

תקציר ההרצאה: "איך מתמודדים עם מציאות בלתי רצויה"

מציאות בלתי רצויה פוגשת אותנו פעמים רבות ביום בשטחים שונים.
כשנקרית לפנינו מציאות בלתי רצויה אנחנו בד"כ מגיבים בצורה אוטומטית
ולא תמיד בדרך היעילה ביותר.
אנחנו לא מודעים לכך שאולי ישנן אופציות נוספות ששווה לבחון ומתוכן
לבחור את האופציה הטובה ביותר.
העקרונות להתמודדות עם מציאות בלתי רצויה הם אותם עקרונות של
יעילות והגיון בהם אנחנו משתמשים במשימות היומיום.
האופציה מתאימה כשהרווח עולה על המחיר או כשהמחיר פחות כבד.
אם נהיה מודעים לעוצמה שבבחירה, אם נכיר במגבלות וביתרונות של כל
בחירה יהיה לנו קל יותר לשלוט בחיים שלנו.
הכרנו בהרצאה את מודל ארבע האופציות ולמדנו כיצד לבדוק מהו הרווח
והמחיר הסובייקטיבי של כל אופציה ומתוך כך להגיב בצורה היעילה ביותר.