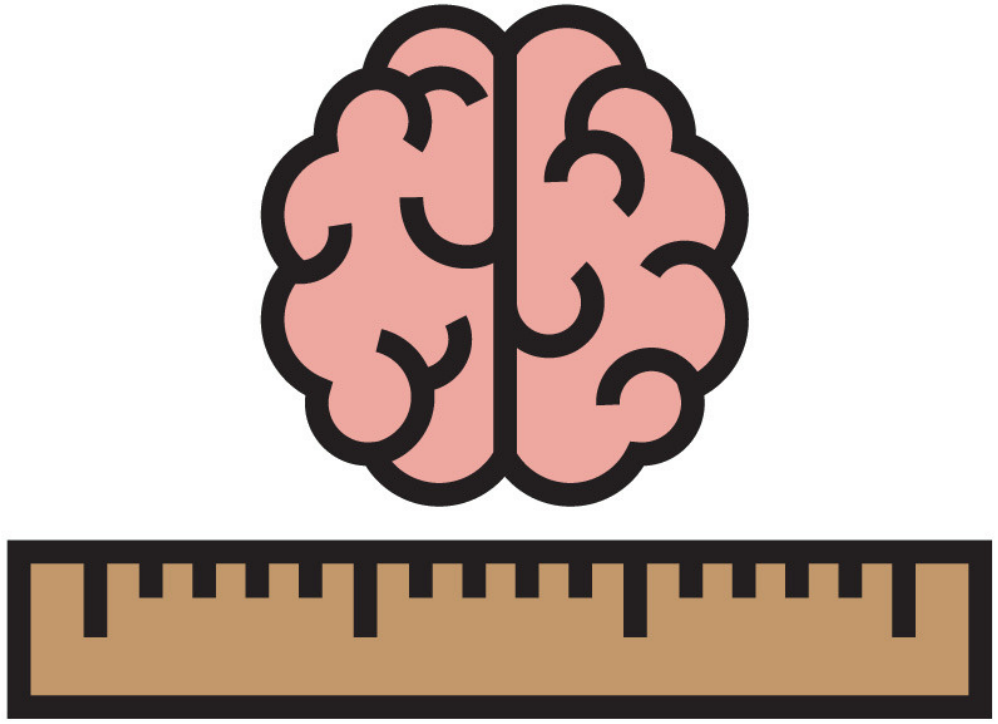
MAŁA PSYCHOLOGIA



Jak czytać neurobujdy?

#Małapsychologia

MAŁA PSYCHOLOGIA

01

ODNIESIENIE DO MÓZGU

Czy jest to uzasadnione? To, że ktoś odwołuje się do układu nerwowego, nie oznacza automatycznie, że jego argument jest bardziej zasadny.

02

KONFLIKT INTERESÓW

Wiele przesadzonych historii o mózgu rozpowszechniają ludzie, którzy mają w tym swój cel. Może chcą sprzedać książkę lub zareklamować nową formę treningu lub "terapii"?

03

PRZESADNE DEKLARACJE

Określenia typu: "rewolucyjny", "trwały", "pierwszy w historii", "odblokować", "ukryty", "w kilka sekund", używane w odniesieniu do mózgu, powinny aktywować nam czerwone światełko.

MAŁA PSYCHOLOGIA

04

CHWYTLIWE METAFORY

Ilekroć ktoś próbuje łączyć metaforyczne pojęcie (np. myślenie głębokie) z konkretną aktywnością mózgu (np. w głęboko położonych obszarach mózgu), jest wysoce możliwe, że wygaduje głupoty.

05

DOWODY ANEGDOTYCZNE

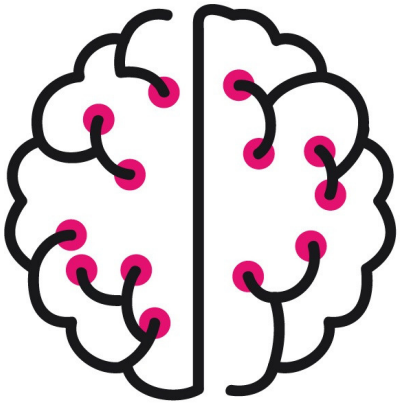
Naucz się rozpoznawać badania dobrej jakości. Ignoruj efektywne interpretacje i podchodź z dystansem do świadectw z pierwszej ręki.

06

KORELACJA A PRZYCZYNOWOŚĆ

Naucz się odróżniać związek przyczynowo-skutkowy od korelacji. Wiele artykułów prasowych na temat mózgu pokazuje jedynie pojedynczy moment w czasie.

ODNIESIENIE DO MÓZGU



"Bezrobocie stanowi problem, ponieważ wywiera fizyczny wpływ na mózg".

To przykład błędnego przekonania, że odwołania to strefy neuro w jakiś sposób nadaje większą wagę argumentowi.

Kiedy ktoś próbuje Cię przekonać, zadaj sobie pytanie: czy odwołanie do mózgu dodaje coś do tego, co już wiemy? Czy istotnie sprawia, że argument jest bardziej rzetelny?

KONFLIKT INTERESÓW

"Usprawnij swój mózg
i kup moją książkę!
Natychmiastowy efekt!"

Celują w to Ci, którzy zapewniają, że technologia bądź inny aspekt życia wywiera szkodliwy wpływ na mózg lub że, jakaś nowa forma treningu prowadzi do trwałych i korzystnych zmian w tym organie

Szukaj niezależnej opinii ekspertów, którzy są bezstronni w danej sprawie. Sprawdzaj, czy twierdzenia o mózgu są poparte rzetelnymi recenzowanymi badaniami. Większość czasopism naukowych wymaga zgłaszania konfliktu interesów.

PRZESADNE DEKLARACJE

"Nasza technologia stanowi pierwszą i jedyną bezpośrednią metodę weryfikacji prawdy w historii ludzkości!"

Jeśli ktoś mówi, że opracował nową rewolucyjną technikęm która po raz pierwszy odblokuje Twój ukryty potencjał, zadaj sobie pytanie, dlaczego nie zastosował jej na sobie, by stać się np. laureatem Nobla?

Sprawdź jakie są kwalifikację autora w kontekście napisanego artykułu.

CHWYTLIWE METAFORY

"Odkryto charakterystyczne ciemne pole w płacie środkowym mózgu morderców"

Uważaj również na wzmianki o całkowicie zmyślonych obszarach mózgu.

Sęk w tym, że nie ma czegoś takiego jak płat środkowy.

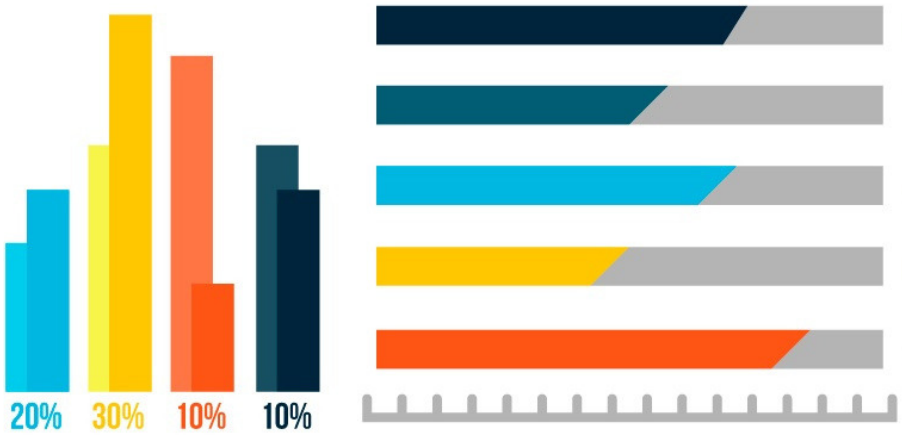
DOWODY ANEGDOTYCZNE

"Co Ty tam wiesz... mi przecież pomogło!"

Jeśli chodzi o testowanie skuteczności interwencji poprawiających działanie mózgu, złotym standardem jest randomizowane badanie z podwójnie ślepą próbą, z użyciem placebo jako kontroli.

Najsolidniejszych danych dotyczących twierdzeń na temat mózgu najlepiej szukać w metaanalizach, spróbuj więc w miarę swoich możliwości dotrzeć do takich opracowań.

KORELACJA A PRZYCZYNOWOŚĆ



"Liczba utonięć przez wpadnięcie do basenu koreluje z liczbą filmów, w których zagrał Nicolas Cage "

Wiele artykułów prasowych o odkryciach na temat mózgu odwołuje się w rzeczywistości do badań korelacyjnych. Ludzie, którzy częściej wykonują częściej czynność X, mają większy obszar mózgu Y.

Autorzy, którzy skupiają się wyłącznie na danych potwierdzających ich początkowe hipotezy, padają ofiarą tak zwanego błędu potwierdzenia.

ŹRÓDŁO:

JARRETT, C. (2017). MÓZG 41 NAJWIĘKSZYCH MITÓW. WARSZAWA: WYDAWNICTWO NAUKOWE PWN.

Korzystając z tych sześciu wskazówek łatwiej rozpoznasz różnicę między prawdziwym neuronaukowcem a szarlatanem oraz miedzy przemyślanym artykułem prasowym na temat mózgu a medialną sensacją.

Warto odwiedzić:

https://www.mala-psychologia.eu/kategorie/mity
http://neuropsychologia.org/
https://mindhacks.com/
http://blogs.discovermagazine.com/neuroskeptic/
http://neurocritic.blogspot.co.uk/
https://neurobollocks.wordpress.com/
http://neurobonkers.com/
https://www.wired.com/category/brainwatch/