

# ОПИСАНИЕ СТАДИЙ МЫСЛИТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

Иванов Егор  
ПО-02

# СТАДИИ ПРОЦЕССА МЫШЛЕНИЯ

РАССМОТРЕНИЕ СТАДИЙ МЫШЛЕНИЯ  
МОЖЕТ ОКАЗАТЬСЯ ВЕСЬМА  
ПОЛЕЗНЫМ. ЭТИ СТАДИИ НЕ  
ОБЯЗАТЕЛЬНО ДОЛЖНЫ БЫТЬ СТРОГО  
ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНЫМИ, НО НАМ ВАЖНО  
ЗНАТЬ, КАКИМ ОБРАЗОМ ДЕЙСТВУЮТ  
РАЗЛИЧНЫЕ «ОПЕРАЦИОННЫЕ»  
СИСТЕМЫ ГОЛОВНОГО МОЗГА И КАКИМ  
ОБРАЗОМ ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ ПРОЦЕСС  
МЫШЛЕНИЯ СООТНОСИТСЯ С  
УНИВЕРСАЛЬНЫМИ МЫСЛИТЕЛЬНЫМИ  
СТРАТЕГИЯМИ

# Подготовка

- Стадия подготовки соответствует этапу планирования какого–либо проекта и включает в себя определение проблемы, сбор данных и принятие основных допущений. Эта стратегия во многом сходна с первой стадией четырехзвенной циклической модели успеха, рассмотренной нами в части первой, на которой вы решаете, что, собственно, вам нужно и какова ваша цель. На этом этапе следует сформулировать вашу цель в письменном виде, а затем использовать технику визуализации для того, чтобы как можно более полно ощутить желаемый результат и отразить его в формулировке цели.
- Выше описывается о том, насколько важно иметь четкое представление о желаемом результате в процессе общения. То же самое справедливо и в отношении процесса решения проблем. Задайте сами себе вопрос: «Чего именно я хотел бы добиться?» Суть «проблемы» общения, так же как и любой другой, заключается в преодолении разрыва между вашим нынешним и желаемым состоянием (при помощи обмена информацией, убеждения, получения ответов на вопросы и т.п.)

# Анализ

- На этой стадии следует заглянуть в глубь проблемы, учесть все плюсы, взвесить все «за» и «против» К сожалению, довольно часто решение проблемы сводят к анализу ее частей и работе над ними. Анализ определенных сторон вопроса в ущерб целостному представлению связан с деятельностью левого полушария головного мозга. Этот процесс носит линейный характер, логическая схема выглядит примерно следующим образом «Если А, то Б».
- К несчастью, чем дальше вы продвигаетесь по этому пути, тем труднее вам становится признать правомочность какого-либо иного, не линейного типа мышления. Преимущество линейного типа мышления состоит в том, что на его основе можно создавать алгоритмы, используемые при разработке разного рода методов и систем. Недостаток же этого типа мышления состоит в том, что с его помощью невозможно решить такие проблемы, перед которыми бессильны различные логически выстроенные «системы» и компьютерные программы. Такие проблемы слишком сложны и во многом зависят от «человеческого» фактора.

# Аналитическое последовательное мышление

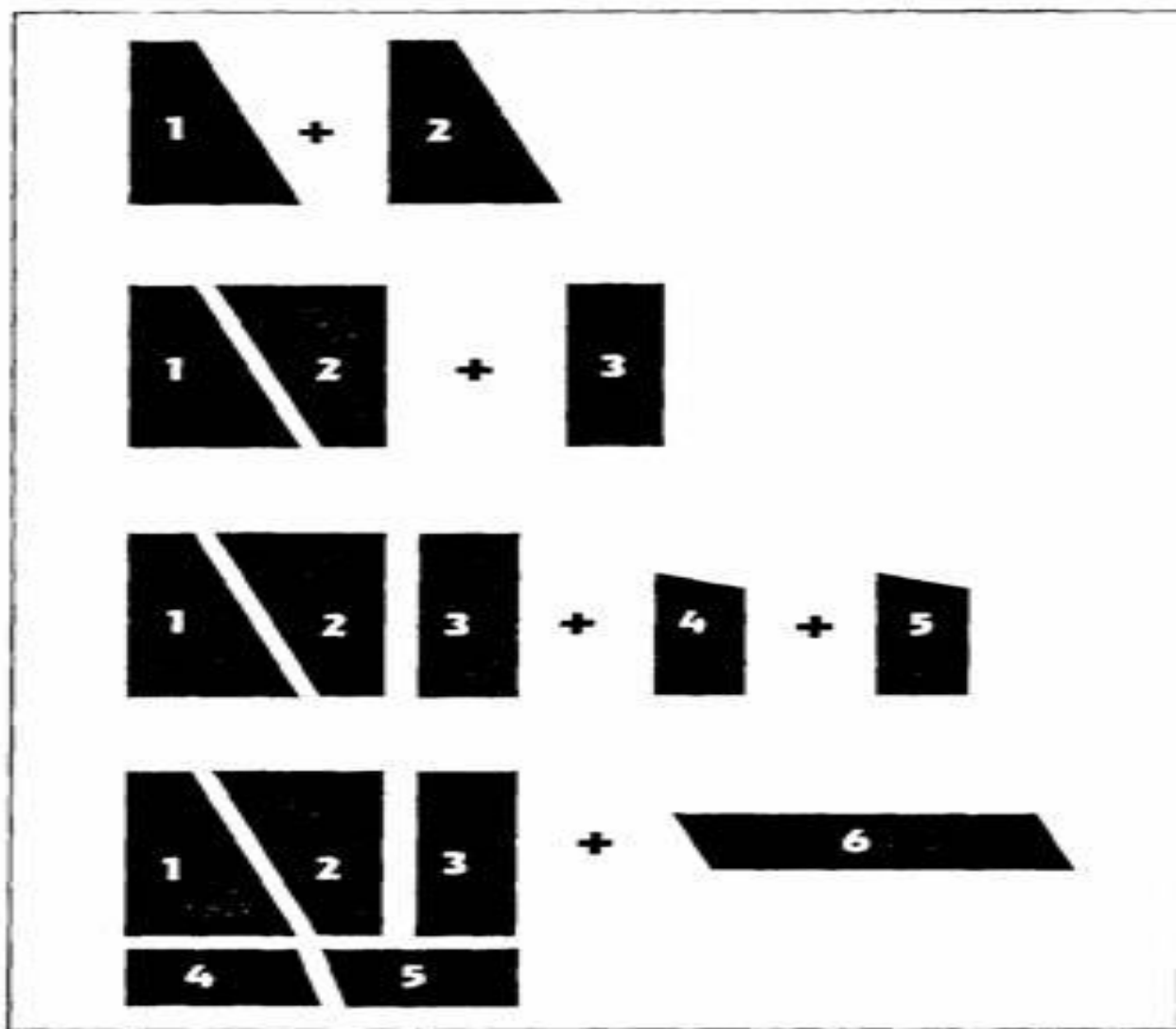
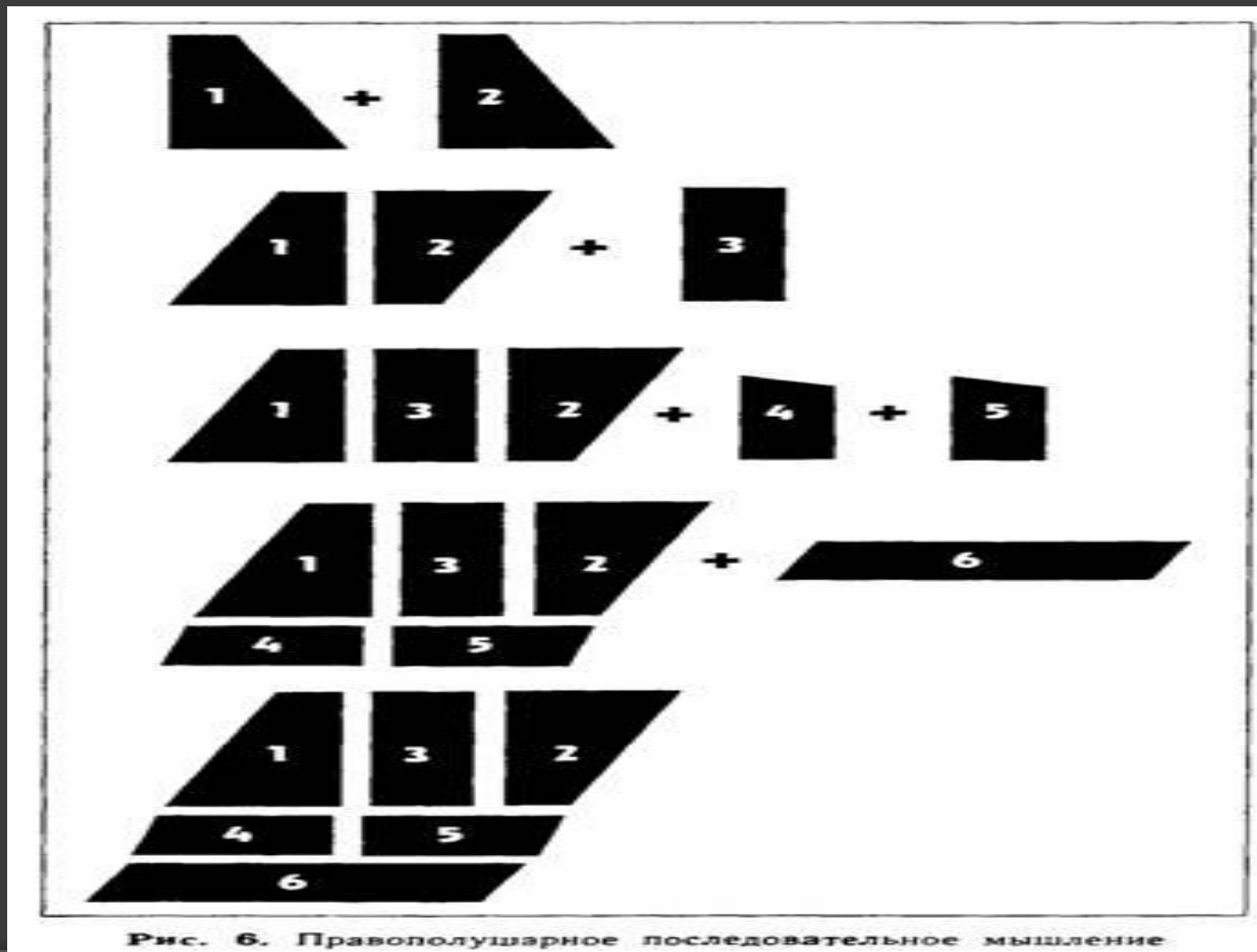


Рис. 5. Левополушарное последовательное мышление

# Альтернативное нестандартное решение



# Решение задач

- Очень важно уметь улавливать моменты, когда аналитического мышления становится уже недостаточно и возникает необходимость подключать творческое мышление. Внимательно рассмотрите рис. 5. Задача состоит в том, чтобы сложить какую-либо стандартную геометрическую фигуру из различного вида четырехугольников, каждый раз добавляя по одному. К сожалению, как вы видите, последний оставшийся четырехугольник никак не удается приспособить.
- Рис. 6 иллюстрирует альтернативное нестандартное решение. Вместо привычного прямоугольника выбирается параллелограмм, благодаря чему выполнение задачи оказывается возможным.

# Фрустрация

- Многие психологи не придают большого значения фрустрации, хотя большинству людей она хорошо знакома. Наверняка вам иногда казалось, что вы зашли в тупик, или ходите по замкнутому кругу, или же что вы готовы все бросить. Это ощущение может появиться, как только вы столкнетесь с проблемой или уже в процессе ее решения, но результат при этом будет один и тот же. У вас появится желание сойти с дистанции, махнуть на все рукой и заняться чем-то более осмысленным.
- Парадоксально, но фрустрация является важной составной частью процесса мышления. Многие выдающиеся мыслители признавались, что в их жизни были периоды фрустрации, сомнения, депрессии, когда они готовы были опустить руки и сдаться. Но при этом эти люди отмечали, что именно в такие моменты они чаще всего испытывали озарения и даже делали выдающиеся открытия.
- Наши тело и ум порой как бы подают нам знаки, говорящие о том, что надо предоставить процесс самому себе, дать ему возможность свободно протекать на подсознательном уровне. Если вы ощутите подобные знаки, на какое-то время отложите свою проблему. В противном случае ваша деятельность будет непродуктивной, и вас охватит еще большая фрустрация. Просто займитесь каким-нибудь другим делом или подумайте о том, что не имеет непосредственного отношения к вашей проблеме. Приступите к выполнению нового задания, наведите порядок на своем рабочем месте, навестите коллегу, прогуляйтесь по парку — короче говоря, делайте все возможное, чтобы на время забыть о своей проблеме. Оставьте ее в покое.



# Стадия инкубации

- На этой стадии не следует сознательно контролировать события. Отдохните от своей проблемы. Термин «инкубация» происходит от латинского слова, означающего «лежащий под, сложенный». И это идеальная аналогия — вы прекратили попытки, успокоились, выбросили проблему из головы. В отличие от стадии анализа, которая может быть включена в ваш распорядок дня, стадия инкубации не поддается временному контролю. Здесь действуют свои правила, и нам не следует в них вмешиваться. Вы не можете потребовать от своего сознания, чтобы к пяти часам вечера оно послало вам озарение. Аналогичным образом вы не можете закричать «эврика!» до тех пор, пока полностью не выполните задание. Инкубационный период может длиться от нескольких секунд до десятков лет. Если, например, у вас вылетело из головы чье-то имя, то, скорее всего, подумав о чем-нибудь другом, вы через минуту-другую его вспомните. Вы можете несколько недель думать о какой-то сложной проблеме, а решение вдруг придет к вам посреди ночи или в какой-нибудь другой момент, когда вы меньше всего этого ожидаете. Известны случаи, когда люди внезапно находили решение проблем, мучивших их многие годы. Все это происходит потому, что инкубационный процесс протекает на подсознательном уровне. Инкубационный процесс не прерывается даже во время сна. Часто по утрам проблемы кажутся нам менее серьезными. Они вообще могут исчезнуть при свете нового дня.
- Активным, энергичным людям бывает нелегко признать необходимость стадии инкубации, так как она, на их взгляд, противоречит их стремлению действовать. Таким людям кажется, что они утрачивают контроль над ситуацией, если не делают ничего конкретного. Тем не менее стадия инкубации необходима, если вы хотите достичь цели и решить свои проблемы. Некоторая временная пассивность пойдет вам только на пользу.

# Озарение

- Это, пожалуй, самая приятная стадия процесса решения проблем. В состоянии задумчивости и отрешенности у вас могут возникнуть почти гениальные идеи, благодаря которым вы сделаете мощный рывок вперед. Решение как будто поднесут вам на блюдечке. Такие озарения возможны благодаря деятельности правого полушария головного мозга и связанной с ней интуиции. Они сыграли большую роль в истории науки. Обычно озарение приходит тогда, когда сознание занято какими-нибудь отвлеченными размышлениями, и поэтому пришедшее в голову решение расценивается как полная неожиданность и даже может вызвать шок. Сложная ситуация скорее прояснится в тот момент, когда человек отдыхает (например, во время прогулки, где-нибудь вдали от работы). И вряд ли решение появится, если он изнуряет себя безуспешными попытками справиться с трудной задачей.
- Многим известным людям приходило озарение. Менделееву приснилась периодическая таблица, Архимеду пришел в голову закон об объемах вытеснения тел когда он лежал в ванной (знаменитая Эврика) так же было с Ньютоном сидя под деревом.

# Реализация

- ⦿ В конечном итоге наши идеи должны реализоваться, а решения — воплотиться в жизнь, что и происходит на стадии реализации. Это наиболее прагматичная стадия. Субъективные мысли трансформируются в объективную реальность, мечты и фантазии становятся фактами. Идеи немного стоят, если не оказывают должного влияния на результаты деятельности. Все модели, системы и теории должны пройти испытание на практическую пригодность.
- ⦿ Все эти стадии решения проблемы не имеют четких границ и плавно переходят одна в другую. Они отражают работу мышления, в том числе и бессознательную, при решении проблем любой степени сложности.
- ⦿ Выберите какую-то конкретную достаточно сложную проблему и попробуйте решить ее, используя описанную выше модель. Примените на практике все приобретенные вами знания, которые могут пригодиться в данном случае, а также те аналитические техники, которые сочтете нужным использовать. Но при этом главное не пропустить момент, когда нужно остановиться.