



Копилка мастерства



Т. Ю. Федотова

Мой выбор — жизненный успех. Программа для 10-х классов общеобразовательных учебных заведений¹

Тамара Юрьевна Федотова — кандидат психологических наук, заместитель начальника отдела воспитания, охраны здоровья, психолого-педагогической поддержки и дополнительного образования детей Минобрнауки России.

Награждена знаком «Почетный работник образования Российской Федерации».

С 1992 года — первый специалист Комитета по образованию Администрации Омской области, возглавивший создание Службы практической психологии в системе образования региона.

В период до 2003 года создала и возглавила областное, а затем городское образовательные учреждения для детей, нуждающихся в психолого-педагогической и медико-социальной помощи.

С 2003 года обеспечивает активное взаимодействие Министерства образования и науки Российской Федерации и психологического сообщества по вопросам развития Службы практической психологии в системе образования России.

Сфера профессиональных и научных интересов — преподавание психологии в школе как учебной дисциплины. Работает учителем психологии в одной из экспериментальных московских школ. Совместно с И.В. Дубровиной осуществляет научное руководство федеральной экспериментальной площадкой РАО по введению предмета «Психология» в общеобразовательные учреждения г. Омска.

Является соавтором учебного пособия «Мой выбор — жизненный успех» (2005), рекомендованного для предпрофильной подготовки учащихся 8—9 классов.

Окончание. Начало программы — в «Вестнике практической психологии образования» № 2, 3 за 2007 год.

Основы рационального выбора

Урок 5

Три пути у человека, чтобы разумно поступать:

Первый, самый благородный — размышление,

Второй, самый легкий — подражание,

Третий, самый горький — опыт.

Конфуций (ок. 551—479 гг. до н.э.),
древнекитайский философ

Разум — величайший дар природы: он не только поднимает нас над нашими страстями и слабостями, но и помогает с пользой распорядиться нашими достоинствами, талантами и добродетелями.

Н. Шамфор (1741—1794),
французский писатель

В ходе урока вы сможете:

- познакомиться с типами решений;
- узнать характеристики и основные этапы рационального решения, познакомиться с характеристикой рискованного решения;

¹При написании программы использованы материалы учебного пособия Л.В. Алферовой, Ю.В. Масюк, О.Л. Махаевой, В.Н. Порус, Т.Ю. Федотовой «Мой выбор — жизненный успех». — М.: КаллиГраф, 2005.



- познакомиться с основными требованиями, предъявляемыми к информационному пространству выбора.

Основные понятия урока:

типы решений • рациональное решение • информационное пространство выбора

Мы уже говорили о том, что жизнь каждого из нас состоит из череды принимаемых решений — как жизненно важных, так и менее значимых.

Решение может быть следствием значительных волевых усилий человека либо, наоборот, его бездеятельности, проявлением эмоционального всплеска или результатом серьезного анализа и умственной деятельности.

В зависимости от того, что лежит в основе решения, принято выделять пять типов решений. Предлагаем рассмотреть их.

Типы решений

1. *Волевое решение.* Этот тип решения предполагает значительные физические, умственные, психоэмоциональные усилия человека. Оно, как правило, принимается в пограничных ситуациях, когда вопрос стоит так: «либо — либо».

2. *Инертное решение* (по воле случая). Этот тип решения характерен для ситуации, когда нет веских аргументов в пользу какого-либо действия. Человек не готов приложить усилия для принятия любого решения. Процесс выбора происходит как бы по инерции, нехотя, вяло: «Сказали выбрать, я и выбрал». В такой ситуации человек не утруждает себя ни размышлениями, ни сомнениями. На все упреки, что он что-то сделал неправильно, последует равнодушный ответ: «Так получилось».

3. *Импульсивное решение.* Этот тип решения может иметь разные основания. Импульсивное решение бывает результатом длительного поиска, значительных психоэмоциональных нагрузок. В этом случае всплеск, решение имеет длительный этап своего созревания. Бывают ситуации, когда внешние обстоятельства вынуждают человека принять мгновенное решение. Например, во время футбольного матча нападающий получил мяч. Будет ли он взвешивать все «за» и «против»? Есть ли у него для этого время? Конечно, нет. Он постарается направить мяч в ворота. Что лежит в основе такого решения? Безусловно, опыт, приобретенный на тренировках и в других играх, интуиция, стремление к успеху.

4. *Эмоциональное решение.* Это решение часто возникает внезапно и является следствием внутреннего психического состояния. Особенно часто это происходит, когда люди испытывают страсть, увлечение, азарт, раздражение, гнев. Существует

мнение, что нет более верного способа оказаться в катастрофическом положении, чем принять решение под воздействием эмоций.

5. *Рациональное решение.* Рассматривая аргументы «за» и «против» определенного образа действия, человек выбирает верное, на его взгляд, решение. Он анализирует шансы и доводы, после чего принимает решение с полным осознанием своей ответственности.

Какому типу решений отдать предпочтение? Прежде всего, необходимо подчеркнуть, что на протяжении жизни человек применяет многие из перечисленных типов. В то же время авторы учебного пособия убеждены, что вектор жизненного успеха определяет все же рациональное решение, основанное на здравом смысле и всестороннем анализе проблемы.

Задания

1. Проанализируйте наиболее запомнившиеся собственные решения с точки зрения их соответствия представленным типам. Какие типы решений наиболее характерны для вас? Сделайте выводы, запишите их в записной книжке «Мой путь к успеху».

2. В одной и той же ситуации выбора разные люди могут принимать различные решения. Проанализируйте следующую ситуацию выбора, исходя из возможности принятия рассмотренных выше типов решения. Друзья зовут вас вечером погулять. Но на завтра нужно подготовить и написать сочинение по литературе. Как поступить?

Рассмотрите возможные варианты ваших действий, исходя из приведенных типов решений. Обоснуйте мотивы и характер принятия решений и их последствия.

Прежде чем приступить к рассмотрению механизма принятия рационального решения, предлагаем обратиться к факторам, которые необходимо учитывать.

Решения принимаются в конкретных условиях ситуации выбора. Их можно разделить на **условия определенности и неопределенности**.

Условия определенности подразумевают, что все параметры ситуации выбора понятны, поддаются анализу. Человек, принимающий решение, не испытывает затруднений в выборе варианта действий и прогнозе их последствий.

Условия неопределенности, напротив, характеризуются тем, что ситуация выбора не дает человеку преимущественных вариантов действий. Сложно предсказать последствия выбора. Следовательно, принимающий решение человек вынужден идти на **риск**.



Риск — это вероятность неблагоприятного развития событий. Чем выше риск, связанный с одним из вариантов решения, тем больше шансов, что оно обернется нежелательными последствиями. Однако известно, что нередко именно самые рискованные предприятия приводят к самому большому успеху.

Степень риска можно и нужно оценивать. Например, перед альпинистами при штурме горной вершины всегда стоит проблема выбора маршрута: можно выбрать наименее сложный маршрут, но в то же время максимально длинный. Или выбрать самый сложный, но более короткий. Выбирая рискованный маршрут, альпинисты всегда стараются уменьшить негативные последствия своего выбора путем тщательной оценки ситуации и основательной подготовки к восхождению на вершину.

Принятие **рискованного решения** всегда сопряжено с определенной психологической борьбой внутри человека, вызванной осознанием возможных последствий такого решения. Справиться с ней способен не каждый. Все зависит от внутренней силы человека, силы его духа. Ведь принимая такое решение, человек осознает, что сможет контролировать ситуацию лишь частично.

В противоположность рискованному, **осторожное решение** принимается тогда, когда опасения за последствия принятого решения начинают подавлять все остальное. В этом случае человек стремится подстраховаться, обратившись за советом или помощью к людям, которым доверяет. Следует помнить, что и в этом случае ответственность за последствия решения будет все равно нести тот, кто его принимает.

Рациональное решение

В наиболее общем смысле термин «рациональное решение» следует понимать как обдуманый вывод, окончательное, целесообразное, разумное заключение о необходимости действий.

Рациональное решение — нахождение наилучшего варианта из множества альтернатив.

Свидетельствует история

Михаил Илларионович Кутузов во время Отечественной войны 1812 года не раз был вынужден принимать трудные решения. Пожалуй, наиболее сложным было решение об оставлении Москвы русскими войсками в сентябре 1812 года. Генерал Д.С. Дохтуров по поводу отступления отозвался так: «Какой ужас, какой позор, какой стыд для русских!» Солдаты плакали: «Лучше уж бы всем лечь мертвыми, чем отдавать Москву!» Да и сам

Кутузов в начале войны писал московскому генерал-губернатору Ф.В. Ростопчину: «С потерей Москвы соединена потеря России». Однако 1 сентября 1812 года на военном совете в Филях после выступления генералов Кутузов объявил: «С потерей Москвы не потеряна Россия... надо сберечь армию».

Задание

Как вы думаете, чем руководствовался М.И. Кутузов, меняя свое мнение по поводу значения Москвы для исхода войны и принимая решение оставить город французам? Каковы были последствия этого решения? Почему решение сдать Москву неприятелю в сентябре 1812 года оценивается как рациональное и таким же рациональным видится решение не сдавать Москву ни в коем случае осенью 1941 года?

Что значит принять рациональное решение? Под принятием решения понимается процесс, состоящий из нескольких этапов, которые можно представить в виде схемы:

1. Определение задачи, подлежащей решению
2. Сбор фактов
3. Определение множества возможных решений
4. Анализ возможных решений
5. Принятие решения

На первом этапе необходимо осознать и сформулировать задачу, требующую решения. Необходимо определиться: насколько эта задача важна для вас, степень вашей готовности к ее решению.

Второй этап связан с поиском информации и сбором фактов, которые характеризуют задачу и определяют всю совокупность возможных вариантов решений. Важно помнить: чем большей информацией обладает человек, тем обоснованней будет принятое решение.

Опираясь на полученные данные, на третьем этапе следует описать все способы, которыми можно решить эту задачу.

На четвертом этапе анализ возможных решений предполагает сравнение вероятных достоинств и недостатков каждого из них.

Затем на пятом, заключительном этапе все варианты выстраиваются от наиболее до наименее предпочтительного, среди которых и проводится выбор.

Чтобы освоить этапы принятия рационального решения, рассмотрим их на конкретном примере.

1. Определение задачи, подлежащей решению. Например, учащийся 10-го класса поставил перед собой цель: стать высококлассным специа-



листом по работе с компьютерной техникой. Достижение этой цели определяется как жизненно важная необходимость. Ситуация выбора очевидна. Нужно только принять решение. Для принятия решения необходимо собрать информацию.

2. Поиск информации. После окончания школы можно поступить в профессиональное училище, технический колледж или университет. Учебные заведения готовят специалистов этого профиля. Но уровень подготовки разный. Необходимо узнать: каковы преимущества каждого из вариантов решения задачи, в чем недостатки. Какой уровень подготовки и возможности ученика для поступления в указанные учебные заведения? Имеются ли в доступной близости профильные учебные заведения?

3. Определение множества возможных решений. На основе собранной информации определяются возможные варианты решения. В нашем случае это: А) поступление в профессионально-техническое училище; Б) поступление в учреждение среднего профессионального образования (технический колледж); В) поступление в технический университет. Все эти варианты являются этапами на пути к цели.

4. Анализ возможных решений и выбор альтернативы. Каковы условия и возможности поступления в каждое из рассматриваемых учебных заведений? Преимущества и недостатки каждого варианта. Как они способствуют достижению цели — получению профессии специалиста по работе с компьютерной техникой?

5. Принятие решения. На основе анализа выбирается наиболее обоснованное решение.

После того, как решение принято, человек приступает к действиям, совершая определенные поступки. Каждый поступок предопределяет последствия сделанного выбора. Процесс принятия и реализации решения можно представить в виде следующей логической схемы:

Цель → Действие → Результат

Таким образом, рациональное решение — это выбор средств, гарантирующих достижение цели с оптимальными затратами и минимальными нежелательными последствиями.

Рациональное решение всегда основано на использовании информации. *Объем и достоверность информации в значительной степени определяют качество принятого решения.*

Информационное пространство выбора

Своевременная и правдивая информация позволяет человеку быстро и точно ориентироваться в пространстве выбора.

Если человек не владеет ею, то принятие решения оказывается невозможным. Либо принятое решение окажется ошибочным.

Совокупность доступных источников информации и каналов их распространения образуют информационное пространство выбора.

Размер и форма информационного пространства постоянно меняются и расширяются. К примеру, создание Всемирной компьютерной сети Интернет открыло перед человеком неограниченные возможности. Сегодня это прогрессивное средство коммуникации, благоприятное пространство для бизнеса, идеальный инструмент рекламы, простор для творчества. Можно долго перечислять возможности Сети, несомненно она — это самый массовый и оперативный источник информации.

Задание:

Как вы считаете, какие источники информации помогут вам в выборе будущей профессии? Какие из них для вас являются доступными в той местности, где вы живете?

Достаточно ли у вас информации, чтобы принять взвешенное решение? Какие у вас есть возможности получения недостающей информации?

Принимая решение, человек осуществляет сбор и анализ информации. Факты, характеризующие ситуацию выбора, сравниваются, сопоставляются и тем самым создается основание для принятия решения. Этот процесс носит название **информационной оценки ситуации выбора** и имеет важное значение для обоснованного решения.

Информационное пространство выбора характеризуется определенными параметрами, знание и учет которых влияют на качество принимаемых решений.

Рассмотрим наиболее важные из них.

Количество информации должно быть оптимальным.

Если информация скудна, обоснованное решение принять трудно, а иногда невозможно. Но когда информации становится слишком много, это тоже затрудняет выбор. Знаменитый русский адвокат Ф.Н. Плевако говорил, что разница между хорошим и плохим адвокатом заключается в том, что хороший адвокат держит бумаги в голове, а плохой — голову в бумагах.

В современном мире количество информации, которую необходимо переработать для рационального выбора, настолько велико, что оно давно превысило



человеческие возможности. Поэтому так важно определить тот предел, который ограничит необходимое количество информации.

Как определить этот предел? Количество необходимой информации в каждом конкретном случае определяется ситуацией выбора. Если в процессе анализа фактов вы поймете, что количество имеющейся информации позволяет принять решение, то дальнейший поиск не имеет смысла. Если у вас есть сомнения в принятии варианта решения, необходимо продолжить поиск информации, которая опровергнет или подтвердит ваши сомнения.

Необходимо помнить, что информация может дорого стоить. Тратить время и деньги только для того, чтобы накопить уйму малополезных сведений, неразумно. Например, чтобы выбрать и купить подходящие тапочки, вряд ли стоит изучать каталоги всех обувных магазинов.

Чем важнее цель, чем труднее путь к ней, тем тщательнее должен быть анализ информации, прежде чем будет сделан выбор.

Информация должна быть доступной.

Мы живем в информационную эпоху. Наша жизнь, все виды деятельности зависят от потоков информации. Все значимые решения мы принимаем, используя эти потоки: от прогнозов погоды до сведений о ценах и курсах валют, от политической информации до телепрограмм.

В демократическом обществе право доступа к информации защищено законом. Только закон может ограничивать это право в точно указанных случаях.

Из Конституции Российской Федерации:

«...Каждый имеет право свободно искать, получать, передавать, производить и распространять информацию любым законным способом... Гарантируется свобода массовой информации. Цензура запрещается».

Например, каждый человек имеет право знать, каковы экологические условия там, где он живет, каковы причины изменения этих условий, на какие цели и насколько эффективно расходуются средства, собранные государством в виде налогов. Потребителю должно быть предоставлено право получить точные характеристики товаров и услуг, за которые он платит. Учащийся имеет право знать, за какие именно ошибки ему снижают оценку.

Доступность информации — показатель развития демократии и культуры общества, а также неременное условие обоснованного решения.

Информация должна быть достоверной.

Чтобы сделать правильный выбор, информацию

приходится «сортировать» не только с точки зрения ее полезности, но и достоверности и своевременности. Устаревшая, неточная или намеренно искаженная информация (дезинформация) направляет человека по заведомо ложному пути.

Причины того, что информационные каналы оказываются засоренными, различны: от глупости до корыстных интересов людей. Но результат один: доступ к полезным и необходимым сведениям затруднен, а ложная и вредная информация мешает принимать правильные решения.

Задание

Поразмышляйте: всегда ли вы анализируете информацию с точки зрения ее достоверности? Что необходимо предпринять, чтобы выявить недостоверную информацию?

Всегда ли вы готовы противостоять недостоверной информации?

Для принятия решения необходимо не только собрать соответствующую информацию, но и тщательно разобраться в ней. Например, выбирая вуз, следует выяснить, есть ли у него лицензия (лицензии выдаются на определенный срок) на ведение образовательной деятельности по данной специальности? Имеет ли он государственную аккредитацию, то есть право выдавать дипломы установленного государством образца? Каков преподавательский состав? Каков «рейтинг» его выпускников?

Немало людей пострадали, доверившись фирмам, распространявшим информацию о заманчивых возможностях трудоустройства за границей и предлагавшим посреднические услуги. Получив предоплату от тысяч людей, ловкачи бесследно исчезали. Они пользовались излишней доверчивостью и правовой безграмотностью клиентов. Прежде чем рассматривать рекламные буклеты и интересоваться суммами будущих зарплат, следовало внимательно проверить документы, на основании которых вели свою деятельность эти компании, собрать сведения о них самих и «партнерах» за рубежом, обратиться за справками в органы, обязанные контролировать работу подобных учреждений, и т.д.

«Мы можем столько, сколько мы знаем», — гласит латинская поговорка. Принимать решения в ситуациях выбора без проверки используемой информации это значит идти на неоправданный риск.

Рациональный выбор и оценка своих возможностей.

Одним из условий успешного выбора является умение правильно и своевременно оценить свои возможности.



Одни люди склонны недооценивать себя. У других, наоборот, самооценка слишком высока. Это особенности их личности. Рациональное рассуждение корректирует такие оценки, приближает их к объективным.

Оценивая свои возможности, надо помнить, что природа не ставит перед нашим выбором абсолютно непреодолимые барьеры. Человек способен значительно расширять круг своих возможностей, который, казалось бы, жестко очерчен природой.

Свидетельствует история

Великий французский ученый Луи Пастер (1822–1895), переутомленный сверхчеловеческим напряжением, на 40-м году жизни был разбит параличом, наступившим от кровоизлияния в мозг. Перед ним был выбор: дожить беспомощным инвалидом остаток дней или вернуться к полноценной научной работе. Громадным напряжением духа он преодолел слабость, разработал эффективную систему лечения, требовавшую постоянных усилий воли и телесных упражнений. Ему удалось победить болезнь. Свои наиболее важные открытия, составившие эпоху в микробиологии и медицине, он сделал именно во второй половине жизни.

Наш соотечественник летчик Алексей Петрович Мересьев во время Великой Отечественной войны лишился ступней обеих ног. Он не согласился с участью калеки и на протезах выучился не только ходить и даже танцевать, но вернулся в авиацию, участвовал в боях, сбил семь вражеских самолетов.

Ориентация на образцы

На уроках математики или физики учитель показывает образцы решения типичных задач. Усвоив

эти примеры, ученик затем может проявить смекалку, найти оригинальное решение, возможно, кому-то даже удастся создать собственный образец, по которому смогут действовать другие.

Рациональный выбор — это тоже интеллектуальная задача. Ему можно обучаться так же, как обучаются решению математических задач по образцам.

А где их взять?

Они вокруг нас. Очень важно проанализировать поведение других людей в сходных ситуациях. Говорят, что на ошибках учатся, но лучше учиться на чужих ошибках. Впрочем, и чужой успех тоже может многому научить.

Ориентация на образец — это не бездумное подражание. Чужой выбор станет моделью, пользуясь которой, можно проверять различные предположения, взвешивать шансы на успех, сопоставлять возможности и т.д. Это уменьшает риск ошибки, экономит время на обдумывание и повышает маневренность поведения. Особенно это характерно для так называемых стандартных ситуаций, в которых одинаковые цели достигаются более или менее сходными средствами.

Контрольные вопросы

1. Назовите и дайте характеристику типам решений.
2. Что означают условия определенности и неопределенности принятия решений?
3. Дайте характеристику этапам рационального решения.
4. Дайте характеристику информационному пространству выбора.

Продолжите работу с записной книжкой «Мой путь к успеху»:

Проблемы выбора, требующие осмысления	Мои личные качества и моя жизненная позиция	Мои шаги на пути к успеху
К какому типу решений я предрасположен? Что могу сделать для увеличения доли рационального типа решений?		
Способен ли я на рискованное решение? Как я веду себя в ситуации риска?		
Достаточно ли у меня информации для принятия решения о будущей профессии? Что я должен сделать для получения оптимального объема информации?		



Урок 6

Дискуссия «Выбор жизненного пути. Всегда ли я свободен в собственном выборе?»

На уроках по курсу вы выяснили значение выбора для успеха человека. Разобрались в сложных понятиях ситуации выбора и пространства выбора, теперь вы понимаете, что выбор — сложный процесс, который требует конкретных знаний и определенных навыков. Надеемся, что у вас нет сомнений в том, почему выбор является жизненной необходимостью.

На последующих уроках будет продолжено изучение других аспектов проблемы выбора.

Предлагаем вам принять участие в дискуссии. Тема дискуссии выбрана не случайно: в десятом классе вы стоите на пороге принятия важного и ответственного решения в своей жизни — по какому пути идти дальше, какую сферу профессиональной деятельности выбрать, кем быть. Согласитесь, трудно переоценить значение такого выбора. Он во многом определит вашу дальнейшую судьбу.

Участие в дискуссии позволит вам активно включиться в коллективный поиск истины. Вы сможете не только высказать собственные суждения по проблеме, но и узнать мнения одноклассников.

Дискуссия будет способствовать получению вами новых знаний: в процессе обсуждения могут быть использованы исторические факты, материалы периодической печати, а также выявлен круг социально-политических и других проблем с возможными подходами к их решению.

В ходе дискуссии вы сможете развить умения и навыки: коммуникативные, высказывания своего мнения, аргументации собственной позиции, анализа ситуации, выделение главного и другие.

Дискуссия будет также способствовать развитию ваших личностных качеств: взаимопомощи, терпимости к другим мнениям и позициям (толерантности), умению слушать товарищей и способность противостоять давлению окружающих.

Напоминаем основные правила проведения дискуссий.

Правила ведения дискуссии:

1. Не допускать выпадов против личности.
2. Высказываться четко, кратко и по теме обсуждения.
3. Дать высказаться всем желающим, уважительно относиться к любой точке зрения.
4. Внимательно слушать друг друга, не говорить одновременно.
5. Постараться проанализировать разные точки зрения.

6. Не допускать излишней эмоциональности.
7. Не повторяться, продвигать дискуссию дальше через выдвижение новых идей, сообщение новой информации.

Под руководством учителя можно разработать свод правил, которые будут руководством к действию и в ходе этой дискуссии, и в последующем. Эти правила можно оформить на листе бумаги, повесить на стену класса, и тогда они будут служить вам напоминанием правил ведения диалога.

Основными **критериями** оценки учителя в дискуссии могут быть следующие: точность аргументов и контраргументов; четкость выражения мыслей; логичность, умение выделить главное; отделение фактов от субъективных мнений; видение сути проблемы.

Дискуссия на уроке будет проходить под руководством вашего учителя. Для оказания помощи учителю в подготовке и проведении дискуссии вы можете делегировать одного из учащихся вашего класса.

Вопросы дискуссии:

1. *Что значит выбрать жизненный путь, и каковы слагаемые жизненного пути?*
2. *Почему человек выбирает? Всегда ли у человека есть выбор?*
3. *Что влияет на выбор? Почему порой бывает трудно сделать выбор?*
4. *Что требуется человеку в 15 лет, чтобы выстраивать собственный жизненный путь?*

В ходе подготовки к дискуссии вы можете подготовить материалы и сообщения, которые послужат отправной точкой для обсуждения.

Может быть подготовлена карта-схема жизненного пути человека. Попытайтесь ответить на вопрос: жизненный путь — это лабиринт со многими таинственными поворотами или упорядоченное направление развития человека?

Вы также можете подготовить 1-2 коротких сообщения (не более 2-3 минут) по наиболее важным, с вашей точки зрения, проблемам дискуссии.