

Hjälp din hjärna att leda dig rätt!

I dessa tider präglade av envis faktaresistens, brist på källkritik och snäva åsiktskorridorer är det kanske viktigare än någonsin att tänka kritiskt och hålla ordning på åsikter och fakta. Går det att träna hjärnan för att undvika vanliga tankefällor? Ja, enligt Jens Bäckbom, civilingenjör i teknisk fysik och civilekonom, är det fullt möjligt. I sin bok "Tänka, rätt & fel – hur du undviker vanliga tankefel och använder hjärnan bättre" presenterar han det självständiga tänkandets grundstenar, som logik, samband och resonemang under osäkerhet, och ger handfasta tips om hur man vässar sin tankeverksamhet.

– Det är lätt att gå i tankefällor på grund av att vi lärt oss ett visst sätt att tänka. Hjärnan är till exempel väldigt kategorisk och bra på att se mönster, men det kan också leda till att vi fyller i information som inte finns för att få mönstret att gå ihop. Detta kan i sin tur göra att vi drar förhastade och felaktiga slutsatser, säger Jens Bäckbom.

Bokens fokus ligger på vanliga tankefällor som belyses av frågor som: Hur kommer det sig att det inte nödvändigtvis är femtio procents chans att vinna, trots att man endast har två alternativ? Ett annat centralt område är hur man kan lära sig att tänka konstruktivt, fokusera på rätt saker och träna upp sin koncentrationsförmåga:

– Förutom att lära sig känna igen och undvika direkt felaktiga resonemang, så är det minst lika viktigt att lära sig olika former av strukturerad problemlösning, säger Jens Bäckbom.

Boken innehåller även checklistor som hjälper till vid resonemang, beslutsfattning och risktagning:

– Min förhoppning är att boken ska hjälpa läsaren att vända och vrida på problem och se saker ur fler än ett perspektiv. Kan den få läsaren att undvika åtminstone några av de klassiska tokigheterna och vässa sin tankeförmåga är jag nöjd, säger Jens.

För mer information, kontakta:

Lovisa Fredriksson, Roos & Tegnér

T: 073-433 31 10

E: lovisa.fredriksson@roostegner.se