

بسم الله الرحمن الرحيم

جلسه دوازدهم: ۱۰ بهمن ماه ۱۴۰۰

موضوع نشست: بچه غول ذهن خود را بشناسیم!

تعمیم دهی:

از جزء به کل رسیدن؛ با دیدن شواهدی یک قاعده کلی همیشگی در ذهنمان می‌سازیم.
یک خطای شناختی محسوب می‌شود اما ما می‌توانیم از آن در جهت اهدافمان استفاده کنیم.
مثلا روز اول مدرسه را با جشن و هدایا برای بچه ها لذت بخش می‌کنیم تا تصور خوبی نسبت به مدرسه پیدا کنند.

راه همکاری سیستم لیمبیک با کورتکس:

ایجاد جذابیت و جالب بودن

دادن چیز های لذت بخش به لیمبیک

وظایف سیستم لیمبیک:

پردازش احساسات و هیجانات

انبار و عادات ما

منشاء تصمیم گیری ها

مدیریت ترشحات شیمیایی مغز (هورمون های استرس و نشاط و...)

حافظه

رفتار های دفاعی

