

Διδασκαλία Δεξιοτήτων Ζωής στη
Φυσική Αγωγή
ΜΚ 1020
Μάριος Γούδας

Διάλεξη 3
Επίλυση Προβλημάτων

**Η πλάνη της επιβεβαίωσης
ή της
προφανούς λύσης**

Αναφέρεται στην τάση του ατόμου να προσπαθεί να επιβεβαιώσει τις υποθέσεις του/θεωρίες του αγνοώντας όλες εκείνες τις πληροφορίες που είναι σε αντίθεση με αυτές και τις ανατρέπουν.

Για να αποφύγετε την πλάνη της επιβεβαίωσης ή της προφανούς λύσης

- Εξετάστε προσεκτικά τα δεδομένα
- Εξετάστε άλλες λύσεις εκτός από την προφανή

- Όταν τα άτομα έχουν την προοπτική κάποιου κέρδους, συνήθως αποφεύγουν να πάρουν κάποιο ρίσκο
- Όταν τα άτομα έχουν την προοπτική απώλειας είναι πιο πιθανό να πάρουν ρίσκα

Η πλάνη της συνάφειας

Αναφέρεται στην τάση του ανθρώπου να έλκεται από τις συναφείς ή αληθοφανείς όψεις μιας ιστορίας ή ενός φαινομένου ή ενός προβλήματος. Αγνοώντας ταυτόχρονα σημαντικά στοιχεία που επιδρούν καθοριστικά στην εξήγηση της ιστορίας ή του φαινομένου και στην επίλυση του προβλήματος.

Για να αποφύγετε αν πέσετε στην πλάνη της συνάφειας

- Αποφύγετε να απαντήσετε γρήγορα σε ένα πρόβλημα βασισμένοι στην πειστική διατύπωση του
- Εξετάστε με προσοχή το πρόβλημα και αποφύγετε να εστιάσετε μόνο στη συνάφεια του προβλήματος με την απάντηση.
- Εξετάστε και τις επιμέρους παραμέτρους του προβλήματος

Η πλάνη της εστίασης

Αναφέρεται στην επιλεκτική εστίαση σε κάποια ή σε περιορισμένες όψεις ενός προβλήματος.

Για αν αποφύγετε την πλάνη της εστίασης

- Εξετάστε με προσοχή το πρόβλημα και αποφύγετε να εστιάσετε μόνο σε μια όψη του
- Εξετάστε και τις επιμέρους παραμέτρους του προβλήματος και σκεφτείτε την επίδραση της καθεμιάς στο πρόβλημα πριν αποφασίσετε για τη λύση του

Ανοικτά και κλειστά προβλήματα

	Well-Structured	Moderately-Structured	Ill-Structured
Goals	well defined	usually well defined	undefined
Beginning State	well defined	well defined	well defined
Actions	well defined	many possible actions	undefined
End State	well defined	well defined	undefined
Constraints	well defined	usually well defined	usually not well defined
Example	starting a car	fixing a car	designing a car

Daniel Kahneman

2 Συστήματα Σκέψης

- Διαισθητική Σκέψη
 - Αυτόματη και Άμεση
- Συνειδητή Σκέψη
 - Ορθολογιστική
 - Βραδύτερη
 - Επίμονη

Διαισθητική Σκέψη

- Οι λειτουργίες της διαισθητικής σκέψης είναι αυτόματες και δημιουργούν εκπληκτικά πολύπλοκες λειτουργίες και μοτίβα ιδεών.
- Είναι ο τρόπος σκέψης που χρησιμοποιείται πιο συχνά

Μπορείτε να μου αναφέρετε παραδείγματα χρήσης διαισθητικής σκέψης;

Παραδείγματα διαισθητικής σκέψης

- Εντοπίσουμε ότι ένα αντικείμενο είναι πιο απομακρυσμένο από ένα άλλο.
- Προσανατολιστούμε ως προς τη πηγή ενός ξαφνικού ήχου.
- Συμπληρώσουμε φράσεων όπως «ψωμί και...»
- Αναγνωρίσουμε από την γκριμάτσα ενός ατόμου σε μια φωτογραφία ότι το άτομο αυτό είναι νευριασμένο ή χαρούμενο
- Αντιληφθούμε την εχθρότητα ενός ατόμου από τον ήχο της φωνής του.
- Απαντήσουμε στο $2 + 2 = ?$
- Διαβάσουμε λέξεις σε μεγάλες διαφημιστικές πινακίδες.
- Κατανοήσουμε απλές προτάσεις.

Συνειδητή Σκέψη

- Αυτός ο τρόπος σκέψης απαιτεί συγκέντρωση και προσοχή και είναι πιθανόν να περιλαμβάνει επίπονες νοητικές δραστηριότητες και πολύπλοκους υπολογισμούς. Συχνά η υποκειμενική εμπειρία του ατόμου συνδυάζεται με την επιλογή και τη συγκέντρωση.

Συνειδητή Σκέψη

Οι πολύ διαφορετικές λειτουργίες που περιλαμβάνει η Συνειδητή Σκέψη έχουν ένα κοινό χαρακτηριστικό:

- απαιτούν προσοχή και
- διαταράσσονται όταν λείπει η προσοχή.

Μπορείτε να μου αναφέρετε παραδείγματα χρήσης της Συνειδητής Σκέψης;

Παραδείγματα χρήσης της Συνειδητής Σκέψης

- Όταν εστιάζουμε την προσοχή μας στη φωνή ενός συγκεκριμένου ατόμου σε ένα πολυσύχναστο και θορυβώδη χώρο.
- Αναζητούμε μέσα στο πλήθος μια γυναίκα με άσπρα μαλλιά.
- Καταφεύγουμε στη μνήμη για να αναγνωρίσουμε έναν εκπληκτικό ήχο.
- Μετράμε τις εμφανίσεις του γράμματος Α σε μια σελίδα κειμένου.
- Λέμε σε κάποιον τον αριθμό τηλεφώνου
- Συγκρίνουμε δύο κινητά τηλέφωνα για τη συνολική αξία.
- Συμπληρώνουμε ένα τεστ πολλαπλής επιλογής.
- Ελέγχουμε την εγκυρότητα ενός πολύπλοκου λογικού επιχειρήματος.

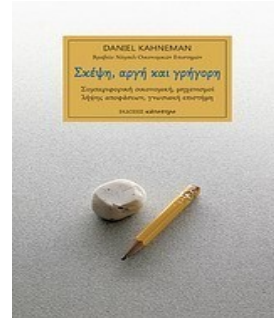
Διαισθητική Σκέψη & Συνειδητή Σκέψη

- Η Διαισθητική Σκέψη λειτουργεί αυτόματα και την ίδια στιγμή η Συνειδητή Σκέψη είναι συνήθως σε μια άνετη λειτουργία χαμηλής προσπάθειας, στην οποία μόνο δεσμεύονται κλάσμα της χωρητικότητάς της.
- Η Διαισθητική Σκέψη δημιουργεί συνεχώς προτάσεις, εντυπώσεις, διαισθήσεις, προθέσεις και συναισθήματα για τη Συνειδητή Σκέψη. Αν η Συνειδητή Σκέψη ενεργοποιηθεί και δράσει τότε οι εντυπώσεις και οι διαισθήσεις μετατρέπονται σε πεποιθήσεις και οι παρορμήσεις μετατρέπονται σε εθελούσιες ενέργειες.

Διαισθητική Σκέψη & Συνειδητή Σκέψη

- Όταν όλα κυλούν ομαλά, που είναι το πιο σύνηθες, τότε η Συνειδητή Σκέψη υιοθετεί με ελάχιστες ή καθόλου τροποποιήσεις τις προτάσεις της Διαισθητικής Σκέψης .
- Όταν η Διαισθητική Σκέψη αντιμετωπίζει δυσκολίες, τότε καλείται η Συνειδητή Σκέψη να υποστηρίξει την επίλυση του προβλήματος
- Γενικά η Συνειδητή Σκέψη ενεργοποιείται όταν ανακύπτει ένα ερώτημα για το οποίο η Διαισθητική Σκέψη δεν μπορεί να απαντήσει.

- Daniel Kahneman



- Rolf Dobelli



Επίλυση Προβλημάτων

- Κατανόηση του προβλήματος
- Εξέταση εναλλακτικών λύσεων
- Αξιολόγηση Εναλλακτικών λύσεων
- Επιλογή λύσης και απόφαση
- Αξιολόγηση επιλογής και επανακαθορισμός

1. Κατανόηση του προβλήματος

- Το πρώτο βήμα αφορά στην αναγνώριση και λεπτομερή περιγραφή του προβλήματος καθώς και στον ορισμό των παραμέτρων του.

2. Εξέταση εναλλακτικών λύσεων

- Το δεύτερο βήμα αφορά στην προσπάθεια να βρεθούν όλες οι πιθανές λύσεις για την αντιμετώπιση του προβλήματος
1. Αποδοχή νέων ιδεών
 2. Οι χειρότερες ιδέες
 3. Τι θα έκανε ο Χ;

Αξιολόγηση των εναλλακτικών λύσεων

- Το τρίτο βήμα αφορά στη διερεύνηση της ρεαλιστικότητας των λύσεων που προτείνονται και στον εντοπισμό των θετικών και αρνητικών συνεπειών τους.
- Ο τροχός των λύσεων

Επιλογή λύσης και λήψη απόφασης

- Το τέταρτο βήμα αφορά στην επιλογή της καταλληλότερης λύσης με βάση την αξιολόγηση που προηγήθηκε

Αξιολόγηση επιλογής και επανακαθορισμός

- Το τελευταίο βήμα αναφέρεται στην αξιολόγηση της λύσης που εφαρμόστηκε και σε περίπτωση αποτυχίας επανακαθορίζονται οι ενέργειες.

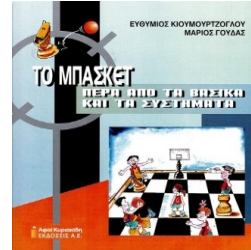


Μπορείτε να διδάξετε λύση προβλημάτων μέσω του μπάσκετ;

- Διπλό 5 εναντίον 5.

Πρόσθετος Κανονισμός

- Η επίθεση μπορεί να μπει στην περιοχή της
- ελεύθερης βολής ενώ η άμυνα όχι



5' Σύσκεψη των ομάδων για την εξεύρεση «λύσης»

10' Παιχνίδι

5' Σύσκεψη των ομάδων για την αξιολόγηση της «λύσης»

10' Παιχνίδι

5' Σύσκεψη των ομάδων για την επαναξιολόγηση της λύσης

10' Παιχνίδι

5' Ενημέρωση για «Λύση Προβλημάτων»

- Ευχαριστώ για την προσοχή σας!