

# Zmęczenie przez myślenie. Dlaczego myślenie wyczerpuje?

Scenariusz lekcji filozofii dla klas IV–VIII szkoły podstawowej

---

## Cele:

- Uczniowie rozumieją złożoność operacji myślenia.
- Uczniowie rozróżniają mniej i bardziej wymagające procesy myślowe.
- Uczniowie dostrzegają trudność w opanowaniu własnych myśli.

## Materiały:

- Tablica, flamaster

## Metody i formy pracy:

- Burza mózgów
- Opowiadanie
- Dyskusja
- Eksperyment myślowy

## Przebieg lekcji:

### 1. Burza mózgów

Na środku tablicy piszemy słowo „myślenie”. Wokół uczniowie wypisują różnego rodzaju operacje związane z myśleniem. Nauczyciel może naprowadzać dzieci na odpowiedzi. Przykłady: analizowanie, wyobrażanie, przypominanie, kombinowanie, rozważanie, modyfikowanie, kalkulowanie, fantazjowanie, dedukowanie itp.

Po wyczerpaniu pomysłów uczniowie odnoszą się do wymienionych przez siebie typów myślenia. Czy jest ich dużo? Czy podane operacje myślowe się uzupełniają, czy czasem się też wykluczają?

### 2. Prezentacja opowiadania *Wymyślone zmęczenie*

Mike miał przed sobą ciężki dzień. Obudził się rano z myślą, że musi wykonać wiele czynności: posprzątać garaż, przekopać ogródek, zaprowadzić psa do weterynarza i zrobić zakupy. Tych zajęć było dla niego stanowczo za dużo, ciągle myślał o tym, jak bardzo się



zmęczy, i coraz mniej miał ochotę zacząć pracę. Im więcej myślał o wszystkim, co go czeka, tym bardziej czuł znużenie. Zwlekał tak długo z rozpoczęciem działania, aż nastał wieczór. Mike nie zrobił nic z zaplanowanych rzeczy. Był jednak kompletnie wyczerpany, bo wszystkie te czynności wyobrażał sobie cały dzień i nie dawało mu to spokoju. Następnego dnia postanowił bez zwłoki wziąć się za planowane zadania. Do połowy dnia zrobił wszystko i choć był fizycznie zmęczony, czuł się jednocześnie wewnętrznie odprężony.

### 3. Dyskusja nad pytaniami do tekstu:

- Dlaczego samo myślenie o pracy męczy?
- Co jest bardziej męczące: wysiłek fizyczny czy umysłowy?
- Dlaczego myślenie o trudnych zadaniach może bardziej wyczerpać niż samo ich wykonanie?
- Czy można zatrzymać myślenie siłą woli?
- Jaki rodzaj myślenia jest najbardziej męczący, a jaki najmniej?

### 4. Eksperyment myślowy

W przyszłości przeglądanie czyjegoś umysłu może stać się możliwe dzięki specjalnym urządzeniom i skanerom. W ten sposób można byłoby odkryć nie tylko przestępstwa, ale też osobiste sekrety i wstydlive tajemnice zwykłych ludzi. W jaki sposób moglibyśmy panować nad swoimi myślami, by nie pozwolić na wdarcie się intruzom do naszej głowy?

