**Направление «Когнитивные исследования»**

*Наименование:* **Влияние когнитивных искажений на принятие решения**

**Как когнитивные искажения влияют наш выбор, и как их избежать?**

*Описание кейса:*

Человек принимает разные по сложности решения ежедневно по многу раз в день. Простые решения принимаются без особых усилий. А сталкиваясь с необходимостью принятия сложного решения, человек старается принять во внимание все возможные факторы, проанализировать плюсы и минусы всех альтернативных вариантов, понять количество необходимых ресурсов для реализации решения, оценить свои возможности и ограничения. Эти шаги осуществляются, чтобы решение было максимально объективным, основанным на рациональных доводах, а не на эмоциональных импульсах. Проделав эту работу, человек уверен, что его решение было объективным.

Но так ли это?

На самом деле принятие решения является сложнейшим когнитивным процессом, который человек не может в полной мере контролировать. Человеческое мышление неосознанно учитывает весь прошлый опыт, создавая шаблоны эмоционального и поведенческого реагирования, стойкие предубеждения о различных жизненных ситуациях, фильтры восприятия, влияющие на выбор.

В течение всей жизни человеческий мозг непрерывно получает одновременно информацию из огромного количества источников. Для упорядочения этой информации психика использует своеобразное ранжирование, решая, какая информация заслуживает немедленного внимания, что необходимо сохранить в памяти, а что стоит забыть, проигнорировать или вытеснить. Одновременно создаются ярлыки, необходимые для экономии психической энергии и сокращения времени на обработку информации, поскольку они способствуют более эффективным действиям или более быстрым решениям. Таковыми становятся, например, цвета, запахи, звуки, слова, даже мимические движения. Эти детали позволяют человеку практически мгновенно обрабатывать полученные сигналы, интерпретировать их и уже в таком виде доставлять в сознание человека в виде конкретных мыслей или образов. Однако мыслительный аппарат преимущественно опирается и делает выводы, исходя из прошлого опыта человека, а ярлыки и система ранжирования часто не полностью или совсем не объективны, именно из-за того, что базируются на уникальном опыте конкретного человека. Поэтому мы сталкиваемся с примером эволюционно сложившегося ментального поведения, которое в когнитивных науках получило название «когнитивная ошибка», или «когнитивное искажение».

Когнитивное искажение – это систематически повторяющееся эволюционно сформировавшееся шаблонное отклонение в восприятии, поведении и мышлении, возникающее на основе дисфункциональных убеждений, внедренных в когнитивные схемы, обусловленных на ситуативном уровне субъективным восприятием индивида, социальными, моральными и эмоциональными стереотипами, а также спецификой ограниченных возможностей человеческого мозга по приёму, переработке и репрезентации информации. Таким образом, речь идет не о случайных ошибках, а о таких, которые предсказуемо возникают в одних и тех же обстоятельствах, искажают реальность и являются причиной неразумных оценок, выводов, решений и поступков.

Исследованиями в этой области занимается одно из направлений современной когнитивной психологии – исследование процесса принятия решений и сопровождающих их когнитивных искажений (cognitive biases).

Эти исследования представляются особо актуальными в современном обществе и занимают важное место в современных научных дискуссиях. С одной стороны, когнитивные искажения не являются следствием дефекта работы мозга, так как механизмы его работы создавались в процессе эволюции и служат важным целям, в первую очередь безопасности человека, его адаптации к окружающей среде. Но, с другой стороны, сегодня, в условиях постоянно меняющейся и усложняющейся социальной реальности, ускоряющихся темпов жизни, повышенных психоэмоциональных нагрузок, возрастающего объема информации, человеку часто приходится принимать важные решения, оптимальность которых осложняет обсуждаемый феномен. Прежде всего речь идет о ситуациях экзистенциального, личностного, профессионального и прочего самоопределения, о ситуациях принятия решения в определенных сферах деятельности, когда цена ошибки может быть велика, и эффективность и успешность решения субъекта зависит скорее не от его обучения и опыта, а от возможностей его когнитивной системы, в первую очередь, от способности мыслить максимально рационально и полезно, избегать действия эволюционных процессов иррациональности или контролировать их.

На сегодняшний день когнитивная наука насчитывает более 170 вариантов когнитивных искажений. В целом когнитивные искажения могут быть представлены в виде четырёх категорий: 1) избыток информации, 2) нехватка смысла, 3) быстрое реагирование, 4) припоминание и запоминание.

Ученые выделяют когнитивные искажения, которые влияют именно на принятие решения и определяют выбор, например, эффект контраста, эффект вклада, эффект фокусировки, эффект морального доверия, эффект фон Ресторфа (эффект изоляции), эффект привязки (или «якоря») и др.

Итак, если когнитивные искажения неизбежны и ведут к неверному толкованию реальности, то каково содержание конкретных когнитивных искажений при принятии решения? Только ли в ситуации выбора и принятия решений они могут проявляться? Каковы условия и обстоятельства возникновения когнитивных искажений? Можно ли всё же их избежать? Как научиться распознавать ситуации, в которых они возможны (а они, как правило, стандартные), и избегать их или контролировать? Как человеку приобрести/улучшить способность узнавать свои когнитивные искажения и избегать (контролировать) их? Какие навыки мышления необходимы для этого? Как их сформировать?

***Задание:***

* планирование теоретико-эмпирического исследования (формулировка проблемы и обоснование ее актуальности, определение цели, задач, гипотезы исследования);
* организация и проведение теоретико-аналитического этапа исследования (анализ научной литературы) и теоретическое обоснование проблемы исследования, в том числе характеристик экспериментальной выборки (возраста и других характеристик при необходимости), критериев выявления когнитивных искажений;
* планирование эмпирического исследования (разработка программы исследования, обоснованный подбор методов психологической диагностики когнитивных искажений, программы по развитию навыков рационального мышления и математико-статистической обработки полученных данных);
* проведение эмпирического исследования (психологическая диагностика когнитивных искажений, развитие навыков рационального мышления) и математико-статистический анализ с использованием методов первичной и вторичной обработки полученных данных;
* обобщение результатов работы и формулирование обоснованных выводов и рекомендаций к использованию полученных данных

***Статьи, материалы для подготовки:***

1. Ариели Д. Предсказуемая иррациональность. Скрытые силы, определяющие наши решения. – М. : Альпина паблишер, 2019. – 335 с. https://goo.su/azLhv4C
2. Боброва Л.А. Когнитивные искажения // Социальные и гуманитарные науки. Отечественная и зарубежная литература. Сер. 3, Философия: Реферативный журнал. 2021. №2. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/kognitivnye-iskazheniya
3. Глух К.Ю., Пономарев А.С. Феномен когнитивных искажений и их влияние на студентов высших образовательных учреждений // Вестник науки №6 (63) том 1. С. 714 - 725. 2023 г. ISSN 2712-8849 // URL: https://www.вестник-науки.рф/article/8665
4. Иванова Е. С., Ратникова Е. М., Томилов Е. В. Экспериментальная методика оценки когнитивных ошибок личности: данные пилотажного исследования //В мире научных открытий. – 2015. – С. 42-47. URL: https://www.elibrary.ru/download/elibrary\_25355053\_59877602.pdf
5. Курпатов, А.В. Красная таблетка-2. Вся правда об успехе. – Санкт-Петербург : ООО «Дом печати издательства книготорговли «Капитал»», 2019. – 352 с. URL: https://libcat.ru/knigi/nauka-i-obrazovanie/psihologiya/404854-2-andrej-kurpatov-krasnaya-tabletka-2-vsya-pravda-ob-uspehe.html#text
6. Логинов Н.И., Александрова А.И. Современные тенденции в зарубежных исследованиях когнитивных искажений в процессах принятия решений // Психология. Журнал ВШЭ. 2020. №3. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/sovremennye-tendentsii-v-zarubezhnyh-issledovaniyah-kognitivnyh-iskazheniy-v-protsessah-prinyatiya-resheniy
7. Мозжухина Ю.Н. Когнитивные искажения как свойство поведенческих моделей // Проблемы педагогики. 2017. №9 (32). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/kognitivnye-iskazheniya-kak-svoystvo-povedencheskih-modeley
8. Оточина И.А., Мельникова О.Э. Гендерные различия когнитивных ошибок мужчин и женщин, проходящих психофизиологическое исследование // Психопедагогика в правоохранительных органах. 2020. №1 (80). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/gendernye-razlichiya-kognitivnyh-oshibok-muzhchin-i-zhenschin-prohodyaschih-psihofiziologicheskoe-issledovanie
9. Саймон Герберт А. Рациональность как процесс и продукт мышления // Thesis. 1993. № 3. С. 16-38. URL: https://goo.su/RoIFMEd
10. Стаселович О. Проблема рационального мышления: современный взгляд //Политехнический молодёжный журнал МГТУ им. Баумана. Москва: Наука, 2016.№ 4. С. 1–10. URL: https://goo.su/Vii8sZ