

Tâm Lý Học Ứng Dụng Lý Trí hay Phi Lý Trí?

<https://www.daihoctuhoc.com/phi-ly-tri?page=2>

Các khóa học được tham khảo

1. A Beginner's Guide to Irrational Behavior, Giáo Sư Dan Ariely, Đại Học Duke
2. The Science of Everyday Thinking, Đại học Queensland
3. How You Decide: The Science of Human Decision Making, Giáo sư Ryan Hamilton, Đại học Emory
4. Behavioral Economics: When Psychology and Economics Collide, Giáo sư Scott A. Huettel, Đại học Duke
5. Chinese Thought: Ancient Wisdom Meets Modern Science, Giáo sư Edward Slingerland, Đại học British Columbia

Buổi 1: Giới thiệu về Phi lý trí

1. Bài kiểm tra Stroop
2. Hai hệ thống tư duy: Nhanh và chậm, Nóng và Lạnh, Cảm xúc và Lý tính
3. Chúng ta lý trí và phi lý trí đến mức nào?
4. Hiệu ứng Ego Depletion: Sự suy yếu của cái tôi
5. Thí nghiệm Marshmallow: Khi thành công nằm ở khả năng tự kiểm soát
6. Khái niệm Flow: Trạng thái lên "đỉnh" của tâm trí
7. Triết học Trung Hoa cổ đại & các quan điểm quản lý xã hội khác nhau từ góc nhìn lý trí & phi lý trí.
8. Giới thiệu các nội dung buổi còn lại

Buổi 2, 3: Các lỗi tư duy kinh điển

- Hiệu ứng bất hòa nhận thức: Tại sao bạn có thể vừa hút thuốc, lại vừa cho cho rằng hút thuốc có hại cho sức khỏe.

- Thiên kiến sống sót: Tại sao bạn đừng có nên tin những câu chuyện làm giàu trên báo chí?
- Hiệu ứng chim môi: Tại sao bạn lại bước chậm hơn khi vào viện dưỡng lão?
- Hiệu ứng mỏ neo: Tại sao bạn nên là người trả giá trước trong khi đàm phán?
- Hiệu ứng hào quang: Hình như cô ấy xinh, nên cô ấy cũng thông minh và tốt bụng?
- Hiệu ứng ảo tượng sức mạnh: Tại sao bạn ngu hơn nhiều mình nghĩ?
- Thiên kiến xác nhận: Tại sao bạn lúc nào chỉ tìm thấy các bằng chứng ủng hộ cho mình?
- Thiên kiến sẵn có: Tại sao chúng ta lại mua vé số?
- Hiệu ứng nhận thức muộn màng: Bố mẹ đã nói rồi mà còn không nghe (I told you so) ?

Buổi 4: Tâm lý học về đồng tiền

Chi phí cơ hội: Bạn đã từ bỏ gì khi tham gia khóa học này?

Tính tương đối: Tại sao bạn sẵn sàng mất 5 phút để kì kèo 2k với cô bán rau, nhưng lại không chịu mất 5 phút đi sang cửa hàng bên cạnh, mua chiếc áo hàng hiệu giống hệt, nhưng có giá rẻ hơn 20k?

Nỗi đau đón của việc thanh toán: Tại sao chuyển sang thẻ Visa sẽ là một cơn ác mộng cho kẻ nghiện tiêu dùng?

Nhân viên kế toán trong tâm trí bạn: Tại sao tiêu tiền vì gấu thì không tiếc, còn mua 1 cuốn sách giáo trình lại làm bạn xót đứt ruột?

Sự công bằng và Sự có đi có lại: Bạn có cảm thấy tức giận, phi lý, bất công... khi người ta thu bạn 100 nghìn 1 bán phở tại sân bay? Chúng ta dựa vào gì để quyết định một thứ có đáng giá tiền của nó hay không?

Tâm lý tránh mất mát và Hiệu ứng của sự sở hữu: Tại sao nhặt được 100 nghìn thì thấy bình thường, mà mất 100 nghìn thì xót phát điên? Tại sao có ấy lúc nào cũng khen đồ ăn cô ấy nấu rất ngon?

Tiêu chuẩn thị trường và tiêu chuẩn xã hội: Nên tặng quà hay tặng tiền? Người yêu và người lao động tình dục khác nhau chỗ nào?

Cái giá của miễn phí: Tại sao chúng ta lại bị "Miễn phí" thôi miên?

Buổi 5: Bản chất của dối trá

Mô hình đơn giản về hành vi phạm tội lý trí: Một tên trộm nghĩ gì khi hắn ta định cướp chiếc xe máy? Lợi ích là có 20 triệu đồng tiền cầm xe. Chi phí là có thể bị phát hiện, bị đánh và bị bắt. Lấy lợi ích trừ đi chi phí. Hắn sẽ quyết định được mình có nên trộm xe hay không?

Thu hẹp hay nói rộng các yếu tố Mềm dẻo: Tại sao đọc kinh Phật trước khi thi lại có thể giảm tỉ lệ gian lận? Tại sao những người sáng tạo lại gian lận nhiều hơn?

Mẫu thuẫn trong lợi ích: Tốt cho tôi, nhưng không tốt cho công ty. Tôi nên làm gì?

Gian lận theo thời gian và trong các nền văn hóa: Hiệu ứng "What the hell"! Các nền văn hóa gian lận khác nhau như thế nào?

Buổi 6: Lao động và Động lực

Sự khó khăn trong việc tự kiểm soát: Tại sao bạn không thể thành công trong việc giảm cân, duy trì chạy bộ hay đọc sách mỗi ngày?

Thay thế bằng phần thưởng: Tại sao bạn nên tự thưởng mình 1 viên sô cô la sau mỗi lần đọc được 50 trang sách?

Giao kèo của Ulysses: Hãy trói tôi vào cột thuyền để tôi vừa có thể nghe các nàng tiên cá ca hát mà vẫn không bị dụ dỗ nhảy xuống biển?

Vai trò của khả năng tự kiểm soát: Bài kiểm tra chiếc kẹo dẻo và tương lai cuộc đời bạn.

Buổi 7: Tự kiểm soát bản thân

Động lực ngoại lai và nội tại: Chiếc gậy và củ cà rốt hay tôi làm vì tôi đam mê?

Ý nghĩa trong công việc: Tại sao nhân viên của Google từng được nghỉ 1 ngày 1 tuần để theo đuổi bất kì thứ gì mình thích?

Công nhận công sức của người khác: Tại sao chỉ đơn giản công nhận kết quả làm việc tích cực của nhân viên sẽ làm họ cảm thấy công việc có ý nghĩa hơn?

Hiệu ứng IKEA: Lao động hăng say, tình yêu sẽ đến

Thiên kiến không- được- phát- minh- ở- đây: Tại sao cái gì của mình thì tốt đẹp, hay ho; của người khác nhạt nhẽo, buồn tẻ

Sự bất hòa nhận thức: Chúng ta tự thuyết phục mình như thế nào?

Căng thẳng tiền bạc và hiệu suất làm việc: Thưởng càng lớn, nhân viên sẽ càng sáng tạo?

Tiền hoa hồng, sức lao động và động lực: Những cách để thúc đẩy động lực mà không cần phải dùng tiền

Buổi 8: Cảm xúc & Lý Trí

Vai trò của kinh tâm trong quyết định đạo đức

Vấn đề của sự tự đồng cảm: Tại sao nếu cố tình để các nhà tài trợ khát nước, họ sẽ quyên góp nhiều hơn vào các quỹ hoạt động trong mảng đem lại nước sạch cho người nghèo?

Hiệu ứng nạn nhân được xác định: Khả năng đồng cảm của tôi đã cạn kiệt. Tôi chỉ có thể quan tâm tới 3 người là nhiều, chứ không thể thương xót cả 1 triệu người. Làm sao để gây quỹ hiệu quả hơn?

Quá trình ra quyết định cảm xúc: Nguyên do của lời khuyên luôn đề bao cao su trong ví.

Đánh giá rủi ro: Bạn có nguy cơ tử vong do cá mập tấn công hay do máy bay rơi cao hơn?