

Dzień dobry na pierwszych zajęciach kwarantannowych.

Sytuacja wróciła do nienormalności, więc musimy się znowu przystosować. To, co jest bardzo specyficzną zdolnością ludzi, to właśnie umiejętność szybkiego przystosowania się do zmieniających się okoliczności. Nazywa się to **adaptacją**.

Zdolność do adaptacji do różnych okoliczności jest bardzo ważna w codziennym zachowaniu i w podejmowaniu decyzji życiowych, od najprostszych do tych najbardziej skomplikowanych.

Zdolność do adaptacji do zmiennych warunków wiąże się z plastycznością działania i umiejętnością rozwiązywania złożonych problemów, dlatego jest taka ważna w całym naszym życiu.

Ale dość o adaptacji. Żeby uprzyjemnić nam wszystkim przejście na zdalne nauczanie przesyłam Ci filmik, który ma bawić a jednocześnie dawać do myślenia.

Film jest prostym eksperymentem, w którym dowiesz się o jednej powszechnych pomyłek naszych umysłów, które może on popełniać w życiu. Jest przykładem częstego błędu poznawczego człowieka – **błędu potwierdzenia**.

<https://www.youtube.com/watch?v=D8woOYcqgZc>

Podany przykład będzie opierał się na sztuczce karcianej, natomiast dotyczy często wielu sytuacji życiowych, więc należy być bardzo ostrożnym i uważnym. Wiedza o tym, co to jest **błąd potwierdzenia** pomaga nam podejmować lepsze decyzje w życiu (czyli właśnie lepiej się adaptować)

Zastanów się, w jakich sytuacjach w życiu codziennym można taki błąd popełnić i napisz do mnie na adres:

[zbigniewsluszkiewicz@gmail.com](mailto:zbigniewsluszkiewicz@gmail.com)

Napisz mi też, czy masz dostęp do platform HBO lub Netflix – to ważne

Pozdrawiam

Zbyszek Słuszkiewicz