

Döntéseink és emlékeink negatív és pozitív hangulatban

Kiss Aranka

szervezet szakpszichológus

Elméleti háttér, visszatekintés

logika

James-Lange

Matematikai Materiális

Informális Arisztotelész

Érzelem Mérő elméletek

Darwin Formális Filozófiai

Descartes Szimbolikus

Modalitás

és Sztoikusok
elmélet

Szomatikus

Tradicionális

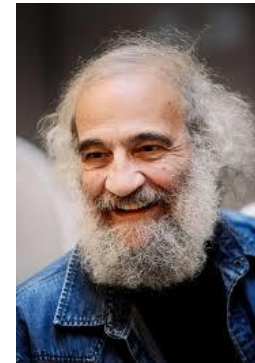
Objektivitás

A téma néhány szakértője

Godden és **Baddeley**
Ellis és Moore



Mérő László



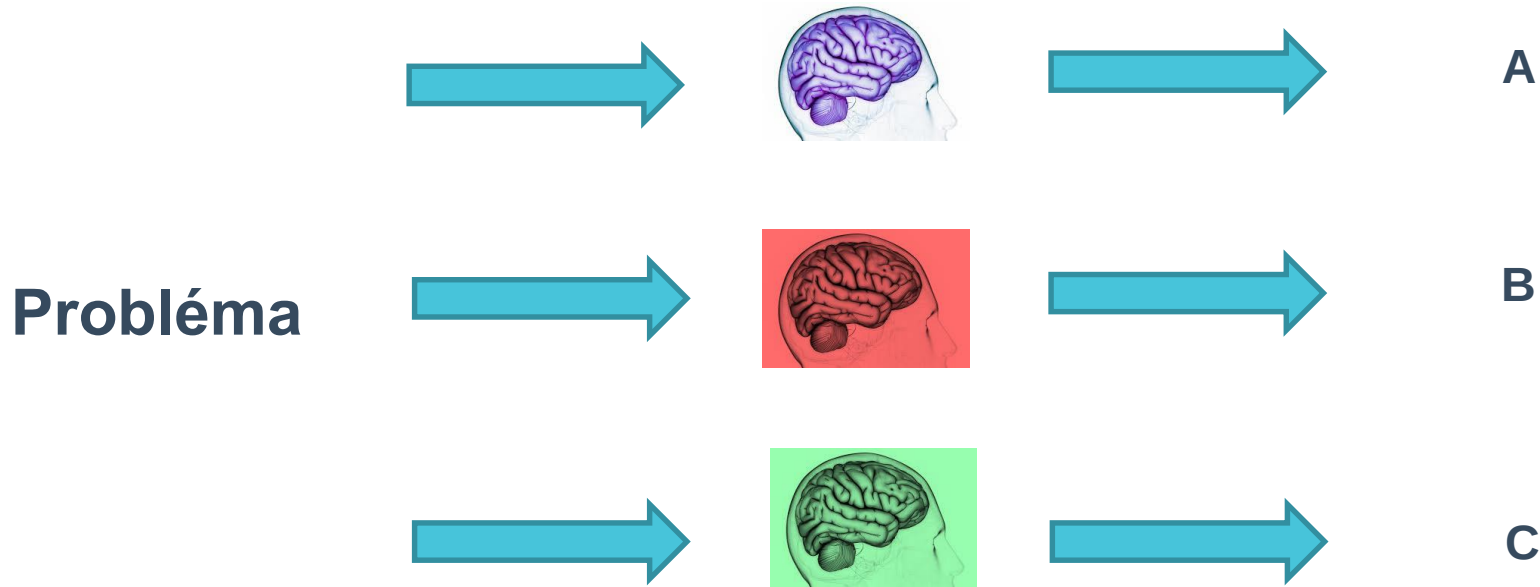
Forgács József
Barbara Fredrickson

Antonio Damasio

Eduardo Andrade

Dan Ariely

Érzelem és értelem szerepe a döntésben



Nem vagyunk sem okosabbak, sem butábbak, de **gondolkodásunk jellege megváltozik.**

Ultimátum játék

- Kísérlet leírása

Résztevők: kísérletvezető - ajánlattevő - fogadó

1. Kísérletvezető 20 dollárt ad az ajánlattevőnek
2. Ajánlattevő dönt milyen arányban osztozik a fogadóval
3. Fogadó dönt elfogadja v. elutasítja az ajánlatot
4. Ha a fogadó elutasítja az ajánlatot a 20 dollár visszakerül a kísérletvezetőhöz

Ultimátum játék eredmények

- Elméleti ajánlat variációk

19:1 → 1:19

- A többség ajánlata

12:8

- Racionálisan elfogadható legrosszabb ajánlat a fogadó részéről

19:1

Ultimátum játék eredmények II.

19:1-ös ajánlat elfogadása

- Közgazdász hallgatók



Kísérlet: rekonstruált ultimátum játék I.

- Kísérlet menete

1. Felbosszantani/boldoggá tenni az alanyokat
2. Döntéshozásra készíteni az alanyokat
3. Megvizsgálni, hogy az érzelmek kihatnak-e a döntésekre
4. Késeltetve megismételni a döntést

Kísérlet: rekonstruált ultimátum játék II.

15:5-ös ajánlat elfogadása

- Boldog csoport
- Felbosszantott csoport



Érzelmek hatása a gondolkodásra

A jó hangulat



Kreativitás
Előítélet
Sugallat

Emlékezet, esemény felidézés
Érzelmek felismerése
Hazugság felismerése
Érvelési képesség



Rövidtávú érzelem hosszú távú hatása



Rövidtávú érzelem hosszú távú hatásmechanizmusa



Herding/nyájszellem (mások követése)

Rövidtávú döntéseink megváltoztatják a hosszú távú döntéseinket is.

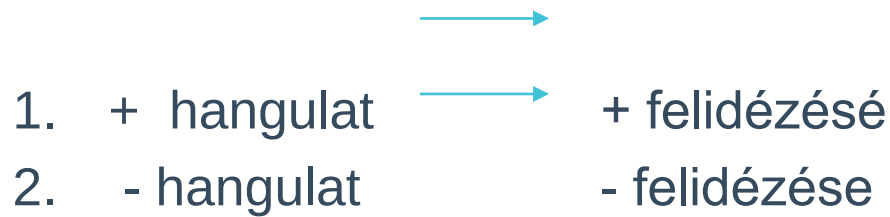


Self herding (önmagunk követése)

Érzelmek hatása az emlékezésre

1. Stressz hatására csökken a felidézés

2. Hanglati kongrualitás



3. Hangulat és kontextus függő előhívás

Gyakorlati alkalmazás

1. Problémamegoldás

- Brainstorming

Oldott, jó hangulat  kreatív ötletek

- Kiértékelés, döntéshozatal

Feszültebb hangulat  valóban jó ötletek
kiszűrése, érvelés, stb.

2. Kontrollált düh

3. Ceruzarágás

Gyakorlati alkalmazás 2.

1. Csokievés tanuláskor, csokievés vizsgán
2. Pozitív emlékképek nézegetése a pozitívabb hangulat reményében
3. Stressz csökkentése

Köszönöm a figyelmet!

Kiss Aranka

aranka.kiss@selfdevelopment.eu

