

🇷🇺 На прошлой неделе, Елена Сметанская, педагог-психолог нашего филиала в рамках работы методического объединения педагогов-психологов, социальных педагогов и инструкторов по физической культуре на тему "Основные приемы оказания экстренной помощи детям в кризисных ситуациях" провела практикум по техникам принятия решения.

👉 Ежедневно жизнь сталкивает нас лицом к лицу с необходимостью решения огромного количества задач, для чего приходится постоянно размышлять над тем, какой выбор стоит сделать в каждой отдельно взятой ситуации. Размышляя над тем, каким пойти путём, каждый человек использует какие-то свои навыки, методы и техники принятия решений, которые основываются, главным образом, на его жизненном опыте, мнениях, позициях, взглядах, точках зрения. Но не всегда используемые способы принятия решений хороши и эффективны.

👉 Предлагаемые техники принятия решений, конечно, не являются волшебными, однако настолько просты в использовании, что считаются, пожалуй, одними из самых лучших, имеющихся на сегодняшний день.

■ Квадрат Декарта (автор Рене Декарт – французский философ, физиолог, физик, механик, математик.) является предельно простой техникой принятия решений, которая требует для своего использования очень небольшого количества времени. При помощи Квадрата Декарта легко установить наиболее значимые критерии выбора, а также оценить последствия любого варианта принимаемого решения. Используя Квадрат Декарта, вы можете посмотреть на сложившуюся ситуацию с четырёх разных сторон. Обязательно используйте листок и ручку, можно даже распечатать Квадрат в большом формате, и отвечать на каждый из вопросов письменно в соответствующем секторе. А сам процесс записи ответов будет как бы конвертировать мысленные доводы и фантазии в логическую буквенную форму, что и окажет вам существенную помощь в принятии решения.

🌍 Вторая техника - разработанный в 80-е гг. XX века англичанином Эдвардом де Боно "Метод шести шляп", в основу которого заложена идея параллельного мышления. Параллельное мышление – это мышление конструктивное, при котором различные точки зрения и подходы не сталкиваются, а сосуществуют. В основу «6 шляп» легло убеждение автора, что в процессе жизни мышление человека становится довольно однобоким, стереотипным. Поэтому чтобы «оживить» наши мыслительные процессы, необходимо нарушить привычное состояние мышления, и попробовать принимать решение иначе, чем обычно.

👉 Метод шести шляп представляет собой психологическую ролевою игру. В ней используются шляпы. Шесть шляп – шесть цветов. Надеваем шляпу – включаем соответствующий режим мышления. Только побывав в разных

шляпах человек может составить объемную картину обсуждаемого предмета и обеспечить себе развитие нестандартного мышления.

👉 В методе шести шляп мышление делится на шесть различных режимов, каждый из которых представлен шляпой своего цвета.

▢ Белая Шляпа (Учёный). Информация. Вопросы. Цифры. Непредвзятость.

▢ Красная Шляпа (Художник). Эмоции. Интуиция, чувства и предчувствия.

▢ Желтая Шляпа (Оптимист). Позитивный, уверенный и оптимистичный взгляд на задачу.

▢ Черная Шляпа (Критик). Негативное суждение. Осторожность. Оценка. Критика.

▢ Зеленая Шляпа (Креатор). Творчество. Новые идеи. Возможные предложения. Альтернативный выход.

▢ Синяя Шляпа (Руководитель). Координирует и обобщает деятельность, ставит цели, контролирует исполнение, делает выводы. Шляпа над шляпами!

👉 Метод «Шесть шляп мышления» легко может быть использован в работе с детьми, родителями, педагогами. Метод может применяться с целью поиска оптимального решения для выхода из кризисной ситуации.

🌀 Шляпы помогут навести порядок в голове, преодолеть стихийность в мыслях. Можно разложить проблемную ситуацию по полочкам и структурировать мысли. Идеи уживутся параллельно, и это поможет найти новое решение!

[#Учись33](#) [#Образование33](#) [#ЦППМС33](#) [#Одеятельности33](#)
[#ЦППМСГусьХрустальный](#)

