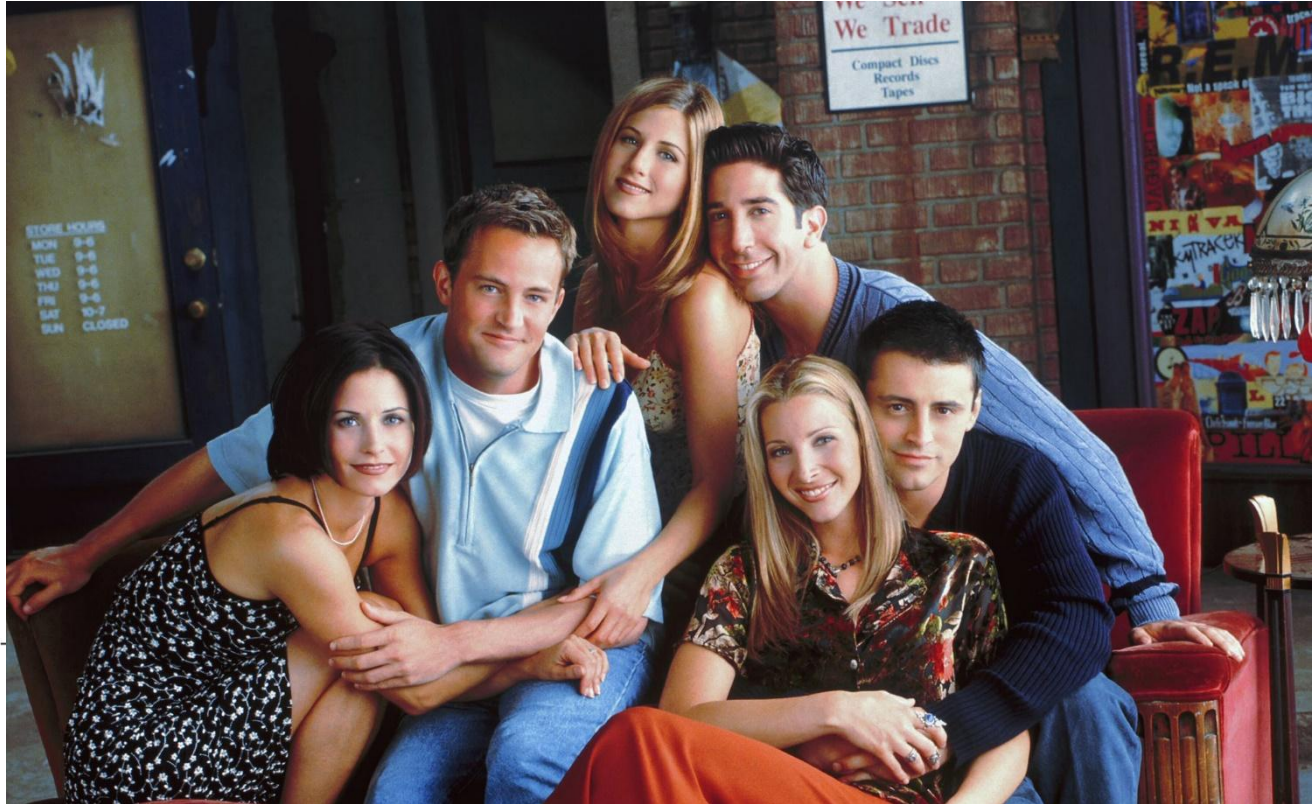
А К А Д Е М И Я
С М Ъ С Л А

ПРОБУЙТЕ – НОВОЕ!



А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

НЕ ТРАМБУЙТЕ СВОЁ **ВАЖНО**
ПОД ОКРУЖЕНИЕ,
А ПОДБИРАЙТЕ ОКРУЖЕНИЕ ПОД СВОЁ
ВАЖНО



А К А Д Е М И Я
С М Ъ С Л А

НЕ Я ДЛЯ СВОЕГО
ВАЖНО,
А **ВАЖНО** ДЛЯ МЕНЯ!

А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

Мэзун Г. Бодрствующий мозг. — М.: Мир, 1965. — 210 с.
Арбиб М. Метафорический мозг. — М.: Мир, 1976. — 295 с.



Минвалеев Р. С. Физиология медитации. Ч. 1. Семинар ЦИЭМ
10.06.15.



Подробнее о ретикулярной
формации.

Тут много всяких сайтов и книг, мне лениво всё писать, википедия тут, гугл картинки, моё необузданное
Воображение, лекции с ютьюба, рассказы очевидцев, прямое всасывание информации через кожу,
высасывание

её обратно из пальца, мои личные заблуждения, искаженные воспоминания, детские травмы психики и
немного забываем про Вселенную 25, эксперимент Зимбардо, кружку Канемана, Гарварбский

Методологии
эксперимент))

Элизабет Лофтус, Фундаментальную ошибку атрибуции, и многое другое, рад видеть вас в Академии

Смысла!

А К А Д Е М И Я
С М Ы С Л А

РЕКЛАМА И БЛАГОДАРНОСТИ

Спасибо Наталье, Элине, Лиде, Кате, Вадиму, Валере, Косте, Любе, Диме, Андрею Владимировичу, Юле, Саше,

Алисе, Оксане, Марине, Кире, Жене, Павлу, Андрею, Петру, Ивану, Тимуру, Оле, Алене, Владимиру, Руслану,

Ире Радыно, Свете, Ане, Амиру, Олегу, Вове, Алие, Маше, Артему, Гумару, Тане, Мише, Сергею всем

друзья

знаю



ELINA

частникам и сотрудникам Академии Смысла и Интеллектуального Кластера Игры Разума!

https://www.instagram.com/elinam_wear/



Детский и семейный фотограф

<http://sharapovaphoto.ru/>



**ДЕТСКИЙ
РОБО-
КЛУБ**

https://vk.com/robbo_moskovskiy

https://www.instagram.com/moskovskiy_robbo/

А К А Д Е М И Я
С М Ъ С Л А

А К А Д Е М И Я
С М Ъ І С Л А

ПИСЬМО-ОТЧЕТ ПОСЛЕ ПРОСЛУШИВАНИЯ ЗАЩИТЫ

ТЕМА ПИСЬМА:

ТР-№8 – «Как понять своё «Важно»
через смысл своих действий» –
Ваша фамилия и имя (не моя:)

НА ПОЧТУ:

practice@intellect.academy

СРОК:

В течение суток