

Отже, формування емоційного інтелекту майбутніх психологів повинно ґрунтуватися на засадах внутрішнього цілісного гармонійного духовного розвитку, який може вважатися базовим ресурсом психолога як фахівця та запорукою максимально-ефективної взаємодії його з клієнтом.

Література

1. Амплєєва О.М. Емоційний інтелект в структурі професійної діяльності психолога: автореф. дис.. канд. психол. наук: 19.00.01. Херсон, 2013. – [Електронний ресурс] //Режим доступу:<https://mydisser.com/en/catalog/view/252/253/14634.html>
2. Носенко Е.Л., Коврига Н.В. Емоційний інтелект: концептуалізація феномену, основні функції. – Київ, 2003. – 126 с.
3. Петровский А.В., Петровский В.А. Категориальный строй психологии сегодня. – Развитие личности. – 2014. №2. С.92-124.
4. Рокицкая Ю.А., Вальковская А.С. Развитие эмоционального интеллекта будущих психологов. Научно-методический электронный журнал «Концепт». – 2016. – Т. 7. – С. 6-10. [Електронний ресурс] //Режим доступу:<http://e-koncept.ru/2016/56079.htm>.

Царенкова М.М. Исследование эмоционального интеллекта у студентов психологов. Личность, семья и общество: вопросы педагогики и психологии: сб. ст.. по матер. X междунар. науч.-практ. конф. Новосибирск: СибАК, 2011. – Ч. III.

О.В. Савченко, доктор психологічних наук, доцент,
професор кафедри педагогіки та психології
ДВНЗ «Київський національний економічний університет
імені Вадима Гетьмана», Київ

ФОРМУВАННЯ ТА ВДОСКОНАЛЕННЯ КОГНІТИВНИХ ТА МЕТАКОГНІТИВНИХ СТРАТЕГІЙ ЯК НАПРЯМОК ПРОФЕСІЙНОЇ ПІДГОТОВКИ СТУДЕНТІВ

Сьогодні вища освіта перебуває у стані реформування, переходу до

активного впровадження компетентнісного підходу, специфікою якого є орієнтація на зовнішні вимоги до підготовки професіоналів, які втілені у компетенціях. Останні змінюються під впливом конкурентних умов ринку праці, соціальних цінностей та стрімких змін у характері самої професійної діяльності. І якщо би постала задача звести всі вимоги до нескорочуваного мінімуму, то залишилось би всього дві компетенції: вміти писати та думати (В. Хутмакер). Що позначає «вміти думати»? У традиціях когнітивної психології це насамперед вміти розв'язувати задачі, знаходити варіанти вирішення проблем через формування їх репрезентації, активізації мисленнєвих прийомів та стратегій, посилення контролю над самим мисленнєвим процесом.

Беручи за основу модель «рефлексивної компетентності» Н. Бурча, у якій поєднані чотири основні рівні знань: «неусвідомлена некомпетентність», «усвідомлена некомпетентність», «усвідомлена компетентність» та «неусвідомлена компетентність», які відповідають рівням професійного становлення, ми вважаємо, що думати на першому рівні позначає підвести надану задачу до типового зразку та застосувати відповідно розроблені алгоритми. На рівні «усвідомлена некомпетентність» суб'єкт, критично оцінюючи обмеженість свого досвіду та вмінь, намагається сформувати новий погляд на проблему, знизити новизну та невизначеність ситуації через зміну репрезентації та застосування певних евристик. Таке усвідомлення своєї некомпетентності стимулює людину брати на себе зобов'язання щодо подальшого навчання та практикування з метою розвитку знань та вмінь, необхідних для переходу до рівня «усвідомленої компетентності». Ми можемо стверджувати, що на даному рівні витрачається багато зусиль саме на організацію процесу обмірковування проблеми, на упорядкування мисленнєвих операцій. І хоча такий процес є достатньо креативним за змістом, він мало відповідає вимогам продуктивності та ефективності діяльності. Слід витратити додаткові зусилля на його оптимізацію. На рівні «усвідомленої компетентності» і відбувається первинна оптимізація через формування та відпрацювання певних стратегій обробки інформації (когнітивних) та регулювання мисленнєвої активності

(метакогнітивних). Чим більший репертуар таких стратегій буде мати студент, тим більш організованою буде його мисленнєва діяльність. Використання ефективних стратегій сприяє оптимізації розумової активності за рахунок врахування суб'єктом об'єктивних факторів та активізації суб'єктивних чинників активності. А. Коваленко показала, що оптимізація об'єктивних факторів йде через формування здатності визначати найбільш значущі параметри завдання, а активізація суб'єктивних факторів потребує покращення рівня знань та вмінь оперувати інформацією, формування позитивної мотивації, стійкого інтересу до предмета пізнання [1]. Ю. Трофімовим у свій час був визначений ще один аспект оптимізації внутрішніх чинників мисленнєвої активності – скорочення пошукових та виконавчих дій (стисла стратегія обробки інформації та прийняття рішення (Sc)), а після набуття досвіду та вдосконалення оцінних критерії – скорочення і оцінних дій (сенсорно-симультанна стратегія (Scc)). Застосування таких стратегій надає суб'єкту відчуття контрольованості процесу вирішення проблеми, що підвищує рівень його самоефективності. Суб'єкт проявляє більшу наполегливість при незадовільних результатах, активізує установку на гнучкість, виявляє при необхідності силу для зміни умов самої ситуації тощо.

Автоматизація основних прийомів розумової активності є умовою переходу на четвертий рівень професійної готовності, «неусвідомленої компетентності», на якому скорочується навіть процес обирання прийомів та стратегій. Ми можемо позначити цей етап як вторинна оптимізація. Метакогнітивні знання умов, що поєднують інформацію щодо переваг та недоліків певних стратегій, обставин їх оптимальної ефективності, починають працювати як «синтезовані» орієнтири, які стимулюють активізацію стратегії без тривалого процесу обробки інформації на підставі лише поєднання певної сукупності значущих ознак. Це підвищує швидкість прийняття рішень та виконання, формує відчуття впевненості як важливого критерію правильності власних дій, що контролює (гальмує/посилює) процес аналізу можливих варіантів, перегляду прийомів та алгоритмів, переструктурування репрезентації

тощо. Ми розглядаємо впевненість у правильності власних дій як метакогнітивне переживання, «що виникає у відповідь на позитивні очікування результату та відчуття контрольованості подій, що призводить до зменшення кількості альтернатив, які аналізуються, до більш швидкого прийняття рішення, обрання засобу поводження» [3; с. 422].

Отже одним з напрямів освітнього процесу у вищій та середній школах повинно стати формування та відпрацьовування стратегій організації мисленнєвої діяльності, поширення умовних знань стосовно особливостей їх використання, переваг та недоліків, засобів компенсування та ін., що стане основою подальшої оптимізації розумової активності особистості. Багато дослідників розділяють думку про можливість цілеспрямованого формування когнітивних і метакогнітивних здібностей, що може бути побічним продуктом спеціалізованого навчання, а може бути й об'єктом цілеспрямованих технік. Дослідження, проведенні Дж. Борковскі, Б. Кампіоні, Дж. Санакоре, Дж. Флейвеллом, доводять, що при будь-якому типі навчання необхідно формувати в учнів метакогнітивні стратегії, що дозволить структурувати, а згодом збагачувати когнітивний досвід.

М. Робертс та Г. Ердос розрізняють когнітивні та метакогнітивні стратегії не стільки за змістом, скільки за напрямом та функціями, що вони виконують в інтелектуальній діяльності. На їхню думку, метакогнітивні процеси передують та завершують когнітивну активність. І тільки у випадках виникнення труднощів, збільшення невизначеності, підвищення відповідальності та ін. метакогнітивні стратегії активно включаються в діяльність [5].

Когнітивні стратегії ми розглядаємо, посилаючись на підхід Дж. Брунера, як способи одержання, збереження і використання інформації для досягнення визначеної мети. Формування стратегії забезпечує більш швидке досягнення результату за рахунок скорочення числа помилкових дій, а також зниження суб'єктивного навантаження на пам'ять і логічне мислення, забезпечення впевненості суб'єкта у правильності виконання завдань. Нами були визначені наступні первинні рефлексивні стратегії: «Глибинна обробка інформації»,

«Критичність в аналізі та оцінці інформації», «Прийняття рішень з орієнтацією на внутрішні стандарти», «Раціональний підхід до пошуку розв'язку задачі». Низка попередніх досліджень дозволила нам визначити інтегративні вторинні когнітивні стратегії, а саме: «Глибинна обробка та критичний аналіз інформації, засновані на раціональному підході до пошуку розв'язку задачі», «Некритичність в оцінці інформації, що заснована на інтуїтивному підході та орієнтації на внутрішні стандарти в розв'язуванні задачі», «Глибинна обробка інформації з критичною оцінкою результатів», «Раціональний підхід до розв'язування задачі з орієнтацією на внутрішні стандарти». Діагностика рівня сформованості даних стратегій здійснювалась на підставі опитувальника «Рефлексивні стратегії розв'язування задач» (О. Савченко, М. Макієнко) [2].

Метакогнітивні стратегії – комплекс взаємоузгоджених процесів, які здійснюють регуляцію процесуальних та результативних аспектів когнітивної активності суб'єкта. Однією з задач метакогнітивних стратегій є здійснення моніторингу, оцінки та корекції когнітивних процесів та стратегій. На підставі узагальнення підходів різних дослідників (С. Квона, А. Коваленко, Ю. Кулюткіна, Л. Пулкінен, Ю. Трофімова та ін.), нами були виокремлені наступні метакогнітивні стратегії регуляції розумової активності: «Контрфакт вгору», «Перевірка припущень», «Посилений довільний контроль за процесом вирішення проблеми», «Гнучка зміна позиції у процесі вирішення проблеми», «Орієнтація на власні емоції у процесі вирішення проблеми» [3]. Також були виокремлені дві вторинні стратегії «Стимування румінацій» та «Лабільний контроль за процесом вирішення проблеми». Рівень сформованості визначених стратегій діагностувався за авторською методикою «Метакогнітивні стратегії вирішення проблем» (О. Савченко, М. Макієнко).

Результати кореляційного аналізу виявили більший вплив когнітивних стратегій на рівень академічних досягнень студентів, ніж метакогнітивних прийомів. Дослідження проводилось на студентах ХДУ, що навчались на першому, третьому та четвертому курсах (2015-2016 рр.). Загальний об'єм вибірки склали 91 особа. Нами були отримані значущі кореляційні зв'язки між

рівнем успішності навчання в університеті та трьома первинними когнітивними стратегіями, а саме: «Глибинна обробка інформації» ($r=0,23$; $0,95$), «Критичність в аналізі та оцінці інформації» ($r=0,26$; $0,95$), «Раціональний підхід до пошуку розв'язку задачі» ($r=0,32$; $0,99$). Найбільш суттєвий зв'язок виявлений зі стратегією, що забезпечує раціональний підхід до задачі, «спрямовує когнітивну активність суб'єкта на ретельний аналіз інформації, на формування плану розв'язування задачі та на усвідомлений вибір засобів і прийомів» [2; с. 178]. Встановлено, що суб'єкти, які використовують раціональний підхід, мають високу обізнаність відносно своїх знань та вмінь, достатньо продуктивно формують прогнози щодо продуктивності своїх дій, оскільки адекватно оцінюють свої здібності, обирають такі засоби, які поступово наближають їх до очікуваного результату.

Нами було також виявлено, що серед інтегративних когнітивних стратегій найбільший вплив на рівень академічних досягнень має рівень сформованості стратегії «Глибинної обробки та критичного аналізу інформації, що засновані на раціональному підході до пошуку розв'язку задачі» ($r=0,42$; $0,999$). Раціональний підхід до процесу подолання проблемних ситуацій сприяє більш економному використанню власних ресурсів, посиленню заходів гнучкого контролю в ситуаціях із високим рівнем невизначеності або емоційного напруження, формуванню установки на упорядкування своїх дій та на перевірку висунутих припущень й отриманих результатів. Такі конструктивні прийоми дозволяють суб'єкту більш повно збирати інформацію за проблемою, краще орієнтуватися в ситуації та приймати більш зважені рішення після обмірковування різних альтернатив. Установка на раціональність дій дозволяє певною мірою контролювати імпульсивність, яка є негативним фактором інтелектуальної діяльності навіть в юнацькому віці, оскільки блокує активність метакогнітивних процесів.

Отримано значущі кореляційні зв'язки між рівнем академічної успішності та рівнем сформованості стратегій «Некритичність в оцінці інформації, що заснована на інтуїтивному підході та орієнтації на внутрішні стандарти в

розв'язуванні задачі» ($r=-0,3$; $0,99$), «Раціональний підхід до розв'язування задачі з орієнтацією на внутрішні стандарти» ($r=0,26$; $0,95$). Обернений зв'язок між стратегією, заснованої на інтуїтивному підході й орієнтації на власні стандарти у процесі розв'язування задач, та успішністю навчання студентів свідчить про те, що студенти з високими досягненнями не довіряють, як правило, своїм інтуїтивним передбаченням, намагаються дотримуватися визначеного плану або обраного алгоритму, навіть тоді, коли останні слабо відповідають умовам задачі. Вони невпевнено почувають себе в ситуаціях із високою невизначеністю, оскільки схильні до прийняття надмірної відповідальності, мало орієнтуються на власні переконання, більше виявляють залежність від оцінок оточуючих їх осіб.

Серед метакогнітивних стратегій найбільшою мірою пов'язані з академічними досягненнями студентів стратегії «Перевірка припущень» ($r=0,25$; $0,95$), «Посилений довільний контроль за процесом вирішення проблеми» ($r=0,21$; $0,95$) та інтегративна стратегія «Стимування румінацій» ($r=0,26$; $0,95$). Відомо, що румінації виявляються у депресивному самофокусуванні, ретроспективному аналізі невдач та помилок, зосередженні уваги на негативних подіях, що очікуються в майбутньому, переживанні відчаю: «чому саме я?» та ін. [4]. Стимування румінацій – інтегративна метакогнітивна стратегія, яка дозволяє компенсувати неспроможність суб'єкта відволікатися від негативних емоцій та переживань завдяки використанню вже сформованих алгоритмів дій, ефективність яких перевірена в попередньому досвіді, мобілізації додаткових зусиль на організацію довільного контролю за перебігом поточної активності. Такі вміння дозволяють студентам швидко активізувати когнітивні та регулятивні ресурси, які забезпечують контроль рівня занурення у рефлексивний аналіз через обмеження ступеня глибини та тривалості обробки інформації. Метакогнітивні стратегії дозволяють стимувати розвиток негативних наслідків рефлексивної активності, підтримувати свою працездатність в оптимальному стані.

Отже, виявлені закономірності доводять, що рівень сформованості

когнітивних та метакогнітивних стратегій є важливим фактором ефективного навчання у закладах вищої освіти, на якій слід спрямовувати увагу освітнього процесу.

Література

1. Коваленко А.Б. Психологический анализ процесса понимания старшеклассниками технических заданий : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / Алла Борисовна Коваленко. – К., 1988. – 143 с.
2. Савченко О.В. Рефлексивна компетентність: Методи та процедури діагностики : Монографія / Олена Вячеславівна Савченко. – Херсон: ПП Вишемирський В.С., 2016. – 286 с.
3. Савченко О. В. Рефлексивна компетентність особистості : монографія / Олена Вячеславівна Савченко. – Херсон : ППВишемирський В.С., 2016. – 583 с.
4. Труевцев Д.В. Метакогнитивная регуляция при психических расстройствах тревожно-депрессивного спектра [Электронный ресурс] / Д.В. Труевцев // Медицинская психология в России : Электрон. науч. журн. – 2014.–№ 2 (25). – Режим доступа : <http://mprj.ru>.
5. Roberts M. J. Strategy selection and metacognition / M.J. Roberts, G. Erdos // Educational Psychology. – 1993. – Vol. 13. – P. 259–266.

А.В. Тімакова,
старший викладач кафедри педагогіки та психології
ДВНЗ «Київський національний економічний
університет імені Вадима Гетьмана», м. Київ

КОУЧИНГ ЯК ІННОВАЦІЙНА ТЕХНОЛОГІЯ ФАХОВОЇ ПІДГОТОВКИ ПСИХОЛОГІВ

Професія психолога висуває до особи вимоги постійного самовдосконалення і саморозвитку, самоосвіти та самоуправління діяльністю. Формування цієї здатності потребує застосування якісно нових підходів у професійній підготовці психологів, нових інструментів у взаємодії суб'єктів