

Abstract. The paper analyzes the problem of studying coping strategies, the connection between safety and well-being with a stress load, the correlation of individual differences and choice of coping strategies under stress. The higher the stress load is, the greater is the probability for personality to choose non-constructive coping mechanisms for coping with stress. In case of stress load increase, the influence of the psychological personality traits on the choice of coping strategies decreases, and the probability to choose non-constructive coping strategies increases.

Key words: personality, well-being, safety, stress, stress load, mental tension, coping strategies

ФОРМИРОВАНИЕ ПРОЦЕССА РЕФЛЕКСИИ И АФФЕКТИВНО-КОГНИТИВНАЯ СФЕРА ПЕРЕЖИВАНИЙ У ШКОЛЬНИКОВ И СТУДЕНТОВ ПРИ ВОСПРИЯТИЯ НОВОЙ ИНФОРМАЦИИ*

Валиуллина М.Е.

Казанский (Приволжский) федеральный университет
marina_val_63@mail.ru

Аннотация: актуальность исследования структуры взаимосвязей различных этапов рефлексии и показателей аффективно-когнитивной сферы переживаний учащихся в ситуации восприятия новой информации на занятии обусловлена необходимостью разработки новых психолого-педагогических методов, обеспечивающих более качественное усвоение преподаваемого учебного материала как старшеклассниками, так и студентами. Результаты исследования показали достоверные отличия в структуре взаимосвязей этапов рефлексии у старшеклассников и студентов. Выявлены взаимосвязи отдельных этапов рефлексии с некоторыми познавательными состояниями и эмоциональными переживаниями как у школьников, так и у студентов. Проведен анализ различий в этой структуре в зависимости от контингента выборки и от особенностей восприятия новой информации.

Ключевые слова: этапы рефлексии, аффективно-когнитивная сфера, субъективное восприятие, информация, учебный процесс, учащиеся

Среди многочисленных факторов, влияющих на качество усвоения знаний, преподаваемых в школе или в вузе, субъективная оценка новой информации как сложной или простой для понимания играет не последнюю роль. Поэтому не вызывает сомнений актуальность исследований, посвященных изучению различных индивидуально-психологических характеристик учащихся, способствующих или препятствующих максимально полному усвоению учебного материала. Обучение чему-либо всегда подразумевает актуализацию целого ряда познавательных и эмоциональных состояний, которые в совокупности представляют аффективно-когнитивную сферу переживаний различных учебных ситуаций.

Познавательные состояния в учебном процессе способствуют освоению учебной программы и, следовательно, обеспечивают возможность человеку успешно адаптироваться к требованиям общества. В рамках исследований, посвященных психическим состояниям, А.О. Прохоров и М.Г. Юсупов выделили список состояний, переживаемых в связи с учебным процессом (Прохоров, Юсупов, 2015).

У ученых не пропадает интерес к проблеме влияния рефлексии как деятельности сознания, способствующей пониманию субъектом своего состояния, на процесс усвоения новых знаний. А.О. Прохоровым и А.В. Черновым была создана методика, позволяющая выделить в процессе рефлексии три этапа (Прохоров, Чернов, 2015). Первый этап – распознавание объекта рефлексии. Второй этап – осознание, то есть способность описать себе словами распознанный объект или явление. Третий этап – идентификация, то есть, соотносением воспринятой и осознанной информации с уже имеющимися

* Работа выполнена при поддержке гранта РФФИ № 17-06-00057а

представлениями об этом явлении окончательное убеждение, что данное явление теперь стало понятным и не требует дополнительной рефлексии, а побуждает к определённой деятельности. Методика позволяет определить шесть характеристик: распознавание характеристик внутреннего мира, распознавание характеристик внешнего мира, осознание внутреннего мира, осознание внешнего мира, идентификация внутреннего мира, идентификация внешнего мира.

Целью нашего исследования стало изучение соотношения аффективно-когнитивной сферы переживаний и различных этапов процесса рефлексии в ситуациях, когда новый учебный материал на занятии воспринимается учащимися как легкий для понимания и когда он воспринимается как сложный.

В исследовании принимали участие школьники выпускных 11-х классов в количестве 60 человек и студенты третьего курса Казанского (Приволжского) федерального университета (Институт филологии и межкультурной коммуникации им. Льва Толстого) – 45 человек. Группа школьников и группа студентов имеют как минимум два важных различия. Во-первых, возраст, во-вторых, специфика учебного процесса. Старшеклассники не до конца определились с выбором будущей профессии, новые знания в рамках школьной программы, они получают из разных областей науки. Студенты уже определились с направлением, в котором собираются профессионально развиваться и знания им преподаются в контексте конкретного направления.

И школьникам и студентам предлагалась анкета, составленная с учетом списка познавательных психических состояний, приведенных в статье А.О. Прохорова и М.Г. Юсупова. В список вошли следующие познавательные состояния: вдохновение, вдумчивость, любознательность, мечтательность, интуитивность, рассеянность, скука, сомнение, сосредоточенность, отупение, умственное напряжение. Кроме того, они заполняли бланк методики «Шкала дифференцированных эмоций» К. Изарда с учетом предлагаемых двух учебных ситуаций и отвечали на вопросы методики диагностики рефлексивных процессов: распознавания, осознания и идентификации А.О. Прохорова и А.В. Чернова. Все данные были подвергнуты корреляционному анализу по Пирсону и выводы основаны на достоверных, статистически значимых данных.

Был выявлен ряд закономерностей, касающихся этапов рефлексии:

У студентов в целостную структуру рефлексии входят характеристики всех трёх этапов её формирования. Причем, существуют взаимосвязи и между показателями внутренней и внешней рефлексии. Это может служить свидетельством того, что система, позволяющая процессам рефлексии достичь своего максимального развития, у студентов достаточно хорошо сформирована. Распознавание внутреннего мира, наряду с распознаванием внешнего мира, напрямую влияет на активность этапа идентификации внешнего мира.

У школьников, в отличие от студентов, процесс рефлексии менее совершенен. Не наблюдается структура взаимосвязей, в которую были бы включены все характеристики внешней и внутренней рефлексии в целом.

Проведенное исследование позволило также обнаружить ряд особенностей структуры взаимосвязей этапов рефлексии с аффективно-когнитивной сферой переживаний при разном субъективном восприятии новой информации:

Если новая информация воспринимается как лёгкая для понимания, то познавательные состояния и эмоции у школьников в основном связаны со вторым этапом рефлексии, причем это этап осознания внутреннего мира. Именно с ним напрямую связано познавательное состояние «вдохновение» и существует обратная связь с состояниями «скука» и «сомнение». Существуют также прямые корреляции с эмоциями интереса и радости и с общим эмоциональным самочувствием. У студентов с этапом осознания внутреннего мира напрямую связан только показатель общего эмоционального самочувствия, зато есть обратные корреляции переживаний страха, стыда и вины с первым этапом рефлексии внешнего мира. Есть также прямая связь познавательного состояния «любопытность» и обратная связь состояния «тупость» со вторым этапом рефлексии внешнего мира – с осознанием. Эмоция удивления также напрямую связана с этим этапом.

В случае восприятия новой информации на уроке как сложной для понимания наблюдаются иные закономерности:

И у школьников и у студентов в этом случае в структуре взаимосвязей исследуемых нами характеристик наблюдается наличие познавательных состояний и эмоций, которые оказываются связующим звеном между этапами рефлексии. Так, у школьников усиление эмоции отворачивания к новой теме ослабляет рефлексивность как на этапе распознавания, так и на этапе осознания внутреннего мира. Усиление гнева по поводу непонимания новой темы ослабляет рефлексивность на этапе распознавания внешнего мира и этапе осознания внутреннего мира. Общее улучшение эмоционального самочувствия, наоборот, активизирует этап осознания внутреннего мира и этап осознания внешнего мира. Этап осознания внутреннего мира у школьников напрямую связан с переживанием состояний скуки и отупения. Этап рефлексии «идентификация внешнего мира» существует автономно от исследуемых нами характеристик. Он не вошел в структуру взаимосвязей.

У студентов снижение переживания познавательного состояния вдохновения в ситуации непонимания преподаваемого материала приводит к усилению всех этапов рефлексии внешнего мира. Также к усилению первых двух этапов рефлексии внешнего мира приводит уменьшение переживания любознательности и вдумчивости. Если у школьников переживание скуки напрямую связано с этапом осознания внутреннего мира, то у студентов скука напрямую связана с этапом осознания внешнего мира. В отличие от школьников, у студентов не наблюдается непосредственных взаимосвязей показателей аффективно-когнитивной сферы с этапами рефлексии внутреннего мира.

В целом мы можем сформулировать следующие выводы.

1. Обнаружена разная степень зрелости рефлексивности у школьников и студентов. У школьников, в отличие от студентов, не все этапы рефлексии взаимосвязаны.

2. В ситуации восприятия новой информации как легкой для понимания у школьников и студентов определенные познавательные состояния и эмоции актуализируют разные виды рефлексии. У школьников наблюдается актуализация рефлексии внутреннего мира на стадии осознания, у студентов – рефлексия внешнего мира на стадиях распознавания и осознания. Рефлексия тем интенсивнее, чем интенсивнее положительные познавательные состояния и эмоции. У школьников – вдохновение, радость, общее эмоциональное состояние, у студентов – любознательность.

3. В ситуации, когда новый учебный материал воспринимается как трудный для понимания рефлексивные процессы у студентов усиливаются по мере снижения уровня вдохновения, любознательности, сосредоточенности, умственного напряжения и сосредоточенности и при усилении переживания скуки, причем, речь идет о рефлексии внешнего мира. У школьников усиливается рефлексия внутреннего мира при усилении вдумчивости, усилении переживаний скуки и отупения, при улучшении общего эмоционального состояния. Она также усиливается при снижении уровня таких эмоций, как гнев, презрение и огорчения. Также активизация этапа осознания внутреннего мира происходит при снижении уровня вдохновения, а на этапе идентификации внутреннего мира – при снижении любознательности.

Данное исследование не только раскрывает структуру взаимосвязей этапов рефлексии с аффективно-когнитивной сферой переживаний в различных учебных ситуациях у разных по возрасту и по специфике обучения групп учащихся, что само по себе представляет теоретический интерес в рамках общепсихологического взгляда на проблему. Результаты исследования показывают возможность рефлексивного контроля ряда познавательных состояний и эмоциональных переживаний, что позволяет разрабатывать методы, способствующие более качественному усвоению новой информации как в случае, когда она кажется лёгкой, так и в случае, когда она кажется сложной.

Литература

Прохоров А.О., Чернов А.В. Методика диагностики рефлексивных процессов: распознавания, осознания и идентификации // Психология психических состояний: сборник материалов по итогам 9 Международной зимней школы по психологии состояний. Вып. 5. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2015. С. 122-126.

Прохоров А.О., Юсупов М.Г. Феноменологические особенности познавательных состояний студентов различных курсов обучения // Образование и саморазвитие. 2015. № 3 (45). С.39-46.

FORMATION OF THE REFLECTION PROCESS AND AFFECTIVE-COGNITIVE SPHERE OF EXPERIENCES AT SCHOOLCHILDREN AND STUDENTS DURING PERCEPTION OF A NEW INFORMATION

Valiullina M.E.

Kazan (Volga region) Federal University.

Abstract. The relevance of the study of the structure of interrelationships of various stages of reflection and indicators of affective-cognitive sphere of students' experiences in the situation of perception of new information in a class is due to the need to develop new psychological and pedagogical methods that provide better learning of the teaching material for high school students and students. The results of the study showed significant differences in the structure of the interrelationships of the stages of reflection among high school students and students. The individual stages of reflection with certain cognitive states interrelations and emotional experiences of both schoolchildren and students are revealed. The analysis of the differences in this structure depending on the sample contingent and on the features of new information perception.

Key words: stages of reflection, affective-cognitive sphere, subjective perception, information, study process, students

ИССЛЕДОВАНИЕ ОСОБЕННОСТЕЙ ЭМОЦИОНАЛЬНО-ПОЗНАВАТЕЛЬНОЙ СФЕРЫ ПЕРЕЖИВАНИЙ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПРИ ВОСПРИЯТИИ НОВОЙ ИНФОРМАЦИИ НА ЗАНЯТИЯХ*

Валиуллина М.Е., Халфиева А.Р.

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань
marina_val_63@mail.ru, khalfieva@inbox.ru

Аннотация. Данная статья отражает результаты сравнительного анализа степени выраженности различных характеристик аффективно-когнитивной сферы переживаний старшеклассников и студентов в процессе изучения ими новой учебной информации на занятии. Анализируется динамика некоторых познавательных состояний и базовых эмоций на протяжении всего занятия. Проводится сравнение динамики познавательных и эмоциональных состояний учащихся в случае быстрого понимания новой учебной информации и в случае затруднений в понимании нового материала. Выявлено влияние времени нахождения на занятии на качество восприятия новой информации и настроение у учащихся. Полученные данные могут быть полезны при разработке учебных программ

Ключевые слова: эмоционально-познавательная сфера переживаний, познавательное состояние, базовая эмоция, новая информация, фактор времени, динамика, учебный процесс

Перед учеными давно стоит вопрос – как сделать новую учебную информацию, преподаваемую на том или ином занятии наиболее привлекательной и доступной. В XXI особенно важно знать, как обеспечить полноценное восприятие и усвоение новых знаний учащимися средних и высших учебных заведений и, в связи с этим, какие психолого-педагогические компетенции должен освоить педагог средней и высшей школы, чтобы добиться заинтересованности и активного восприятия знаний со стороны учащихся с самыми разными индивидуально-психологическими особенностями.

С.Л. Рубинштейн писал, что эффективность включения обучаемого в работу определяется не только тем, что стоящие задачи ему понятны, но и тем, как они внутренне приняты им, т. е. какой они

* Работа выполнена при поддержке гранта РФФИ № 17-06-00057а