

ПРАВОВЫЕ И СОЦИАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ СОВРЕМЕННОГО ОБЩЕСТВА

УДК 159.9

АКТУАЛЬНОСТЬ КОНТРАСТА СОБЫТИЙ В СОВРЕМЕННОЙ ЖИЗНИ

© 2023 И. А. Аксентьев, А. Е. Ушакова

Воронежский институт высоких технологий (Воронеж, Россия)

Наша жизнь состоит из множества противоречивых ситуаций. Одним из наиболее важных элементов в успешном планировании и достижении целей является понятие контраста. В статье рассматриваются основные аспекты отличия негативных событий от позитивных, определяя контраст между ними как ключевой принцип разницы. С помощью планирования можно проанализировать отдельные решения, обозначить контраст между несколькими вариантами, и, понять какая вариация является предпочтительной.

Ключевые слова: контраст событий, планирование, принятие решений.

Введение

В жизни мы сталкиваемся с огромным количеством событий, в которых исполняем определённую роль. Такие события характеризуются нами либо как положительные или отрицательные, либо ведут к другим положительным или отрицательным событиям.

Контраст играет важную роль в нашей жизни, поскольку он позволяет нам видеть и оценивать вещи ясно. К примеру, мы можем оценить свое здоровье, когда заболеем, или понять ценность дома и семьи, когда находимся в отъезде или разлуке. Положительные и отрицательные события имеют свою ценность. Положительные события помогают нам чувствовать счастье и успех, а отрицательные – учат управлять своим стрессом, развивать способности к оценке проблем и приспособлению к ним.

Многие наверняка мечтают проживать лишь положительные события, ведь они приносят счастье нам в жизнь, в малом или большом количестве. Но задумываться об их

действительной ценности мы начинаем только испытав страдание. Ведь только контраст позволяет нам полноценно отличать определённые события.

Определение и важность контраста

Понятие контраста характеризуется разницей между сравниваемыми объектами одного рода, к примеру, цветовой и световой контрасты на снимке. Световой контраст на снимке изображён на рисунке 1, где: слева – изображение с пониженным контрастом, справа – изображение с исходными параметрами.



Рисунок 1. Световой контраст

Контраст не только помогает определять цвета, но он также играет ключевую роль в различных областях жизни. Например, в музыке, литературе и кино. Хорошо известно, что сильные эмоции вызываются событиями,

Аксентьев Игорь Алексеевич – Воронежский институт высоких технологий, студент, e-mail: igoraksy@gmail.com.

Ушакова Анна Евгеньевна – Воронежский институт высоких технологий, канд. техн. наук, e-mail: ann_me@mail.ru.

в которых есть яркий контраст, например, добро-зло, свет-темнота, любовь-ненависть.

Контраст очень важен в дизайне, он помогает создавать привлекательные и уникальные образы. Использование контрастных цветов и текстур позволяет выделить главный элемент дизайна и привлечь внимание к нему. Распространено использование цветового круга Иттена – схема из 12 цветов (рис. 2). С его помощью определяют наиболее привлекательные для человека цветовые сочетания – контрасты. Существуют цветовые контрасты комплементарные, триады и тетрады, а также прямоугольные схемы.



Рисунок 2. Цветовой контраст, круг Иттена

Контраст также может использоваться в обществе для понимания других людей. Например, путешествия в другие страны помогают увидеть различия между традициями, культурами и повседневной жизнью в целом. Таким образом, понимание таких контрастов может помочь развить более толерантное и открытое отношение к другим людям и культурам.

Контраст хороших и негативных событий в жизни часто называют «чёрными и белыми полосами». Такие полосы порой настолько малы, что жизнь скорее можно сравнить с серым полотном, так как даже глобальные события состоят из мелких контрастных происшествий.

Наличие контраста в жизни необходимо. Когда мы проходим через неизменную череду событий, будь они плохими или хорошими, мы постепенно перестаём их различать. Для примера представим, что сейчас летний сезон: яркое солнце, сильная жара, насекомые. Тогда чаще всего мы можем желать наступления зимнего сезона. Но когда мы представим зимний: постоянная облачность, лёд, холод и темнота, мы ненароком начинаем думать о лете. Такая смена настроений наблюдается в течение всего

года. У каждого сезона есть свои приятные и отталкивающие стороны. Так и с жизненными ситуациями.

Анализ современной жизни и планирование

В современной жизни бывает трудно понять, как поступить в конкретном случае, что будет являться правильным, поэтому, стоит рассматривать каждую жизненную ситуацию и возможное её решение. Нужно рассмотреть все варианты разрешения проблемы, в каком-то будет больше преимуществ, в каком-то больше недостатков. Также стоит обратить внимание на суть таких преимуществ и недостатков, к чему приведут они сами. Таким образом, можно построить большое древо событий и рассмотреть каждое его ответвление. Тогда мы сможем взвесить отдельные решения, обозначить контраст между несколькими решениями, и, понять какое решение является предпочтительным.

Такой метод решения ситуаций называется планированием. Из определения, планирование – это процесс создания детального плана действий, необходимых для достижения конкретной цели. Оно применяется во множестве различных сфер, включающих в себя жизнь, работу и бизнес. Экономика любого современного государства строится на базовых принципах планирования.

Часто люди не рассматривают своё будущее дальше нескольких месяцев, а порой, и дней. Планирование, это важная часть жизни, ведь оно позволяет снизить вероятность непредсказуемых событий. Также оно может ограничить человека от иррациональных действий, так как каждая ситуация может быть по-своему спланирована, и тогда, человек переживает заранее действие таких ситуаций, что уменьшает возможное их пагубное влияние.

Рассмотрим конкретные цели использования планирования, его реализацию и результат, который возможно достичь:

1. Обозначить цели и задачи – планирование определяет чёткие, конкретные и понятные задачи, которые необходимо выполнить.

2. Оптимизировать использование времени, ресурсов, знаний, навыков – планирование позволяет использовать имеющиеся ресурсы оптимальным образом, не тратя их на ненужные задачи.

3. Решить проблемы – планирование помогает сразу предусмотреть возможные

негативные последствия, определить, как действовать в такой ситуации, и найти пути их решения заранее.

4. Увеличить эффективность, т. е. минимизировать ущерб, который может быть причинен непредсказуемыми обстоятельствами.

5. Определить приоритеты – появляется возможность сосредоточиться на наиболее важных и приоритетных задачах, чтобы выполнить работу быстрее и эффективнее.

6. Уменьшить стресс – при понимании того, что нужно делать и каким образом, снижается уровень стресса и давления.

7. Координировать структурные подразделения. Если планирование касается крупных компаний и организаций, оно помогает координировать деятельность структурных подразделений на разных уровнях, а также всех сотрудников внутри отдельных подразделений.

8. Контролировать процессы. Четкое понимание плана деятельности, путей реализации и сроков исполнения используется руководством для контроля ситуации в реальном времени, делая менеджмент и решение экономических вопросов более эффективным. Это позволяет оперативно реагировать на неблагоприятные факторы, связанные с ведением деятельности.

9. Принимать правильные управленческие решения. Понимание концепции проекта и всех этапов его реализации позволяет на ранних стадиях принимать более эффективные решения и минимизировать риски.

В профессиональных отраслях, например в бизнесе, планированию уделяется отдельное внимание, поэтому оно делится на конкретные виды и методы. Одни из самых популярных методов планирования это: матрица Эйзенхауэра, методы Парето, OKR, декомпозиции и фикс-тайм методы.

Следует отличать планирование от предсказания. Планирование основывается на

методах дедукции и индукции, которые рассматривают уже существовавшие ранее ситуации. Оно использует готовые данные, стараясь сгруппировать их и уподобить нынешнему событию, так как у готовых данных уже есть данные исходов ситуаций – испытанное на опыте «древо событий». Предсказание же более размытое понятие, у которого трудно выделить рациональное обоснование.

Заключение

В течение жизни, важно уметь ограничивать себя от импульсивных поступков. Умение планировать – важный навык для каждого человека. Но всё же не стоит полностью на него полагаться, ведь будущее не предскажешь, нужно быть готовым к непредвиденным событиям. Тогда можно руководствоваться понятием контраста – за условно плохим событием последует условно хорошее. Подобные рассуждения, по крайней мере немного, помогут смягчить удар от любой ситуации. Каждый человек может расстроиться, но не каждый сможет сохранить позитивный настрой.

Наша жизнь состоит из множества противоречивых ситуаций, и одним из наиболее важных элементов в успешном планировании и достижении целей является понятие контраста. Он обращает внимание на различия между множеством объектов, определений и событий, и помогает понять их значение.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Чалдини Р. Психология влияния / Р. Чалдини. – Москва: Бомбора, 2023.

2. Бутнару Л. Контрасты как необходимость / Л. Бутнару. – Москва: Вестконсалтинг, 2015.

3. Троцевич Н. Основы стратегического планирования жизни / Н. Троцевич. Доступно по: <https://4brain.ru/blog/osnovy-strategicheskogo-planirovaniya/>.

RELEVANCE OF THE CONTRAST OF EVENTS IN MODERN LIFE

© 2023 I. A. Aksentiev, A. E. Ushakova

Voronezh Institute of High Technologies (Voronezh, Russia)

Our lives consist of many contradictory situations. One of the most important elements in successful planning and achievement of goals is the concept of contrast. The article considers the main aspects of the difference between negative and positive events, defining the contrast between them as a key principle of difference. Using planning, you can analyze individual solutions, indicate the contrast between several variants, and understand which variation is preferable.

Keywords: contrast of events, planning, decision-making.