



КОНФЕРЕНЦИЯ
ФАСИЛИТАТОРОВ
2022 *Точки слоры*



Сергей
Филонович

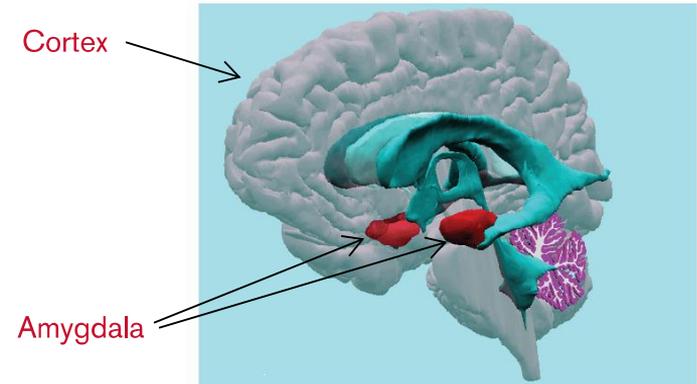
Высшая школа экономики

Каждый выбирает для себя... О смыслах деятельности в турбулентные времена

КАК ЧЕЛОВЕК РЕАГИРУЕТ НА СТРЕСС

Биологические реакции на стресс:

- 👉 борьба
- 👉 бегство
- 👉 паралич
- 👉 подчинение



ПОЧЕМУ ТРУДНО ВЫБИРАТЬ ЦЕЛЬ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ В УСЛОВИЯХ ТУРБУЛЕНТНОСТИ

- ➔ В условиях высокой неопределенности человек сталкивается с дефицитом информации, необходимой для принятия решения
- ➔ Возрастают риски принятия неэффективного решения
- ➔ Человек испытывает повышенную тревожность
- ➔ Возникает стресс, в условиях которого человек склоняется к простым, привычным решениям, часто неадекватным ситуации

КАК БЫТЬ?

ДВЕ СТРАТЕГИИ ПО МАКАРЕНКО: БЛИЖНЯЯ И ДАЛЬНЯЯ ПЕРСПЕКТИВА

У человека должно быть, как минимум, две перспективы: дальняя и ближняя.

Дальняя перспектива определяет большую, значимую цель, которая во многом определяет смысл существования человека.

Ближняя перспектива, своего рода тактическая цель, достижение которой позволяет человеку время от времени радоваться полученному результату.



А.С.Макаренко
(1888-1939)

ВОЗМОЖНЫЕ СТРАТЕГИИ ЧЕЛОВЕКА В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ

- Изменение как дальней, так и ближней перспективы
- Сохранение дальней перспективы, изменение ближайших задач
- Сохранение обеих перспектив

НА ЧЕМ ДОЛЖЕН ОСНОВЫВАТЬСЯ ВЫБОР ЧЕЛОВЕКА?

ВЫВОД СИТУАЦИОННОЙ ПСИХОЛОГИИ

Относительно надежное предсказание поведения человека на основе его диспозиционных характеристик возможно лишь в том случае, если человек оказывается в знакомой для него ситуации. При выполнении этого условия коэффициент корреляции между предсказанным и реальным поведением превышает 0,7.

В случае незнакомой ситуации этот коэффициент становится меньше 0,2, т.е. предсказать поведение человека невозможно.

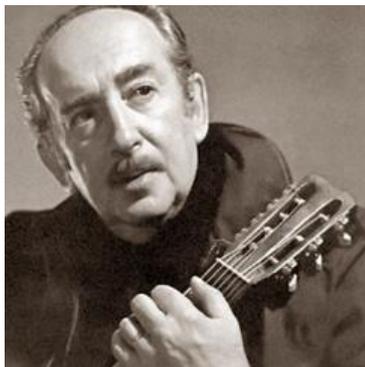
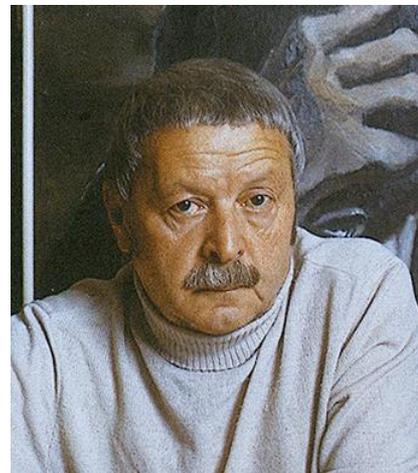
ОТКАЗ ОТ ПРИВЫЧНОГО ПОВЕДЕНИЯ КАК ВОЗМОЖНОСТЬ ВЫХОДА ИЗ КРИЗИСА

- ✓ Чтобы эффективно вести себя в критической ситуации человек должен обладать соответствующим опытом
- ✓ Принципы поведения в критической ситуации часто бывают неожиданными
- ✓ Критические ситуации часто требуют от человека действий, противоречащих «здравому смыслу»

ПОЧЕМУ В УСЛОВИЯХ НЕОПРЕДЕЛЕННОСТИ ВАЖНА ТОЛЕРАНТНОСТЬ

Каждый выбирает для себя.
Выбираю тоже — как умею.
Ни к кому претензий не имею.
Каждый выбирает для себя.

Ю.Д.Левитанский



Не бойтесь сумы, не бойтесь тюрьмы,
Не бойтесь пекла и ада,
А бойтесь единственно только того,
Кто скажет: "Я знаю, КАК НАДО!"

А.А.Галич

ЦИКЛ БЛАГОДЕНСТВИЯ

