

ИННОВАЦИИ В МЕНЕДЖМЕНТЕ

Орлов А.А.

инженер кафедры «Экономика и организация производства», МГТУ им. Н.Э. Баумана

Орлов А.И.

д.э.н., д.т.н., к.ф.-м.н., профессор,
зав. лаб. экономико-математических методов в контроллинге, МГТУ им. Н.Э. Баумана

УДК: 159.956:005.4
JEL Classification: C53, D24,
D83, L26

МЕТОДЫ РАЗВИТИЯ ИНТУИЦИИ ДЛЯ ПРИНЯТИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКИХ РЕШЕНИЙ

Аннотация

Интуиция – это задействование скрытых свойств и качеств психики человека, позволяющих ему принимать эвристические решения даже при нехватке информации о ситуации. Менеджерам полезны способы усилить, углубить и активировать свои интуитивные способности. В статье дан обзор методик, относительно эффективно усиливающих интуитивные способности человека. Рассмотрены мозговой штурм, синектика, теория решения изобретательских задач, деятельность игры, "непрямые стратегии", гадание на Таро, метод фокальных объектов, метод гирлянд ассоциаций и метафор, психологический транс, физические упражнения. Необходима разработка методов оценки и сопоставления подобных методик по их эффективности для решения конкретных задач.

Ключевые слова:

Управление, экономика, интуиция, принятие управленческих решений, экспертные оценки.

Anton A. Orlov, engineer of the department Economics and organization of production, BMSTU

Alexander I. Orlov, Dr.Sci.Econ., Dr.Sci.Tech., Cand.Phys-Math. Sci., professor, head of Laboratory of economic-mathematical methods in controlling, BMSTU

METHODS OF DEVELOPING INTUITION FOR MANAGEMENT DECISION-MAKING

Abstract

Intuition is the use of hidden properties and qualities of the human psyche, allowing him to make heuristic decisions even with a lack of information about the situation. Managers benefit from ways to strengthen, deepen and activate their intuitive abilities, the ability to make heuristic decisions. The article provides an overview of techniques that relatively effectively enhance the intuitive abilities of a person. Brainstorming, synectics, the theory of inventive problem solving, activity games, indirect strategies, Tarot divination, the method

Keywords:

Management, economics, intuition, managerial decision-making, expert estimations.

of focal objects, the method of garlands of associations and metaphors, psychological trance, and physical exercises are considered. It is necessary to develop methods for evaluating and comparing such methods in terms of their effectiveness for solving specific problems.

Введение

В работе малого и среднего бизнеса часто приходится встречаться с ситуациями, в которых принятие решений затруднено в связи с недостатком информации. Например, неизвестно отношение потребителей к новым видам товара, выбор между выпуском которых нужно сделать, а выполнение опросов и исследований по какой-либо причине чрезмерно сложно или невозможно. Может быть неизвестно будущее политических событий в какой-либо стране, с которой хочется связать свой бизнес посредством завоевания рынка или получения комплектующих.

Традиционный путь – действия в направлении получения информации – не всегда могут привести к успеху. Так, планы политических событий часто могут быть секретными, отношение потребителей к товару далеко не всегда может быть выяснено даже сложными опросами в целевых группах, кроме того, положение дел может резко измениться уже после выполнения исследований и тем самым перечеркнуть все их данные. Наконец, может оказаться неверна глобальная модель, по которой велись расчёты и анализ, и на выяснение этого может уйти чрезмерно много времени и сил.

Прямо противоположный путь – случайный выбор – иногда может дать более эффективные результаты, чем исследования и расчёты (примером можно назвать предсказания осьминога Пауля, медведя Буяна, обезьяны Гада, козла Бутса). Вместе с тем общая эффективность этого метода по понятным причинам невысока.

Весьма интересным подходом, применяющимся с древнейших времён, является задействование скрытых свойств и качеств психики человека, позволяющих ему принимать эвристические решения даже при нехватке информации о ситуации или её некоторой некачественности. Обычно такие свойства и качества именуют «интуицией», а хорошо развитую интуицию считают неотъемлемым свойством успешного человека. В историю вошло немало людей, прославившихся именно своими интуитивными, непросчитываемыми заранее решениями, принесшими и военный успех (Михаил Кутузов), и успех в бизнесе (Стив Джобс), и в инвестициях (Джордж Сорос). Стремление многих людей приобрести «магические» способности весьма часто было стремлением обладать развитой и эффективной интуицией.

Ещё с давних времён люди стремились найти способы усилить, углубить и активировать свои интуитивные

способности, свои способности принимать эвристические решения (Орлов А.И., Орлов А.А., 2022). Арсенал применявшихся для этого методов был весьма широк: это и психологические приёмы, и религиозно-окультиные ритуалы, и даже использование химических веществ и препаратов. Тем не менее, в ходе исторической практики постепенно очертился круг методик, относительно эффективно усиливающих интуитивные способности человека, но не требующих ни опасных, а кое-где и запрещённых вмешательств в метаболизм организма и нервной системы, ни сложных таинственных ритуалов.

Мозговой штурм

«Мозговой штурм» представляет собой простейший вариант групповой активации интуиции (Филичев С.А., 2009). В ходе мозгового штурма после выслушивания поставленной задачи участники мероприятия высказывают все пришедшие в голову мнения, пожелания, варианты решения проблемы, не заботясь об их реальности, эффективности и иной раз даже приличия. Все высказанные варианты записываются. По завершении этапа свободной генерации идей и небольшого отдыха все зафиксированные варианты изучаются вновь, и из них выбираются интересные.

При обычном, аргументированном обсуждении вопроса участники часто стремятся найти лишь такие варианты, для которых у них есть обоснования, опасаются выглядеть невежественными, глупыми, отрицающими другое авторитетное мнение. Во время «мозгового штурма» вначале снимаются психологические барьеры и высказываются обдуманные, но невероятные предложения, затем при продолжении генерации идей – случайные, а затем, по исчерпании случайных вариантов решений, можно ожидать активации подсознательных желаний и мыслей по поводу обсуждаемого вопроса, что уже и будет работой интуиции. Иногда в ходе «мозгового штурма» можно найти крайне необычное, но интересное решение проблемы.

Общеизвестным примером «мозгового штурма» является работа знатоков во время «минуты обсуждения» в прямом эфире телепередачи «Что? Где? Когда?». Поскольку «минута обсуждения» берётся знатоками тогда, когда никто из них заранее не знает полного и точного ответа на поставленный вопрос (иначе они имеют право ответить сразу), их массовое высказывание версий, по сути, представляет собой способ быстро активи-

ИННОВАЦИИ В МЕНЕДЖМЕНТЕ

вировать интуицию в условиях однозначного недостатка информации для получения ответа. Капитан команды также должен проявить интуицию, выбрав из всех предложенных ответов тот, который ему кажется наиболее соответствующим вопросу.

В теории принятия управленческих решений и организационно-экономическом моделировании одним из широко применяемых методов экспертных оценок является метод «мозгового штурма» (Орлов А.И., 2011).

Синектика

Методика «Синектики», предложенная Уильямом Гордоном, представляет собой расширение «мозгового штурма» посредством постановки рабочей группе эвристических задач (Gordon W.I.I., 1961). При реализации метода его участникам при генерации идей предлагается делать это в ключе четырех направлений, а именно, предлагать:

- как можно больше примеров решения похожих задач в другой области (например, при разработке стратегии бизнеса использовать примеры военной тактики и хитрости);
- как можно решений с точки зрения всех участников решения задачи, в том числе абстрактных (например, подумать, «как ты бы себя вёл, если бы был не начальником, а самой фирмой и хотел бы выжить, питаться и расти»);
- максимально отвлечённые и абстрактные идеи (например, обсуждая стратегию бизнеса, начать рассуждать о «столкновении эгрегоров-организмов фирм» или о «связи организма фирмы и эгрегора денег»);
- максимально фантастические решения задачи, в том числе, на основе мифов и сказок (например, начать рассуждать, как задачи бизнеса решил бы бог Гефест или верховный маг Гед).

Этот метод может усилить и углубить возможности интуитивного нахождения необычных и творческих решений задач, но точно так же может и увести в сторону от поиска реальных решений, которые можно реализовать на практике, поэтому его лучше всего применять для поиска выхода из тех проблем, основной причиной появления которых является инерция и узость мышления участников. Для решения технических задач, требующих не столько творческого, сколько точного и выполнимого ответа, этот метод подходит не так хорошо, как хотелось бы.

Практики ТРИЗ

Теория решения изобретательских задач (ТРИЗ), разработанная Генрихом Альтшуллером (известен также как писатель Генрих Альтов), представляет собой систему, позволяющую проанализировать техническую задачу

и предложить некоторый набор вариантов её решения (Альтшуллер Г.С., 1979).

Значительная часть ТРИЗ (и её основного компонента АРИЗ – алгоритм решения изобретательских задач) предназначена для алгоритмизации поиска решений технических задач с применением логических приёмов. Найти решение технической проблемы в рамках АРИЗ можно, например, в ключе рассуждений на основе «законов развития технических систем», применив «типовое решение изобретательской задачи» или разложив сложную задачу в набор простых задач с известными решениями с помощью авторского приёма «вепольного анализа» или иным способом. Важной частью ТРИЗ, предложенной для активного применения в АРИЗ, являются таблицы типовых решений простых изобретательских задач (на которые предлагается раскладывать сложные проблемы), списки известных «приёмов устранения противоречий» и «доступных ресурсов природы и техники». Применение этой части ТРИЗ не требует активного использования эвристики и нередко позволяет получить приемлемое решение задачи посредством лишь скрупулёзного исполнения ряда инструкций и выполнения логических выводов.

Однако, помимо прочих элементов, в систему ТРИЗ входят наборы алгоритмов и приёмов, позволяющих усилить и углубить интуитивные и эвристические способности решающего, дающие возможность взглянуть на задачу с неожиданной стороны и найти нестандартное решение. В частности, среди таковых можно упомянуть следующие:

- «Идеальный конечный результат» – предложение решать задачу «с конца», представив, что задача уже решена наилучшим методом из всех возможных (причём не требующим никаких новых усилий и средств) и попробовав описать не только сам результат, но и все элементы, которые его окружают, а также определить шаги, которые к такому результату могут привести.
- «Обратная задача» – предложение решать задачу, прямо противоположную исходной, что поможет более чётко увидеть многие помехи решения исходной задачи и понять причины их возникновения.
- «Обострение противоречия» – предложение максимально усилить и углубить проблему, доведя имеющееся в ней противоречие до наибольшей выраженности, когда варианты решения могут стать почти очевидными.
- «Метод маленьких человечков» – предложение разделить исследуемую техническую систему на минимально возможные независимо действующие одинаковые единицы («маленьких разумных

человечков, из которых состоит объект») и в дальнейшем рассматривать уже такую изменённую систему как исходную.

В самой ТРИЗ такие эвристические приёмы предназначены для применения вместе с основными элементами ТРИЗ, они дополняют основу и нередко непосредственно выводят на оптимальное решение. Вместе с тем такие приёмы могут иметь и самостоятельное значение, особенно при работе с нетехническими задачами, для которых неприемлемы основные алгоритмы и рецепты ТРИЗ, предназначенной всё же для научно-технического творчества. Так, для решения бизнес-задач, задач социального строительства, задач экономического характера предложения ТРИЗ по применению готовых инженерных рецептов, и тем более по использованию «доступных ресурсов техники» почти всегда будут неприменимы, в то время как приёмы ТРИЗ по активации интуиции окажутся вполне пригодны для использования в поиске оптимальных решений.

Во многом напоминает ТРИЗ подход к решению математических задач, разработанный Д. Пойа. Подробно см. (Орлов А.И., Орлов А.А., 2022).

Деятельностные игры

«Организационно-деятельностная игра», разработанная Георгием Щедровицким ещё в 60–70-е годы XX века в СССР, представляет собой некое среднее мероприятие между мозговым штурмом и научным семинаром, отличающееся тем, что её участники обязаны строго мотивировать каждое своё высказывание, объясняя, какие конкретно выводы и умозаключения привели к нему. При этом запрещается критиковать высказывания и мотивации друг друга, но их можно и нужно принимать к сведению (Щедровицкий Г.П., 1995).

Преимуществом организационно-деятельностной игры перед «мозговым штурмом» является отсутствие среди предлагаемых идей результатов совершенно случайного полёта фантазии, никак не связанного с решаемой задачей – такие результаты просто не смогут быть обоснованы цепочкой выводов и рассуждений, кроме того, по такой цепочке выводов можно будет отсеять предложения, основанные на непонимании задачи или на логических дефектах. Однако это же можно посчитать и недостатком данного метода, в некоторой степени ограничивающим возможности получения реальных, но совершенно невероятных из-за «психологической инерции» решений.

Вместе с тем организационно-деятельностную игру можно также рассматривать и как средство усиления интуитивных способностей за счёт того, что каждое из обоснований и выводов, предлагающихся в ходе представления результатов «мозгового штурма» в ходе игры,

также может подтолкнуть участников к различным новым предложениям и мнениям. Например, представляя методы привлечения новых клиентов и обосновывая их, участники вполне могут натолкнуть друг друга на предложения расширения ассортимента товаров и услуг, предлагаемых компанией, на мнения по расширению и оптимизации логистических цепочек, а также трансформации системы управления фирмой. Продолжая обоснования и выводы одних предложений, можно помочь участникам создавать новые идеи, переводя изначальный «мозговой штурм», по сути, в «дерево идей», каждая ветвь которого может натолкнуть участников на новые интуитивные мысли по поводу решения задачи, поставленной перед группой организационно-деятельностной игры.

«Непрямые стратегии»

При создании музыки стиля Ambient, основателем которого считается Брайан Ино, одной из задач является умелый подбор звуков, создающий у слушателя определённое состояние даже при их фоновом прослушивании одновременно с иными видами деятельности. Именно поэтому музыка такого стиля особенно часто применяется в музыкальном сопровождении кинофильмов и компьютерных игр, проигрываясь одновременно с важными элементами хода действия, диалогами и монологами, в то же время, не требуя их согласования с собой по ритму и смыслу (в отличие от применения музыки в опере, мюзиклах, драме, балете и иных подобных жанрах). Найти красивые музыкальные созвучия, которые одновременно могли бы служить ненавязчивым, но создающим яркие эмоциональные состояния сопровождением кинематографического действия или динамичной игры, весьма непросто.

Для облегчения своей творческой деятельности Брайан Ино вместе с художником Питером Шмидтом придумали набор из 128 рекомендаций (Шеппард Д., 2008), (Филичев С.А., 2009), которые в принципе могли бы помочь находить новые необычные решения (от тривиальных типа «будь экстравагантным» до необычных «Что такое части частей? Представь движение гусеницы») и разместили их на отдельных листах-карточках. Нуждаясь в творческом совете, авторы методики перетасовывали получившуюся колоду карт, выбирали из неё одну карту и пытались реализовать в своей задаче предложенный в ней совет. Например, для вышеприведённых примеров композитор использовал в своём произведении самое необычное из придуманных созвучий, а не то, что ему казалось гармоничным или чисто техническим, размножал понравившееся ему созвучие на длительную часть музыкального произведения, не заботясь о том, что это противоречило общепринятым взглядам на гармоничность музыки.

ИННОВАЦИИ В МЕНЕДЖМЕНТЕ

Подобная методика оказалась особенно хороша именно для усиления творческого подхода к современному искусству, поскольку позволяла за счёт наложения необычных предложений на ординарную задачу получить весьма интересные результаты. Однако её применимость для решения технических задач и тем более задач в бизнесе ограничена лишь генерацией новых идей, которые, впрочем, могут быть весьма полезны для их дальнейшей обработки в ключе практик ТРИЗ или «организационно-деятельностной игры».

Гадание на Таро

Методика Гадания на Таро (Орлов А.А., 2015) в обывательском представлении обычно ассоциируется с понятиями мистики и волшебства, однако её можно применять и для повышения эвристических способностей с активацией интуиции. В своей основе она в некоторой степени напоминает методику «непрямых стратегий», однако значительно более сложна и многообразна, кроме того, имеет некоторые исторические корни. Эффективному подобному применению этой методики в ключе её непосредственно мистического и эзотерического использования мешает предписываемое в таких направлениях отсутствие критического мышления при оценке результатов, однако эта проблема не актуальна в случае работы с Гаданием на Таро как с современной методикой активации интуиции, а не как с архаичным способом получения «непререкаемых высших откровений».

Как и в методике «непрямых стратегий», в Гадании на Таро в качестве инструмента применяется набор (колода) из 78 небольших карт, на каждой из которых расположена сюжетная картинка с заранее определённым, но весьма абстрактным значением (наподобие значений «круговорот событий», «опора на прошлое», «доделывание недоделанного», «максимум приложенной силы»).

Для применения Гадания на Таро с целью активации интуиции следует, начав обдумывать задачу, перетасовать колоду карт и в определённый момент разложить эти карты перед собой по одной из заранее определённых схем («раскладов»), каждая из которых предназначена для размышлений над вопросами и ситуациями конкретного типа (например, наподобие раскладов на «общие перспективы событий», «перспективы взаимодействия», «способы достижения цели»). Места карт в таких схемах заранее связаны с разными аспектами ситуаций (наподобие «описание вероятного будущего», «полезный совет насчёт решения», «вредный совет насчёт решения», «рекомендации насчёт помощников» и так далее). По завершении выкладывания карт необходимо для каждого из мест в схемах-раскладах вспомнить или прочитать смысл, вложенный в это место, и

значение карты, попавшей на это место, после чего свести их друг с другом, соотнеся с элементами ситуации, и получить некое итоговое составное сложное значение. Результаты такого «толкования» могут оказаться весьма причудливым сочетанием множества смыслов, тем не менее тесно связанных с ситуацией, подвергнутой такому экстравагантному «анализу», что хорошо стимулирует интуицию и может дать пищу для получения необычных креативных решений.

В отличие от методики «непрямых стратегий», при данном подходе набор «рекомендаций» представляет собой не конкретные заранее известные фразы, а гораздо более многообразный набор значений и смыслов, к тому же при каждом новом использовании методики постоянно варьирующийся, но тем не менее к тому же опирающийся именно на изучаемую ситуацию. В отличие от «мозгового штурма» и связанных с ним «Синектики» и «Организационно-деловых игр» данная методика не требует участия группы, её может реализовать и один человек самостоятельно. В отличие от ТРИЗ эта методика пригодна и для решения нетехнических задач от вопросов стратегии бизнеса до создания сюжетов научно-фантастических произведений. Таким образом, несмотря на внешнюю экстравагантность и отсылку к архаике, метод Гадания на Таро вполне может, как минимум, рассматриваться к применению в качестве способа активации интуиции и эвристики для широкого круга задач.

Метод фокальных объектов

В книге «Техника умственного труда» берлинского профессора Фридриха Кунце (Кунце Ф., 1923), а затем и в трудах американца Чарльза Вайтинга (Whiting Ch.S., 1958) был предложен интересный метод активации интуиции, основанный на получении возможности необычных комбинаций понятий, объектов и свойств, которые могут помочь в поиске решения поставленных задач. Он также в какой-то степени похож на методику Гадания на Таро, но с использованием не сюжетных картинок, а случайных слов и понятий, взятых из любых источников, от энциклопедических словарей до случайного выбора слов из различных книг.

При использовании данного метода в исследуемой проблеме, ситуации, задаче вначале выбирается отдельный, «фокальный» объект, к которому уже и будет применён метод (такowymi «фокальными» объектами по очереди могут стать все действующие элементы проблемы). Затем участники группы применения метода выбирают из общей сферы понятий и объектов несколько случайных элементов, никак не относящихся к исследуемой ситуации (вот тут и пригодится в качестве источника такого «гадания» энциклопедический словарь, раскры-

тый на случайной статье). У этих элементов определяют набор признаков, которые затем последовательно сочетают уже с исходным, «фокальным» объектом несмотря на то, что он к этим выбранным элементам изначально никакого отношения не имеет. Таким образом можно получить некий набор случайных причудливых сочетаний признаков и «фокального» объекта, над которыми можно подумать об их предназначении, в том числе в ключе решения исходной задачи. Поскольку выбор случайных элементов выполняют разные участники, каждый по своему желанию, подборка таковых окажется многообразной.

При выборе в качестве «фокального» объекта, например, зубной щётки, а в качестве случайных элементов – понятий «планеты», «слона», «фонтана» могут получиться сочетания «вращающаяся зубная щётка», «трубящая зубная щётка», «поливающая зубная щётка». Эти сочетания уже можно обдумать в ключе создания новых потребительских товаров, например, зубной щётки с вращающейся головкой с электроприводом, зубной щётки со звуковым сопровождением (например, с функцией ультразвуковой очистки поверхности зубов), зубной щётки с подачей воды прямо к ней. Первый из этих товаров уже давно активно продаётся, третий активно применяется в стоматологической практике, а по поводу второго варианта уже вполне можно проконсультироваться с медиками на предмет возможности подбора таких интенсивности и формы ультразвукового сигнала, которые бы позволяли улучшить качество чистки зубов без каких-либо повреждений тканей и органов полости рта.

Как и Гадание на Таро, метод «фокальных объектов» направлен на активацию эвристических и интуитивных выводов, но, в отличие от метода «мозгового штурма», является более направленным и конкретным, а, в отличие от ТРИЗ и даже «Синектики», заметно более свободным в плане выдвижения новых необычных идей.

Метод гирлянд ассоциаций и метафор

Этот метод, разработанный Генрихом Бушем в СССР (Буш Г., 1977), в некоторой степени похож на «Синектику» и особенно на «Метод фокальных объектов», но значительно больше направлен на индивидуальное творчество и немного сложнее.

Порядок работы с этим методом предложен следующий. Вначале для объектов, рассматриваемых в поставленной задаче, необходимо подобрать как можно больше синонимов и ассоциаций. Затем нужно из случайных источников найти как можно больше иных, также случайных понятий и названий. Затем эти наборы синонимов и понятий («гирлянду» синонимов и «гирлянду» случайных объектов) предлагается соединить вместе, последовательно комбинируя одни названия и другие. Затем то же

самое предлагается сделать уже не с названиями случайных понятий, а с их разнообразными признаками, в том числе малозначимыми. Эти признаки дальше можно подвергнуть свободному подбору ассоциаций, которые также затем совместить с исходным набором синонимов объектов задачи (именно этот свободный подбор ассоциаций – «гирлянд» – и составляет отличие разработки Генриха Буша от её предшественника, более простого «Метода фокальных объектов»).

В результате получившийся набор словосочетаний, понятий, признаков будет, с одной стороны, содержать в себе высокую долю случайных и хаотичных сочетаний, а, с другой стороны, весь будет в какой-то степени посвящён изначальной теме задачи. Анализ полученного набора вполне может пробудить интуитивные идеи, приводящие к эффективным результатам эвристического характера. Такая методика лучше всего пригодна для индивидуальной работы над задачами творческого характера, особенно в области искусства и придумывания новых сюжетов и сценариев, но и в поиске нестандартных решений бизнес-задач также окажется интересной.

Психологический транс

Методика «психологического транса» как таковая описывалась в чётком виде довольно редко, тем не менее, по своей сути, она вполне достойна того, чтобы быть представленной в спектре методик развития и усиления интуиции. Данный метод представляет собой личную беседу психолога и клиента, в ходе которой психолог, возможно, применяя лёгкие методики внушения, постепенно снимает у клиента психологические барьеры и ограничения, мешающие ему рассмотреть задачу со всех сторон, а также найти новые эффективные методы её решения.

Например, при использовании данного метода психолог «разрешает» клиенту не учитывать мнения авторитетов в поиске решений ситуации, не учитывать общепринятые подходы и способы такого поиска, забыть про груз ошибок, уже совершённых ранее при решении проблемы, или, напротив, приказывает свободно генерировать любые новые идеи без оглядки на их «безумность», «стыд», «глупость». Выдвинутые идеи и методы решения при этом фиксируются, а затем клиент может вместе с психологом их обсудить. Психолог может предлагать клиенту практику «отождествления» с разными объектами ситуации в разных состояниях (по типу «представьте себе, что вы уже руководитель фирмы и уже решили данную проблему, опишите себя, свои желания и действия»), в том числе, вводя клиента в лёгкий транс, и фиксировать описания для последующего анализа, а в случае наличия у него квалификации – прибегать и к более глубоким трансовым методикам вплоть до гипноза.

ИННОВАЦИИ В МЕНЕДЖМЕНТЕ

Этот метод требует для своего применения наличия квалифицированного специалиста, прошедшего специализированное обучение, а в случае применения техник транса и гипноза – ещё и соответствия специалиста особым требованиям. Кроме того, возможно искажение результатов метода в случае ангажированности специалиста или его полного незнания предметной области исследований клиента. Тем не менее, подобные методики представляются интересными для заявленной цели активации интуитивных способностей по меньшей мере как предполагающие возможный эффект такого рода.

Физические упражнения

С давних времён известно, что обычные физические движения, в том числе ходьба, способствуют мыслительному процессу, поиску новых идей. Ещё Аристотель обучал своих учеников в ходе прогулок по саду своей школы Ликия (отсюда и их название – «перипатетики», то есть «прогуливающиеся»), а философы Платон и Пифагор участвовали в Олимпийских играх и одерживали на них победы.

Современные исследования и концепции (Применение телесно-ориентированных, 2008) во многом подтверждают опыт древних философов. Так, Вильгельм Райх и Александр Лоуэн создали на основе практик работы с телом авторское направление психологии – «телесно-ориентированную терапию», направленную на «освобождение сознания» и рост интуитивных способностей. В ряде исследований выяснилось, что при выполнении упражнений «перевод взгляда вправо-влево» (Hines D., Martindale C., 1974) (Shobe Elizabeth R., Ross Nicholas M., 2009), (Fleck Jessica I., Braun David A., 2015), «концентрация в течение нескольких секунд на разных точках перед собой» (Kwon E., Ryan J.D., 2019), «взгляды по сторонам» способности человека генерировать но-

вые идеи (например, придумывать новые способы применения обычных бытовых предметов (Shobe Elizabeth R., Ross Nicholas M., 2009), (Kwon E., Ryan J.D., 2019), в том числе, интуитивным способом, увеличивались. Особенно сильно физические упражнения повышают креативные способности детей, для которых движение и активная игра являются одними из наиболее важных для их развития способов деятельности.

Некоторые специалисты создают целые комплексы физических упражнений для повышения «креативности» и способностей к интуиции, и у таковых специалистов находится немало благодарных клиентов и последователей.

Выводы

Предложения по активации интуиции не исчерпываются перечисленными выше методами. На просторах Всемирной Сети встречаются и иные предложения, уже выходящие за рамки подхода современной науки: например, предлагается повышать интуитивные способности с помощью ношения на себе «магических артефактов», с помощью произнесения мантр, участия в медитациях и «ритуалах Силы» или даже посредством прямой тренировки интуитивных способностей через их постоянные проверки (по типу «старайтесь правильно угадывать, какая карта будет в перетасованной колоде следующей»). Однако эффективность как вышеперечисленных методик, так и таких экзотических и экстравагантных предложений в любом случае подлежит определённому рода оценке, позволяющей хотя бы в какой-то степени сопоставить подобные методики по их эффективности для решения конкретных задач (понятно, что для разного типа задач таковая эффективность может различаться, а для каких-то задач какие-то методики и вовсе покажут нулевую эффективность).

Литература:

1. Альтшуллер Г.С. Творчество как точная наука: теория решения изобретательских задач. – М.: Сов. радио, 1979.
2. Буш Г. Основы эвристики для изобретателей. Учебно-методическое пособие для народных университетов технического творчества. – Рига, Общество «Знание» Латвийской ССР, 1977.
3. Кунце Ф. Техника умственного труда. – Харьков, «Труд», 1923.
4. Орлов А.А. Гадание на Таро: основные расклады. – М., «Рубедо», 2015.
5. Орлов А.И. Организационно-экономическое моделирование : учебник : в 3 ч. Ч.2. Экспертные оценки. — М.: Изд-во МГТУ им. Н. Э. Баумана, 2011. — 486 с.
6. Орлов А.И., Орлов А.А. О методах принятия решений, основанных на использовании интуиции // Политематический сетевой электронный научный журнал Кубанского государственного аграрного университета (Научный журнал КубГАУ) – Краснодар: КубГАУ, 2022. – №05 (179). – [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://ej.kubagro.ru/2022/05/pdf/10.pdf>, 1,188 у.п.л. – IDA [article ID]: 1792205010. <http://dx.doi.org/10.21515/1990-4665-179-010> (Дата обращения 19.04 2022).
7. Применение телесно-ориентированных методов для лечения больных нервно-психическими расстройствами. Пособие для врачей и психологов. – СПб, Санкт-Петербургский психоневрологический институт имени В.М.Бехтерева, 2008.
8. Филичев С.А. Основы технического творчества: краткий курс лекций. – Томск, Издательство ТГАСУ, 2009.
9. Шеппард Д. На каком-то далеком пляже (Жизнь и эпоха Брайана Ино). – Orion Books, 2008.

10. Щедровицкий Г.П. Организационно-деятельностная игра как новая форма организации и метод развития коллективной мыследеятельности // Избранные труды. – М.: Школа Культурной Политики, 1995.
11. Fleck Jessica I., Braun David A. The impact of eye movements on a verbal creativity task. – *Journal of Cognitive Psychology*, Volume 27, 2015, Issue 7, 866–881.
12. Gordon W.I.I. *Synectics: the development of creative imagination*. – New-York, Harper and Row, 1961.
13. Hines D., Martindale C. Induced lateral eye-movements and creative and intellectual performance. – *Percept Mot Skills*. 1974. Aug;39(1) : 153–4.
14. Kwon E., Ryan J.D., Bazylak A., Shu L.H. Does Visual Fixation Affect Idea Fixation? – *ASME Journal of Mechanical Design*, 2019. MD-19-1454.
15. Shobe Elizabeth R., Ross Nicholas M., Fleck Jessica I. Influence of handedness and bilateral eye movements on creativity. – *Brain and Cognition* 71 (2009) 204–214.
16. Whiting Ch. S. *Creative thinking*. – New-York, Reinhold, 1958.

References:

1. Al'tshuller G.S. *Tvorchestvo kak tochnaya nauka: teoriya resheniya izobretatel'skih zadach*. – М.: Sov. radio, 1979.
2. Bush G. *Osnovy evristiki dlya izobretatelej. Uchebno-metodicheskoe posobie dlya narodnyh universitetov tekhnicheskogo tvorchestva*. – Riga, Obshchestvo Znanie Latvijsskoj SSR, 1977.
3. Kuncce F. *Tekhnika umstvennogo truda*. – Har'kov, Trud, 1923.
4. Orlov A.A. *Gadanie na Taro: osnovnye rasklady*. – М., «Rubedo», 2015.
5. Orlov A.I. *Organizacionno-ekonomicheskoe modelirovanie : uchebnik : v 3 ch. CH.2. Ekspertnye ocenki*. — М.: Izd-vo MGTU im. N. E. Bauman, 2011. — 486 s.
6. Orlov A.I., Orlov A.A. O metodah prinyatiya reshenij, osnovannyh na ispol'zovanii intuiicii // *Politematicheskij setevoy elektronnyj nauchnyj zhurnal Kubanskogo gosudarstvennogo agrarnogo universiteta (Nauchnyj zhurnal KubGAU)* – Krasnodar: KubGAU, 2022. – №05 (179). – [Elektronnyj resurs]. Rezhim dostupa: <http://ej.kubagro.ru/2022/05/pdf/10.pdf>, 1,188 u.p.l. – IDA [article ID]: 1792205010. <http://dx.doi.org/10.21515/1990-4665-179-010> (Data obrashcheniya 19.04 2022).
7. *Primenenie telesno-orientirovannyh metodov dlya lecheniya bol'nyh nervno-psihicheskimi rasstrojstvami. Posobie dlya vrachej i psihologov*. – SPb, Sankt-Peterburgskij psihonevrologicheskij institut imeni V.M.Bekhtereva, 2008.
8. Filichev S.A. *Osnovy tekhnicheskogo tvorchestva: kratkij kurs lekcij*. – Tomsk, Izdatel'stvo TGASU, 2009.
9. Sheppard D. *Na kakom-to dalekom plyazhe (ZHizn' i epoha Brajana Ino)*. – Orion Books, 2008.
10. SHCHedrovickij G.P. *Organizacionno-deyatelnostnaya igra kak novaya forma organizacii i metod razvitiya kollektivnoj mysledeyatelnosti* // *Izbrannye trudy*. – М.: SHkola Kul'turnoj Politiki, 1995.
11. Fleck Jessica I., Braun David A. The impact of eye movements on a verbal creativity task. – *Journal of Cognitive Psychology*, Volume 27, 2015, Issue 7, 866–881.
12. Gordon W.I.I. *Synectics: the development of creative imagination*. – New-York, Harper and Row, 1961.
13. Hines D., Martindale C. Induced lateral eye-movements and creative and intellectual performance. – *Percept Mot Skills*. 1974. Aug;39(1) : 153–4.
14. Kwon E., Ryan J.D., Bazylak A., Shu L.H. Does Visual Fixation Affect Idea Fixation? – *ASME Journal of Mechanical Design*, 2019. MD-19-1454.
15. Shobe Elizabeth R., Ross Nicholas M., Fleck Jessica I. Influence of handedness and bilateral eye movements on creativity. – *Brain and Cognition* 71 (2009) 204–214.
16. Whiting Ch. S. *Creative thinking*. – New-York, Reinhold, 1958.