



## DÜŞÜNME BİÇİMLERİ

**Mantıklı Düşünme:** Bu bizim mantıklı yanımızdır. Gerçeklere bakarız, nesnel (objektif) değerlendirmeler yaparız ve eyleme nasıl geçeceğimize karar veririz. Örneğin bu durumda bir araba alırken, en ekonomik veya en sağlam aracı seçeriz. Veya banka seçerken en yüksek faiz vereni seçmeye çalışırız.

Mantıklı Düşünme aktifken bilim ve matematik gündemdedir, yani ölçer, hesaplar, karşılaştırır, olasılıkları tahmin etmeye çalışırız.

Mantıklı düşünmek zaman zaman bizim için en yararlı seçimleri yapmamıza yardımcı olabilir. Ancak zaman zaman da alternatifleri görmemizi engelleyebilir, seçeneklerimizi sınırlandırabilir.

**Duygusal Düşünme:** Bu bizim duygusal yanımızdır. Bu durumdayken, önce duygularımızı düşünürüz. Mantık bir kenara itilir. Duygularımızı duruma uygun olacak bir şekilde aklımıza uydurmaya çalışırız.

Örneğin araba alırken, en eğlenceli, heyecanlı, hoş görünen arabayı seçme eğiliminde oluruz. Yakıt durumu veya sağlamlığı gibi özellikleri önemsemeyiz.

Duygusal Düşünme aktifken mantık geri plana düşer ve tamamen duygularımıza göre hareket ederiz.

Duygusal düşünmek zaman zaman yaşamımıza renk katar. Ancak zaman zamanda aldığımız duygusal kararların zararlı sonuçlarına katlanmak zorunda kalabiliriz.

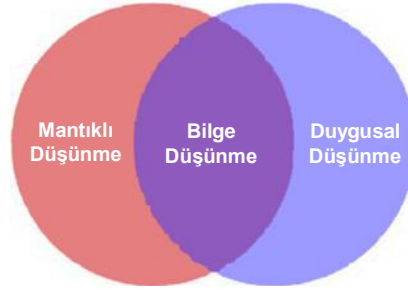
**Bilge Düşünme:** Bu bizim hedefimizdir. Bilge Düşünme, Mantıklı Düşünme ile Duygusal Düşünmenin bir karışımıdır. Bu karışım her iki tarafında eşit yüzdeyle bir araya gelmesi demek değildir. Bilge düşünmek, duruma göre, mantığı ve duyguyu bizim için en faydalı olacak şekilde birleştirmek anlamına gelmektedir. Bir durumda bizim için mantıklı alternatifleri değerlendirirken bir yandan da duygularımıza, arzularımıza ve isteklerimize kulak veririz. Örneğin, sağlam ve ekonomik bir araba bakarken, aynı zamanda modeli hoşumuza giden arabayı seçmeye çalışırız.

Sadece mantıklı düşünmek veya sadece duygusal düşünmek sorunlar ortaya çıkarabilir. Mantıklı olduğumuzda ve duygularımızı bir kenara bıraktığımızda ihtiyaçlarımızı



farketmeyebilir, yaşamdan zevk almayabiliriz. Herşeyin mantığa uygun gitmesi de her zaman mümkün olmadığından bu bizi öfkeliendirebilir.

Duygusal düşünerek hareket ettiğimizde bazı gerçekleri ve olasılıkları göz ardı etmiş olmamız nedeniyle güç durumda kalabiliriz. Olumlu ya da olumsuz duygularımıza fazlasıyla kapılıp gitmiş olmamız bizi istenmeyen sonuçlarla karşı karşıya getirebilir. Karşılaştığımız sorunlar bizde umutsuzluk gibi aşırı olumsuz duygular açığa çıkarabilir. Sorunlarımızı mantık süzgecinden geçirmeyerek abartabilir, herşeyin kötüye gideceğini düşünüp giderek daha da mutsuz olabiliriz.



Bilge düşünerek, mantıklı düşünmenin düzen ve kurallarının yararlarıyla ile duygusal düşünmenin hayata renk katan taraflarını birleştirebiliriz. Bilge düşünme ile her iki düşünce tarzını da reddetmeden bizim için en faydalı olacak şekilde kullanırız.



	Mantıklı düşünme	Duygusal düşünme
Araba alırken güvenliğine bakmak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Araba alırken renk seçmek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ev alırken ulaşım merkezine yakın olması	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Evin manzarası olması	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Paranın hangi bankaya yatırılacağına karar vermek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sevdiği kişiyle evlenmek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ömür boyu yaşayabileceği bir kişiyle evlenmek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sevdiği işi seçmek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Sadece çok para kazandıracak bir işi seçmek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Kendisini aldatan bir kişiyle birlikte olmak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ekonomik nedenlerle sevmediği bir kişiyle yaşamak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Patronu bir şey dememesine rağmen bir başarısızlık sonrası işten ayrılmak	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Yanlış anlaşılabilir düşüncesiyle duygularını ifade edememek	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>



Mantıklı Düşünme		Duygusal Düşünme	
Dezavantajları	Avantajları	Avantajları	Dezavantajları



Olay ya da durum	Bu durumdaki mantıklı düşünceleri yazınız	Bu durumdaki duygusal düşünceleri yazınız?	Bu durumdaki bilge düşünce ne olabilir?

