

ELŐÍTÉLETEK kártyák



"Aki szétrombolt egy előítéletet, akár csak egyetlenegyét is, az az emberiség jótévője."

Nicolas Chamfort

Készült:
Edunet Alapítvány
2023.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>



A kártyák segítenek előítéleteink
alakulásának megértésében, azok
felülírásában.

Használd ízlés szerint csoporthelyzetben,
egyének támogatása során vagy saját
önismereti folyamatodban!



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>



LEHORGONYZÁS

**Az első dolog, amit megítélsz,
befolyásolni fogja minden azt követő
dolog megítélését.**

Az emberi elme természeténél fogva
asszociatív, tehát annak sorrendje,
ahogyan az információt megkapjuk, segít
meghatározni ítéleteink és felfogásunk
menetét. Nagyon figyelj erre az
előítéltre beszélgetések során!



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

MEGERŐSÍTÉS TORZÍTÁS



**Olyan dolgokat részesítesz előnyben,
melyek alátámasztják a már létező
eszmerendszeredet.**

Hajlamosak vagyunk meglátni és egyetérteni azokkal az elképzelésekkel, melyek egyeznek az előítéleteinkkel, és figyelmen kívül hagyni és elutasítani azt az információt, amely ellentmond azoknak. „Az az alapelv, hogy ne csapd magad – és te vagy a legkönnyebben becsapható ember.” – Richard Feynman.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

ELVESZTEGETETT KÖLTSÉGEK TÉVEDÉSE (Concorde-effektus)



**Irracionálisan ragaszkodni dolgokhoz,
melyek már sokba (időbe, pénzbe,
energiába) kerültek.**

Amikor az időnket, pénzünket, vagy
érzelmeinket valamibe befektettük, fáj
elengedni. Kérdezd meg magadtól: Nem
fektettem ebbe már eleget? Most is
ugyanúgy tennék?



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

DUNNING-KRUGER HATÁS



**Minél többet tudsz, annál kevésbé
leszel magabiztos.**

Mivel a szakértők tudják pontosan, hogy
mennyi mindent nem tudnak,
hajlamosak alábecsülni a képességeiket;
ezzel szemben könnyű túl
magabiztosnak lenni, amikor csak
egyszerű elképzelésed van arról, hogyan
működnek a dolgok.

Legyél szkeptikus a nagyon magabiztos
véleményekkel szemben, melyekből
hiányzik a szakértői tudás.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

HOZZÁFÉRHETŐSÉGI HEURISZTIKA (TUDATALATTI TÚLZÁS/ FELIDÉZÉSI ELŐÍTÉLET)



**Az ítéelkedésedet az befolyásolja, ami
legkönnyebben az eszedbe jut.
(Az általunk túlzott jelentőséggel
felruházott információk meghatározóvá
válnak gondolkodásunkban.)**

Amennyire újak, érzelmileg erőteljesekek vagy
szokatlanok az emlékeid, annál
relevánsabbnak tűnhetnek. Ez viszont azt
eredményezheti, hogy lehet, túl könnyedén
alkalmazod őket. Próbálj meg különböző
szempontokat megismerni, és statisztikai
információkat szerezni.



PR-VET

HIT ELFOGULTSÁG



Ha egy következtetés alátámasztja a már meglévő eszmerendszeredet, bármit racionalizálsz, ami megerősíti. (Olyan hatás, amely során valaki elfogult a logikus érveléssel szemben, az eredmény hihetőségének alapján.)

Mindenki számára nehéz félretenni a már meglévő eszme-, hitrendszerét, amikor egy érv valódi érdemeit kell figyelembe vennie. A gyakorlatban ez azt jelenti, hogy az eszméink áthatalmatlanok lesznek a kritikával szemben, és állandó jelleggel megerősítést nyernek. Jó kérdés lehet az, hogy mikor és hogyan kezdtem ennyire hinni ebben?



PR-VET

A TUDÁS ÁTKA



**Ha egyszer valamit megértesz, akkor
feltételezed, hogy mindenki más
számára is világos.**

Nehéz lehet emlékezni a saját korábbi
zavaros állapotodra, amikor még nem
értettél meg valamit. Amikor valakinek
valami újat tanítasz, akkor haladj lassan
(és soha ne légy leereszkedő)!



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>



ÖNÉRDEK TORZÍTÁS

Azt hiszed, hogy a kudarcaidat külső tényezők okozzák, ellenben a sikereid mind a személyes érdemed.

Az önérdek torzítás lényege, hogy büszkék vagyunk a sikereinkre, de nem ismerjük be a hibáinkat.

Sokunk élvez ki nem érdemelt kiváltságokat, szerencsét és előnyöket, melyeket mások nem. Könnyű azt mondani magunknak, hogy megérdemeljük ezeket a dolgokat, miközben a körülményeket hibáztatjuk, amikor a dolgok nem az akaratusszal megegyezően történnek.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>



A VISSZAFELE ÉLSÜLÉS (VISSZAÜTÉS) HATÁS

Amikor a központi eszmerendszerünket megkérdőjelezzik, okozhatja azt, hogy még erősebben hiszünk benne. (Amikor a meggyőzési szándék „visszafele sül el” és ellenállást eredményez).

Amikor tévedünk valamivel kapcsolatban, érezhetjük úgy, mint személyes támadást ellenünk, vagy a törzsi identitásunk ellen. Ez motivált érveléshez vezethet, mely arra készítt bennünket, hogy megerősítsünk egy szélesebb körű állítást, az adott tényt cáfoló bizonyítékok ellenére.



PR-VET

TAGADÁS



**A múltat jobbnak idézed fel, mint
amilyen valójában volt, és azt várod a
jövőtől, hogy rosszabb lesz, mint amit a
bizonyítékok sejtetnek.**

Annak ellenére, hogy a történelem
legbékésebb és legsikeresebb időszakában
élünk, sok ember azt gondolja, hogy a
dolgok egyre rosszabbra fordulnak.
Használj mérőszámokat, mint például a
várható életkor, bűnözés és erőszak
mértéke és jóléti statisztikák.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

A BARNUM (FORER) HATÁS (A SZEMÉLYES MEGERŐSÍTÉS TÉVESZMÉJE)



A hiányzó részeket kipótolva, személyes konkrétumokat látsz bele homályos állításokba (Egy egyén nagy valószínűséggel bármely felületes, részletekbe nem bocsátkozó személyiség-jellemzést pontosnak, magára illőnek fog találni, ha azt a meggyőződést keltik benne, hogy az kifejezetten az ő számára készült.)

Látnokok, asztrológusok és hasonlók használják ezt az elfogultságot, azért, hogy úgy tűnjön, mintha valami személyeset mondanának neked.

Próbáld meg kritikusan gondolkodni és azt átlátni, hogyan lehet dolgokat úgy értelmezni, hogy bárkire vonatkozzanak, ne csak rád.



PR-VET

KERETEZÉS

Hagyod, hogy a kontextus és a közvetítés indokolatlanul befolyásoljon. (Egy bizonyos témában egy bizonyos megközelítés hangsúlyozása erősen befolyásolja a közvéleményt.)

Senki sem szereti azt gondolni magáról, hogy könnyen befolyásolható, ennek ellenére csak akkor tudjuk igazán korlátozni azt, hogy ténylegesen mennyire vagyunk befolyásolva, ha rendelkezünk intellektuális szerénységgel, és elfogadjuk a tényt, hogy befolyásolhatók vagyunk. Próbálj meg tudatosan figyelni arra, hogyan tálalnak dolgokat, vagy hogy mit hagynak ki a történetből.



PR-VET

CSOPORTGONDOLKODÁS



Hagyjátok, hogy a csoporthelyzet társas dinamikája felülírja a legjobb eredményeket.

Jó szándékú emberek irracionális vagy nem optimális döntéseket hoznak a konformitásra törekvés, egyetnemértés elkerüléséért. Ez a problémás vagy koraszülött konszenzus egy sürgető napirendi pont miatt jöhet létre, vagy mert a tagok a harmóniát és összetartást magasabbra értékelik, mint a racionális gondolkodást. A csoport tagjai tartózkodnak meglátásaik, kétségeik kifejezésétől a konszenzusra vonatkozóan. A döntéshozatal kedvéért, amely a csoport céljait elősegíti, a tagok elhanyagolhatnak erkölcsi következményeket.



PR-VET

ALAPVETŐ ATTRIBÚCIÓS HIBA (MEGFELELTETÉSI TORZÍTÁS)



**Másokat a jellemük alapján ítélsz meg,
magadat meg a helyzettől függően.**

A megfigyelt viselkedés magyarázatánál sokkal nagyobb hangsúlyt kapnak a belső, személyiségen alapuló (diszpozíciós) magyarázatok a külső, szituációs magyarázatokhoz képest. Nem csak kedvesség mások nézőpontját toleranciával közelíteni, hanem objektívabb is. Az igazolás és hibáztatás helyett, legyél tudatában a hibázásnak amellet, hogy személyes felelősséget vállalsz.



PR-VET



NEGATIVITÁSI TORZÍTÁS (NEGATIVITÁSI EFFEKTUS)

Hagyod, hogy negatív dolgok aránytalanul befolyásolják a gondolkodásodat.

Kognitív torzítás, amely azt jelenti, hogy még azonos intenzitás esetén is, a negatívabb természetű dolgok nagyobb hatással vannak az ember pszichológiai állapotára és folyamataira, mint a semleges vagy pozitív dolgok.

A veszteség és sértettség érzése sokkal élesebb és kitartóbban érezhető, mint a kellemes dolgok múltó elégtétele. A túlélésre vagyunk programozva, és a fájdalomtól való idegenkedésünk torzíthatja az ítéletünket a modern világban.



PR-VET

A HOLDUDVAR HATÁS



**Az, hogy valakit mennyire kedvelsz,
vagy mennyire tartasz vonzónak,
befolyásolja, hogyan ítéled meg más
téren.**

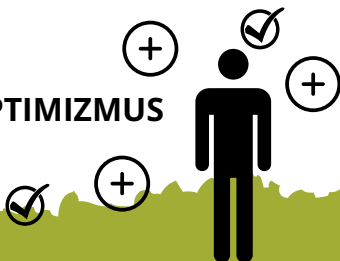
Ha észreveszed, hogy következetesen
magas vagy alacsony jegyeket adsz a
táblán, megéri átgondolni, hogy az
ítélőképességedet nem befolyásolja-e a
holdudvar hatás.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

TÚLZOTT OPTIMIZMUS



**Túlbecsülöd a pozitív kimenetek
valószínűségét. Vagyis, azt gondolod,
hogy a döntésed sokkal pozitívabb
hatású, lényegesen kedvezőbb
kimenetelű, mint a valóságban.**

A pozitív hozzáállásnak vannak előnyei, de nem bölcs, ha hagyjuk, hogy ez hatással legyen a realitás megítélésére. Ironikusan, ha racionálisabb ítéleteket hozol, sokkal több dolog miatt érezheted magad pozitívan.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

A PLACEBO HATÁS



Ha elhiszed, hogy gyógyszert szedsz be, akkor néha „működhet” is, akkor is, ha igazából nem is gyógyszer.

A placebo hatás működhet olyan dolgokkal, amiket az elménk befolyásol (úgy, mint a fájdalom), de kevésbé az olyan dolgok esetében, mint a vírusok vagy a törött csontok. Tartsd a tested egészségesen, és ha beteg vagy, igazi orvostól származó bizonyított hatású gyógyszerekkel gyógyulj!



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

PESSZIMIZMUS



Túlbecsülöd a negatív eredmények valószínűségét. (A negatív események valószínűségének túlértékelése az élet minden területén.)

A pesszimizmus gyakran védekezési mechanizmus a csalódás ellen. A pesszimizmus talán legrosszabb aspektusa az, hogy ha valami jó történik, akkor is pesszimistán érzel.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

JÁRÓKELŐ EFFEKTUS



Feltételezed, hogy valaki más fog cselekedni egy vészhelyzet esetén. Az a (újabban vitatott) jelenség, hogy minél többen tudnának segíteni egy rászorulóknak, annál kisebb az esélye, hogy segít neki valaki.

Amikor valami borzasztó történik egy nyilvános helyen, tapasztalhatunk egyfajta sokkot és mentális bénulást.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

AZ IGAZSÁGOS VILÁGBA VETETT HIT HIPOTÉZISE



Az igazságos világ akarása azt eredményezi, hogy feltételezed a létezését. (Kognitív torzítás, mely szerint az emberi cselekvések végül morálisan igazságos és megfelelő konzekvenciákat eredményeznek.)

Egy olyan világ, ahol az emberek nem mindig azt kapják, amit érdemelnek, egy kényelmetlen világ, és veszélyezteti az általunk preferált narratívát. Egy igazságosabb világ megértést kíván inkább, nem hibáztatást. Ne felejtse el, hogy mindannyian esendőek vagyunk, és hogy történnek rossz dolgok jó emberekkel.



PR-VET

ELLENÁLLÁS



**Inkább az ellenkezőjét csinálod
annak, amit valaki megpróbál veled
megcsináltatni.**

Amikor úgy érezzük, hogy a
szabadságunk korlátozva van, jellemzően
ellenállunk; de ha így teszünk, akár
túlkompenzálhatunk. A bölcsesség a
reflexióból jön, a be nem látás, tévedés
az ellenállásból.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

SAJÁT CSOPORT HATÁS



**Sportszerűtlenül támogatod azokat,
akik a csoportodhoz tartoznak.**

Feltételezzük magunkról, hogy igazságosak és pártatlanok vagyunk, de az igazság az, hogy automatikusan azokat támogatjuk, akik legjobban hasonlítanak ránk, vagy a csoportunkhoz tartoznak. Próbáld meg azoknak a helyébe képzelni magad, akik a csoporton kívül esnek! Közben próbálj meg elfogulatlanul viszonyulni azokhoz, akik a csoportodhoz tartoznak.



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>

REFLEKTORFÉNY HATÁS



Túlértékeled azt, hogy mennyire figyelnek mások a kinézetedre és viselkedésedre.

Ahelyett, hogy azon aggódsz, hogy mások hogyan ítélnék meg, inkább arra figyelj, hogy másokból milyen érzéseket váltasz ki. Ezt sokkal inkább észreveszik, és a világot ezáltal jobb helyé teheted.



PR-VET

Használd örömmel!

A készítők:
Kovács Anikó & Pataki Eszter
Edunet Alapítvány

Ábrák forrása: www.canva.com



PR-VET

forrás: <https://yourlogicalfallacyis.com>