**Технологии выбора**

<http://interesno.co/projects/e6d8ecf89faa>

**журнал «Жить интересно»**

**Игровой квест по поиску своего предназначения.** [**Валентина Габышева**](http://interesno.co/valentina-gabysheva)

**16 действий**

**1. Напишите в столбик процессы/занятия/действия, которые вас вдохновляют, от которых дух захватывает — деятельность, которая приносит удовольствие, наполняет.   
Всего шестнадцать словосочетаний — друг под другом.**  
Это могут быть ваши умения, дела, которые вам нравится выполнять, за которые вас хвалят — и вам это особенно приятно. Это могут быть навыки, которые у вас проявляются непроизвольно в различных ситуациях с детства. Это могут быть реальные или нереальные умения, которыми вы хотели бы обладать, которые восхищают вас в других. Можно написать те процессы, которые проявились в ходе предыдущих заданий и они находят подтверждение в вашей жизни.   
Например:   
«Придумывать идеи проектов»«Мирить людей, соединять разрушенные связи»«Вести кулинарный блог»«Организовывать необычные детские праздники»«Упорядочивать процессы, находить всему свое место»и т.п.  
Напоминаю: всего таких словосочетаний должно быть шестнадцать.   
Не переходите к следующему пункту, пока не выполните это задание.

**2. Возьмите первые два умения из столбца. И попытайтесь их соединить, поймать ассоциации, связанные с двумя этими занятиями.**  
Например:   
«Вести кулинарный блог» + «Организовывать необычные детские праздники» — у вас может сложиться «Вести кулинарный блог, посвященный детским праздникам»или «Детское кулинарное блог-шоу»«Придумывать идеи проектов» + «Упорядочивать процессы, находить всему свое место» — «Придумывать идеи проектов, как найти свое место в жизни»или «Органайзер для идей».

**3. Возьмите третье и четвертое умение из столбца и соедините, объедините их. То же самое проделайте с остальными парами.   
Может так случиться, что объединение двух умений вызовет отдельную ассоциацию, не связанную напрямую с написанными словосочетаниями.**  
Например,   
«Мирить людей» + «Шутить, развлекать компанию»может сложиться в «Смехотерапевт».Да будет так. Если отзывается вам то, что получилось в итоге — оставляйте.

**4. Если вы все сделали правильно, у вас получилось восемь словосочетаний. Теперь берем первое и второе из них и проделываем то же самое — объединяем, сливаем, ищем общую ассоциацию.**

5. То же самое проделываете с остальными парами.

6. Если вы все сделали правильно, у вас получилось 4 словосочетания возможно очень громоздких. Не останавливаемся на достигнутом — проделываем с оставшимися двумя парами тот же процесс.

7. Осталось два словосочетания — связываем их, вливаем одно в другое, ищем общую ассоциацию.

Обычно эта техника приносит пару-тройку хороших инсайтов. Попробуем? Свои результаты, мысли, открытия можно размещать в комментариях к этому посту.

**ЗАДАНИЕ 2**

Вспомните три особенных случая из вашей жизни (не важно из какого периода: раннее детство, школьные годы, «когда мы стали взрослые») — три ситуации-бинго. В которых вы были просто красавцами. В которых вы ооочень удивили других и — главное! — сами себя неожиданным результатом. Эти ситуации стали возможны, реальны из-за того, что вы на полную катушку проявили свои таланты/навыки/умения/знания.

Критерий для отбора ситуаций:   
1. Они всплыли в памяти первыми   
2. От этих воспоминаний хочется улыбаться   
3. Ваше тело до сих пор помнит, как по нему бегали ликующие мурашки от мысли «ух ты! это сделал (а) я!»

Читайте дальше, только после того, как вспомните три свои ситуации.

Что общего в этих трех ситуациях? Какие процессы вы обеспечивали/запускали? Благодаря каким умениям-талантам это стало возможным? Как это связано с предыдущими находками?

В этом задании определяется ваш ключевой алгоритм. Каким образом обычно вы достигаете значимого для себя результата, ваш ресурсный способ действия, самопроявления. При каких условиях вы получаете наиболее ценный для себя опыт. Т.е. вы сами от себя получаете инструкцию, каким образом, при каких условиях вам лучше воплощать вашу базовую функцию.

Алгоритм у каждого индивидуальный.

**ЗАДАНИЕ 3**

Далее две ситуации с вопросами. Ответом на них будут мысли, которые к вам приходят сразу после прочтения и вызывают ага-эффект «да-да, точно, это оно!».   
Переходите к следующей ситуации только тогда, когда ответите на предыдущую.

**Первая ситуация:** вам дали неприлично большую сумму денег, огромную, невероятную кучу денег.   
Вы не можете потратить ее на себя и близких, ее нельзя перечислить в благотворительные фонды, занимающиеся борьбой за мир во всем мире, излечением от страшных болезней, спасением исчезающих животных и прочими глобальными проблемами.   
Эти деньги можно передать организаторам одного уникального проекта — проект собирает со всего мира людей, которые обладают определенными умениями и сделали применение этих умений своим основным занятием. Даже сама мысль о сопричастности с этим проектом вызывает у вас «ликующие мурашки» и щекотку внутри.

Что это за проект?

**Вторая ситуация:** Представьте себя в качестве гостя на необычной церемонии. На этой церемонии награждают людей разных профессий, разного рода занятий, из разных стран. Объединяет их одно — они все стали делать одно странное для окружающих дело. Хотя вы-то их хорошо понимаете и внутренне поддерживайте в их удивительном деле.

За что награждали участников необычной церемонии?

И да — снова ищем общее. Балуем левое полушарие: анализируем, находим логические связи с прежними заданиями, делаем выводы.

Свои выводы, мысли, озарения можно публиковать в комментариях.

Это задание проявляет те области/процессы, которые вы подсознательно воспринимаете как сферу своей ответственности в мире. Образы, которые приходят ответом на первую и вторую ситуации, — это метафоры, условные обозначения места приложения ваших собственных сил и ресурсов.

**«С чем пожаловали?»**  
Проанализируйте, какими ссылками с вами делятся друзья, коллеги, знакомые? О каких находках в сети они спешат сообщить вам? Какие ресурсы, ЖЖ-блоги, форумы, видеоролики, картинки они предлагают вам посмотреть?

**«10 лет без перерыва»**  
Если исключить обычную ежедневную рутину, которой занимается большинство людей, чем вы занимались последние 10 лет регулярно, практически каждый день (ладно, ладно, через день) по 2 часа (ладно, ладно, хотя бы 20 минут), вне зависимости от рождений/воспитаний детей, перемен в профессиональных сферах и пр. внешних обстоятельств?

**«Книга»**  
Книги: на какие темы вы можете читать с упоением серьезные, научные книги, даже если это совсем не нужно для вашей работы, даже если тема очень далека от области, в которой вы получили образование или работаете Если бы у вас были все необходимые ресурсы (время, способности, жизненные опыты), то автором какой книги вы бы хотели стать (кроме автобиографии)?

**«10 соседей»**  
С кем вы бы хотели жить на одной улице или в одном доме? Кого иметь в добром соседстве? Это могут быть: герои книг и фильмов, легенд и мифов, люди, вымышленные существа. О чем говорят образы выбранных вами соседей?

**Юрий Погорелов**

**Технологии выбора**

**Метод попарного выбора**

Этот метод подходит для небольшого количества (не более 10-12) объектов, относительно эквивалентных по характеристикам, когда однозначно определить приоритет каждого объекта не удается и принимается во внимание только одна характеристика объекта (как правило, важность или необходимость). Суть в том, что попарно сравниваются каждые два объекта и определяется первенство одного из них. На основании совокупности попарных сравнений строится окончательная иерархия выбора.

Например, есть свободные $300 и масса мест, куда деньги хочется (или нужно) потратить, причем сразу и не определишься. Допустим, альтернативы выбора: купить принтер (1), цифровой фотоаппарат (2), обновить компьютер (3), приобрести микроволновую печь (4), осуществить несрочный ремонт автомобиля (5), купить костюм (6), новый телевизор (7) или съездить отдохнуть (8).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | Итого |
| 1 | принтер | Х | 1 | 3 | 1 | 1 | 6 | 1 | 8 | 4 |
| 2 | фотоапп. |  | Х | 3 | 4 | 5 | 2 | 7 | 8 | 1 |
| 3 | компьютер |  |  | Х | 3 | 3 | 3 | 7 | 3 | 6 |
| 4 | микроволн. |  |  |  | Х | 5 | 6 | 7 | 8 | 1 |
| 5 | ремонт авто |  |  |  |  | Х | 5 | 7 | 8 | 3 |
| 6 | костюм |  |  |  |  |  | Х | 6 | 8 | 3 |
| 7 | телевизор |  |  |  |  |  |  | Х | 8 | 4 |
| 8 | отдохнуть |  |  |  |  |  |  |  | Х | 6 |

Сравниваем каждые два объекта попарно, начиная с принтера и фотоаппарата. В ячейку на пересечении номеров объектов ставим тот номер объекта, который является предпочтительным. Например, если принтер необходим больше, чем фотоаппарат, то в ячейку на пересечении 1 и 2 ставим 1 – номер принтера. После того, как сравнили необходимость принтера и отдыха, переходим к сравнению объекта 2 – фотоаппарата со всеми последующими. Естественно, что любые два объекта мы сравниваем только один раз, поэтому часть таблицы под диагональю не заполняется.

В столбце «итого» подчитывается количество «присутствий» соответствующего числа в таблице. Так, например, для объекта «3» результат определяется количеством троек в таблице (конкретно, в третьем столбце и третьей строке). Чем больше полученный результат, тем более приоритетным оказывается объект в попарном сравнении с другими объектами совокупности, а, следовательно, можно утверждать, что тем более приоритетным он является в совокупности в целом. Соответственно полученному результату производится «раздача наград»: каждый объект получает порядковый номер, который и будет показывать его место в иерархии.

В нашем примере наибольший результат в сравнении получили обновление компьютера и поездка на отдых. Чуть меньше результат у принтера и нового телевизора. Выяснилось, что микроволновая печь и фотоаппарат в общем не сильно нужны. Для окончательно выбора между обновлением компьютера и отдыхом, каждый из которых получил 6 баллов, смотрим результат попарного сравнения между ними. Видим, что обновление компьютера предпочтительней.

В результате применения этого метода можно упорядочить:

совокупность выполнения дел соответственно их важности;

предпочтительность приобретения вещей соответственно желанию их купить;

предпочтительность критериев для выбора (см. следующий метод).

**Метод параметрического выбора**

Подходит для небольшого количества объектов с разными характеристиками, каждая из которых оказывает влияние на выбор. При этом желательно, чтобы была возможность оценки всех характеристик. Далее возможны варианты:

А) все характеристики признаются равнозначными

Б) влияние характеристик на выбор неоднозначно, и тогда следует ввести поправочные коэффициенты. Во избежание усложнения можно ограничиться коэффициентами от 1 до 3. Соответственно 3 – характеристика является исключительно важной; 2- характеристика важная, но не определяющая; 1 – характеристика не самая важная.

В случае выбора варианта Б следует до проведения собственно параметрической оценки взвесить важность каждой характеристики, например описанным выше попарным выбором. При этом мы определяем важность характеристики как частное от деления итога в попарном сравнении на общее количество характеристик. Когда важность характеристики выше 75%, то она получает коэффициент 3, от 50% до 75% - коэффициент 2 и соответственно, все, что ниже, остается без коэффициента.

Далее следует оценить значение каждой характеристики для каждого объекта. Для простоты расчета максимально благоприятное состояние будет соответствовать максимальному значению оценки. При этом также возможны варианты:

А) оценка в баллах (предпочтительнее по 3, максимум 5- балльной шкале). Соответственно 0 – минимальная благоприятная характеристика, 5 - максимальная. Для неблагоприятных характеристик диапазон значений обратный.

Б) построение иерархии объектов по каждой характеристике. Максимум для 3-4 объектов. То же самое: наиболее предпочтительный объект получает максимум оценки.

Далее все абсолютно просто. Сумма значений (с учетом коэффициентов) по каждому объекту дает конечный результат. Наивысшее место занимает объект с максимальным результатом и далее по убывающей. В случае, если два объекта получили одинаковую оценку, то сравнивается сумма значений по приоритетным (имеющим наибольший коэффициент) характеристикам. Если характеристики признаются равнозначными, то достаточно провести попарное сравнение объектов. Методика тоже, в общем, не сложная, но позволяет сделать выбор между комплексными объектами с несколькими характеристиками, определяющими выбор.

Эту методику я использовал при покупке телевизора. Применять попарное сравнение для полусотни моделей и десятка марок довольно утомительно, в то же время искренне хотелось, чтобы выбор был достаточно обоснованным. Для себя определил, что меня радует, прежде всего, качество изображения, качество звука, цена, диагональ, меню на русском языке и приятные мелочи.

Далее мысленно оценив возможные модели, которые бы мне понравились, прикинул примерно такую таблицу оценок по трехбалльной шкале.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерий | Sony | LG | Toshiba |
| Качество изображения (2) | 2\*2=4 | 1\*2=2 | 3\*2=6 |
| Качество звука (2) | 2\*2=4 | 2\*2=4 | 3\*2=6 |
| Цена | 2 | 3 | 1 |
| Диагональ | 2 | 3 | 2 |
| Меню на русском языке | 3 | 3 | 1 |
| Приятные мелочи | 3 | 1 | 2 |
| Итого | 18 | 16 | 18 |

Все критерии, кроме цены, являются положительными, то есть оценку «3» получает объект с максимальными характеристиками. Для цены оценки обратные: «3» получит наиболее дешевый телевизор.

Марки Sony и Toshiba получили одинаковую оценку, поэтому необходимо провести сравнение по приоритетным характеристикам, которое для Toshiba является большим. Собственно его я и купил, несмотря на наименее привлекательную цену, отсутствие меню на русском языке и приятных мелочей.

**Выбор дел по связи со стратегическими целями**

Следующий метод выбора приоритетов предназначен для выбора дел без построения их иерархии, и состоит в установлении связей между стратегическими целями и повседневными делами. Результат получает не тот, кто работает много, а тот, кто работает правильно. Как часто мы руководствуемся правилом: «не откладывай на завтра то, что можно сделать сегодня». И в результате получаем просто классическую ситуацию, когда срочные дела затеняют важные. А в большинстве случаев следует задавать другой вопрос: «А что будет, если это дело не сделать?». Если Армагеддона местного масштаба не предвидится и мир не рухнет (и вообще отрицательных последствий не ожидается), то может быть «ну его»? Важно ведь не только делать дела нужные, но и не делать дел ненужных. Если дело может подождать, то лучше за то же время сделать дополнительный шаг к стратегической цели. С другой стороны, если то, что планируем сделать, имеет связь со стратегической целью, то именно это и следует делать, причем не исключено, что в первую очередь.

А теперь о стратегических целях. Помимо самостоятельно устанавливаемых стратегических целей (очень рад за людей, которые это делают), следует упомянуть и о сферах жизни, которые заполняют наше время. Например, личностное саморазвитие, здоровье, личная жизнь, семья, дети, друзья, работа, карьера, деньги, отдых, вещи, и т.д. В этом случае очень подходит идея «камешков в стакане воды». Идея проста: в нашей жизни, как в стакане есть камни, большие и мелкие. Вначале стакан наполняется крупными камнями – и тогда его можно считать полным, но все равно остается место для менее крупных камней. Если же в нем только мелкие камни, то стакан нельзя считать полным. Так вот, если задача или дело не соответствует какому-либо «камню», какой-либо большой сфере жизни, то есть все основания задуматься о его необходимости. И другое: весьма неплохо, если совокупность целей гармонично охватывает все «камни», начиная с максимально крупных.

**Выбор по совокупности важности и срочности**

Часто бывает необходимо определить приоритеты в выполнении задач. Для этих целей можно воспользоваться методикой на основе матричной модификации пары критериев важно-срочно. Строится матрица 3\*3 следующего вида. Цифры обозначают вероятную последовательность выполнения задач. Очередь «1» - самые важные и самые срочные, очередь «2» - очень важные но менее срочные и очень срочные но менее важные, и т.д., вплоть до пятой очереди – совсем неважных и совсем несрочных.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| В а ж н о | 3 | 2 | 1 |
| 4 | 3 | 2 |
| 5 | 4 | 3 |
| С р о ч н о | | |

Для каждой задачи определяется ее важность и срочность по трехбалльной шкале. Можно, например, определить следующие критерии. Для срочности: сделать сегодня – очень срочно; сделать в течение недели – срочно; все, что свыше недели – несрочно. Для важности: связь со стратегическими приоритетами – очень важно; окажет значительное влияние на жизнь – важно; все остальное – неважно.

Например, задача А получила оценки «важность – 3, срочность – 2». В матрице на пересечении этих оценок стоит «2», задача А имеет вторую очередь выполнения. Задача Б получила оценки «срочность – 3, важность – 3» - она будет отнесена к третьей очереди выполнения.

Эффективность методики обеспечивается при двух условиях: правильная оценка каждой задачи и сопоставимость задач, в частности все задачи должны требовать приблизительно сопоставимого времени для исполнения. Методику хорошо применять, когда имеется много задач, которые необходимо хотя бы первично раскидать и уже после этого определять приоритет их исполнения.

Кратко упомяну с использованием личного опыта, где можно применять описанные методики:

при приобретении как однородных, например как в случае с телевизорами (параметрический выбор), так и разнородных, как в выборе от принтера до поездки на отдых (попарное сравнение) благ,

при составлении иерархии задач на период, например, когда я решал, что и когда делать, выбирая между написанием этой заметки, составлением рабочего отчета и полудюжиной других задач (попарное сравнение, определение связей текущих задач со стратегическими целями, матричный метод),

при определении стратегических целей, например когда я после окончания университета выбирал, куда идти работать (попарное сравнение).

Достоинством всех приведенных методик является их простота и наглядность: их в течение 5-10 минут можно использовать на любом листе бумаги. В то же время, надо отметить и их существенный недостаток: все они не позволяют делать выбор среди принципиально различных по времени или масштабу объектов, например, между месячной стажировкой в другом городе, недельными курсами повышения квалификации и посещением 3-дневного семинара, которые исключают для участника друг друга по времени проведения. Хотя, безусловно, можно проранжировать ожидаемые «полезности» с использованием попарного выбора и оценить их для каждого варианта.

В заключение позволю себе отметить, что выбор приходится делать всегда, и если человек самостоятельно и осознанно не выбирает для себя расходование, в частности, времени, то за него это сделает кто-то другой. Выбор приоритета все равно будет сделан, вопрос только в том, будет ли он самостоятельным и осознанным.

© Юрий Погорелов, сентябрь 2004 г. Контакт: [YNewman@Yandex.ru](mailto:YNewman@Yandex.ru). Редактура – Глеб Архангельский, [info@improvement.ru](mailto:info@improvement.ru)  
Статья написана специально для Improvement.ru. Адрес документа на сайте: <http://www.improvement.ru/zametki/choice/>   
Допускается без дополнительного согласования с автором публикация в бесплатных интернет-изданиях, при сохранении целостности текста, включая настоящее уведомление, и работающих гиперссылок. Публикация в платных интернет-изданиях и бумажных СМИ требует согласования с автором.