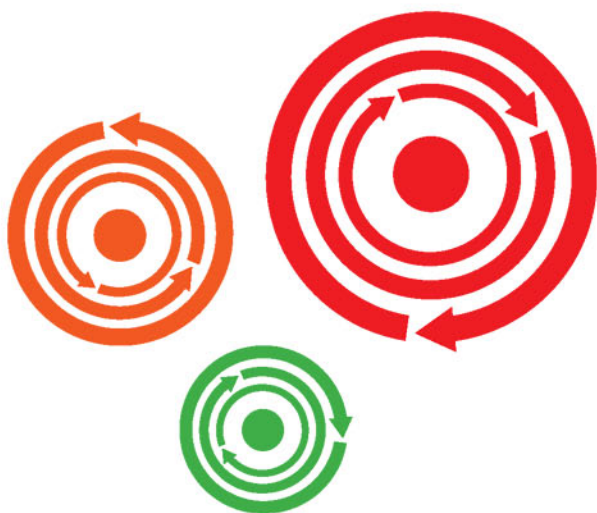


CHARLES PHILLIPS

MYŚLĘ, WIĘC JESTEM
50 ŁAMIGŁÓWEK WSPOMAGAJĄCYCH

OBIEKTYWNE **MYŚLENIE**



Tytuł oryginału: How to Think: 50 Puzzles for OBJECTIVE Thinking

Tłumaczenie: Joanna Sugiero

ISBN: 978-83-283-0770-4

Text and puzzles copyright © Bibelot Limited 2013.

This edition copyright © Eddison Sadd Editions 2013.

The right of Charles Phillips to be identified as the author of the work has been asserted by him in accordance with the Copyright, Designs and Patents Act 1988.

All rights reserved. No part of this book may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means without the prior written permission of the publisher, nor be otherwise circulated in any form of binding or cover other than that in which it is published and without a similar condition being imposed on the subsequent purchaser.

Translation copyright © 2015 by Helion S.A.

Wszelkie prawa zastrzeżone. Nieautoryzowane rozpowszechnianie całości lub fragmentu niniejszej publikacji w jakiegokolwiek postaci jest zabronione. Wykonywanie kopii metodą kserograficzną, fotograficzną, a także kopiowanie książki na nośniku filmowym, magnetycznym lub innym powoduje naruszenie praw autorskich niniejszej publikacji.

Wszystkie znaki występujące w tekście są zastrzeżonymi znakami firmowymi bądź towarowymi ich właścicieli.

Autor oraz Wydawnictwo HELION dołożyli wszelkich starań, by zawarte w tej książce informacje były kompletne i rzetelne. Nie biorą jednak żadnej odpowiedzialności ani za ich wykorzystanie, ani za związane z tym ewentualne naruszenie praw patentowych lub autorskich. Autor oraz Wydawnictwo HELION nie ponoszą również żadnej odpowiedzialności za ewentualne szkody wynikłe z wykorzystania informacji zawartych w książce.

Drogi Czytelniku!

Jeżeli chcesz ocenić tę książkę, zajrzyj pod adres

<http://sensus.pl/user/opinie/mySobi>

Możesz tam wpisać swoje uwagi, spostrzeżenia, recenzję.

Wydawnictwo HELION

ul. Kościuszki 1c, 44-100 GLIWICE

tel. 32 231 22 19, 32 230 98 63

e-mail: sensus@sensus.pl

WWW: <http://sensus.pl> (księgarnia internetowa, katalog książek)

Printed in Poland.

- [Kup książkę](#)
- [Poleć książkę](#)
- [Oceń książkę](#)

- [Księgarnia internetowa](#)
- [Lubię to! » Nasza społeczność](#)

SPIS TREŚCI

WPROWADZENIE. Jak myśleć obiektywnie?	6
Łamigłówki o NISKIM stopniu trudności. Rozgrzewka	11
Łamigłówki o ŚREDNIM stopniu trudności. Trening	29
Łamigłówki o WYSOKIM stopniu trudności. Wycisk	49
WYZWANIE	67
ODPOWIEDZI	73
Zalecana literatura i bibliografia	93
Notatki	94
O autorze	96

JAK MYŚLEĆ OBIEKTYWNIE?

Co zazwyczaj robisz, gdy stajesz przed jakimś wyborem? To, czego chcą od Ciebie inni? A może wybierasz takie rozwiązanie, które jest najkorzystniejsze dla Ciebie, ale nie dla całej reszty? Na pewno czasami się zastanawiasz, co sprawia, że podejmujesz tę, a nie inną decyzję, albo że dochodzisz do określonych wniosków. Być może chciałbyś zyskać większy dystans do samego siebie — zrobić krok do tyłu i z szerszej perspektywy spojrzeć na swój styl myślenia.

Wszyscy staramy się być obiektywni. Jeżeli chcesz podejmować właściwe decyzje, wybierać najlepsze opcje albo nawet tylko uświadomić sobie własne pragnienia, musisz się postarać, aby Twoje myśli były jasne i pozbawione emocji. A to może wymagać pewnego treningu umysłu i nauczenia się nowych stylów myślenia.

Złe myślenie. Wiele ugruntowanych wzorców myślowych jest pozbawionych obiektywizmu. Przede wszystkim często bardziej cenimy te informacje, które potwierdzają to, w co już wierzymy — nazywamy to „efektem potwierdzenia”. Ta tendencja często jest widoczna w dyskusjach na tematy, które budzą duże emocje, takie jak polityka czy religia: rozmówcy są uzbrojeni w fakty, które potwierdzają ich przekonania, a jednocześnie ślepi na dowody, które są sprzeczne z tymi przekonaniami. Ponadto ludzie często prezentują konformistyczną postawę — pragnienie, aby zadowolić innych, jest naturalne dla każdego z nas. Chcemy być w tym samym obozie co reszta. Niestety to pragnienie czasami powoduje, że działamy wbrew sobie.

Łatwe do zaakceptowania. Naukowcy dowiedli, że wolimy pewne rzeczy — a nawet jesteśmy skłonni bardziej w nie uwierzyć — jeśli są łatwe do zrozumienia. Psychologowie nazywają to „płynnością poznawczą”.

Firmy, które mają chwytliwe, łatwe do zapamiętania nazwy, odnoszą większe sukcesy na giełdzie. Gdy jakieś wyrażenia się rymują, ładnie brzmią albo podobają nam się z jakiegoś innego powodu, jesteśmy bardziej gotowi uwierzyć w ich prawdziwość niż w przypadku fraz, które nie są takie łatwe do wymówienia lub zapamiętania. Lubimy rzeczy, które w jakiś sposób są — lub wydają się — znajome.

To sprawia, że dużo chętniej skupiamy energię na rozwiązywaniu prostych, zrozumiałych problemów niż takich, które są trudne i skomplikowane.

Drugi skutek jest taki, że wszyscy cierpimy na coś, co nazywa się „zmęczeniem decyzyjnym” — gdy musimy coś głęboko przemyśleć i podjąć kilka trudnych decyzji, nasza zdolność do dokonywania właściwych wyborów z czasem coraz bardziej maleje.

Rekina i terroryści. Boimy się czegoś bardziej, jeśli potrafimy sobie to wyobrazić z pełną dokładnością. Jest to zjawisko znane jako „heurystyka dostępności”. Wielu ludzi bardzo się boi, że zostaną zaatakowani przez rekina, choć takie sytuacje zdarzają się bardzo rzadko (aż cztery razy bardziej prawdopodobne jest to, że utoniesz we własnej wannie, niż to, że zostaniesz zabity przez rekina). A strach bardzo zaburza myślenie. Ataki na World Trade Center z 11 września 2001 roku sprawiły, że ludzie zaczęli bać się latać samolotami — wielu z nich wybierało podróż samochodem, jeśli tylko mieli taką możliwość, mimo że statystycznie na świecie dużo więcej osób ginie w wypadkach samochodowych niż na skutek porwania samolotu. Emocje to potężna siła, która wpływa na nasze myślenie. Trzeba umieć je rozpoznać i nad nimi zapanować.

Odwróć sytuację. Możemy wykorzystać tę wiedzę, aby nauczyć się myśleć bardziej obiektywnie. Świadomość istnienia takich zjawisk jak heurystyka dostępności czy zmęczenie decyzyjne pomaga nad nimi zapanować. Jeśli masz do podjęcia trudną strategiczną lub taktyczną decyzję, poczekaj, aż Twój umysł będzie świeży, zanim coś zadecydujesz. Analizuj swoje myśli. Pytaj sam siebie: „Czy odczuwam silne emocje na myśl o tej opcji dlatego, że w głowie mam żywe wyobrażenie o niej? Jak bardzo prawdopodobne jest to, że ta sytuacja w ogóle się wydarzy?”.

Postaw na głowie koncepcję płynności poznawczej. Ludzie zazwyczaj dokładniej badają sprawy, które nie są proste ani oczywiste. Jeśli masz do zrobienia korektę jakiegoś raportu, zmień jego czcionkę na dużo mniejszą albo na taką, która jest mniej czytelna — dzięki temu będziesz musiał uważnie przyglądać się każdemu słowu, czytając ten raport. Jeżeli pracujesz razem z kimś nad jakimś trudnym projektem, spróbuj formułować swoje opinie w „niepłynny sposób”, używając słów, które do siebie nie pasują

albo są trudne do wymówienia — dzięki temu Twój umysł zwróci większą uwagę na to, co mówisz.

Łamigłówki w tej książce. Łamigłówki zostały podzielone na trzy grupy według poziomu trudności. Dla każdego z poziomów wyznaczony został limit czasowy, który ma wyrzucić na Tobie pewną presję. Często lepiej nam się myśli, gdy mamy świadomość istnienia pewnego celu, na przykład ograniczenia czasowego. Nie przejmuj się tym jednak nadmiernie. Jeżeli rozwiązanie łamigłówki zajmie Ci więcej czasu, niż wynosi przewidywany limit, to nic nie szkodzi. Niektóre rodzaje łamigłówek będą się powtarzać — dzięki temu będziesz mógł udoskonalic się w ich rozwiązywaniu.

Zwróć uwagę na łamigłówki, które są oznaczone znakiem „Więcej czasu”. Ich rozwiązywanie prawdopodobnie potrwa nieco dłużej — nie dlatego, że są trudniejsze, lecz dlatego, że wymagają większej pracy. Gdy będziesz chciał zapisać jakieś uwagi, wykorzystaj do tego część „Notatki” z tyłu książki.

Pod koniec książki znajdziesz część „Wyzwanie” — dłuższe zadanie, które pozwoli Ci na kompleksowe wykorzystanie nowo nabytej umiejętności obiektywnego myślenia. Sugerowany limit czasowy wyznaczony na poziomie 10–15 minut daje Ci szansę na przemyślenie odpowiedzi, połączenie wskazówek w logiczny łańcuch myślowy, a może też na wypróbowanie różnych opcji na marginesie.

Nie śpiesz się. Jeśli trafisz na szczególnie trudne zadanie, daj sobie tyle czasu, ile potrzebujesz. Gdy już trochę udoskonalisz umiejętność obiektywnego myślenia, to zaczniesz bardziej zwracać uwagę na szczegóły, nauczysz się zachowywać spokój w obliczu kryzysu, będziesz szybciej dostrzegać różne powiązania, a Twój umysł stanie się bystrzejszy.

POZIOM TRUDNOŚCI ŁAMIGŁÓWKI CZAS NA ROZWIĄZANIE

ŁATWY = ROZGRZEWKĄ	1 – 2 MINUTY
ŚREDNI = TRENING	3 – 4 MINUTY
TRUDNY = WYCISK	5 – 6 MINUT
WIĘCEJ CZASU	POWYŻEJ 6 MINUT
WYZWANIE	10 – 15 MINUT

1-2
minuty

W LICZBOWYM LABIRYNCIE

Fryderyk Sielski, autor książek dla dzieci, wymyślił bohatera do swojej nowej powieści — Czarownika Liczbowego, który rozkazuje czytelnikom: „Wykorzystaj swoją umiejętność liczenia, aby dotrzeć do serca tego liczbowego labiryntu. Zacznij od czarnego pola w rogu, a skończ na czarnym polu pośrodku. Po drodze musisz odwiedzić wszystkie znaki równości, a wyniki działań po obu stronach tych znaków muszą być takie same”.

8	÷	2			4	x	3	-	1	
+	3	+			÷	2	+	6	÷	
6	÷	2	=		8	-	7	÷	3	
+	2	+							=	
1	-	5			7			9	+	3
					=			-	8	x
2	x	2	-	5				5	+	2
-	7	÷	2	-				÷	2	-
5	+	3	÷	9	=			7	-	6

WSKAZÓWKA
jak
myśleć

Najpierw pójdz na dół drogą, która zawiera dwa znaki plus.

GRECKI SZYFR

Stefan, archeolog pracujący w Grecji, lubi wysyłać łamigłówki z zaszyfrowanymi informacjami do swojego ojca Arkadiusza, który mieszka w ich domu rodzinnym w południowej Francji. W tym zadaniu każda z greckich liter oznacza inną liczbę. Na końcu każdego wiersza i każdej kolumny Stefan podał sumę liczb, które się w nich znajdują. Stefan pisze do ojca: „Twoje zadanie polega na tym, aby odkryć, jaka liczba odpowiada każdej z liter, i wpisać właściwą liczbę w miejsce znaku zapytania”. Możesz pomóc Arkadiuszowi?

π	ε	π	Ω	12
φ	ε	φ	φ	9
Ω	Ω	Ω	ε	6
π	ε	φ	π	13
11	10	9	?	

WSKAZÓWKA
jak
myśleć

Spójrz na trzeci wiersz, ponieważ tu znajdziesz informację, jaką wartość ma omega (ta sama litera, która znajduje się w prawym górnym rogu tabeli) — wysoką czy niską.



Charles Phillips jest autorem ponad 30 książek, między innymi *Stay Smart* (2012), serii *Brain Builder* i *Business Brain Trainer* (obie z 2011 roku), a także pierwszych sześciu książek z bestsellerowej serii *How to Think* (2009–2011; w Polsce seria nosi tytuł *Myszę, więc jestem*). Charles bada również hinduskie teorie na temat inteligencji i świadomości w książce *Ancient Civilizations* (2005), analizuje mechanizmy śnienia mózgu w *My Dream Journal* (2003) i zastanawia się nad tym, jak postrzegamy kolory i jak na nie reagujemy w *Color for Life* (2004).

Eddison Sadd Editions

Koncepcja: Nick Eddison

Redaktor prowadzący: Tessa Monina

Grafika: Brazzle Atkins

Produkcja: Sarah Rooney

Bibelot Ltd

Redakcja: Ali Moore

Korekta łamigłówek: Sarah Barlow

Autorzy łamigłówek

Guy Campbell; Laurence May, Vexus Puzzle Design;

Charles Phillips; Puzzle Press

Projekt okładki

Weiss/Werkstatt/München, Germany

PROGRAM PARTNERSKI

GRUPY WYDAWNICZEJ HELION



- 1. ZAREJESTRUJ SIĘ**
- 2. PREZENTUJ KSIĄŻKI**
- 3. ZBIERAJ PROWIZJĘ**

Zmień swoją stronę WWW
w działający bankomat!

Dowiedz się więcej i dołącz już dzisiaj!

<http://program-partnerski.helion.pl>

RACJONALNE MYŚLENIE dla Twojego MÓZGU

Jak myśleć obiektywnie, czyli skuteczne sposoby wyłączenia emocji z procesu podejmowania decyzji

Rozkosze **łamania głowy**, czyli **50 zadań na poprawę obiektywności myślenia**

Wyzwanie, czyli balans między sercem a mózgiem

Są w życiu takie sytuacje, w których obiektywne i trzeźwe myślenie jest na wagę złota. Jednak właśnie wtedy kontrolę nad naszym zachowaniem przejmują emocje: strach, euforia, złość. Pod ich wpływem podejmujemy najgorsze możliwe decyzje i wychodzimy na tym jak Zabłocki na mydle. Na szczęście istnieją pewne sprytne sposoby na to, by nie dać się ponieść impulsowi, zmienić wzorce myślowe i zacząć wreszcie działać racjonalnie — na własną korzyść. Jeśli chcesz poznać te sposoby i je wyćwiczyć, sięgnij po tę książkę.

Znajdziesz tu pół setki łamigłówek o różnym stopniu trudności. Wszystkie one mają jeden cel: nauczyć Cię powstrzymać w sobie impulsywne reakcje, dostrzegać różne prawidłowości w Twoim myśleniu i analizować swoje decyzje, zanim ogłosisz je światu. Dowiesz się stąd, co to jest płynność poznawcza, heurystyka dostępności i zmęczenie decyzyjne, a potem spróbujesz przeciwstawić się utartym schematom. Na początek zagubisz się w liczbowym labiryncie, później spróbujesz oliwek przy lampce wina, by w końcu dotrzeć do wehikułu czasu Tymona. Ukoronowaniem Twoich wysiłków będzie dzień pełen emocji. Podejmij wyzwanie!

Wyłącz emocje i wygraj!

CHARLES PHILLIPS — jest autorem 20 książek i współautorem ponad 25 innych, w tym *The Reader's Digest Compendium of Puzzles & Brain Teasers* (2001). Zajmował się staroindyjskim rozumieniem inteligencji i świadomości, mechanizmem snów oraz percepcją i reakcją na kolory. Uwielbia i kolekcjonuje najróżniejsze gry i łamigłówki.

OSOBOWOŚĆ ODNOWA

Nr katalogowy: 38255

Księgarnia internetowa:
<http://sensus.pl>

Zamówienia telefoniczne:
0 801 339900
0 601 339900

sensus

Sprawdź najnowsze promocje:
● <http://sensus.pl/promocje>
Książki najchętniej czytane:
● <http://sensus.pl/bestsellery>
Zamów informacje o nowościach:
● <http://sensus.pl/nowosci>

Hellon SA
ul. Kościuszki 1c, 44-100 Gliwice
tel.: 32 230 98 63
e-mail: sensus@sensus.pl
<http://sensus.pl>

cena: 19,90 zł

ISBN 978-83-283-0770-4



9 788328 307704